

102-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	運動健康管理實務-氣功	科目序號 / 代號	2506 / BSM3040
開課系所	運動事業管理學系	學制 / 班級	大學日間部3年2班
任課教師	李城忠	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	選修 / 2	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(五)56 / J109	授課語言別	中文

課程簡介

1. 培養初級氣功，了解氣功如何鍛鍊。
2. 熟練氣功的運用。






課程大綱

任脈
督脈
手太陰肺經
足陽明胃經
足太陰脾經
手少陰心經
手太陽小腸經
足太陽膀胱經
手厥陰心包經
手厥陰心包經
手少陽三焦經
足少陽膽經
足厥陰肝經

基本能力或先修課程

無

課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  一般管理能力
 - 運動專案企劃能力
-  運動健康實踐與指導能力
-  人際/生活倫理素養
-  問題解決能力
-  溝通表達能力

教學計畫表

系所核心能力	權重(%) 【A】	檢核能力指標(績效指 標)	教學策略	評量方法及配分 權重	核心能力 學習成績 【B】	期末學習 成績 【C=B*A 】
一般管理能力	10%	能理解五管的專業知識 能用所學的專業知識解 答相關問題 能熟悉運用管理分析工 具 能取得管理領域證照	講述法 小組討論 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作	期末考: 30% 作業: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	10
運動健康實踐與 指導能力	50%	具備運動指導原則及技 能 能依照老師的教導正確 的實際演練及編排 能依據不同的需求提供 不同形式的運動處方 能取得運動指導或教練 證照	講述法 小組討論 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作	期末考: 30% 作業: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	50
人際/生活倫理 素養	20%	能理性處理同儕間衝突 並減少衝突的發生 能尊重並接受他人的批 判並能態度適當地進行 說明	講述法 小組討論 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作	期末考: 30% 作業: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	20
問題解決能力	10%	能運用管理分析工具發 掘運動產業相關管理問 題 能整合與歸納相關專業 知識提出可能解決方案	講述法 小組討論 實務操作(實 驗、上機或 實習等) 小組合作	期末考: 30% 作業: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	10
溝通表達能力	10%	能理解他人的問題並適 當的回應 能理解他人的意見並忠 實的傳達與闡述 有適當的讀、寫能力並 能結合文書處理工具以 書面方式進行意見闡述 具備電腦簡報技巧並能 以口頭方式進行報告 能和他人或團體進行有 意義的意見交換並可相 互配合協調達成任務	講述法 小組討論 小組合作 影片欣賞	期末考: 30% 作業: 30% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 10%	加總: 100	10

成績稽核

作業: 30%

期末考: 30%

課程參與度: 30%

小組合作狀況: 10%

教科書(尊重智慧財產權, 請用正版教科書, 勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
無參考教科書				

參考教材及專業期刊導讀(尊重智慧財產權, 請用正版教科書, 勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
無參考教材及專業期刊導讀				

上課進度

週次	教學內容	分配時數(%)				
		講授	示範	習作	實驗	其他
1	課程介紹、智財權宣導 & 智財權宣導(含告知學生應使用正版教科書)	100	0	0	0	0
2	養氣	50	10	40	0	0
3	疏氣	50	10	40	0	0
4	導氣	50	10	40	0	0
5	任督-河車	50	10	40	0	0
6	12經絡-上	50	10	40	0	0
7	12經絡-中	50	10	40	0	0
8	12經絡-下	50	10	40	0	0
9	期中複習	0	0	100	0	0
10	三合拳-上	50	10	40	0	0
11	三合拳-下	50	10	40	0	0
12	上丹田	50	10	40	0	0
13	中丹田	50	10	40	0	0
14	下丹田	50	10	40	0	0
15	基礎推拿-上	50	10	40	0	0
16	基礎推拿-上	50	10	40	0	0
17	服務學習	0	0	0	0	100
18	期末考	0	0	100	0	0