

103-2 大葉大學 完整版課綱

基本資料

課程名稱	運動健康管理實務-舞蹈	科目序號/代號	1734 /BSM4036
必選修/學分數	選修 /2	上課時段/地點	(五)56 /B502
授課語言別	英文	成績型態	數字
任課教師 / 專兼任別	楊紋貞 / 兼任	畢業班/非畢業班	非畢業班
學制/系所/年班	大學日間部 / 運動健康管理學系 / 2年1班		

課程簡介與目標

本課程主要是介紹有氧舞蹈的多樣與趣味性，以美國運動醫學協會的指導原則為基礎下，指導學生如何將事先設計或隨性的動作或舞步，配合各種音樂的節奏來從事運動，以提升身心適能及培養休閒運動的能力與興趣。

課程大綱

有氧舞蹈基本步
音樂節拍
舞步編排與組合
教學指導

基本能力或先修課程

體適能概念

課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  運動與健康管理專業知能
-  運動與健康企劃能力
-  運動與健康指導能力

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】
運動與健康管理 專業知能	40	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 實務操作(實驗、上機或實習等) 小組合作	期末考: 20% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 20% 實驗操作: 30%	加總: 100	40
運動與健康企劃 能力	30	能具備規劃、撰寫及執行運動企劃書之能力 能取得運動管理或行銷企劃相關證照	講述法 實務操作(實驗、上機或實習等) 小組合作	期末考: 20% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 30% 實驗操作: 20%	加總: 100	30
運動與健康指導 能力	30	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 實務操作(實驗、上機或實習等) 小組合作	期末考: 20% 課程參與度: 30% 小組合作狀況: 30% 實驗操作: 20%	加總: 100	30

成績稽核

課程參與度: 30%
 小組合作狀況: 26%
 實驗操作: 24%
 期末考: 20%

書籍類別 (尊重智慧財產權, 請用正版教科書, 勿非法影印他人著作)

書籍類別	書名	作者
參考教材及專業期刊導讀	2012說文蹈舞：多元化舞蹈論談	國立台灣藝術大學

上課進度

週次	教學內容	教學策略
1	課程介紹 & 智財權宣導(含告知學生應使用正版教科書)	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等)、小組合作

2	基本有氧教學1	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
3	基本有氧教學2	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
4	基本有氧教學3	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
5	基本有氧教學4	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
6	基本有氧教學5	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
7	舞蹈概論教學1	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
8	舞蹈概論教學2	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
9	期中測驗	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
10	拳擊有氧1	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
11	拳擊有氧2	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
12	拳擊有氧3	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
13	拳擊有氧4	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
14	分組舞蹈創作1	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
15	分組舞蹈創作2	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
16	分組舞蹈創作3	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
17	分組測驗1	講述法、實務操作(實驗、上機或實習等) 、小組合作
18	分組測驗2	實務操作(實驗、上機或實習等)