

103-2 大葉大學 完整版課綱

| 基本資料 | | | |
|-------------|--------------------------------|----------|---------------|
| 課程名稱 | 特殊族群運動健康 | 科目序號/代號 | 2044 /BSN1031 |
| 必選修/學分數 | 選修 /3 | 上課時段/地點 | (六)567 /B001 |
| 授課語言別 | 中文 | 成績型態 | 數字 |
| 任課教師 / 專兼任別 | 黃娟娟 / 專任 | 畢業班/非畢業班 | 非畢業班 |
| 學制/系所/年班 | 碩士在職專班 / 運動健康管理學系碩士在職專班 / 1年1班 | | |

課程簡介與目標

了解何謂特殊族群
 了解特殊族群的生理結構與生理特徵與反應
 特殊族群如何享受身體活動與運動帶來的效益
 特殊族群運動期間應遵守的注意事項
 學習擬定安全有效的運動處方
 學會判斷特殊族群在運動前與運動中的運動禁忌




課程大綱

心臟病患者的分類評估與復健目標與訓練內容
 高血壓患者評估與復健目標及訓練內容
 糖尿病患者評估與復健目標及訓練內容
 骨質疏鬆症患者評估與復健目標及訓練內容
 肥胖者患者評估與復健目標及訓練內容
 懷孕期評估與復健目標及訓練內容
 兒童與青少年評估與復健目標及訓練內容
 老年人身體評估與復健目標及訓練內容

基本能力或先修課程

n.a.

課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  運動與健康產業分析能力
-  運動與健康議題研究能力
-  整合歸納與邏輯思考能力

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 】 |
|-----------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------|---------------------|---------------------------|
| 運動與健康產業 分析能力 | 40 | 能將管理專業知識融會 貫通，並運用於運動產 業經營上 能熟悉運動產業相關個 案內容 能進行運動產業相關管 理問題研究與分析 | 講述法 專題報告 | 期末考: 20% 課程參與度: 20% 口頭報告: 40% 書面報告: 20% | 加總: 100 | 40 |
| 運動與健康議題 研究能力 | 30 | 深入研究與運動及健身 相關的學理或理論 能分析運動健康指導方 法可能之優缺點並改善 之 | 講述法 專題報告 | 期末考: 20% 課程參與度: 20% 口頭報告: 40% 書面報告: 20% | 加總: 100 | 30 |
| 整合歸納與邏輯 思考能力 | 30 | 能具備系統化統整片段 知識並有效重組個別事 物成為有意義之整體的 能力 能提出運動產業相關研 究論文的優缺點並提出 適當的研究設計 | 講述法 專題報告 | 期末考: 20% 課程參與度: 20% 口頭報告: 40% 書面報告: 20% | 加總: 100 | 30 |

成績稽核

口頭報告: 40%
 期末考: 20%
 書面報告: 20%
 課程參與度: 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 |
|------|--------------------------------|-----------------------|
| 教科書 | The Exercise-health Connection | David C.Nieman, Dr PH |

上課進度

| 週次 | 教學內容 | 教學策略 |
|----|--------------------------------------|-----------|
| 1 | 運動與健康管理概論 & 智財權宣導(含告知學生應使用 正版教科書) | 講述法 |
| 2 | 糖尿病運動與健康 | 講述法、 專題報告 |
| 3 | 糖尿病運動與健康-2 | 講述法、 專題報告 |
| 4 | 心臟病運動與健康 | 講述法、 專題報告 |
| 5 | 心臟病運動與健康-2 | 講述法、 專題報告 |
| 6 | 兒童運動與健康-1 | 講述法、 專題報告 |
| 7 | 兒童運動與健康-2 | 講述法 |
| 8 | 青少年運動與健康-1 | 講述法、 專題報告 |
| 9 | 青少年運動與健康-1 | 講述法、 專題報告 |
| 10 | 青少年運動與健康-2 | 講述法、 專題報告 |
| 11 | 孕婦運動與健康-1 | 講述法、 專題報告 |
| 12 | 孕婦運動與健康-2 | 講述法、 專題報告 |
| 13 | 高齡者運動與健康-1 | 講述法、 專題報告 |
| 14 | 高齡者運動與健康-2 | 講述法、 專題報告 |
| 15 | 高血壓患者運動與健康-1 | 講述法、 專題報告 |
| 16 | 高血壓患者運動與健康 | 講述法、 專題報告 |
| 17 | 其他特殊狀況討論 | 講述法 |
| 18 | 期末測驗 | 講述法、 專題報告 |