

103-2 大葉大學 選課版課綱

基本資料			
課程名稱	運動健康概論	科目序號/代號	1730 /BSM1044
必選修/學分數	必修 /3	上課時段/地點	(二)34 /B501、(三)5 /B501
授課語言別	中文	成績型態	數字
任課教師 / 專兼任別	林作慶 / 專任	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 /1年1班		

課程簡介與目標

本課程主要為培養同學認識運動對身體健康的影響,包括運動員的體能,一般人的體適能,運動與疾病的預防等等健康議題.




課程大綱

主要為三大部份:1.競技體能2.健康體適能3.運動與疾病預防

基本能力或先修課程

健康體適能,運動生理學.

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

