

## 103-2 大葉大學 選課版課綱

### 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 |               |
| 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

