

99-2 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	運動生理學	科目序號 / 代號	1620 / BSM4006
開課系所	運動事業管理學系	學制 / 班級	大學日間部1年1班
任課教師	許立宏	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	必修 / 3	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(二)789 / B501	授課語言別	中文

課程簡介

學習運動生理學相關知識

課程大綱

1. 生體活動
2. 能量釋放
3. 骨骼肌生理學
4. 運動神經肌肉功能
5. 血液和體液
6. 運動呼吸與循環

基本能力或先修課程

對運動生理學具有愛好者

課程與系所基本素養及核心能力之關連

成績稽核

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		分配時數(%)				
週次	教學內容	講授	示範	習作	實驗	其他
1	第一章 運動生理學的意義與發展	100				
2	第二章 運動與能源	100				
3	第三章 身體活動的神經控制	100				
4	第四章 運動與肌肉	100				
5	第五章 運動與呼吸	100				
6	第六章 運動與循環	100				
7	第七章 攝氧量的生理學基礎	100				
8	第八章 運動與營養 (期中考周)	100				
9	第九章 身體組成與體重控制	100				
10	第十章 運動與環境溫度	100				
11	第十一章 高地運動生理學	100				
12	第十二章 潛水生理學	100				
13	第十三章 運動與婦女生理	100				
14	第十四章 訓練的生理學基礎	100				
15	第十五章 運動處方的生理學基礎	100				
16	第十六章 運動能力的評量	100				
17	第十七章 運動與心血管疾病的防範	100				
18	第十八章 從生理學談運動疲勞	100				