**《尊重智慧財產權，請使用正版教科書，勿非法影印書籍及教材，以免侵犯他人著作權》**

**開課班級: 四休運二A** **授課老師: 彭武村** **學分數: 2**

**課程大綱:**

**本課程之目的在藉由文獻之導讀，讓學生了解運動與身體保健間之相關性，進而能夠培養運動與疾病預防及疾病治療領域之正確概念。**

outline:

The purpose of this course is to offer the comprehensive concept of sports and physical care; the relative topics include the relationship between sports and diseases prevention, and disease curing fields through literature review.

| **教學型態:** | **成績考核方式:** |
| --- | --- |
| **課堂教學** | **平時成績:**30%<br>**期中考:**30%<br>**期末考:**30%<br>**其它:**10% |

**本科目教學目標:**

**本系結合運動、休閒、醫療保健、管理及社會等現代科學及實務，培養兼具國際宏觀、理論與實務相互應用之休閒運動管理與健康促進指導專業人才。 大學部 1.休閒產業經營管理專業人才。 2.健康促進與傷害防護專業人才。 3.運動指導專業人才。**

**參考書目:**

**課程進度表：**

| 週次 | 起訖月日 | 授課單元(內容) | 備註 |
|---|---|---|---|
| 第1週 | 2.21~2.28 | 第1週：<br>運動防護員的職責與運動醫療團隊規劃 | 8日正式上課。8~12日課程加退選，轉學(系)生、復學生及延修生選課，雙主修、輔系申請，12日申辦抵免學分截止日 |
| 第2週 | 2.28~3.07 | 第2週：<br>體適能概論、體能檢測、訓練與評估 | |
| 第3週 | 3.07~3.14 | 第3週： 訓練與重量訓練的技術 | 28日(日)孔子誕辰紀念日/教師節(放假),29日(一)補假 |
| 第4週 | 3.14~3.21 | 第4週： 運動相關的保護性器材 | 29日成績優異提前畢業者提出申請截止日 |
| 第5週 | 3.21~3.28 | 第5週： 運動營養的觀念與考量(上) | 6日(一)中秋節(放假)，10日(五)國慶日(放假) |
| 第6週 | 3.28~4.04 | 第6週： 運動營養的觀念與考量(中) | 14日學生宿舍安全輔導暨複合式防災疏散演練。18日多益測驗 |
| 第7週 | 4.04~4.11 | 第7週： 運動營養的觀念與考量(下) | 24日(一)補假，25日(六)光復暨古寧頭大捷日(放假)。 |
| 第8週 | 4.11~4.18 | 第8週： 環境因素的考量(上) | 30日校課程委員會 |
| 第9週 | 4.18~4.25 | 第9週： 期中考 | 3~9日期中考試 |
| 第10週 | 4.25~5.02 | 第10週： 環境因素的考量(中) | 13日教務會議,16日教師期中成績上網登錄截止日 |
| 第11週 | 5.02~5.09 | 第11週： 環境因素的考量(下) | |
| 第12週 | 5.09~5.16 | 第12週： 皮膚相關的疾病(上) | 24~28體育運動週。24日校園路跑。27日運動大會夜間開幕，28日運動大會活動，29日101週年校慶活動日，照常上班 |
| 第13週 | 5.16~5.23 | 第13週： 皮膚相關的疾病(中) | |
| 第14週 | 5.23~5.30 | 第14週： 皮膚相關的疾病(下) | 12日申請停修課程截止日 |
| 第15週 | 5.30~6.06 | 第15週： 與健康相關的疾病(上) | |
| 第16週 | 6.06~6.13 | 第16週： 與健康相關的疾病(中) | 22日校務會議。25日行憲紀念日(放假) |
| 第17週 | 6.13~6.20 | 第17週： 與健康相關的疾病(下) | 1日(四)開國紀念日(放假) |
| 第18週 | 6.20~6.27 | 第18週： 期末考週 | 5~11日期末考試，10~11日學生退宿 |