《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: **授課老師: 彭武村** **學分數: 2**

課程大綱:

本課程之目的在教導學生身體活動評估的重要性以及評估方法的介紹。讓學生了解身體活動的不同型式、強度、能量消耗、持續時間等因素，有助於日後開立運動處方及運動效果評估之能力。

outline:

The purpose of this course is to guide students to understand the importance of physical activity and to learn the knowledge and methodology of assessing physical activity. By doing so, students can realize different styles, intensity, energy expenditure, duration time of physical activity. It will help students to get the abilities of making exercise prescription and evaluating exercise effects.

教學型態:

課堂教學

成績考核方式:

平時成績:%
期中考:%
期末考:%
其它:%

本科目教學目標:

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	7.11~7.18	校外實習	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	7.18~7.25	校外實習	
第3週	7.25~8.01	校外實習	28日(日)孔子誕辰紀念日/教師節(放假),29日(一)補假
第4週	8.01~8.08	校外實習	29日成績優異提前畢業者提出申請截止日
第5週	8.08~8.15	校外實習	6日(一)中秋節(放假)，10日(五)國慶日(放假)
第6週	8.15~8.22	校外實習	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