

南台科技大學 95 學年度第 1 學期課程資訊

課程名稱	體育（三）(有氧舞蹈)
課程編碼	04N0030C
系所代碼	A
開課班級	夜四技會資二甲 夜四技電子二甲 夜四技企管二甲 夜四技資管二甲 夜四技日語二甲 夜四技電子二乙 夜四技資管二乙 夜四技生技二甲 夜四技電機二甲
開課教師	黃彩玉
學分	0.0
時數	2
上課節次地點	
必選修	自選必修
課程概述	體適能前後檢測評估認識有氧舞蹈、拉丁有氧、拳擊有氧、階梯有氧基本動作組合變化
課程目標	建立健康體能基本概念養成規律的運動習慣享受運動樂趣
課程大綱	1 週宣佈上課注意事項著便服在三連堂集合 2 至 4 週有氧舞蹈(基本舞步) 5 至 8 週有氧舞蹈組合動作 9 週期中考測驗 10 至 13 週拳擊有氧 14 至 17 週階梯有氧 18 週期末考測驗(體育常識、學科筆試)
英文大綱	
教學方式	課堂講授, 實務操作,
評量方法	自行設計測驗, 實作評量, 課程參與度(出席率),
指定用書	
參考書籍	
先修科目	
教學資源	
注意事項	
全程外語授課	
授課語言 1	
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	

