

## 南台科技大學 98 學年度第 2 期課程資訊

課程名稱	體育生活(四)(健身雕塑 C)
課程編碼	04D02813
系所代碼	14
開課班級	四技網通二甲 四技微電二甲 四技資管二甲 四技資管二乙 四技資管二丙 四技會資二甲 四技會資二乙 四技資傳二甲 四技資傳二乙
開課教師	林志勳
學分	0.0
時數	2
上課節次地點	
必選修	管制必修
課程概述	四技二年級體育生活課程實施興趣選項 體育教育中心依學校場地 學生選課 興趣項目決定開課項目
課程目標	一 建構學生四技二年級選修興趣選項課程的基本認識及心理準備 二 建構學生修習體育生活課程的學習態度 三 建構學生基本休閒生活的技巧 四 養成學生運動一生 一生運動的良好習慣 五 建構學生良好團體意識特質的養成
課程大綱	以每一個開課單項敘述為主
英文大綱	
教學方式	課堂教授,分組討論,實務操作,依照進度至各場地上課。
評量方法	自行設計測驗,實作評量,課堂討論,課程參與度(出席率),
指定用書	
參考書籍	一、參閱體育各相關課程書籍。 二、運動訓練相關書籍、資料。 三、運動生理學 四、運動解剖學 五、運動訓練學
先修科目	
教學資源	學校提供之各項運動器材
注意事項	1、上課務必著運動服裝(棉質吸汗T恤或 polo 衫;深色運動褲)與運動鞋。 2、上課請勿穿拖鞋(涼鞋、帆布鞋)與牛仔褲。 3、考試時,服裝不符規定將不得參加考試。 4、請準備毛巾及更換衣物。 5、上課中禁止飲食、嚼食口香糖(早餐請於上課前 30 分食用完畢)。 6、身體若有任何重大或慢性疾病,請務必告知任課教師。 7、課堂中注意運動安全、並攜帶礦泉水。 8、上課不遲到早退、不無故缺席。

	9、遵守上課規定。
全程外語授課	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	