

## 南台科技大學 102 學年度第 1 學期課程資訊

課程名稱	適應體育(5:50~7:10 特殊條件者)
課程編碼	04N03I01
系所代碼	14
開課班級	適應體育班
開課教師	郭明湖
學分	2.0
時數	2
上課節次地點	
必選修	必修
課程概述	<p>一 照顧不適宜做劇烈運動的學生 也能享受運動生活的樂趣</p> <p>二 對於身心障礙的學生教導學習一些普通的活動及復健技巧</p> <p>三 協助學生對生活治理充滿信心</p>
課程目標	
課程大綱	<p>一 按照每一位學生的需求 設計課程進度</p> <p>二 學習運動按摩的概念及技巧</p> <p>三 學習簡易的體適能概念及技巧</p> <p>四 學習全身穴道的分布及按摩穴道的技巧</p> <p>五 學習如何放鬆身心的方法及實作</p> <p>六 學習筋絡的概念及按摩的方法</p>
英文大綱	
教學方式	
評量方法	
指定用書	
參考書籍	
先修科目	無
教學資源	
注意事項	
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	