

## 南臺科技大學 105 學年度第 2 學期課程資訊

課程名稱	體育生活(四)：瑜珈(A)
課程編碼	04D05001
系所代碼	14
開課班級	四技自控二甲 四技自控二乙四技奈米二甲四技奈米二乙四流行音樂二甲四技工管二甲四技工管二乙四技英語二甲四技英語二乙
開課教師	丁裕娥
學分	1.0
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	<ul style="list-style-type: none"> <li>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</li> <li>二 建構學生修習體育生活課程的學習態度</li> <li>三 建構學生基本休閒生活的技巧</li> <li>四 養成學生運動一生 一生運動的良好習慣</li> <li>五 建構學生良好團體意識特質的養成</li> </ul>
課程大綱	以每一個開課單項敘述為主
英文大綱	
教學方式	
評量方法	
指定用書	自編教材
參考書籍	自編教材
先修科目	
教學資源	
注意事項	穿著選擇透氣佳材質良好(可保持體溫)之符合課程的服裝。 自備瑜珈墊、毛巾、水。
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	

