

重新查詢

友善列印

### 0981學期 課程基本資料

系所 / 年級	共同必選修 2年級	課號 / 班別	GSG00108 / A
學分數	0學分	選 / 必修	必修
科目中文名稱	適應體育	科目英文名稱	Survive Physical Education
主要授課老師	李明榮	開課期間	一學年之上學期
人數上限	60 人	已選人數	49人

### 起始週 / 結束週 / 上課地點 / 上課時間

第1週 / 第18週 / 體育場 / 星期1第09節  
第1週 / 第18週 / 體育場 / 星期1第10節

請各位同學遵守智慧財產權觀念；請勿非法影印。

### 教學綱要

一、教學目標(Objective) 一、指導學生瞭解適應體育活動的重要性。二、指導學生懂得如何藉由保健的方式達到健康的目的。三、幫助學生由體育活動的參與中建立自信心。四、找出融入群體與獲取最大的途徑。

二、先修科目(Pre Course)

三、教材內容(Outline)

四、教學方式(Teaching Method)

五、參考書目(Reference)

六、教學進度(Syllabi)	2009/9/21 身心障礙之定義與分類。	李明榮
	2009/9/28 身心障礙之定義與分類。	李明榮
	2009/10/5 運動與營養之概念。	李明榮
	2009/10/12 運動與營養之概念。	李明榮
	2009/10/19 健康體適能之處方與實作。	李明榮
	2009/10/26 健康體適能之處方與實作。	李明榮
	2009/11/2 伸長操之概要介紹。	李明榮
	2009/11/9 伸長操之概要介紹。	李明榮
	2009/11/16 骨骼與肌肉神經之互動活動。	李明榮

2009/11/23	骨骼與肌肉神經之互動活動。	李明榮
2009/11/30	人體免疫機能與壓力調適。	李明榮
2009/12/7	人體免疫機能與壓力調適。	李明榮
2009/12/14	香煙與健康。	李明榮
2009/12/21	香煙與健康。	李明榮
2009/12/28	經驗分享	李明榮
2010/1/4	經驗分享	李明榮
2010/1/11	經驗分享	李明榮
2010/1/18	期末考	李明榮

七、評量方  
式(Evaluation)

八、講義位  
址(<http://>)

九、教育目標

重新查詢