朝陽科技大學 098學年度第1學期教學大綱
Physical Fitness Practice 體適能實務

當期課號	1506	Course Number	1506
授課教師	張瑞興	Instructor	CHANG,JUI HSING
中文課名	體適能實務	Course Name	Physical Fitness Practice
開課單位	休閒事業管理系(四日)二A	Department	
修習別	必修	Required/Elective	Required
學分數	2	Credits	2
課程目標	1.藉由課程講授幫助學生了解體適能的專業知識。 2.建構學生執行各項體適能檢測的能力。 3.藉由實際的演練與操作，建立學生正確的產業認知與服務態度。	Objectives	1.Curriculum to help students by teaching the disintegration of fitness expertise. 2.Construction of the implementation of the students in physical fitness testing capabilities. 3.By practical exercises and operations, students set up the right attitude of industry knowledge and services.
教材	1.教師體適能指導手冊，教育部，國立台灣 師範大學學校體育研究與發展中心主編 2. 期刊論文文獻	Teaching Materials	Journal articles
成績評量方式	1. 課堂參與: 30%; 2. 期中報告: 30%; 3. 期末報告: 40%。	Grading	1. Attendance and participation: 30%; 2. Midterm presentaiton: 30%; 3. Final report: 40%.
教師網頁	http://www.cyut.edu.tw/~leisure/		
教學內容	1.了解規律運動的重要性，養成終身運動習慣。 2.培養其體適能指導能力的啓發，發展另一專業能力。	Syllabus	The purposes of studying are using the body suitably theory to guide introduction and practice operation. Enable the student to be possible by wayof the theory and the practice conformity, and the synthesis utilizes in thedaily life.

尊重智慧財產權，請勿非法影印。