

朝陽科技大學 099學年度第1學期教學大綱
Elderly Sports 老人運動

當期課號	2372	Course Number	2372
授課教師	陳家成	Instructor	Chen,Jia Chern
中文課名	老人運動	Course Name	Elderly Sports
開課單位	老人服務事業管理系(四日)四A	Department	
修習別	選修	Required/Elective	Elective
學分數	2	Credits	2
課程目標	<p>1.了解高齡者身心及社會狀況，探討休閒、生涯規劃與晚年健康之間的關係。</p> <p>2.思考老年生涯的真正需求，並介紹在台灣剛起步之運動療法的發展情況及其內涵與應用。</p> <p>3.老年運動設計規劃從休閒活動的系統概念導入。</p> <p>4.認識運動的理論、價值與考量要素，並依不同的老人機構分類運動。</p>	Objectives	<p>1.Understand the physical, psychological and social conditions in the elderly to explore the sports, leisure, and health in later life relationships.</p> <p>2.Think the real needs of the elderly career and describes in Taiwan start-up of the development of recreational therapy and its content and applications.</p> <p>3.Elderly sports design and planning from the concept of leisure activities into the system.</p> <p>4.Recognizing sports theory values and considers the elements, and old institutions of different categories according to different sports.</p>
教材	<p>張妙瑛等(2005)。運動健康管理。台北：全華。</p> <p>台北市政府衛生局保健網。</p> <p>張宏亮(2003)。運動與健康，健康文化事業股份有限公司。</p>	Teaching Materials	<p>Chang, Miao-Ying and others (2005). Sports and Health Management. Taipei: Cyuan-hua.</p> <p>http://www.healthcity.net.tw/default.asp</p> <p>Chang, Hon-Ran (2003). Sports and Health. Health Culture World Inc.</p>
成績評量方式	<p>出席狀況20%</p> <p>期中考試20%</p> <p>書面報告30%</p> <p>期末考試30%</p>	Grading	<p>attendance20%</p> <p>mid-term exam20%</p> <p>report30%</p> <p>Final exam30%</p>
教師網頁	-		
教學內容	<p>了解高齡者身心及社會狀況，並探討休閒、生涯規劃與晚年健康之間的關係，並且將老年運動設計規劃從休閒活動的系統概念導入，認識運動的理論、價值與考量要素，並依不同的老人機構分類運動。</p>	Syllabus	<p>Understand the physical, psychological and social conditions in the elderly to explore the sports, leisure, and health in later life relationships. Besides, elderly sports design and planning from the concept of leisure activities into the system. Therefore, recognizing sports theory values and considers the elements, and old institutions of different categories according to different sports.</p>

尊重智慧財產權，請勿非法影印。