朝陽科技大學 099學年度第2學期教學大綱
運動健康概論

當期課號	1359	**Course Number**	1359
授課教師	陳人維	**Instructor**	CHEN,JEN WEI
中文課名	運動健康概論	**Course Name**	
開課單位	休閒事業管理系(四日)一A	**Department**	
修習別	選修	**Required/Elective**	Elective
學分數	2	**Credits**	2
課程目標	1.瞭解運動健康的相關理論。 2.瞭解運動健康的相關議題。 3.透過個案報告，強化學生口語表達與與溝通協調能力。	**Objectives**	1.To understand the theory of sport and health. 2.To understand the issue of sport and health. 3.To enhance students' abilities of oral presentation and communication through case study and discussion.
教材	教科本 運動營養學(Exercise Nutrition) 郭家驊、邱麗玲、張振崗、劉珍芳、劉芳青、祁業榮、郭婕等編著 參考書籍: 1.營養學(Nutrition, 2/e) 譯者 : 王果行總校閱 王果行・許嘉玲・ 黃乙芬譯 2.體育保健學 姚鴻恩、鄭隆榆、陳信水校訂	**Teaching Materials**	1.Exercise Nutrition 2.Scientific principles of exercise and fitness
成績評量方式	1.平時學習出缺席:10% 3.隨堂考試:30% 2.期中考:30% 3.期末考:30%	**Grading**	1.Class Participation and Study Attitude: 10% 2. Randomly test during the class 30% 3.Midterm Examination:30% 4.Final exams: 30%
教師網頁			
教學內容	針對增進健康促進與醫療，運動指導教練專業人員，對於運動教練與選手，在於運動行爲與飲食習慣，對運動能力與健康交互影響關係。	**Syllabus**	Aimed at improving health promotion and health care, the guidance of coach sports professionals, sports coaches and players for is to exercise behavior and eating habits, exercise capacity and health of the interaction relationship.

尊重智慧財產權，請勿非法影印。