

朝陽科技大學
102學年度第2學期教學大綱

當期課號	9030	中文科名	休閒與身心成長
授課教師	陳耀南	開課單位	通識教育中心
學分數	2	修課時數	2
開課班級	四年制0年級 1班		
修習別	校訂必修(社會課群)		
類別	一般課程		

本課程與系所培養學生核心能力關聯度	高度關聯	中高關聯	中度關聯	中低關聯	低度關聯
藝文涵養與溝通能力。			✓		
終身學習與獨立思考能力。		✓			
社會關懷與互助合作能力。			✓		
科技應用與問題解決能力。			✓		

本課程培養學生下列知識：

探討正確的休閒與健康概念，使之瞭解休閒遊憩與身心健康之重要性，重視生活方式與態度之改變，進而能妥予規劃日常休閒活動，提昇生活品質，促進身心成長。

1. 休閒之意義與功能
2. 休閒活動之重要性與特質
3. 休閒社會學之定義
4. 休閒活動與生理健康、心理健康、人際關係
5. 休閒產業之概念與發展

Discuss the correct leisure and health concept and understand the importance of the recreation and physical mental health. In addition, emphasize the change of lifestyles and attitudes and plan daily leisure activities in order to promote the life quality and the physical mental health growth.

每週授課主題

- 第01週：觀光遊憩資源概論（同學背景自我期許）
- 第02週：觀光遊憩資源概論
- 第03週：國家公園
- 第04週：國家公園
- 第05週：休閒產業見學（戶外）
- 第06週：發現臺灣之美
- 第07週：臺灣野溪溫泉
- 第08週：期中考
- 第09週：休閒產業實察（戶外）
- 第10週：臺灣頂尖風景區
- 第11週：臺灣山岳
- 第12週：雲嘉南生態之美
- 第13週：臺灣島嶼生態資源
- 第14週：臺灣山岳生態
- 第15週：臺灣老街夜市
- 第16週：臺灣步道
- 第17週：臺灣湖泊
- 第18週：期末考

成績及評量方式

- 平時20%：20%
- 期中考30%：30%
- 期末考30%：30%
- 簡報製作與技巧20%：20%

證照、國家考試及競賽關係

本課程無證照、國家考試及競賽資料。

主要教材

1. 觀光與休閒遊憩資源規劃(教科書)

參考資料

本課程無參考資料!

建議先修課程

本課程無建議先修課程

教師資料

教師網頁：<http://www.cyut.edu.tw/~s4037/>

E-Mail：s4037@cyut.edu.tw

Office Hour：

分機：

[\[關閉\]](#) [\[列印\]](#)

尊重智慧財產權，請勿不法影印。