

朝陽科技大學
105學年度第2學期教學大綱

當期課號	1379	中文科名	特定族群運動休閒指導
授課教師	柳立偉	開課單位	休閒事業管理系
學分數	2	修課時數	2
		開課班級	日間部四年制4年級 A班
修習別	專業選修		
類別	一般課程		

本課程與系所培養學生能力指標關聯度：

核心能力	能力指標	關聯度		
		高度關聯	中度關聯	低度關聯
休閒事業基礎管理運用與專業倫理能力。	具備正確的工作倫理與態度	✓		
休閒事業服務技術能力。	瞭解休閒服務相關知能		✓	
國際視野與自主學習能力。	知識搜尋、吸收與統整能力		✓	

本課程培養學生下列知識：

介紹不同特定族群在運動休閒規劃與指導上的重要議題外，協助某一特定族群實際進行一項運動休閒活動方案的規劃與指導。

- 1.瞭解不同特定族群適合的運動休閒活動
- 2.瞭解不同特定族群在運動休閒規劃與指導上的重要議題
- 3.具備撰寫特定族群運動休閒規劃與指導之能力
- 4.瞭解特定族群規劃者應具備的專業倫理與態度

Introduce and discuss the important issues on different ethnic group in the sports and leisure planning and guidance field. Apply the theory to assist a particular ethnic group to conduct a sports and leisure activities program.

每週授課主題

- 第01週：課程介紹，授課大綱介紹
- 第02週：老人健康促進和生活品質
- 第03週：老人的運動動機
- 第04週：功能性體適能基礎理論/內容與效益
- 第05週：老人運動前篩檢和功能性體適能評估
- 第06週：功能性體適能之運動處方
- 第07週：老人營養與體重管理
- 第08週：期中考
- 第09週：老人運動課程設計、教學與領導技巧
- 第10週：實務操作與演練
- 第11週：實務操作與演練
- 第12週：青少年運動休閒活動指導
- 第13週：幼兒與兒童運動休閒活動指導
- 第14週：身心障礙者運動休閒活動介紹
- 第15週：期末術科考試
- 第16週：社區服務一
- 第17週：社區服務二
- 第18週：期末考:筆試

成績及評量方式

- 期中考：30%
- 期末考術科：30%
- 期末考筆試：30%
- 出席：10%

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

- 1.1.李淑芳和劉淑燕編著(2009)。老年人功能性體適能，華都文化。(教科書)(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/~llouis/>

E-Mail：llouis@cyut.edu.tw

Office Hour：

星期一,第7~8節,地點:R-232;

星期三,第7~8節,地點:R-232;

分機:4825

[\[關閉\]](#) [\[列印\]](#)

尊重智慧財產權，請勿不法影印。