

107-2 大葉大學 完整版課綱

基本資料

課程名稱	人體肌動學	科目序號/代號	1221 /BSM2044
必選修/學分數	必修 /3	上課時段/地點	(五)567 /B501
授課語言別	中文	成績型態	數字
任課教師 / 專兼任別	徐緯珍 / 兼任	畢業班/非畢業班	非畢業班
學制/系所/年班	大學日間部 / 運動健康管理學系 / 1年1班		

課程簡介與目標

- 一、對人體主要關節的種類、構造及產生的動作連結有進一步的了解。
- 二、對人體運動時的肌群的走向、作用、神經控制等有進一步的了解。
- 三、認識人體運動時不同的拮抗肌群、以及協同肌群的交互作用。

課程大綱




介紹人體運動時的肌肉骨骼系統動作型態及角色功能

包括關節動作的形態、肌肉動作時的交互作用，藉了解骨骼病變或傷害的可能發生原因及變化。學習單元有，肌肉動作學的概念、上肢關節介紹與運作、下肢關節介紹與運作、軀幹介紹與運作、肌動學介紹與運作等。

基本能力或先修課程

無

課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  運動與健康管理專業知能
-  運動與健康企劃能力
-  運動與健康指導能力

教學計畫表

系所核心能力	權重(%) 【A】	檢核能力指標(績效指標)	教學策略	評量方法及配分 權重	核心能力 學習成績 【B】	期末學習 成績 【C=B*A】
運動與健康管理 專業知能	40	能用所學的專業知識解答相關問題 能熟悉運用管理分析工具 能取得管理領域證照	講述法 小組討論 小組合作 學生上台報告	期中考: 20% 期末考: 20% 口試: 20% 小組合作狀況: 10% 口頭報告: 20% 上課筆記: 10%	加總: 100	40
運動與健康企劃 能力	30	能具備規劃、撰寫及執行運動企劃書之能力 能取得運動管理或行銷企劃相關證照	講述法 小組討論 小組合作 學生上台報告	期中考: 20% 期末考: 20% 口試: 20% 小組合作狀況: 10% 口頭報告: 20% 上課筆記: 10%	加總: 100	30
運動與健康指導 能力	30	具備運動指導原則及技能 能依照老師的教導正確的實際演練及編排 能依據不同的需求提供不同形式的運動處方 能取得運動指導或教練證照	講述法 小組討論 小組合作 學生上台報告	期中考: 20% 期末考: 20% 口試: 20% 小組合作狀況: 10% 口頭報告: 20% 上課筆記: 10%	加總: 100	30

成績稽核

期中考: 20%
 期末考: 20%
 口試: 20%
 口頭報告: 20%
 小組合作狀況: 10%
 上課筆記: 10%

書籍類別 (尊重智慧財產權, 請用正版教科書, 勿非法影印他人著作)

書籍類別	書名	作者
教科書	基礎肌動學	Paul Jackson Mansfield, Donald A. Neumann

上課進度

週次	教學內容	教學策略
1	課程介紹與分組 & 智財權宣導(含告知學生應使用正版教科書) & 交通安全宣導	講述法
2	肌動學基本原則	講述法、 小組討論
3	關節的結構和功能	講述法、 小組討論
4	骨骼肌的構造和功能	講述法、 小組討論
5	肩關節複合體	講述法、 小組討論
6	肘關節及前臂複合體	講述法、 小組討論
7	清明節停課	講述法
8	複習	講述法
9	期中考	講述法
10	腕關節	講述法、 小組討論
11	手部	講述法、 小組討論
12	脊柱	講述法、 小組討論
13	髖關節	講述法、 小組討論
14	膝關節	講述法、 小組討論
15	踝關節	講述法、 小組討論
16	端午節停課	講述法
17	口試	講述法、 學生上台報告
18	期末考	講述法