

108-1 大葉大學 選課版課綱

基本資料			
課程名稱	運動處方	科目序號/代號	1098 /BSM3050
必選修/學分數	必修 /3	上課時段/地點	(五)234 /B502
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	
學制/系所/年班	大學日間部 / 運動健康管理學系 /3年1班		

課程簡介與目標

運動處方之開立原則.




課程大綱

基礎重量訓練原則,核心肌群訓練,身體組成改善

基本能力或先修課程

運動生理學

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

