

## 國立清華大學教學大綱

【尊重智慧財產權，請使用合法教科書，不得非法影印！】

課程名稱	中文：適應體育		必/選修	選選
	英文：Adapted Physical Education		課程類別	
開課單位	清華學院	體育室	開課學期 (上、下)	上
學分數	0		先修課程	無
課程時間	2 小時			
課程目標：	習得運動技能，擬定個人運動處方。			
課程內容：	1-2 週:課程簡介與運動能力評估(第一週請至南大校區體育館門口集合) 3-7 週:重量訓練規劃與操作 8-13 週:球類運動規劃與操作 14-17 週:徒手訓練規劃與操作 18 週:課程回饋			
課程方式：	實務操作演練 80%、擬定訓練計畫 20%			
評量方式：	出席率 70%、身體活動 30%			
教科書：	無			
參考書目：	林曼蕙、周俊良、陳張榮、高貴足、朱彥穎、潘倩玉、徐錦興、蔡佳良(2012)。適應體育(Adapted Physical Education and Sport, Joseph P.winnick)。台北市:禾楓書局。			