

National Taiwan Sport University

國立體育大學

Department of Sport Promotion

體育推廣學系

課程名稱：健康促進（200 分鐘）

上課地點：行政大樓/教室號碼 305

上課時間：星期二/下午 13:30-17:00

學分：2 學分

授課老師：黃美瑤 Ph.D. 副教授

辦公室/研究室：教學大樓五樓 體育推廣學系/教學大樓六樓 653

E-mail: huangyoyo74@gmail.com

郵件信箱：體育推廣學系 推廣教育中心

聯絡電話：03-328-3201 轉 8653; 8103

網頁：http://192.83.181.182/~myhuang/

課程目的/目標

此課程將會著重於五大單元

1. 促進健康行為改變
2. 心理社會健康
3. 壓力管理
4. 暴力和虐待
5. 精神障礙者的病理

教科書：

江麗玉，陳清相，等譯. (2007). 健康促進 <第二部>。中華民國，台北：禾風書局有限公司。

訂書專線：

期末成績：

小組指定章節導讀	20%
回家作業	40%
紙筆測驗	40%
總分 Total	100%

◆ 小組章節導讀 (3 人):

小組章節導讀以抽籤的方式決定要導讀的章，節的部分小組自行選擇哪 3 節要導讀。導讀的方式不限，只要能完整的表達此小節即可。每組發表時間為 **15** 分鐘，專題報告結束後，接受教師及同學的提問與回饋 **5** 分鐘。發表的小組請準備**足夠的評分表**於報告前發給小組與教師。

◆ 回家作業(個人):

這學期有七個主題，請個人自行選擇 5 個主題的作業在指定的日期繳交。題目在每一章的最後面。作業格式，**封面為第一頁(包含評分表，附件二)**，第二頁後，**請依照字型標楷體，字型的大小為 12，段落行距為 1.5 倍，雙面列印**。請依照格式進行回家作業，如格式不對，則以 0 分計算。不收遲交作業。()

◆ 紙筆測驗：

依上課內容出題。

根據中華民國身心殘障法令，你若是行動不方便者，請告知我。站在教育的立場，我將會提供最大的協助。

本學期教學大綱

週	教 學 計 畫	報 告 繳 交
1. 11/30	課程介紹：第一章：促進健康行為改變	
2. 12/07	第九章：吃出理想的健康	
3. 12/14	第十章：管理你的體重	章節導讀 作業繳交
4. 12/21	第十一章：體適能	章節導讀 作業繳交
5. 12/28	第十二章：心臟血管疾病	章節導讀 作業繳交
6. 1/04	第十三章：癌症	章節導讀 作業繳交
7. 1/11	第十四章：傳染性疾病與非傳染性疾病	章節導讀 作業繳交
8. 1/18	第十五章：生命的變遷	章節導讀 作業繳交
9. 1/25	紙筆測驗	

PS. 暫定課表，教師有權更動課程內容以利教學。

★學習態度與出缺席政策：每一次無故缺席將影響你的總成績，3次無故缺席將自動列入不及格。所有的請假需有假條才可銷假，病假的假條需以健保卡及學校假條兩者為主，事假需事先告知，事後再以假條銷假。你/妳已是一位大學知識份子，所以我預期每一位同學都能準時上課，當然我也會準時下課，對於每一次遲到及早退的同學將以扣1分以示警告。遲交作業當以0分計算，除非事先有告知老師。遲到15分鐘以上視同缺課。

(附件二) 健康促進 回家作業評分表

分數	評分依據	得分
1分	規定格式(紙張乾淨度, 評分表)	
3-4分	作業中包含詳細重點, 並用自己的話重新解讀其見解, 至少用了3份其它文獻。	
1-2分	作業中包含部分重點, 一半的話重新解讀其見解, 至少用了2份其它文獻。。	
0-1分	作業中包含少許的重點, <u>報告中看起來似乎是臨時完成的作品</u> 。	
總得分		

提醒: 封面為第一頁(包含評分表), 第二頁後, 請依照字型標楷體, 字型的大小為 12, 段落行距為 1.5 倍, 雙面列印。格式錯誤以 0 分計算。