

KPE161H1 - 2021-22 Winter

BR	Professor	Course Average
N/A	Tim Taha	C+

General Information	KPE161 - Fitness: Principles and Practice는 1학년 과목 중에서 ANA126 다음으로 가장 어려운 코스로 알려져 있습니다. 이 과목에선 Physical fitness란 무엇이고, fitness를 결정하는 생리학적 요소들은 무엇이며, 다양한 training 방식이 어떤 영향을 미치는지 배우게 됩니다. 생리학 (Physiology)에 관심이 많으시다면 충분히 즐길수있는 코스이나 외울게 많고 시험이 어렵다는 단점이 있습니다.
Grading Scheme	Test 1: 25% Test 2: 35% Final Exam: 40%
Tips for LEC/TUT/PRA	LAB: N/A Tutorial: N/A Assignments: N/A Exams: multiple choice 문제들이고 매우 많기 때문에 외워갈게 많습니다. 렉처 노트 잘 쓰고 flashcard 쓰는걸 추천합니다.
Study Tips	렉처 외에도 볼 수 있는 video와 activity들이 많은데 과제로 확인하진 않지만 시험에 나오기도 하고, 렉처에서 이해하기 어려웠던 컨셉들을 이해하기 쉽게 알려주기 때문에 열심히 풀어보시는걸 강추합니다. Practice test 풀어가는건 필수입니다.