

106 學年度第 2 學期
樂大一年級「長青電腦」課程表

上課時間：週一 10：00～12：00，共 12 次

上課地點：IR335 電腦教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	3/12	掃與防隨身碟病毒	陳以德
2	3/19	聲音原理簡介	陳以德
3	3/26	Goldwave 音效處理軟體	陳以德
4	4/2	去人聲、Fad in/out	陳以德
5	4/9	升降 key	陳以德
6	4/16	攝影術語與原理	陳以德
7	4/30	拍攝技巧	陳以德
8	5/7	圖片原理簡介	陳以德
9	5/14	Xnview 圖片處理軟體	陳以德
10	5/21	圖片播放、旋轉、縮小	陳以德
11	5/28	特效圖片(馬賽克、油畫等)	陳以德
12	6/4	環場圖片軟體與接合	陳以德

106 學年度第 2 學期
樂大一年級「高齡者安全運動」課程表

上課時間：週一 13：00～15：00，共 12 次

上課地點：濟世大樓 B2 舞蹈教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	3/12	運動與健康概論	徐靜輝
2	3/19	銀髮族多元體適能	徐靜輝
3	3/26	銀髮族皮拉提斯(一)	徐靜輝
4	4/2	銀髮族皮拉提斯(二)	徐靜輝
5	4/9	銀髮族律動體適能	徐靜輝
6	4/16	氣功瑜珈(一)	徐靜輝
7	4/30	氣功瑜珈(二)	徐靜輝
8	5/7	身心靈平衡運動	徐靜輝
9	5/14	銀髮族創意運動(一)	徐靜輝
10	5/21	銀髮族創意運動(二)	徐靜輝
11	5/28	銀髮族皮拉提斯(三)	徐靜輝
12	6/4	銀髮族皮拉提斯(四)	徐靜輝

106 學年度第 2 學期
樂大一年級「健康生活大改造」課程表

上課時間：週四 10：00～12：00，共 12 次

上課地點：CSB101

週次	日期	課程主題	授課教師
1	3/8	活躍的頭腦與心靈:心智活動(一)	郭昶志
2	3/15	活躍的頭腦與心靈:心智活動(二)	郭昶志
3	3/22	電影欣賞與職能觀點探討-明日的記憶	郭昶志
4	3/29	認識老年憂鬱	郭昶志
5	4/12	電影欣賞與職能觀點探討-金盞花大飯店	郭昶志
6	4/19	人體力學、預防跌倒原則與運動(一)	郭昶志
7	5/3	人體力學、預防跌倒原則與運動(二)	郭昶志
8	5/10	居家安全、生活輔具與環境改造	郭昶志
9	5/17	運用日常活動訓練平衡能力	郭昶志
10	5/24	感恩的心-母親節慶祝活動:職能為關係建立之媒介	郭昶志
11	5/31	健康飲食、營養與食品標籤大破解	郭昶志
12	6/7	畢業成果展現與課程回顧	郭昶志