

105 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	3/6	運動與健康概論	徐靜輝
2	3/13	銀髮族多元體適能	徐靜輝
3	3/20	銀髮族皮拉提斯(一)	徐靜輝
4	3/27	銀髮族皮拉提斯(二)	徐靜輝
5	4/10	銀髮族律動體適能	徐靜輝
6	4/24	氣功瑜珈(一)	徐靜輝
7	5/1	氣功瑜珈(二)	徐靜輝
8	5/8	身心靈平衡運動	徐靜輝
9	5/15	銀髮族創意運動(一)	徐靜輝
10	5/22	銀髮族創意運動(二)	徐靜輝
11	6/5	銀髮族皮拉提斯(三)	徐靜輝
12	6/12	銀髮族皮拉提斯(四)	徐靜輝

105 學年度第 2 學期
樂大一年級「長青電腦」課程表

上課時間：週四 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	3/9	聲音原理簡介	陳以德
2	3/16	下載影音	陳以德
3	3/23	聲音處理	陳以德
4	3/30	Goldwave 軟體操作	陳以德
5	4/6	去人聲、Fad in/out	陳以德
6	4/13	升降 key	陳以德
7	4/27	數位圖片原理	陳以德
8	5/4	Xnview 軟體操作	陳以德
9	5/11	Digital Image 處理	陳以德
10	5/18	全景相片接合	陳以德
11	5/25	影片原理	陳以德
12	6/1	會聲會影軟體	陳以德

105 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 15：00～17：00，共 12 次

上課地點：CS207

週次	日期	課程主題	授課教師
1	3/9	活躍的頭腦與心靈： 心智活動	郭昶志
2	3/23	電影欣賞與職能觀點探討- 明日的記憶	郭昶志
3	3/30	認識老年憂鬱	郭昶志
4	4/6	電影欣賞與職能觀點探討- 金盞花大飯店	郭昶志
5	4/13	人體力學、預防跌倒原則與 運動	郭昶志
6	4/27	居家安全、生活輔具與環境 改造	郭昶志
7	5/4	運用日常活動訓練平衡能力	郭昶志
8	5/11	感恩的心-母親節慶祝活動： 職能為關係建立之媒介	郭昶志
9	5/25	財務與職能生活	郭昶志
10	6/1	健康飲食、營養與食品標籤 大破解	郭昶志
11	6/8	戶外教學-從捷運看高雄： 融合健康職能、交通、社區 資源利用與環境安全	郭昶志
12	6/15	畢業成果展現與課程回顧	郭昶志