

## 110 學年度第 1 學期 樂大一年級「美好人生 正向開始」課程表

上課時間：週一 13：10～15：00 或  
週一 14：10～16：00，共 12 次

週次	日期	課程主題	授課教師	上課地點
1	10/4	營造正向團隊—破冰	吳相儀	視聽中心
2	10/18	發現生活美好—導論	吳相儀	視聽中心
3	10/25	青銀共學翻轉—快樂	吳相儀	CS915
4	11/1	青銀共學翻轉—幸福	吳相儀	CS915
5	11/8	創造最優體驗—心流	吳相儀	CS915
6	11/15	發揮自身美好—強項	吳相儀	視聽中心
7	11/22	衰弱、老化與社區照顧	陳政智	103
8	11/29	人生不是要變老， 而是要變好	陳政智	103
9	12/6	老人如何保障財產	陳政智	103
10	12/13	469 與 OBS 如何面對 多元社會與價值	陳政智	103
11	12/20	人生的無限可能	陳政智	103
12	1/10	正向創意專題—教學相長	吳相儀	103

※上課教室位置說明：

- ◆ 視聽中心：位於勵學大樓 3 樓半(推廣教育中心旁)
- ◆ 103 教室：位於綜合實驗大樓 1 樓

**110 學年度第 1 學期**  
**樂大一年級「銀向 E 生活」課程表**

上課時間：週四 10：10～12：00，共 12 次

上課地點：IR503 電腦教室

週數	日期	課程主題	授課教師
1	10/14	使用電腦、手機基本觀念	陳以德
2	10/28	了解自己的手機(Android, iOS)	陳以德
3	11/4	Sogi、手機設定、上網設定	陳以德
4	11/11	手機 APP 安裝(Play & Store)	陳以德
5	11/25	Google 助理與 Siri	陳以德
6	12/2	查車班，機票，輪船，旅館	陳以德
7	12/9	查門診，路況，天氣 Windy	陳以德
8	12/16	Line, 群組, 相片, 傳位置	陳以德
9	12/23	IG, FB, Message	陳以德
10	12/30	拍賣網站, Mobile01	陳以德
11	1/6	Youtube 追劇	陳以德
12	1/13	手機與電腦連線	陳以德

# 110 學年度第 1 學期

## 樂大一年級「健康生活大改造」課程表

上課時間：週四 13：10～15：00，共 12 次

上課地點：CSB101 教室

週次	日期	課程主題	授課教師
1	10/14	課程介紹與姓名賓果	郭昶志
2	10/21	生活範疇焦點團體	郭昶志
3	10/28	健康是什麼？生活品質是什麼？	郭昶志
4	11/4	職能活動是什麼？	郭昶志
5	11/11	探究職能活動的意義： 不老騎士紀錄片觀賞與討論	郭昶志
6	11/25	台灣老人生活範疇與壓力源	郭昶志
7	12/2	老化是怎麼一回事－ 迷思及影響	郭昶志
8	12/9	老年人的身體活動	郭昶志
9	12/16	認識關節活動度與職能生活 (一)	郭昶志
10	12/23	認識關節活動度與職能生活 (二)	郭昶志
11	12/30	日常生活壓力放鬆技巧練習	郭昶志
12	1/6	春聯活動－ 結合健康職能與活動敘述觀點	郭昶志