

## ewant 跨校通識數位課程資訊表

- 此表格由參與跨校通識數位課程計畫之授課團隊於正式開課前填寫，所填資料將做為課程審查及安排跨校通識數位課程之依據。
- 執行單位：國立陽明交通大學 高等教育開放資源研究中心
- ewant 育網開放教育平台保留修改、終止、變更內容細節之權利。

課程規劃	
開課學期	114 學年度第二學期
學校名稱 <sup>1</sup>	高雄醫學大學
通識課程名稱	老人健康生活大改造：職能科學之生活應用
通識課程英文課名	Lifestyle modification program for older adults : an application of Occupational Science in daily living
平台上課程名稱 <sup>2</sup>	老人健康生活大改造：職能科學之生活應用
課程開始-結束日期	開學後第二週至 5 月 31 日
課程摘要	<p>隨著年齡的增長，老年人經常會經歷種種退化現象，例如生理與心理健康、認知、主觀性安適感、功能性之退化等。本課程採用美國南加州大學所發表的生活型態再設計概念，主要是讓學員能更瞭解老人日常生活中所進行的有意義的職能活動之重要性，並且傳授與分享如何選擇和執行，能夠促進健康和滿意的生活型態之知識與方法，期望學員能夠實際運用課程所學，來增進自我的生活品質或未來協助老人提升其安適感。</p> <p>本課程為【長照樂活 2.0】系列課程之第一部，【長照樂活 2.0】系列課程包含本課程「老人健康生活大改造」，以及第二部「銀髮心理與生活」（陽明交通大學-黃植懋老師）、第三部「活出健康第二人生」、第四部「享受健康第三人生」，共四門課程所組成，系統地由基礎學習到全面的知識，達成預防失能、延緩失智及成功老化的目標，打造健康樂活的人生。</p>
課程目標	<p>一、透過磨課師的開放修讀，讓學習者認識與瞭解台灣老年人口生活型態。</p> <p>二、學習者將能探究老年人自我認知重要生活活動型態內涵，以提高</p>

<sup>1</sup> 開課學校需與「國立陽明交通大學」簽訂學術會員合約。

<sup>2</sup> 「通識課程名稱」係建議選課學校送交校內課程審議委員會以及登錄於校內課程系統的正式課程名稱，若實際在 ewant 育網平台開課之課程名稱不同，請於「平台課程名稱」說明。

	<p>生活滿意度。</p> <p>三、提供不同面向的活動及範例，讓學習者更深入瞭解如何實際去協助自己或未來的老人。</p>
通識理念	<p>瞭解如何運用調適策略及如何選擇與執行，能夠促進健康、滿意生活型態的知識與方法，並能夠實際的運用到自己生活中。</p>
近 3 年教學評鑑值 或 開課經歷	<p>教師教學：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 榮獲 2024 全國開放教育優良課程—MOOCs 組優選</li> <li>2. 榮獲 110 年度教育部大專校院教學實踐研究績優計畫</li> <li>3. 110、111 學年度榮獲教師教學評量績優</li> </ol> <p>開課經歷：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 校外：參與 ewant 跨校通識數位課程，近三年獲 10 間學校選用修讀共 18 次，總選課人數共 1,771 人。</li> <li>2. 校內：輔助教學本校職治系上學期選修課程「職能科學之生活應用」，近三年總修課人數共 70 人，並於 111-1 學期榮獲課程評量績優。</li> </ol>
授課教師	<p><b>郭昶志 老師</b></p> <p>現職：高雄醫學大學職能治療學系副教授</p> <p>最高學歷：美國南加州大學職能科學暨職能治療博士</p> <p>研究領域：老人健康促進、職能活動科學、職能治療理論、生理職能治療、質性研究</p>
使用語言	全中文授課
建議學分	2 學分
課程領域	跨域融通
通識課程標籤 (SDGs 或 UCAN)	<p>SDG4</p> <p>溝通表達、問題解決、持續學習、創新、人際互動、團隊合作</p>
教學方式/時數	<p><b>總時數：36 小時。</b></p> <p>線上活動：</p> <p>線上非同步教學影音總時數：13 小時。</p> <p>線上同步教學，次數：2 次，總時數：2 小時。</p> <p>線上評量：次數：10 次，總時數：5 小時。</p> <p>線上作業：次數：5 次，總時數：10 小時。</p>

	討論區互動：總時數：6 小時。
作業設計	每周皆有設計課後作業，模擬生活中可能遇到的問題情境，結合所學知識來解決問題。學習者以文字說明、職能活動照片、反思回顧、訪談記錄、設計活動等方式繳交相關作業。
評分標準	<p>*詳細評分標準依授課教師規定為準，授課教師保有調整評量標準之權利。</p> <p>課程通過成績：60 分，滿分：100 分。</p> <p>【學分生評分標準】</p> <p>1.課後測驗：共 10 個測驗，各個測驗的分數占總成績 4%，佔總成績 40 分。</p> <p>2.課後作業：將指定其中 5 個單元(每個單元佔 8 分，依品質給分)，佔總成績 40 分。</p> <p>3.師生互動：在討論區或線上互動(預計有兩次直播)中，如提出問題、回答問題、分享心得、同儕互評等，依品質給分，合計共 20 分(互動踴躍者，得以另行加分)。</p> <p>4.加分作業：除課後作業，另外挑選其他兩個單元繳交者，1 個單元可加總成績 5 分(依品質給分)，最多加 10 分。</p>
修課人數上限	不限
修課其他限制	無
指定用書	無
參考書籍	<p>(一) Florence A. Clark. (2015) Lifestyle Redesign : The Intervention Tested in the USC Well Elderly Studies 2nd Edition. American Occupational Therapy Association, Inc.</p> <p>(二) Betty Risteen Hasselkus. (2004) The Meaning of Everyday Occupation. SLACK INC</p>
其他事項	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 開放課程簡介影片，影片網址： <a href="https://youtu.be/oOQwxe0tiyg?feature=shared">https://youtu.be/oOQwxe0tiyg?feature=shared</a></li> <li>● 開放課程試讀影片，影片網址： <a href="https://youtu.be/KU9yT6czFwc?feature=shared">https://youtu.be/KU9yT6czFwc?feature=shared</a></li> <li>● 先修科目或先備能力：具有一般華語閱讀聽寫能力即可。</li> </ul>

### 詳細教學內容及進度

週次/ 單元	課程內容
<b>課程實施週數：14 週</b>	
1	〈緩衝週〉選課學校加退選週
2	第一單元-課程簡介及啥咪是健康？
3	第二單元-原來這就是職能活動及其意義
4	第三單元-你了解自己嗎？—職能自我分析
5	第四單元-生活型態再設計及台灣老人的生活範疇
6	第五單元-老化是怎麼一回事—迷思及影響
7	【第1次同步遠距-回覆問題與補充資料】
8	第六單元-跟著老師動一動之一—身體活動
9	第七單元-跟著老師動一動之二—身體活動
10	第八單元-保命防跌及環境安全
11	第九單元-心事誰人知—老人心智活動
12	第十單元-吃喝玩樂—老年人其餘生活範疇
13	【第2次同步遠距-回覆問題與補充資料】
14	〈緩衝週〉補交作業等

註：依據「[專科以上學校遠距教學實施辦法](#)」，遠距教學課程授課時數，包括課程講授、師生互動討論、測驗及其他學習活動之時數。