

## 淡江大學 102 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	學習適應與管理	授課 教師	林淑萍 LIN, SHU-PING
	LEARNING ADAPTATION AND MANAGEMENT		
開課系級	學習發展學門 A	開課 資料	選修 單學期 2學分
	TNUNB0A		
<b>學 門 教 育 目 標</b>			
<p>一、了解大學生在學業、心理、社會、生涯的發展面向上應有的認識。</p> <p>二、了解自我學習及心理狀況。</p> <p>三、建立在大學應有的學習能力與態度。</p>			
<b>校 級 基 本 素 養</b>			
<p>A. 全球視野。</p> <p>B. 資訊運用。</p> <p>C. 洞悉未來。</p> <p>D. 品德倫理。</p> <p>E. 獨立思考。</p> <p>F. 樂活健康。</p> <p>G. 團隊合作。</p> <p>H. 美學涵養。</p>			
課程簡介	<p>本課程將教導各類學習策略及技巧，以幫助學生了解自我學習狀況及提昇自我學習效能，培養學生自我管理學習之能力，並能應用在學科的學習上。</p>		
	<p>This course will teach all kinds of learning strategies and skills to help students understand the situation of enhance self-learning and self-learning effectiveness,</p> <p>Students learn self-management ability, and can apply learning in the disciplines.</p>		

本課程教學目標與目標層級、校級基本素養相關性

一、目標層級(選填)：

- (一)「認知」(Cognitive 簡稱C)領域：C1 記憶、C2 瞭解、C3 應用、C4 分析、C5 評鑑、C6 創造
- (二)「技能」(Psychomotor 簡稱P)領域：P1 模仿、P2 機械反應、P3 獨立操作、P4 聯結操作、P5 自動化、P6 創作
- (三)「情意」(Affective 簡稱A)領域：A1 接受、A2 反應、A3 重視、A4 組織、A5 內化、A6 實踐

二、教學目標與「目標層級」、「校級基本素養」之相關性：

- (一)請先將課程教學目標分別對應前述之「認知」、「技能」與「情意」的各目標層級，惟單項教學目標僅能對應C、P、A其中一項。
- (二)若對應「目標層級」有1~6之多項時，僅填列最高層級即可(例如：認知「目標層級」對應為C3、C5、C6項時，只需填列C6即可，技能與情意目標層級亦同)。
- (三)再依據所訂各項教學目標分別對應其「校級基本素養」。單項教學目標若對應「校級基本素養」有多項時，則可填列多項「校級基本素養」。(例如：「校級基本素養」可對應A、AD、BEF時，則均填列。)

序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)	相關性	
			目標層級	校級基本素養
1	透過學習檢測，幫助學生了解自我學習狀況	through the learning test to help students understand the status of self-learning	C2	ABEG
2	教導各類學習策略及技巧，提昇學生自我學習效能	to teach all kinds of learning strategies and skills to enhance students' self-learning effectiveness.	P4	BCDEG
3	培養學生自我管理學習的態度及習慣，並應用在各學科的學習上	students learn self-management attitude and habits, and applied learning in all subjects.	A6	DEG

教學目標之教學方法與評量方法

序號	教學目標	教學方法	評量方法
1	透過學習檢測，幫助學生了解自我學習狀況	講述、討論、模擬、實作、問題解決	實作、報告、上課表現
2	教導各類學習策略及技巧，提昇學生自我學習效能	講述、討論、模擬、實作、問題解決	實作、報告、上課表現
3	培養學生自我管理學習的態度及習慣，並應用在各學科的學習上	講述、討論、模擬、實作、問題解決	實作、報告、上課表現

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	102/09/16~ 102/09/22	Introduction	
2	102/09/23~ 102/09/29	成功學習的要件：自我管理學習概論	
3	102/09/30~ 102/10/06	學習管理 (一)：我是誰	

4	102/10/07~ 102/10/13	大學生的學習檢測 (一) : 大學生學習與讀書策略量表	
5	102/10/14~ 102/10/20	大學生的學習檢測: 大學生學習與讀書策略量表 學習管理 (二) : 時間管理 學習管理 (三) : 物理與社會環境管理	
6	102/10/21~ 102/10/27	學習管理 (四) : 正念思考、動機管理	
7	102/10/28~ 102/11/03	學習管理 (五) : 目標設定、旅遊學習	
8	102/11/04~ 102/11/10	影片欣賞與討論	
9	102/11/11~ 102/11/17	學習管理 (六) : 人際關係	
10	102/11/18~ 102/11/24	期中考試週	
11	102/11/25~ 102/12/01	學習管理 (七) : 時間管理	
12	102/12/02~ 102/12/08	學習管理 (八) : 人格特質剖析	
13	102/12/09~ 102/12/15	學習管理 (九) : 了解情緒表達	
14	102/12/16~ 102/12/22	大學生的學習檢測 (二) : 生涯興趣量表施測	
15	102/12/23~ 102/12/29	學習管理 (十) : 情緒管理、如何與父母溝通	
16	102/12/30~ 103/01/05	大學生的學習解測(二): 生涯興趣量表解測	
17	103/01/06~ 103/01/12	學習管理 (十一) : 我的生涯發展 學習心得分享: 我的有效學習秘笈 繳交期末總心得報告: 個人學習自我管理歷程報告	
18	103/01/13~ 103/01/19	期末考試週	
修課應注意事項			
教學設備		電腦、投影機	
教材課本			
參考書籍			
批改作業篇數		篇 (本欄位僅適用於所授課程需批改作業之課程教師填寫)	
學期成績計算方式		◆出席率: 30.0 %    ◆平時評量: 20.0 %    ◆期中評量: 20.0 % ◆期末評量: 30.0 % ◆其他〈 〉:        %	

備 考

「教學計畫表管理系統」網址：<http://info.ais.tku.edu.tw/csp> 或由教務處  
首頁〈網址：<http://www.acad.tku.edu.tw/CS/main.php>〉業務連結「教師教學  
計畫表上傳下載」進入。

**※不法影印是違法的行為。請使用正版教科書，勿不法影印他人著作，以免觸法。**