

淡江大學 106 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		
學 門 教 育 目 標			
<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>			
校 級 基 本 素 養			
<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, 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	A6	CEF
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.	A6	CEF
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	CEF
4	藉由各種活動的進行，幫助學生從瞭解自我、瞭解環境，進行一全人的學習。	To comprehend a whole person education throughout various learning activities.	A6	CEF
5	藉由各式課程學習經驗，完成全人的教育。	To cultivate a whole person!	A6	CEF

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
4	藉由各種活動的進行，幫助學生從瞭解自我、瞭解環境，進行一全人的學習。	講述、討論、賞析、實作	實作、報告、上課表現
5	藉由各式課程學習經驗，完成全人的教育。	講述、討論、賞析、實作	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	106/09/18~ 106/09/24	Introduction	
2	106/09/25~ 106/10/01	成功學習的要件：自我管理學習概論	
3	106/10/02~ 106/10/08	學習管理 (一)：我是誰	
4	106/10/09~ 106/10/15	大學生的學習檢測 (一)：大學生學習與讀書策略量表	
5	106/10/16~ 106/10/22	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	106/10/23~ 106/10/29	學習管理 (四)：正念思考、動機管理	
7	106/10/30~ 106/11/05	學習管理 (五)：目標設定、旅遊學習	
8	106/11/06~ 106/11/12	影片欣賞與討論	
9	106/11/13~ 106/11/19	學習管理 (六)：人際關係	
10	106/11/20~ 106/11/26	期中考試週	
11	106/11/27~ 106/12/03	學習管理 (七)：時間管理	
12	106/12/04~ 106/12/10	學習管理 (八)：人格特質剖析	
13	106/12/11~ 106/12/17	學習管理 (九)：了解情緒表達	
14	106/12/18~ 106/12/24	大學生的學習檢測 (二)：生涯興趣量表施測	
15	106/12/25~ 106/12/31	學習管理 (十)：情緒管理、如何與父母溝通	
16	107/01/01~ 107/01/07	大學生的學習解測(二)：生涯興趣量表解測	
17	107/01/08~ 107/01/14	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	107/01/15~ 107/01/21	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。