

淡江大學 108 學年度第 2 學期課程教學計畫表

課程名稱	學習適應與管理	授課 教師	藍挹丰 LAN, YI-FENG
	LEARNING ADAPTATION AND MANAGEMENT		
開課系級	學習發展學門 B	開課 資料	實體課程 選修 單學期 2學分
	TNUNB0B		
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>			
本課程對應校級基本素養之項目與比重			
<p>3. 洞悉未來。(比重：30.00)</p> <p>5. 獨立思考。(比重：35.00)</p> <p>6. 樂活健康。(比重：35.00)</p>			
課程簡介	練習學習策略及壓力因應技巧，提升學生自我學習效能與動機		
	Applying learning strategies and learning coping skills of stress-related issues in order to motivate learning effectiveness.		
本課程教學目標與認知、情意、技能目標之對應			
<p>將課程教學目標分別對應「認知 (Cognitive)」、「情意 (Affective)」與「技能 (Psychomotor)」的各目標類型。</p> <p>一、認知(Cognitive)：著重在該科目的事實、概念、程序、後設認知等各類知識之學習。</p> <p>二、情意(Affective)：著重在該科目的興趣、倫理、態度、信念、價值觀等之學習。</p> <p>三、技能(Psychomotor)：著重在該科目的肢體動作或技術操作之學習。</p>			
序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)	
1	練習學習策略及壓力因應技巧，提升學生自我學習效能與動機	Applying learning strategies and learning coping skills of stress-related issues in order to motivate learning effectiveness.	

教學目標之目標類型、核心能力、基本素養教學方法與評量方式

序號	目標類型	院、系(所) 核心能力	校級 基本素養	教學方法	評量方式
1	認知		356	講述、討論、發表	作業、討論(含課堂、線上)、報告(含口頭、書面)、活動參與

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	109/03/02~ 109/03/08	Course introduction	
2	109/03/09~ 109/03/15	心理疾患總介紹	
3	109/03/16~ 109/03/22	智能相關疾患	
4	109/03/23~ 109/03/29	學習障礙相關疾患	反思作業單
5	109/03/30~ 109/04/05	心理測驗(一) 施測	
6	109/04/06~ 109/04/12	情緒相關疾患	
7	109/04/13~ 109/04/19	情緒相關疾患	反思作業單
8	109/04/20~ 109/04/26	心理測驗(一) 解測	
9	109/04/27~ 109/05/03	期中考試週	
10	109/05/04~ 109/05/10	心理測驗(二) 施測	
11	109/05/11~ 109/05/17	拖延症/專注力不足過動相關疾患	
12	109/05/18~ 109/05/24	認知相關障礙	反思學習單
13	109/05/25~ 109/05/31	心理測驗(二) 解測	
14	109/06/01~ 109/06/07	成癮相關疾患	
15	109/06/08~ 109/06/14	成癮相關疾患	反思學習單
16	109/06/15~ 109/06/21	繳交期末報告	總成績於0622上傳
17	109/06/22~ 109/06/28	期末考試週(本學期期末考試日期 為:109/6/18-109/6/24) 總成績上傳/ 電影賞析(線上)	
18	109/06/29~ 109/07/05	教師彈性補充教學	

修課應注意事項	每堂課皆須出席，缺席一堂課扣總分2分 反思學習單於課堂完成繳交，每篇占總成績4分
教學設備	電腦、投影機
教科書與教材	教師自編
參考文獻	
批改作業篇數	4 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： 20.0 % ◆平時評量：20.0 % ◆期中評量： % ◆期末評量：60.0 % ◆其他〈 〉： %
備考	「教學計畫表管理系統」網址： https://info.ais.tku.edu.tw/csp 或由教務處首頁→教務資訊「教學計畫表管理系統」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。