

淡江大學 110 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	張祐誠 CHANG, YU-CHENG
	LEARNING ADAPTATION AND MANAGEMENT		
開課系級	學習發展學門 A	開課 資料	實體課程 選修 單學期 2學分
	TNUNB0A		
課程與SDGs 關聯性	SDG3 良好健康和福祉 SDG4 優質教育 SDG11 永續城市與社區 SDG17 夥伴關係		
系（所）教育目標			
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。 二、了解自我學習及心理狀況。 三、建立在大學應有的學習能力與態度。			
本課程對應校級基本素養之項目與比重			
3. 洞悉未來。(比重：30.00) 5. 獨立思考。(比重：35.00) 6. 樂活健康。(比重：35.00)			
課程簡介	教導各類學習策略及技巧，提升學生自我學習效能與動機。		
	Practicing many learning strategies and skills to improve learning effect and motivation.		

本課程教學目標與認知、情意、技能目標之對應

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。

- 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。
- 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。
- 三、技能(Psychomotor)：著重在該科目的肢體動作或技術操作之學習。

序號	教學目標(中文)	教學目標(英文)
1	練習各類學習策略及技巧, 提升學生自我學習效能與動機。	Practicing many learning strategies and skills to improve learning effect and motivation.
2	教導各類學習策略及技巧, 提升學生自我學習效能與動機。	Practicing many learning strategies and skills to improve learning effect and motivation.
3	發展學習策略技巧, 理解心理狀態對學習的各種影響	Developing learning strategies and skills. Understanding the positive/negative impacts of mental status towards learning
4	教導各類學習策略及技巧, 提升學生自我學習效能與動機	Practicing many learning strategies and skills to improve learning effect and motivation.

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		5	講述、討論	測驗、討論(含課堂、線上)、報告(含口頭、書面)
2	認知		5	講述、討論	討論(含課堂、線上)、報告(含口頭、書面)
3	認知		5	講述、討論	測驗、作業、報告(含口頭、書面)
4	認知		356	講述	測驗、討論(含課堂、線上)、報告(含口頭、書面)

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	110/09/22~110/09/28	課程簡介與評分標準說明	
2	110/09/29~110/10/05	科系選擇與生涯不確定的自我安定, 大學生身心適應調查表施測	輔導中心施測
3	110/10/06~110/10/12	學習壓力與情緒調適。	
4	110/10/13~110/10/19	面對學習的挫折與障礙。解測	輔導中心解測
5	110/10/20~110/10/26	設定自主學習計劃	
6	110/10/27~110/11/02	筆記方法：轉化與整合機制1	

7	110/11/03~ 110/11/09	筆記方法：轉化與整合機制2	
8	110/11/10~ 110/11/16	學習策略1	
9	110/11/17~ 110/11/23	期中考試週	
10	110/11/24~ 110/11/30	學習策略2	
11	110/12/01~ 110/12/07	學習策略3	
12	110/12/08~ 110/12/14	學習與大腦機制1：文本、圖像	
13	110/12/15~ 110/12/21	學習與大腦機制2：空間、情境	
14	110/12/22~ 110/12/28	學習與大腦機制3：多工、交錯	
15	110/12/29~ 111/01/04	學習與大腦機制4：回想、促發	
16	111/01/05~ 111/01/11	期末報告呈現與繳交1	發表與彼此回饋
17	111/01/12~ 111/01/18	期末報告呈現與繳交2	發表與彼此回饋
18	111/01/19~ 111/01/25	期末考試週	
修課應 注意事項	<p>1.課堂均需點名，出席一次得1分，全勤拿滿分（20%）。</p> <p>2.心理測驗施測為必要課程，請務必參與。</p> <p>3.平時評量為課堂活動練習的繳交與實施狀況（20%）。</p> <p>4.期中考為筆試（20%）。</p> <p>5.學習方法自我觀察紀錄：請以照片與文字紀錄你這學期個人學習時所運用的學習方法，基本運1-3種方法於實際學習中，以PPT簡報並口頭發表，同學相互回饋，作為期末評量分數（20%）</p> <p>6.期末評量：學習心得（本學期上課心得與個人學習方法檢視）+自我觀察紀錄PPT，做為完整報告（20%）。</p>		
教學設備	電腦、投影機		
教科書與 教材	<p>自編教材。</p> <p>最高學習法：12個改變你如何思考、學習與記憶的核心關鍵（大田出版社）</p> <p>最高自主學習法：讀書·工作，一生受用，快速提取資訊精華，駕馭各種複雜知識（商周出版社）</p>		
參考文獻			
批改作業 篇數	1 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	<p>◆出席率： 20.0 % ◆平時評量：20.0 % ◆期中評量：20.0 %</p> <p>◆期末評量：20.0 %</p> <p>◆其他〈學習方法自我觀察紀錄〉：20.0 %</p>		
備考	<p>「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。</p> <p>※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。</p>		