

淡江大學 114 學年度第 1 學期課程教學計畫表

課程名稱	大學學習	授課 教師	(多位教師合開) 劉皇杏 LIU HWANG-SHING
	LEARNING IN UNIVERSITY		
開課系級	歐語系俄文一 A	開課 資料	實體課程 必修 單學期 1學分
	TFOUB1A		
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			
1. 全球視野。(比重：10.00) 2. 資訊運用。(比重：10.00) 3. 洞悉未來。(比重：10.00) 4. 品德倫理。(比重：10.00) 5. 獨立思考。(比重：20.00) 6. 樂活健康。(比重：20.00) 7. 團隊合作。(比重：10.00) 8. 美學涵養。(比重：10.00)			
課程簡介	為協助大一新生對大學的課業、心理、及生涯發展幾個面向做好準備，培養學生具備適應大學學習及生活所需的各項能力，課程內容包括「認識大學與本系」、「認識與應用淡江大學各項資源」、「學習策略」、「生活與心理適應」、「大學生涯規劃」等單元。大一新生可藉此了解就讀科系，更可透過導師的協助認識本校環境、善用各項資源。		
	The course aims to help students to have the basic knowledge and skills for being university students, and have better understanding of their own learning styles, learning, emotion, career, and social.		

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	了解自我學習狀況並有效運用各類學習策略	To familiar with one's learning circumstance and make good use of effective learning strategies
2	了解自我心理狀況並提升人際關係及情緒管理技巧	To recognize personal mental state, improve interpersonal relationship and enhance mental skills in emotion management
3	了解並善用淡江大學的各項資源	To appreciate and make good use of TKU's resources
4	提升對大學生涯規畫與生涯探索的能力	To promote career exploration and career planning competencies
5	建立對「大學」、「大學生」及其應具備基本能力的認識	To build up essential comprehension toward "university" and have the fundamental capabilities as an undergraduate student

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		12345678	講述、討論、實作	實作、活動參與
2	情意		12345678	講述、討論	討論(含課堂、線上)、活動參與
3	技能		12345678	講述、實作	討論(含課堂、線上)、實作
4	情意		12345678	講述、討論、發表	討論(含課堂、線上)、活動參與
5	認知		12345678	講述、討論	討論(含課堂、線上)

授課進度表

週次	日期起訖	內容 (Subject/Topics)	備註
1	114/09/15~ 114/09/21	課程介紹, 善用大學學習課程查詢系統 https://luis.tku.edu.tw/CollegeLearning/fc_news/fc_news_all.aspx?mode=none 進大學所學何事? 大學生的任務。認識我們的學院、八大素養、專業核心能力(詳備註)本系相關訊息介紹、如何請假、如何選修課、生活大小事自主學習課業介紹	院系及導師(H115)
2	114/09/22~ 114/09/28	隔週上課	
3	114/09/29~ 114/10/05	認識校園資訊服務、智慧財產權及資訊安全 介紹如何使用請假系統、選課系統、iClass、MsTeams等	資訊處(G315)

4	114/10/06~ 114/10/12	隔週上課	
5	114/10/13~ 114/10/19	認識淡江（校史、文化、校友）圖書館利用素養--認識圖書館、善用圖書館（含對智慧財產權的認識及宣導）	覺生紀念圖書館(G315)
6	114/10/20~ 114/10/26	隔週上課	
7	114/10/27~ 114/11/02	學習規劃與指導	院系及導師(H115)
8	114/11/03~ 114/11/09	隔週上課	
9	114/11/10~ 114/11/16	新鮮人心靈掃描(一) 大專校院學生心理健康關懷量表	諮商職涯暨學生發展輔導中心(G315))
10	114/11/17~ 114/11/23	隔週上課	
11	114/11/24~ 114/11/30	生涯規劃與指導	院系及導師(H115)
12	114/12/01~ 114/12/07	隔週上課	
13	114/12/08~ 114/12/14	新鮮人心靈掃描(二) UCAN, can you?	諮商職涯暨學生發展輔導中心(G315)
14	114/12/15~ 114/12/21	隔週上課	
15	114/12/22~ 114/12/28	期末考週及課程總結、成果驗收	院系及導師(H115)
16	114/12/29~ 115/01/04	期末多元評量週	
17	115/01/05~ 115/01/11	期末多元評量週/教師彈性教學週	院系及導師(H115)
18	115/01/12~ 115/01/18	教師彈性教學週	
課程培養 關鍵能力		自主學習、資訊科技、跨領域	
跨領域課程		相關單位支援	
特色教學 課程		USR課程 系所綜合	
課程 教授內容		軍護體社團大學學習服務等課程	
修課應 注意事項		113學年度「大學學習」課程採隔週上課，一次上課兩小時，導師 課在各班排定教室上課；支援單位（資訊處、諮商職涯暨學習發展輔導中心、覺生紀念圖書館）課程採併班上課。併班班級及上課地點於開學日前公告在「大學學習課程查詢系統」 https://luis.tku.edu.tw/CollegeLearning/fc_news/fc_news_all.aspx?mode=none	

教科書與教材	採用他人教材:影片
參考文獻	1.真敬 (2009) 。大學生一定要做的100件事。台北：海鵠。 2.許博翔等 (2011) 。大學生生涯規畫全攻略：生涯規畫100問。台北：白象文化。 3.洪蘭 (2014) 。學會思考：創造樂在學習的人生。台北：天下雜誌。 4.賴麗珍譯 (2006) 。教學生做摘要－五十種改進各學科學習的教學技術。台北：心理。 5.張幼恬 (2015) 。上台的魔法。台北：高寶。 6.梁麗燕 (2012) 。與過去和好：別讓過去創傷變成入際關係的困境。台北：啟示。 7.劉乃誌等譯 (2010) 。是情緒糟，不是你很糟：穿透憂鬱的內觀力量。台北：心靈工坊。 8.雷淑雲譯 (2008) 。當下，繁花盛開。台北：心靈工坊。 9.李華民譯 (2008) 。好心情手冊 I－情緒會傷人。台北：張老師文化。 10.李華民譯 (2008) 。好心情手冊II－焦慮會傷人。台北：張老師文化。 11.李麗君譯 (2007) 。作個成功學習的大學生：動機與學習自我管理。台北：心理。
學期成績計算方式	◆出席率： 50.0 % ◆平時評量：50.0 % ◆期中評量： % ◆期末評量： % ◆其他〈 〉： %
備考	「教學計畫表管理系統」網址： https://web2.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。 ※「遵守智慧財產權觀念」及「不得非法影印、下載及散布」。請使用正版教科書，勿非法影印他人著作，以免觸法。