

101-1 大葉大學 完整版課綱

基本資訊

課程名稱	銀髮養生管理專題	科目序號 / 代號	2167 / GMN5014
開課系所	管理學院碩士在職專班	學制 / 班級	碩士在職專班1年7班
任課教師	呂崇銘	專兼任別	專任
必選修 / 學分數	選修 / 3	畢業班 / 非畢業班	非畢業班
上課時段 / 地點	(二)ABC / B008	授課語言別	中文

課程簡介

- 1.了解銀髮族養生健康管理之意義及未來的趨勢.
- 2.描述銀髮族養生健康管理之相關理論.
- 3.辨別銀髮族生理、心理、社會及靈性上的變化.
- 4.舉列說明銀髮族常見健康問題
- 5.主動探討銀髮族養生相關議題.
- 6.主動關懷銀髮族養生相關資訊
- 7.了解銀髮族養生健康管理之現況及未來的趨勢
- 8.列舉一般銀髮族養生健康管理之原則
- 9.理解與銀髮族養生有效溝通的學理

課程大綱

- 一 緒論-香格里拉與青春之泉一
- 二 香格里拉與青春之泉二
- 三 銀髮族老而優雅輕鬆達成一
- 四 銀髮族老而優雅輕鬆達成二
- 五 銀髮族養生秘方一
- 六 銀髮族養生秘方二
- 七 銀髮族成功老化一
- 八 銀髮族成功老化二
- 九 期中考試
- 十 銀髮族防止老化的力量-腰與腳動作一
- 十一 銀髮族防止老化的力量-腰與腳動作二
- 十二 整理決定你的老後生活一
- 十三 整理決定你的老後生活二
- 十四 享受人生下半場50件該做的事一
- 十五 享受人生下半場50件該做的事二
- 十六 不癡呆的101個方法一
- 十七 不癡呆的101個方法二
- 十八 越老活得越好座談會

基本能力或先修課程

- 1.能具備基本銀髮族養生健康管理概念最佳
- 2.若無概念必需要具備學習熱忱為宜

課程與系所基本素養及核心能力之關連

-  解決問題能力
-  溝通能力
-  倫理觀
-  專業能力

教學計畫表

系所核心能力	權重(%) 【A】	檢核能力指標(績效指 標)	教學策略	評量方法及配分 權重	核心能力 學習成績 【B】	期末學習 成績 【C=B*A 】
解決問題能力	20%	解決問題能力	講述法 小組討論 校外參訪 學生上台報 告	分組報告: 10% 期末考: 20% 課堂討論: 20% 課程參與度: 20% 口頭報告: 20% 書面報告: 10%	加總: 100	20
溝通能力	20%	溝通能力	講述法 校外參訪 個案討論 訪談人物	分組報告: 20% 課堂討論: 20% 課程參與度: 20% 口頭報告: 20% 專業服務過程: 20%	加總: 100	20
倫理觀	20%	倫理觀	講述法 小組討論 校外參訪 個案討論 訪談人物	分組報告: 20% 課堂討論: 20% 課程參與度: 20% 小組合作狀況: 20% 專業服務過程: 20%	加總: 100	20
專業能力	40%	專業能力	講述法 小組討論 校外參訪 個案討論 小組合作 學生上台報 告 訪談人物	分組報告: 10% 課堂討論: 10% 課程參與度: 20% 小組合作狀況: 20% 口頭報告: 10% 書面報告: 10% 專業服務過程: 20%	加總: 100	40

成績稽核

課程參與度: 20%

課堂討論: 16%

專業服務過程: 16%

分組報告: 14%

口頭報告: 12%

小組合作狀況: 12%

書面報告: 6%

期末考: 4%

教科書(尊重智慧財產權, 請用正版教科書, 勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
無參考教科書				

參考教材及專業期刊導讀(尊重智慧財產權, 請用正版教科書, 勿非法影印他人著作)

書名	作者	譯者	出版社	出版年
老得很健康 - 你不可不知的整合醫療及抗發炎飲膳	Andrew Weil	陳希林	木馬文化	2007
到老都健康:古代名醫開給老人的養生秘方	王耀堂, 閔燕秋		木馬文化	2011
成功老化	陳亮恭		大塊文化	2011
防止老化的力量	健康研究中心		新潮社	2012
整理,決定你的老後生活	坂岡洋子	黃薇嬪	臺灣東販	2012
40歲,好日子才開始 - 享受人生下半場,50件該做的事	大塚 壽	李豪軒	如何	2012
活到100歲不痴呆的101個方法	白澤卓二	姚巧梅	天下雜誌	2011
越老活得越好	吳東權		高寶國際	2003

上課進度

週次	教學內容	分配時數(%)				
		講授	示範	習作	實驗	其他
1	緒論-香格里拉與青春之泉	80	0	0	0	20
2	香格里拉與青春之泉	80	0	0	0	20
3	銀髮族老而優雅輕鬆達成	80	0	0	0	20
4	銀髮族老而優雅輕鬆達成	80	0	0	0	20
5	銀髮族養生秘方	80	0	0	0	20

6	銀髮族養生秘方	80	0	0	0	20
7	銀髮族成功老化	80	0	0	0	20
8	銀髮族成功老化	80	0	0	0	20
9	期中考試	0	0	0	0	100
10	銀髮族防止老化的力量-腰與腳動作	50	0	40	0	10
11	銀髮族防止老化的力量-腰與腳動作	50	0	40	0	10
12	整理決定你的老後生活	80	0	0	0	20
13	整理決定你的老後生活	80	0	0	0	20
14	享受人生下半場50件該做的事	80	0	0	0	20
15	享受人生下半場50件該做的事	80	0	0	0	20
16	不癡呆的101個方法	80	0	0	0	20
17	不癡呆的101個方法	80	0	0	0	20
18	越老活得越好座談會	10	0	0	0	90