

國立空中大學 112 學年度上學期「生活科學系」建議新生選課科目一覽表

課程科目名稱	學分數	課程簡介	可對應工作職場與專業證照類別
婚姻與家人關係 (修訂)	3	第一篇 變遷社會中的婚姻與家庭 第 1 章 婚姻與家庭的變遷 第 2 章 家庭理論在家人關係中的應用 第 3 章 家庭關係的研究方法 第二篇 親密關係的發展 第 4 章 親密關係的建立與發展 第 5 章 婚姻中的溝通與情感表達 第 6 章 婚姻關係的衝突與維繫 第三篇 家庭的生命歷程 第 7 章 兒童期的親子關係 第 8 章 青少年時期與家人的互動 第 9 章 中老年期的家人關係 第四篇 家庭的多元性 第 10 章 跨文化的家庭 第 11 章 婚姻的解組與單親 第 12 章 再婚與繼親 第 13 章 其他類型家庭 第五篇 家庭的未來與願景 第 14 章 家庭政策 第 15 章 尋找家庭的正向力量	※家庭教育專業人員

高齡友善空間與輔具運用	3	第一篇 高齡友善空間規劃 第一章 友善空間概論 第二章 人、環境、空間與生活 第三章 友善社區設計概念與原則 第四章 友善住宅設計概念與原則 第五章 既有居住空間之改善 第六章 高齡者防災空間規劃 第七章 在地老化的友善城市規劃構想 第二篇 輔具科技生活應用 第八章 民以「食」為天 第九章 行天下 第十章 輔具獻「廁」，「澡」日快樂 第十一章 「移」、「轉」人生 第十二章 無限「住」福 第十三章 輔具資源知多少	※培育從事生活規劃與健康促進的樂齡產業人才
中老年疾病與保健	3	第一章 中老年保健概論 第二章 身心老化過程 第三章 感覺器官疾病及其保健 第四章 健康保護和促進 第五章 老年人的預防性健康照護及週期性健康檢查 第六章 醫病溝通與用藥須知	※培育從事生活規劃與健康促進的樂齡產業人才

		第七章 心血管疾病與保健 第八章 新陳代謝疾病與保健 第九章 中老年骨科常見疾病與保健 第十章 便秘與尿失禁的預防及保健 第十一章 中老年心理健康與精神疾病 第十二章 更年期健康維護	
海外自助旅遊規劃實務(新開)	3	行前篇 1. 海外自助旅遊的意義。 2. 目的地選擇、資訊蒐集與初步行程規劃。 3. 證照與交通規劃與預訂。 4. 食宿規劃與預訂。 5. 景點與育樂活動規劃與預訂。 6. 換匯、健康注意事項與旅遊保險規劃。 7. 行李準備注意事項。 行進篇 1. 入出境流程與注意事項說明。 2. 各國旅遊注意事項概述。 3. 自助旅遊食、衣、住、行、育、樂常用英文用語學習。 4. 自助旅遊常見狀況及其處理。 實務篇 1. 了解個人需求及成本估算。	※休閒遊憩管理人員 ※導遊、領隊、遊程規劃師證照

		2. 規劃適合自己的海外自助旅遊行程。	
休閒與健康生活 (新開)	3	<u>基礎篇</u> 第一章 休閒概論 第二章 休閒之範疇 第三章 休閒與人類生命週期 <u>進階篇</u> 第四章 休閒需求與動機 第五章 休閒態度與決策 第六章 休閒效益與價值 <u>活動篇</u> 第七章 休閒活動設計 第八章 運動 第九章 森林浴 第十章 芳香活動 第十一章 按摩 <u>健康生活篇</u> 第十二章 健康概論 第十三章 健康促進行為 第十四章 休閒與健康傳播 第十五章 休閒與健康生活之展望	※休閒遊「憩管理人員 ※導遊、領隊、遊程規劃師證照