

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
<p>婚姻與家人關係 (修訂)</p>	<p>3</p>	<p><b>第一篇 變遷社會中的婚姻與家庭</b>            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  <b>第二篇 親密關係的發展</b>            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  <b>第三篇 家庭的生命歷程</b>            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  <b>第四篇 家庭的多元性</b>            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  <b>第五篇 家庭的未來與願景</b>            第 14 章 家庭政策            第 15 章 尋找家庭的正向力量</p>	<p>※家庭教育專業人員</p>

<p>高齡友善空間與輔具運用</p>	<p>3</p>	<p><b>第一篇 高齡友善空間規劃</b>  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</p> <p><b>第二篇 輔具科技生活應用</b>  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</p>	<p>※培育從事生活規劃與健康促進的樂齡產業人才</p>
<p>中老年疾病與保健</p>	<p>3</p>	<p>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</p>	<p>※培育從事生活規劃與健康促進的樂齡產業人才</p>

		<p>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</p>	
<p>海外自助旅遊規劃  實務(新開)</p>	<p>3</p>	<p>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。</p> <p>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。</p> <p>實務篇  1. 了解個人需求及成本估算。</p>	<p>※休閒遊憩管理人員  ※導遊、領隊、遊程規劃師證照</p>

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