

110 學年(下) 樂齡悠活社團課程表

【興趣分組課程：1. 手腦激盪組】

A1.桌遊課 時間：09:00~12:00

【共同學習：班務會議、帶動唱】

日期	課程主題	課程內容
111/03/02 (三)	桌遊一	誰是牛頭王
111/04/06 (三)	桌遊二	終極密碼
111/05/04 (三)	桌遊三	三角形骨牌
111/06/01 (三)	桌遊四	拉密

【共同學習：健口瑜珈操、吞嚥健康操】

A2.悠遊下午茶課 時間：13:00~16:00

【共同學習：拍打功】

日期	課程主題	課程內容
111/03/02 (三)	悠遊下午茶一	蠟筆推畫
111/04/06 (三)	悠遊下午茶二	電影賞析~我想念我自己
111/05/04 (三)	悠遊下午茶三	手作虎年香包
111/06/01 (三)	期末聯歡	課程研究討論會

【興趣分組課程：B. 生活應用組】

B1.手機課 時間：09:00~12:00

【共同學習：班務會議、律動】

日期	課程主題	課程內容
111/03/07 (一)	手機課一	聰明一起 LINE
111/04/11 (一)	手機課二	手機拍照達人
111/05/09 (一)	手機課三	小影
111/06/06 (一)	手機課四	Google 地圖

B2.古蹟尋訪課 時間：13:00~16:00

日期	課程主題	課程內容
111/03/07 (一)	古蹟探訪一	大安森林公園
111/04/11 (一)	古蹟探訪二	植物園
111/05/09 (一)	古蹟探訪三	林本源花園
111/06/06 (一)	期末聯歡	課程研究討論會

【興趣分組課程：C. 樂活休閒組】

C1.生死學課 時間：09:00~12:00

【共同學習：班務會議、帶動唱】

日期	課程主題	課程內容
111/03/16 (三)	生死學課(一)	揪團愛自己
111/04/20 (三)	生死學課(二)	生死要自在
111/05/18 (三)	生死學課(三)	安心伴寧過人生
111/06/15 (三)	生死學課(四)	好好道別安心順走

C2.益智邂逅 3C 時間：13:00~16:00

【共同學習：帶動唱】

日期	課程主題	課程內容
110/10/20 (三)	益智邂逅 3C 一	七巧板 vs 線上美編
110/11/17 (三)	益智邂逅 3C 二	美食大補帖
110/12/15 (三)	益智邂逅 3C 三	數獨 vs 線上填字
111/01/19 (三)	期末聯歡	成果展演

【興趣分組課程：D. 資訊采風組】

D1.手機攝影課 時間：09:00~12:00

【共同學習：班務會議、律動】

日期	課程主題	課程內容
111/03/25(五)	手機攝影課一	手機內建拍照軟體說明、實作
111/04/29(五)	手機攝影課二	手機內建拍照軟體說明、實作
111/05/27(五)	手機攝影課三	影片剪輯、實作
111/06/24(五)	手機攝影課四	影片剪輯、實作

D2.唱歌技巧課 時間：13:00~16:00

【共同學習：舞動十巧手、有氧運動、毛巾有氧、有氧運動】

日期	課程主題	課程內容
110/09/24(五)	歌唱技巧一	經典老歌
110/10/29(五)	歌唱技巧二	台灣名謠
110/11/26(五)	歌唱技巧三	校園民歌
110/12/24(五)	期末聯歡	課程研究討論會