

109-2 樂齡大學課程時間表(健康班)

週	日期	星期	時間	課程類型	核心課程	課程名稱	課程內容	地點	教師/單位	授課教師時數	助教時數		
2	3月3日	三	09:00-10:00	學校特色	人際關係	結交朋友	班會	F202	導師/副導師	1			
			10:00-12:00	生活新知	人際關係	性別觀點	性別友善	F303	楊瀚焜主任	2			
			12:00-13:30	午休									
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2			
							舞蹈	F309	李政國老師				
							合唱團	F201	張汝惠老師				
			15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1			
16:30	志願服務												
3	3月10日	三	09:00-12:00	生活新知	心靈成長	學習正向思考	美感教育	F303	黃玉娟老師 (校外)	3			
			12:00-13:30	午休									
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2			
							舞蹈	F309	李政國老師				
							合唱團	F201	張汝惠老師				
15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1						
16:30	志願服務												
4	3月17日	三	09:00-12:00	高齡相關	心靈成長	探討生命意義	電影樂人生	F103	鄭鈞元老師	3			

			12:00-13:30	午休							
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2	
							舞蹈	F309	李政國老師		
							合唱團	F201	張汝惠老師		
15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1				
16:30	志願服務										
5	3月24日	三	09:00-10:00	學校特色	人際關係	結交朋友	班會	F103	導師/副導師	1	
			10:10-12:00	學校特色	運動保健	健康知識	環境與健康	F103	黃世惠老師	2	學生
			12:00-13:30	志願服務							
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2	
							舞蹈	F309	李政國老師		
							合唱團	F201	張汝惠老師		
15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1				
16:30	志願服務										
6	3月31日	三	09:00-12:00	高齡相關	運動保健	保健資源	銀髮族視力保健	F103	鄭鈞元老師	3	實習生
			12:00-13:30	午休							
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2	
							舞蹈	F309	李政國老師		
合唱團	F201	張汝惠老師									
15:30-	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1				

			16:30								
			16:30	志願服務							
7	4月7日	三	09:00-12:00	高齡相關	心靈成長	學習閱讀	大家作伙來講古	F103	鄭鈞元老師	3	實習生
			12:00-13:30								
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2	
							舞蹈	F309	李政國老師		
							合唱團	F201	張汝惠老師		
15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1				
16:30	志願服務										
8	4月14日	三	09:00-12:00	學校特色	運動保健	營養常識	大人的釀酒學	F103	紀鐘枋老師 (校外)	3	
			12:00-13:30	午休							
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2	
							舞蹈	F309	李政國老師		
							合唱團	F201	張汝惠老師		
15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1				
16:30	志願服務										
9	4月21日	三	08:00-17:00	健康休閒	人際關係	旅遊學習	校外學習			7	
	4月22日	四	08:00-17:00							7	
10	4月28日	三	09:00-	高齡相關	運動保健	健康知識	足部照護	F202	吳美儀老師	3	

			12:00						(校外)		
			12:00-13:30	午休							
			13:30-15:30	高齡相關	運動保健	健康知識	足部照護實作	F202	吳美儀老師 (校外)	2	
			15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1	
			16:30	志願服務							
11	5月5日	三	09:00-12:00	學校特色	社會參與	動手作課程	創意手作-春仔花製作	F103	劉芳嬰老師	3	
			12:00-13:30	午休							
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2	
							舞蹈	F309	李政國老師		
							合唱團	F201	張汝惠老師		
			15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1	
16:30	志願服務										
12	5月12日	三	09:00-12:00	生活新知	生活安全	預防詐騙	長照險您知多少	F202	富邦基金會	3	
			12:00-13:30	午休							
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2	
							舞蹈	F309	李政國老師		
							合唱團	F201	張汝惠老師		
			15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1	
16:30	志願服務										

13	5月19日	三	09:00-12:00	高齡相關	運動保健	健康知識	解讀身體密碼	F103	游秋燕老師	3		
			12:00-13:30	午休								
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2		
							舞蹈	F309	李政國老師			
							合唱團	F201	張汝惠老師			
			15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1		
16:30	志願服務											
13	5月22日	六	08:00-17:00	樂齡活力營								
	5月23日	日										08:00-17:00
14	5月26日	三	09:00-12:00	高齡相關	運動保健	保健資源	中藥防疫	F103	簡進福老師 (校外)	3		
			12:00-13:30	午休								
			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2		
							舞蹈	F309	李政國老師			
							合唱團	F201	張汝惠老師			
			15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1		
16:30	志願服務											
15	6月2日	三	09:00-12:00	高齡相關	心靈成長	探討生命意義	生命列車	F103	程紋貞主任	3		
			12:00-13:30	午休								

			13:30-15:30	學校特色	人際關係	學習社團活動	陶笛	F103	黃莉真老師	2	
						舞蹈	F309	李政國老師			
						合唱團	F201	張汝惠老師			
			15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1	
			16:30	志願服務							
15	6月5日	六	09:00-12:00	學校特色	人際關係	結交朋友	畢業典禮暨成果展	F202	鄭鈞元老師	3	
16	6月9日	三	09:00-12:00	學校特色	心靈成長	社會重要議題	越南文化交流與飲食製作I	F103	程紋貞主任	3	
			12:00-13:30	午休							
			13:30-15:30	學校特色	心靈成長	社會重要議題	越南文化交流與飲食製作II	F103	程紋貞主任	2	
			15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1	
			16:30	志願服務							
17	6月16日	三	09:00-12:00	生活新知	生活安全	交通安全	高齡者交通安全路老師	F202	林園分局	3	
			12:00-13:30	午休							
			13:30-15:30	高齡相關	社會參與	動手做課程	花品小語	F103	吳碧珠老師 (樂大副導師)	2	
			15:30-16:30	健康休閒	運動保健	規律運動	健康體適能	療癒花園	潘宜樺老師	1	
			16:30	志願服務							
18	6月23日	三	09:00-	學校特色	人際關係	結交朋友	班會	F103	導師/副導師	3	

			12:00								
			12:00-13:30	午休							
			13:30-16:30	學校特色	人際關係	結交朋友	結業式、課程評 值暨歡樂饗宴	F103	導師/副導師	3	