

僑光科技大學

遠距教學課程上課時程記錄表

科系： _____ 教師： _____ 課程名稱： _____ (102.3.28)

授課週次	授課時間	面授	線上學習
1	104/09/14-104/09/18	V 1-1	
2	104/09/21-104/09/25	V	
3	104/09/28-104/10/02	V	
4	104/10/05-104/10/09		V 2-1
5	104/10/12-104/10/16		V(同步)3-1
6	104/10/19-104/10/23		V 3-2
7	104/10/26-104/10/30	V	
8	104/11/02-104/11/06		V(同步)4-2
9(期中考)	104/11/09-104/11/13	V	
10	104/11/16-104/11/20		V 5-1
11	104/11/23-104/11/27	V	
12	104/11/30-104/12/04		V 6-1
13	104/12/07-104/12/11		V(同步)6-2
14	104/12/14-104/12/18	V	
15	104/12/21-104/12/25		V 7-2
16	104/12/28-105/01/01	V	
17	105/01/04-105/01/08		V 8-2
18(期末考)	105/01/11-105/01/15	V	

遠距教學實施規範說明 (同步授課請授課教師另外標註同步)

- 一、103 學年度遠距教學課程，教室授課時程由教學發展中心律定開學前三週、期中考、期末考週皆為面授共計五週，其餘線上授課計九週、面授計四週，課程安排以教師自行律定。授課教師請依上課時間於教室進行授課輔導。
- 二、教室授課請授課教師確實點名，扣考時數依十八週之三分之一計算。
- 三、設置線上討論區 (同步、非同步)，教師應適時回應學生之問題；並建請教師將討論區之表現納入成績評量。
- 四、紀錄線上學習者上網學習時間及次數。(教育部評鑑重點)
- 五、線上討論的紀錄檔案應留存。(教育部評鑑重點)
- 六、學習者過去之學習紀錄均請妥善保存。(教育部評鑑重點)
- 七、期中、期末考試若以報告等非筆試方式取代，亦請向課務組提出申請。
- 八、該遠距教學課程至少保存五年。

遠距教學內容應包括：

- (1)課程教學安排：a) 教學公告、b) 教學進度、c) 教材供給
- (2)授課教材：a) 教材應有9單元以上之教學投影片、教學影片或網頁式教學講義內容、b) 各單元教材應具備完整表達該單元課程內容，其中投影片至少10張，教學影片至少40分鐘，網頁式教學講義至少5頁、c) 各單元教材應具備授課教師完整表達該單元課程內容之解說錄影(每單元至少40分鐘)、d) 教材需為教師本人所設計之教材，不得混合搭配未經授權之教科書、錄影、錄音、光碟、或其他連結之網外資源、e) 教學活動互動應有4次作業以上，2次以上議題討論、f) 學生學習評量應有2次以上完整測驗題庫及命題建置
- (3)師生互動紀錄：a) 教師回應、b) 討論區域
- (4)自我評量記錄
- (5)學生全程上課記錄
- (6)作業報告：學生作業或專題報告

僑光科技大學 遠距教學課程計畫提報大綱

(102.3.28)

開課期間：__104__學年度__1__學期 (本學期是否為新開設課程： 是 否)

壹、課程基本資料 (有包含者請於打)

1.	課程名稱	幸福學
2.	課程英文名稱	positive psychology
3.	教學型態	<input checked="" type="checkbox"/> 非同步遠距教學 <input type="checkbox"/> 同步遠距教學主播學校 請填列本門課程之收播學校與系所： (1)學校：_____ 系所：_____
4.	授課教師姓名及職稱	邱美華/助理教授
5.	師資來源	<input type="checkbox"/> 專業系所聘任 <input checked="" type="checkbox"/> 通識中心聘任 <input type="checkbox"/> 以上合聘 <input type="checkbox"/> 其他
6.	開課單位名稱 (或所屬學院及科系所名稱)	僑光科技大學/通識教育中心
7.	課程學制	<input type="checkbox"/> 碩士班 <input type="checkbox"/> 碩士班在職專班 <input checked="" type="checkbox"/> 學院 (<input type="checkbox"/> 二年制 <input checked="" type="checkbox"/> 四年制) <input type="checkbox"/> 專科 (<input type="checkbox"/> 二年制 <input type="checkbox"/> 五年制) <input type="checkbox"/> 進修專校 <input type="checkbox"/> 進修學院 (<input type="checkbox"/> 二技 <input type="checkbox"/> 四技 <input type="checkbox"/> 碩士在職專班) <input type="checkbox"/> 學位學程 (<input type="checkbox"/> 二年制 <input type="checkbox"/> 四年制 <input type="checkbox"/> 碩士班) <input type="checkbox"/> 學分學程
8.	部別	<input checked="" type="checkbox"/> 日間部 <input type="checkbox"/> 進修部(夜間部) <input type="checkbox"/> 其他
9.	科目類別	<input type="checkbox"/> 共同科目 <input checked="" type="checkbox"/> 通識科目 <input type="checkbox"/> 校定科目 <input type="checkbox"/> 專業科目 <input type="checkbox"/> 教育科目 <input type="checkbox"/> 其他
10.	部/校/院/系定 (本課程由那個單位所開設)	<input type="checkbox"/> 教育部定 <input type="checkbox"/> 校定 <input type="checkbox"/> 院定 <input type="checkbox"/> 所定 <input type="checkbox"/> 系定 <input type="checkbox"/> 其他
11.	開課期限(授課學期數)	<input checked="" type="checkbox"/> 一學期(半年) <input type="checkbox"/> 二學期(全年) <input type="checkbox"/> 其他
12.	選課別	<input type="checkbox"/> 必修 <input checked="" type="checkbox"/> 選修 <input type="checkbox"/> 其他
13.	學分數	2
14.	每週上課時數 (非同步遠距教學，請填平均每週面授時數)	1.33
15.	開課班級數	1
16.	預計總修課人數	60
17.	全英語教學	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否
18.	國外學校合作遠距課程 (有合作學校請填寫)	國外合作學校與系所名稱：_____ <input type="checkbox"/> 國內主播 <input type="checkbox"/> 國內收播 <input type="checkbox"/> 境外專班 <input type="checkbox"/> 雙聯學制 <input type="checkbox"/> 其他
19.	課程平台網址 (非同步教學必填)	http://wis.ocu.edu.tw/
20.	教學計畫大綱檔案連結網址	http://wis.ocu.edu.tw/

貳、課程教學計畫

一	教學目標	<p>期望藉由「幸福學」這一門課，開啟學員人性良善的心思，邁向更積極、更幸福的思維，建立學生「正向思維」的良好習慣和生活實踐的行動智慧。同時透過案例（影片及真實故事）一起探討，共同編織出適用於日常生活中踐行的原則。</p> <p>本課程旨在從「心」出發，企圖藉由學員自我反思、自我統整的過程，導引並造就學員成為實踐生命滿全的新企業達人（即同時集「企業達人+生活達人+生命達人」，一體多面於一身的新企業人）。</p>																																																									
二	適合修習對象	日四技所有學生																																																									
三	課程內容大綱	<p>(請填寫每週次的授課內容及授課方式)</p> <table border="1" data-bbox="539 613 1353 1899"> <thead> <tr> <th>週次</th> <th>授課內容</th> <th>授課方式</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>正向情緒的概念與測量</td> <td>面授</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>練習快樂：快樂的生活 生活危機背後的問題</td> <td>面授</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>主觀幸福感的快樂因素 享樂還是自我實現</td> <td>面授</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>擁抱快樂的正向情緒 優勢和美德的分類</td> <td>線上學習</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>正向錯覺／樂觀</td> <td>線上學習(同步)</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>練習希望：希望的生機 事件、解讀、價值與信念</td> <td>線上學習</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>電影討論：今天暫時停止 Groundhog Day</td> <td>面授</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>自我決定理論與內在動機 心流</td> <td>線上學習(同步)</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>期中考</td> <td>筆試</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>情緒智力：是能力，還是人格特質？</td> <td>線上學習</td> </tr> <tr> <td>11</td> <td>電影討論：穿著Prada的惡魔 The Devil Wears Prada</td> <td>面授</td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>練習美滿：美滿的生命 熱情洋溢的美滿行動</td> <td>線上學習</td> </tr> <tr> <td>13</td> <td>發現天賦、創造力和智慧</td> <td>線上學習(同步)</td> </tr> <tr> <td>14</td> <td>自我效能／防衛機制</td> <td>面授</td> </tr> <tr> <td>15</td> <td>美滿人生的生涯規劃 生命週期中提升快樂的建議</td> <td>線上學習</td> </tr> <tr> <td>16</td> <td>電影討論：夢幻成真 Field of Dreams</td> <td>面授</td> </tr> <tr> <td>17</td> <td>做自己幸福人生的 CEO 生活中的幸福療法</td> <td>線上學習</td> </tr> <tr> <td>18</td> <td>期末考</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	週次	授課內容	授課方式	1	正向情緒的概念與測量	面授	2	練習快樂：快樂的生活 生活危機背後的問題	面授	3	主觀幸福感的快樂因素 享樂還是自我實現	面授	4	擁抱快樂的正向情緒 優勢和美德的分類	線上學習	5	正向錯覺／樂觀	線上學習(同步)	6	練習希望：希望的生機 事件、解讀、價值與信念	線上學習	7	電影討論：今天暫時停止 Groundhog Day	面授	8	自我決定理論與內在動機 心流	線上學習(同步)	9	期中考	筆試	10	情緒智力：是能力，還是人格特質？	線上學習	11	電影討論：穿著Prada的惡魔 The Devil Wears Prada	面授	12	練習美滿：美滿的生命 熱情洋溢的美滿行動	線上學習	13	發現天賦、創造力和智慧	線上學習(同步)	14	自我效能／防衛機制	面授	15	美滿人生的生涯規劃 生命週期中提升快樂的建議	線上學習	16	電影討論：夢幻成真 Field of Dreams	面授	17	做自己幸福人生的 CEO 生活中的幸福療法	線上學習	18	期末考	
週次	授課內容	授課方式																																																									
1	正向情緒的概念與測量	面授																																																									
2	練習快樂：快樂的生活 生活危機背後的問題	面授																																																									
3	主觀幸福感的快樂因素 享樂還是自我實現	面授																																																									
4	擁抱快樂的正向情緒 優勢和美德的分類	線上學習																																																									
5	正向錯覺／樂觀	線上學習(同步)																																																									
6	練習希望：希望的生機 事件、解讀、價值與信念	線上學習																																																									
7	電影討論：今天暫時停止 Groundhog Day	面授																																																									
8	自我決定理論與內在動機 心流	線上學習(同步)																																																									
9	期中考	筆試																																																									
10	情緒智力：是能力，還是人格特質？	線上學習																																																									
11	電影討論：穿著Prada的惡魔 The Devil Wears Prada	面授																																																									
12	練習美滿：美滿的生命 熱情洋溢的美滿行動	線上學習																																																									
13	發現天賦、創造力和智慧	線上學習(同步)																																																									
14	自我效能／防衛機制	面授																																																									
15	美滿人生的生涯規劃 生命週期中提升快樂的建議	線上學習																																																									
16	電影討論：夢幻成真 Field of Dreams	面授																																																									
17	做自己幸福人生的 CEO 生活中的幸福療法	線上學習																																																									
18	期末考																																																										
四	教學方式	<p>(有包含者請打✓，可複選)</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>1. 提供線上課程主要及補充教材</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>2. 提供線上非同步教學，次數：6次，總時數：12小時</p> <p><input checked="" type="checkbox"/>3. 有線上教師或線上助教</p>																																																									

		<input checked="" type="checkbox"/> 4. 提供面授教學，次數：9 次，總時數：18 小時 <input checked="" type="checkbox"/> 5. 提供線上同步教學，次數：3 次，總時數：6 小時 <input type="checkbox"/> 6. 其它：(請說明) (新平台將採同步視訊方式授課，請務必規劃即時視訊教學之次數與上課時程至少 3 次以上)
五	學習管理系統	呈現內容是否包含以下角色及功能 (有包含者請打✓，可複選) 1. 提供給系統管理者進行學習管理系統資料庫管理 <input checked="" type="checkbox"/> 個人資料 <input checked="" type="checkbox"/> 課程資訊 <input type="checkbox"/> 其他相關資料管理功能 2. 提供教師(助教)、學生必要之學習管理系統功能 <input checked="" type="checkbox"/> 最新消息發佈、瀏覽 <input checked="" type="checkbox"/> 教材內容設計、觀看、下載 <input checked="" type="checkbox"/> 成績系統管理及查詢 <input checked="" type="checkbox"/> 進行線上測驗、發佈 <input checked="" type="checkbox"/> 學習資訊 <input checked="" type="checkbox"/> 互動式學習設計(聊天室或討論區) <input checked="" type="checkbox"/> 各種教學活動之功能呈現 <input type="checkbox"/> 其他相關功能(請說明)
六	師生互動討論方式 (包括教師時間、E-mail 信箱、對應窗口等)	每週課輔時間，學生可前來諮詢。 辦公室電話：04-27016855#1314 授課教師 E-mail:alisa@ocu.edu.tw 均可聯繫與討論。
七	作業繳交方式	(有包含者請打✓，可複選) <input checked="" type="checkbox"/> 1. 提供線上說明作業內容 <input checked="" type="checkbox"/> 2. 線上即時作業填答 <input checked="" type="checkbox"/> 3. 作業檔案上傳及下載 <input checked="" type="checkbox"/> 4. 線上測驗 <input checked="" type="checkbox"/> 5. 成績查詢 <input type="checkbox"/> 6. 其他做法(請說明)
八	成績評量方式 (包括考試方式、考評項目其所佔總分比率)	課堂出缺席 10 % 線上出缺席 10 % 期中考 20 % 期末個人報告 30 % 線上測驗(2 次)0 % 線上作業(4 次)20% 議題討論(2 次)10%
九	上課注意事項	(上述之各項分數皆需取得，否則無法取得本科目學期及格成績) (扣考同學除有特殊原因外，無法取得本科目學期及格成績)

※注意事項：遠距教學課程協請於申請計畫書內準備教材、議題、作業等相關數位檔案光碟(須完成全部單元)，以利審查作業。