

# 國立嘉義大學「銀髮健康輔導學程」修習要點

107年4月25日師範學院106學年度第2學期第1次課程委員會議

107年5月1日106學年度第2學期教務會議

- 一、國立嘉義大學(以下簡稱本校)為強化「高齡者」身心專業指導與服務人才之培育能力所需，以提供學生多元發展與選擇，規劃銀髮健康輔導專業人才知培育課程與學成構想，特別設置「銀髮健康輔導學程」修習要點(以下簡稱本要點)。
- 二、依據本校跨領域學分學程設置辦法，由本校體育與健康休閒學系、輔導與諮商學系、特殊教育學系、教育學系成立熟齡健康輔導學程委員會(以下簡稱本學程委員會)負責規劃與執行相關事宜。本課程委員會設置委員五~七人，遴聘參與本學程核心課程教學之專任教師組成之，任期一學年，學程召集人由師範學院院長擔任之，並指定其中委員一人承辦相關業務。
- 三、本校大學部各系之在校學生，在申請修習本學程之前一學期所修習學分應及格通過數達二分之一(含)以上，得申請修習本學程。
- 四、申請修習本學程之學生，應通過本學程委員會之甄選，每年名額由該年度可供使用之場地器材與儀器等容量決定招生名額，至多25名，未通過甄選學生亦可修習本學程課程，為各課程之修習已具有學程之學生為優先。各課程其他修習條件，依據授課老師要求訂定之。
- 五、本課程學生之甄選，由本課程委員會負責審查，每學期辦理乙次。
- 六、本學程修習至少20學分，包括必修課程總計6學分，專業選修學分總計14學分，專業選修課程為「銀髮健康輔導」學程說明表(附件一)中所規範之課程，專業選修區分為高齡健康身心發展、高齡健康行為與技術、實務應用等三領域，各領域至少需修習及格通過2學分。各學系開設課程是否符合學程規範須經本學程委員會審查，審查合格後需至選課系統加註，以利修習學程學生選課。修習本學程之學生得以原主選修科系抵免本學程學分，至多可承認10學分(各學系必修學分最多可承認9學分)。
- 七、學生修習本學程之科目及學分數是否計入主修系所畢業應修學分數內，由其主修系所認定之。
- 八、學生修習本學程之成績，計入當學期學業平均成績，本學程各科成績及格分數，依本校學則規定辦理。
- 九、學生每學期修習本學程科目學分，並同主修系所科目學分計入學期修習科目學分總數，其學分總數應依本校學則辦理。
- 十、修習本學程學生每學年需至少參加一次「銀髮健康輔導」學程相關所辦理的工作坊或研習(討)會(經本學程委員會核准辦理者)，於取得本學程前應至少完成三次(含)以上，方可取得本學程之證明書。
- 十一、修滿本學程規定學分數成績及格之學生，經本課程委員會認定後，得向教務處申請核發本學程修習證明書。
- 十二、本學程學生通過甄選後，所修畢之預修學分得辦理抵免。

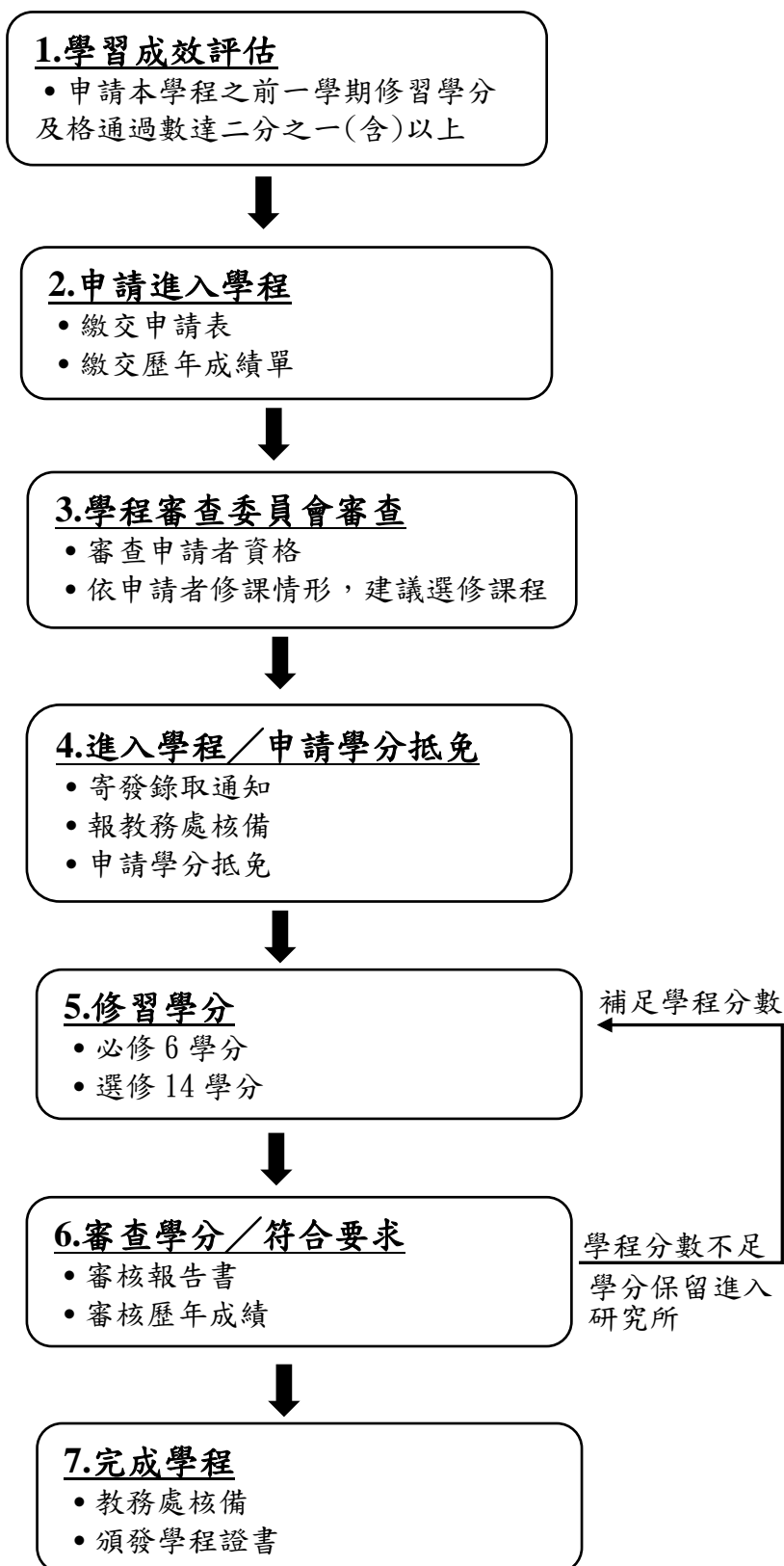
十三、學生進入本學程後，所修非本學程開設科目，不得再申請抵免。

十四、學生得因修習本課程可申請延長修業年限。

十五、本要點未盡事宜相關法令規定辦理。

十六、本要點須經院課程會議、教務會議通過後施行，修正時亦同。

十七、「銀髮健康輔導」學程修習申請流程：



國立嘉義大學 107 學年度第 2 學期「銀髮健康輔導」學程申請表

	收件編號
學程編號	甄選結果 <input type="checkbox"/> 錄取 <input type="checkbox"/> 不錄取

系所		組別		姓名	
學號		年級		填表日期	年 月 日
通訊地址				通訊電話	行動：
E-mail	<p><u>註：通訊地址及電話，請務必填寫，以便通知相關訊息。</u></p>				
主修系所主管意見				指導教授 意願(大學部免簽)	
				(簽章)	(簽章)
檢附資料	<input type="checkbox"/> 歷年成績單				
資格審查(學系)	<input type="checkbox"/> 具申請資格 <input type="checkbox"/> 不具申請資格(原因： )			審查者	(簽章)
甄選結果	<input type="checkbox"/> 錄取 <input type="checkbox"/> 不錄取				
備註					
召集人				承辦人	

## 「銀髮健康輔導」學程課程要點

### 一、「銀髮健康輔導」學程修習條件：

本校大學部各學系之在學學生於申請修習本學程之前一學期所修習學分應及格通過數達二分之一(含)以上。

### 二、「銀髮健康輔導」學程必修課程(共計 6 學分)

課程名稱	開課班級	學分數	備註
人體生理學	相關系所班級	2	
老人心理學	相關系所班級	2	
高齡教育	相關系所班級	2	

備註：

1. 「人體生理學」得以學科「人體解剖生理學」、「健康行為科學」、「復健醫學概論」抵免之(附錄一~1-1, 2, 3, 4)。
2. 「老人心理學」得以學科「運動心理學」、「心理健康」、「輔導原理與實務」、「發展心理學」、「成人及老人心理諮商」抵免之(附錄一~2-1, 2, 3, 4, 5, 6)。
3. 「高齡教育」得以學科「生涯發展與規劃」、「生命教育與輔導」、「生活管理」抵免之(附錄一~3-1, 2, 3, 4)。

### 三、「銀髮健康輔導」學程選修課程 (共計 14 學分)

領域	課程名稱	說明
1. 高齡健康身心發展課程	1. 運動與全人健康、2. 高齡功能性體適能與健康促進、3. 運動醫學、4. 運動與營養、5. 家庭教育、6. 正向行為支持模式、7. 人際關係與溝通、8. 哀傷諮商、9. 特教導論 (附錄二~1-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9)	至少需修習及格 2 學分
2. 高齡健康行為與技術課程	1. 安全教育與急救、2. 表演藝術、3. 活躍老化與防跌、4. 健康行為科學、5. 肌力訓練、6. 運動指壓與按摩、7. 休閒教育與輔導、8. 情緒管理與壓力調適、9. 行為改變技術、10. 遊戲治療、11. 探索教育與體驗學習、12. 表達性藝術治療、13. 社會技能訓練、14. 溝通訓練、15. 應用行為分析 (附錄二~2-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13)	至少需修習及格 2 學分
3. 實務應用課程	1. 課程設計與發展、2. 運動休閒遊憩企劃與管理、3. 樂齡運動課程設計與教案撰寫、4. 樂齡運動指導實習、5. 運動休閒俱樂部管理、6. 專題研究、7. 生涯規劃課程設計與實施、8. 諮商實習、9. 身心障礙專題研究、10. 專業實習(附錄二~3-1, 2, 3,	至少需修習及格 2 學分

	4, 5, 6, 7, 8, 9, 10)	
--	-----------------------	--

備註：

1. 本學程必修與選修課程名稱、學分數，得由相關科系所就其專業課程提報本學程委員會審核認定相抵之。
2. 實務應用課程中，專題研究(I)(II)或諮商實習(I)(II)各自最多可採計2學分。
3. 「專業實習」需實習內容與銀髮健康輔導學程相關且最多可承認為本學程學分數2學分。

#### 四、「銀髮健康輔導」學程相關之工作坊和研討會

修習「銀髮健康輔導」學程之學生，每學年需至少參加一次「銀髮健康輔導」學程相關所辦理的工作坊或研習(討)會(由銀髮健康輔導學程委員會核准辦理者)，於取得本學程前應至少完成三次(含)以上，方可取得本學程之證明。

附錄一

一、「銀髮健康輔導」學程必修課程(共計 6 學分)

項目	流水碼	課程名稱	開課班級	學分數	備註
1	1	人體生理學	特 1 上	2	
	2	人體解剖生理學	體 1 上	2	
	3	健康行為科學	體 3 下	2	
	4	復健醫學概論	特 1 上	2	
2	1	老人心理學		2	共同開課
	2	運動心理學	體 2 下	2	
	3	心理健康	輔 1 上	2	
	4	輔導原理與實務	輔 1 下 教 2 下	2	
	5	發展心理學	輔 1 下 教 2 下	2	
	6	成人及老人心理諮商	輔 4 下	2	
3	1	高齡教育		2	共同開課
	2	生涯發展與規劃	輔 1 上	2	
	3	生命教育與輔導	輔 2 上	2	
	4	生活管理	特 2 下	2	

備註:體:體育與健康休閒學系;輔:輔導與諮商學系;特:特殊教育學系;  
教:教育學系。

二、「銀髮健康輔導」學程選修課程 (共計 14 學分)

領域	項目	課程名稱	開課班級	學分數	說明
1. 高齡 健康身 心發展 課程	1	運動與全人健康	體 1 下	2	至少 需修 習及 格 2 學分
	2	高齡功能性體適能與健康促進	體 3 下	2	
	3	運動醫學	特 1 上 體 3 下	2	
	4	運動與營養	體 4 上	2	
	5	家庭教育	輔 1 上	2	
	6	正向行為支持模式	輔 1 上 特 3 下	2	
	7	人際關係與溝通	輔 1 下	2	
	8	哀傷諮商	輔 4 下	2	
	9	特殊教育導論	教 3 下 特 1 上 輔 2 下 體 4 上	2	

2. 高齡健康行為與技術課程	1	安全教育與急救	體 2 上	2	至少需修習及格 2 學分
	2	表演藝術	體 3 上	2	
	3	活躍老化與防跌	體 3 下	2	
	4	肌力訓練	體 4 上	2	
	5	運動指壓與按摩	體 4 下	2	
	6	休閒教育與輔導	輔 1 下	2	
	7	情緒管理與壓力調適	輔 1 下	2	
	8	行為改變技術	輔 2 下 教 2 下 特 3 下	2	
	9	遊戲治療	輔 3 上	2	
	10	探索教育與體驗學習	輔 3 上	2	
	11	表達性藝術治療	輔 3 下	2	
	12	社會技能訓練	輔 4 上	2	
	13	溝通訓練	特 2 上	2	
	14	應用行為分析	特 2 上	2	
3. 實務應用課程	1	課程設計與發展	<u>教 2 上</u> 體 3 下 輔 3 下	2	至少需修習及格 2 學分
	2	運動休閒遊憩企劃與管理	體 4 上	2	
	3	樂齡運動課程設計與教案撰寫	體 4 上	2	
	4	樂齡運動指導實習	體 4 下	2	
	5	運動休閒俱樂部管理	體 4 下	2	
	6	專題研究( I )( II )	體 3 下 體 4 上 輔 3 上 輔 3 下	2	
	7	生涯規劃課程設計與實施	輔 3 下	2	
	8	諮商實習( I )( II )	輔 4 上 輔 4 下	2	
	9	身心障礙專題研究	特 4 下	2	
	10	專業實習	共同開設	2	

備註：

1. 特:特殊教育學系；體:體育與健康休閒學系；輔:輔導與諮商學系；教:教育學系。
2. 實務應用課程中，專題研究( I )( II )與諮商課程( I )( II )各自最多可採計 2 學分。



## 國立嘉義大學「銀髮健康輔導學程」規劃書

- 一、學程名稱：國立嘉義大學銀髮健康輔導學程。
- 二、設立宗旨：國立嘉義大學為強化「高齡者」身心專業指導與服務人才之培育能力所需，以提供學生多元發展與選擇，規劃銀髮健康輔導學程。
- 三、教育目標：本學程根據本校發展願景，並據以制定跨領域人才培育之教育目標，研訂出有效實踐教育理想的目標規劃，並據以發展出課程規劃策略與實施原則：
  1. 整合體育與健康休閒學系、輔導與諮商學系、特殊教育學系、教育學系等課程規劃「銀髮健康輔導學程」，以提供跨領域學生學習資源，培育具備基礎「銀髮健康輔導」知能之人才。
  2. 以「銀髮健康輔導」理論與實務為教學內容，培養具專業知能之專才。
  3. 培育具跨領域視野之人才，強化學生跨域學習與技術實務整合之能力。
  4. 培育關心銀髮健康輔導相關議題之人才。
- 四、預期成效：

預期透過本學程的教學與實務，可讓參與學生建立銀髮健康輔導之基礎概念，亦可透過跨領域學習，提昇學生的專業基本知能與應用能力，增加學生對相關領域的認識，以降低「學」「用」落差，並增加學生在職場上的競爭力。
- 五、核心能力：
  1. 培養銀髮運動保健指導與課程設計之能力。
  2. 培養銀髮健康保健與輔導技巧之能力。
  3. 培養跨領域討論與溝通協調之能力。
  4. 培養跨領域技術與應用之能力。
- 六、課程地圖：

必修核心課程			
課程名稱	開課班級	學分數	備註
人體生理學	相關系所班級	2	
老人心理學	相關系所班級	2	
高齡教育	相關系所班級	2	
備註： <ol style="list-style-type: none"><li>1. 「人體生理學」得以學科「人體解剖生理學」、「健康行為科學」、「復健醫學概論」抵免之(附錄一~1-1, 2, 3, 4)。</li><li>2. 「老人心理學」得以學科「運動心理學」、「心理健康」、「輔導原理與實務」、「發展心理學」、「成人及老人心理諮商」抵免之(附錄一~2-1, 2, 3, 4, 5, 6)。</li><li>3. 「高齡教育」得以學科「生涯發展與規劃」、「生命教育與輔導」、「生活管理」抵免之(附錄一~3-1, 2, 3, 4)。</li></ol>			

專業選修課程		
領域	課程名稱	備註
1. 高齡健康身心發展課程	1. 運動與全人健康、2. 高齡功能性體適能與健康促進、3. 運動醫學、4. 運動與營養、5. 家庭教育、6. 正向行為支持模式、7. 人際關係與溝通、8. 哀傷諮商、9. 特教導論(附錄二~1-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9)	至少須修習及格 2 學分
2. 高齡健康行為與技術課程	1. 安全教育與急救、2. 表演藝術、3. 活躍老化與防跌、4. 健康行為科學、5. 肌力訓練、6. 運動指壓與按摩、7. 休閒教育與輔導、8. 情緒管理與壓力調適、9. 行為改變技術、10. 遊戲治療、11. 探索教育與體驗學習、12. 表達性藝術治療、13. 社會技能訓練、14. 溝通訓練、15. 應用行為分析 (附錄二~2-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13)	至少須修習及格 2 學分
3. 實務應用課程	1. 課程設計與發展、2. 運動休閒遊憩企劃與管理、3. 樂齡運動課程設計與教案撰寫、4. 樂齡運動指導實習、5. 運動休閒俱樂部管理、6. 專題研究、7. 生涯規劃課程設計與實施、8. 諮商實習、9. 身心障礙專題研究、10. 專業實習(附錄二~3-1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10)	至少須修習及格 2 學分

備註：

1. 本學程必修與選修課程名稱、學分數，得由相關科系所就其專業課程提報本學程委員會審核認定相抵之。
2. 實務應用課程中，專題研究(I)(II)或諮商實習(I)(II)各自最多可採計 2 學分。
3. 「專業實習」需實習內容與銀髮健康輔導學程相關且最多可承認為本學程學分數 2 學分。
4. 修習「銀髮健康輔導」學程之學生，每學年需至少參加一次「銀髮健康輔導」學程相關所辦理的工作坊或研習(討)會(由銀髮健康輔導學程委員會核准辦理者)，於取得本學程前應至少完成三次(含)以上，方可取得本學程之證明。

七、產業連結說明：完整修習本學程者，具備銀髮健康輔導之基本知識，除可從事原屬科系相關的工作之外，亦可嘗試銀髮者相關知能與產業等跨領域應用之職務。

八、課程結構說明：

- (一)本學程應修習至少 20 學分，包括必修核心課程(6 學分)：人體生理學(2 學分)、老人心理學(2 學分)以及高齡教育(2 學分)。

專業選修課程(14 學分)：高齡健康身心發展課程、高齡健康行為與技術課程所與實務應用課程等三領域，各領域至少須修習 2 學分。

- (二)本學程必修及選修課程名稱、學分數，得由相關系所就其專業課程提報本學程委員會審核認定相抵之。

- 九、非正式課程規劃：輔以企業或機構參訪、實習與專題講座等方式。
- 十、師資規劃：參與本學程的授課教師，除來自體育與健康休閒學系、輔導與諮商學系、特殊教育學系、教育學系之專任教師之外，亦擬邀請學術界與產業界具實務工作者以業師身分應聘共同參與授課。
- 十一、多元教學法設計：依課程內容設計操作、講授、實作、討論、口頭報告、實習等教學方法進行。
- 十二、學習輔導：學習輔導管道多元化，透過學程課程與活動的安排，學生除可接觸到校內課程教師的輔導，亦同時吸收具專業實務者的經驗傳承。
- 十三、就業輔導：專題研究可使學生深入瞭解銀髮者身心保健輔導之實際操作，讓學生瞭解從事相關工作的需求與能力，此舉將可強化學生畢業後職場競爭力。
- 十四、學生學習成效：本學程的學生可同時接觸到校內課程教師的輔導，亦可接受實務工作者的實務指導，理論與實務並進的學習輔導作法，將可大為提升學生學習成效。
- 十五、跨院系協調機制：由本校師範學院成立銀髮健康輔導學程委員會(以下簡稱本學程委員會)負責規劃及執行相關事宜。本學程委員會設置委員五~七人，遴聘參與本學程核心課程教學，且來自體育與健康休閒學系、輔導與諮商學系、特殊教育學系、教育學系之專任教師組成之，任期一學年，由師範學院院長擔任召集人，並指定其中委員一人承辦相關業務。