

弘光科技大學網路教學計畫申請書

申請日期：112 年 02 月 01 日

一、申請人基本資料

姓名：王香蘋 職稱：教授（科、所）所名稱：護理

E-mail：spwang@hk.edu.tw 聯絡電話：0963657291

開課教師實施網路教學能力與經驗

- 是否熟悉本校圖資中心網路教學平台：是 否。
- 是否曾接受補助經費有無；加計鐘點有無。

若有，請填寫每次的補助情形：

序號	學年	學期	課程名稱 (學制別、系所班)	學分數	加計鐘點	本校經費補助說明(含金額)
1	111	2	進修部：二技二年甲班、二年乙班	各 2 學分	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
2	111	1	進修部：二技二年甲班、丁班，在職專班三年丁班	各 2 學分	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
	111	1	日間部：二技二年甲班、乙班	各 2 學分	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	
3	109	1	進修部：二技在職專四甲、二技在職二己	各 2 學分	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	補助 18000 元
	109	2	進修部：二技一年甲班、二技一年丙班、二技二年乙班、二技二年戊班	各 2 學分	<input type="checkbox"/> 是 <input checked="" type="checkbox"/> 否	

- 是否曾參與相關研習有無 若有，請填寫參與情形：

序號	學年	學期	研習名稱	時數	辦理單位	備註
1	110	1	12/14 提升教師教學知能研習系列課程	8	教發中心	
2	109	1	9/10 教學實踐研究計畫專題演講暨實作工作坊	8	教發中心	
3	109	1	8/26 影片製作工作坊	6	教發中心	
4	107	2	網路教學	2	教資中心	
5	107	2	磨課師課程(一)	2	教資中心	
6	107	2	磨課師課程(二)	2	教資中心	
7	107	2	創新教學與 PBL 實踐	2	教資中心	

- 是否為單元教學 否 是，請填寫教師網路教學實施貢獻度比例(合計 100%): _____。

- 其他說明：

FM-10490-B09

表單修訂日期：109.02.18

保存期限：5 年

二、課程基本資料

1. 課程名稱：老年睡眠與照護 學分數：2 時數：2 選課號：_____

2. 課程適合網路教學程度說明：

本課程採用混合式網路教學，藉由網際網路輔助課堂教學，提供學生在教學項目、內容上有較多之選擇性，同時對於知識的認識及觀念的理解，對有專職工作的專班學生在學習、速度上有較大的彈性與自主性，彌補路途奔波及從醫院進校可能影響疫情之缺失。(最主要可減少學生到校時間，因臨床工作繁忙，請假不易)。

3. 課程為首次申請實施網路教學：

是

否 最近一次開設學年/學期：111 學年 2 學期

請針對實施方式、內容、規劃等更新部分詳細說明：

更動部分單元授課的週次、部分測驗的考題內容

4. 課程是否需申請科技助理： 是 否

教學發展中心簽核：

(若需申請先會辦教學發展中心)

5. 面授教室需求說明：(如需普通教室、專業教室，電腦教室，視聽教室或實作教室)

普通教室電腦，單槍，布幕(基本需求)—可容納 50 人即可

6. 課程所需軟硬體設備需求說明：(若有特殊軟體需先會辦圖書資訊處)

EverCam 軟體

圖書資訊處回覆：

配合授課教師網路教學需求並提供協助。

EverCam 軟體教發中心可提供協助

圖書資訊處 吳偉同
系統發展組行政助理
112.3.29

圖書資訊處 方清宏
系統發展組組長
112.3.29

圖書資訊處 陳慧菁
秘書
2022/03/29

圖書資訊處 段翰文
圖資長
112.03.29

三、課程綱要

如附件 2 (大專校院遠距教學課程—教學計畫大綱)

四、教師實施網路教學，不得違反智慧財產權，智慧財產宣導相關網頁 <http://ilc.hk.edu.tw/web/isms/>

保護智慧財產權案例分享


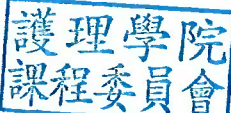
<http://www.tipo.gov.tw/lp.asp?ctNode=7683&CtUnit=3764&BaseDSD=7&mp=1>

已詳閱智慧財產宣導相關網頁及保護智慧財產權分享案例。

教師簽名：王香蘋

王香蘋

五、審查歷程與結果

<p>系(科、所)課程委員會： 會議時間： 112.3.21</p> 	<p>教材內容與設計符合適切性：<input checked="" type="checkbox"/>是 <input type="checkbox"/>否 審查結果：<input checked="" type="checkbox"/>通過 <input type="checkbox"/>不通過</p>
<p>院課程委員會： 會議時間： 112.4.11</p> 	<p>審查結果：<input checked="" type="checkbox"/>通過 <input type="checkbox"/>不通過</p>
<p>校課程委員會： 會議時間：</p>	<p>審查結果：<input type="checkbox"/>通過 <input type="checkbox"/>不通過</p>
<p>網路教學委員會： 會議時間：</p>	<p>審查結果： <input type="checkbox"/>通過 獎勵金額新台幣 _____ 元整 加計鐘點：<input type="checkbox"/>是 _____ 小時， <input type="checkbox"/>否 <input type="checkbox"/>不通過</p>
<p>教務會議： 會議時間：</p>	<p>審查結果：<input type="checkbox"/>通過 <input type="checkbox"/>不通過</p>

附表 2：大專校院遠距教學課程－教學計畫大綱

填表說明：

1. 依據大學遠距教學實施辦法第 6 條，各校開授遠距教學課程，應擬具教學計畫，送課程相關委員會研議，提經教務會議通過後實施，並報教育部備查，且應公告於網路上供查詢。
2. 教學計畫大綱如下，課程教學計畫連結網址，請填入教育部「大專校院課程網」或「技職校院課程網」之「課程大綱」欄位，且能有效連結閱覽，才予以備查。
3. 本件提報大綱為基本填寫項目，實際撰寫內容格式，學校可依需求進行調整設計。

學校名稱：弘光科技大學

開課期間：112 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	老年睡眠與照護
2.	課程英文名稱	Elderly sleep and care
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	王香蘋 教授
5.	師資來源	<input checked="" type="checkbox"/> 專業系所聘任 <input 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)	護理系 護理學院
7.	課程學制	<input type="checkbox"/> 學士班 <input type="checkbox"/> 進修學士班 <input type="checkbox"/> 學士班在職專班 <input checked="" type="checkbox"/> 學院 (<input checked="" type="checkbox"/> 二年制 <input type="checkbox"/> 四年制) <input type="checkbox"/> 專科 (<input type="checkbox"/> 二年制 <input type="checkbox"/> 四年制) <input type="checkbox"/> 進修專校 <input checked="" type="checkbox"/> 進修學院 (<input checked="" 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 checked="" 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 type="checkbox"/> 通識科目 <input type="checkbox"/> 校定科目 <input checked="" type="checkbox"/> 專業科目 <input type="checkbox"/> 教育科目 <input type="checkbox"/> 其他
10.	部校定 (本課程由那個單位所定)	<input type="checkbox"/> 教育部定 <input type="checkbox"/> 校定 <input type="checkbox"/> 院定 <input type="checkbox"/> 所定 <input checked="" 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	2 小時
15.	開課班級數	日間部 1 班；進修部 2 班
16.	預計總修課人數	50 人/班，3 班共 150 人
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)	創課系統-弘光
20.	教學計畫大綱檔案連結網址	創課系統-弘光

FM-10490-B09

表單修訂日期：109.02.18

保存期限：5 年

貳、課程教學計畫

一	教學目標	<p>完成這門課程後，學生將能夠：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.描述睡與醒的生理機轉。 2.舉例說明生活型態與睡眠的生理時鐘的關係。 3.定義常見的老年睡眠障礙。 4.例舉睡眠的主觀及客觀評估方法。 5.理解睡眠障礙的非藥物處置方法。 6.說明老年睡眠障礙對身心健康的影響。 																																																									
二	適合修習對象	二技進修部學生																																																									
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="539 607 1390 1406"> <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>課程簡介及睡眠概論</td><td>面授</td></tr> <tr><td>2</td><td>睡與醒的調整機轉</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>3</td><td>睡眠分期與恆定控制</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>4</td><td>性別、發展與老年睡眠變化</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>5</td><td>睡眠的主觀評估工具</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>6</td><td>睡眠的主觀評估操作</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>7</td><td>睡眠的客觀觀測量方法</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>8</td><td>常見的老年睡眠障礙</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>9</td><td>期中考</td><td>面授</td></tr> <tr><td>10</td><td>睡眠實務評估作業報告(1)</td><td>面授</td></tr> <tr><td>11</td><td>睡眠實務評估作業報告(2)</td><td>面授</td></tr> <tr><td>12</td><td>睡眠實務評估作業報告(3)</td><td>面授</td></tr> <tr><td>13</td><td>睡眠實務評估作業報告(4)</td><td>面授</td></tr> <tr><td>14</td><td>睡眠障礙對身體健康的影響</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>15</td><td>睡眠障礙對心理健康的影響</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>16</td><td>睡眠障礙的照護方法</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>17</td><td>睡眠障礙的藥物處置方法</td><td>遠距</td></tr> <tr><td>18</td><td>期末考與期末評值</td><td>面授</td></tr> </tbody> </table> <p>1. 請以實際上課週次填報。 2. 若因實習安排或其他原因而需調整課程週數(例:12週)，則需於下列備註敘明原因及每週授課時數調整情形。 備註：</p>	週次	授課內容	授課方式	1	課程簡介及睡眠概論	面授	2	睡與醒的調整機轉	遠距	3	睡眠分期與恆定控制	遠距	4	性別、發展與老年睡眠變化	遠距	5	睡眠的主觀評估工具	遠距	6	睡眠的主觀評估操作	遠距	7	睡眠的客觀觀測量方法	遠距	8	常見的老年睡眠障礙	遠距	9	期中考	面授	10	睡眠實務評估作業報告(1)	面授	11	睡眠實務評估作業報告(2)	面授	12	睡眠實務評估作業報告(3)	面授	13	睡眠實務評估作業報告(4)	面授	14	睡眠障礙對身體健康的影響	遠距	15	睡眠障礙對心理健康的影響	遠距	16	睡眠障礙的照護方法	遠距	17	睡眠障礙的藥物處置方法	遠距	18	期末考與期末評值	面授
週次	授課內容	授課方式																																																									
1	課程簡介及睡眠概論	面授																																																									
2	睡與醒的調整機轉	遠距																																																									
3	睡眠分期與恆定控制	遠距																																																									
4	性別、發展與老年睡眠變化	遠距																																																									
5	睡眠的主觀評估工具	遠距																																																									
6	睡眠的主觀評估操作	遠距																																																									
7	睡眠的客觀觀測量方法	遠距																																																									
8	常見的老年睡眠障礙	遠距																																																									
9	期中考	面授																																																									
10	睡眠實務評估作業報告(1)	面授																																																									
11	睡眠實務評估作業報告(2)	面授																																																									
12	睡眠實務評估作業報告(3)	面授																																																									
13	睡眠實務評估作業報告(4)	面授																																																									
14	睡眠障礙對身體健康的影響	遠距																																																									
15	睡眠障礙對心理健康的影響	遠距																																																									
16	睡眠障礙的照護方法	遠距																																																									
17	睡眠障礙的藥物處置方法	遠距																																																									
18	期末考與期末評值	面授																																																									
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</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 3. 有線上教師或線上助教</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 4. 提供面授教學，次數：<u>7</u>次，總時數<u>14</u>小時</p> <p><input type="checkbox"/> 6. 其它：(請說明)</p>																																																									
五	學習管理系統	<p>呈現內容是否包含以下角色及功能 (有包含者請打✓，可複選)</p> <p>1. 提供給系統管理者進行學習管理系統資料庫管理</p>																																																									

FM-10490-B09

表單修訂日期：109.02.18

保存期限：5年

		<input 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) 依照 office hours E-mail:spwang@hk.edu.tw
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 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	成績納入學習者的線上學習歷程和參與度: <input checked="" type="checkbox"/> 是, 占總分數 40% <input type="checkbox"/> 否 線上學習歷程和參與度占 40% (觀看教材 10%、線上測驗 25% (5 次, 每次 5%)、討論 5%) 課堂報告 20% (睡眠日誌 10%、摘要上傳 5%、報告 5%)、 期中考 20%、期末考 20%, 共計 100%。 (包括考試方式、考評項目其所佔總分比率)
九	上課注意事項	1. 具備電腦並且需有網路 2. 進度有期限, 需在期限中完成

教學進度表

課程名稱:老年睡眠與照護

學分/小時數:2/2

授課教師: 王香蘋

開課班級:日間部二技二年級、進修部二技
二年級、進二技二年級在職專班

週次	單元名稱	授課方式	單元教學目標	單元教材內容	單元教學活動	時數	備註
1	1.課程介紹與學習平台操作說明 2.睡眠概論	1. 實體課程面授 2. 學習平台操作練習	讓學生瞭解本課程學習目標、進度規劃、上課方式、評分要求	1. 課程介紹 2. 課程進行、評量 3. 平台操作	1. 課程講解 2. 練習參與線上討論	1. 課程講解 2hr	教材提供： ■1.重點提示 □2.事例 ■3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 □6.議題討論： _____ □7.評量結果與回饋
2	睡與醒的調整機 1 睡眠定義 2 恆定機制 3 定義生理時鐘	1. 線上課程-串流影音教材 2. 參與學習討論 3. 線上評量練習	1.讓學生瞭解睡與醒的定義 2.認識睡與醒的循環 3.學生熟悉睡與醒的平衡控制	1. 睡與醒的定義說明 2. 睡與醒的大腦 3. 介紹睡與醒的平衡控制機制	1. 觀看線上單元教材 2. 練習參與線上討論 3. 練習進行線上評量	1. 串流影音教材 1hr 2. 參與線上討論 0.5hr 3. 進行線上評量練習 0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論： _____ ■7.評量結果與回饋
3	睡眠分期與恆定控制	1. 線上課程-串流影音教材 2. 參與學習討論 3. 線上評量練習	1.瞭解睡眠分期·NREM、REM 2.認知睡眠分期的大腦與生理控制	1.睡眠分期·NREM、REM 2.睡眠分期的大腦與生理控制	1. 觀看線上單元教材 2. 參與學習討論 3. 線上評量	1. 串流影音教材 1.0hr 2. 參與線上討論 0.5hr 3. 線上評量 0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論： _____ ■7.評量結果與回饋
4	男女性別、不同年齡階段之人類發展與睡眠變化	1. 線上課程-串流影音教材 2. 學習平台問題回饋 3. 線上評量練習	1.認知性別與睡眠變化 2.人類發展與睡眠變化 3.老年睡眠變化	1.性別在睡眠的差異 2.人類發展各階段的睡眠變化與需求	1.觀看線上單元教材 2.參與學習討論 3.線上評量	1.串流影音教材 1.0hr 2.參與線上討論 0.5hr 3.線上評量 0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論：女性月經週期對睡眠影響的關鍵要素有哪

							些？ ■7.評量結果與回饋
5	睡眠的主觀評估工具	1. 線上課程-串流影音教材 2. 議題討論 3. 線上評量練習	1. 瞭解睡眠主觀的特性與各式評估 2. 學習睡眠生理與週期規律	1. 睡眠的主觀評估目的 2. 評估表格的介紹：睡眠日誌、PSQI、雅典量表、嗜睡評估量表	1. 觀看線上單元教材 2. 參與討論：記錄睡眠日誌的反思 3. 線上評量	1. 串流影音教材1.0hr 2. 線上討論0.5hr 3. 線上評量0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論：各式主觀工具的優缺點？計分判別依據？ ■7.評量結果與回饋
6	睡眠的主觀評估操作	1. 線上課程-串流影音教材 2. 議題討論 3. 線上評量練習	1. 說明睡眠評估的目的與內容 2. 熟悉主觀工具：睡眠日誌的操作	1. 工具的種類與特性 2. 操作方法與注意事項	1. 觀看線上單元教材 2. 參與學習討論 3. 線上評量	1. 串流影音教材1hr 2. 練習示範0.5hr 3. 線上評量0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 ■2.事例 ■3.練習 □4.反思活動 □5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論：七天睡眠日誌記錄應用於臨床照護觀察重點？ ■7.評量結果與回饋
7	睡眠的客觀觀測量方法	1. 線上課程-串流影音教材 2. 議題討論 3. 線上評量練習	1. 說明客觀睡眠評估的目的與工具介紹 2. 熟悉客觀工具檢查解果的報告	1. 客觀評估目的、與主觀工具的差異 2. 工具種類：PSG 3. 結果報表檢視.	1. 觀看線上單元教材 2. 參與線上討論 3. 進行線上評量	1. 串流影音教材1hr 2. 參與線上討論0.5hr 3. 進行線上評量練習0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 ■2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論：臨床常用的睡眠客觀測量有哪些？ ■7.評量結果與回饋
8	老年睡眠問題與照護	1. 線上課程-串流影音教材 2. 議題討論 3. 線上評量練習	1. 瞭解老年在睡眠的特性 2. 學習老年睡眠生理與問題	1. 老年在睡眠的特性 2. 老年睡眠生理與問題	1. 觀看線上單元教材 2. 參與學習討論 3. 線上評量	1. 串流影音教材1.0hr 2. 線上討論0.5hr 3. 線上評量0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論：影響老年睡眠的心理與

							環境因素為何？ ■7.評量結果與回饋
9	期中考	1. 實體期中紙本考 2. 學習平台問題回饋	1. 紙本考試 2.課程學習Q&A	1. 紙本考試 2.課程學習Q&A	1.期中紙本考試	1. 期中紙本考試1hr 2.評量解答0.5hr 3.課程重點說明0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 ■7.評量結果與回饋
10	個人睡眠主觀評估作業分享(1)	課堂授課	熟練主觀睡眠評估工具的操作、結果解讀	1.睡眠日誌的各表內容呈現的正確結果 製作摘要 2.每位同學報告自我練離操作的結果	每位同學報告自我練離操作的結果檢視，並課堂報告分享	報告、分享與評析 2hrs	■1.重點提示 <input type="checkbox"/> 2.事例 <input type="checkbox"/> 3.練習 ■4.反思活動 <input type="checkbox"/> 5.補充教材或網路資源 <input type="checkbox"/> 6.議題討論： _____ ■7.評量結果與回饋
11	個人睡眠主觀評估作業分享(2)	課堂授課	熟練主觀睡眠評估工具的操作、結果解讀	每位同學報告自我練離操作的結果	每位同學報告自我練離操作的結果檢視，並課堂報告分享	報告、分享與評析 2hrs	■1.重點提示 <input type="checkbox"/> 2.事例 <input type="checkbox"/> 3.練習 ■4.反思活動 <input type="checkbox"/> 5.補充教材或網路資源 <input type="checkbox"/> 6.議題討論： _____ ■7.評量結果與回饋
12	個人睡眠主觀評估作業分享(3)	課堂授課	熟練主觀睡眠評估工具的操作、結果解讀	每位同學報告自我練離操作的結果	每位同學報告自我練離操作的結果檢視，並課堂報告分享	報告、分享與評析 2hrs	■1.重點提示 <input type="checkbox"/> 2.事例 <input type="checkbox"/> 3.練習 ■4.反思活動 <input type="checkbox"/> 5.補充教材或網路資源 <input type="checkbox"/> 6.議題討論： _____ ■7.評量結果與回饋
13	個人睡眠主觀評估作業分享(4)	課堂授課	熟練主觀睡眠評估工具的操作、結果解讀	每位同學報告自我練離操作的結果	每位同學報告自我練離操作的結果檢視，並課堂報告分享	報告、分享與評析 2hrs	■1.重點提示 <input type="checkbox"/> 2.事例 <input type="checkbox"/> 3.練習 ■4.反思活動 <input type="checkbox"/> 5.補充教材或網

							路資源 □6.議題討論： _____ ■7.評量結果與回饋
14	睡眠障礙對身體健康的影響	1.線上課程-串流影音教材 2.議題討論 3.線上評量練習	1.瞭解睡眠障礙產生的身體健康影響 2.辨識睡眠障礙的種類與成因	1.睡眠障礙產生的疾病 2.睡眠障礙的種類與成因	1.觀看線上單元教材 2.參與學習討論 3.線上評量	1.串流影音教材 1.0hr 2.線上討論 0.5hr 3.線上評量 0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論：臨床病患服用藥物產生的睡眠干擾，以哪些疾患為多？ ■7.評量結果與回饋
15	睡眠障礙對心理健康的影響	1.線上課程-串流影音教材 2.議題討論 3.線上評量練習	1.瞭解睡眠障礙產生的身體健康影響 2.辨識睡眠障礙的種類與成因	1. 睡眠障礙產生的身心症狀 2. 睡眠障礙的種類與原因 因，對應睡眠分期的問題。	1.觀看線上單元教材 2.參與學習討論 3.線上評量	1.串流影音教材 1.0hr 2.線上討論 0.5hr 3.線上評量 0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論：精神病患容易產生睡眠困擾？ ■7.評量結果與回饋
16	睡眠障礙的照護方法	1.線上課程-串流影音教材 2.議題討論 3.線上評量練習	1.瞭解老年在睡眠障礙的特性 2.學習睡眠障礙的症狀辨識和評估 3.認識非藥物的睡眠調整方法	1.睡眠障礙的特性，特別是老年在症狀上的呈現 2. 睡眠障礙的症狀辨識和評估重點 3.非藥物的睡眠調整	1.觀看線上單元教材 2.參與學習討論 3.線上評量	1.串流影音教材 1.0hr 2.線上討論 0.5hr 3.線上評量 0.5hr	教材提供： ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論：非藥物睡眠調整的重點？ ■7.評量結果與回饋
17	睡眠障礙的	1.線上課程-串	1.瞭解導致睡	1.導致睡眠障	1.觀看線上單	1.串流影音教	教材提供：

	藥物處置方法	流影音教材 2.議題討論 3.線上評量練習	眠障礙的疾病治療藥物 2.學習睡眠障礙的調整的處置藥物種類 3.認知藥物使用的照護重點與病人衛教	礙的疾病治療藥物 2.睡眠障礙的調整的處置藥物種類 3.助眠藥物使用的照護重點與病人衛教	元教材 2.參與學習討論 3.線上評量	材 1.0hr 2.線上討論 0.5hr 3.線上評量 0.5hr	<ul style="list-style-type: none"> ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 □4.反思活動 ■5.補充教材或網路資源 ■6.議題討論：除了藥物，日常飲食內容有哪些成分也產生類似的干擾或助眠效果？ ■7.評量結果與回饋
18	Final test & final evaluation	期末紙本考試	紙本考試	期末評值	期末評值	期末評值 課程評值	<ul style="list-style-type: none"> ■1.重點提示 □2.事例 □3.練習 ■4.反思活動 □5.補充教材或網路資源 □6.議題討論： _____ ■7.評量結果與回饋

(每週開課時數=串流影音教材時數+其它教學活動時數)