

明志科技大學新生親師座談會提問彙整

序號	問題	問題回覆
1.	請問正念靜坐是什麼樣的活動?目的為何?避免有宗教置入的意識形態	<p>首先說明提問中的「正念靜坐」,「靜坐」只是正念練習的一個小部分,也可以稱做「專注呼吸」,是指藉由呼吸讓自己的心靜下來,因此「靜坐」並不等於「正念」,「正念實作」的課程進行,不會涉及宗教的色彩或教義。</p> <p>所謂的正念(Mindfulness),意指「以特殊的方式專注:刻意、當下、不加判斷,這種專注可滋養出更多正知、清明智慧,並更能接受當下的實相。」(喬·卡巴金)這樣的練習有助於人們打破固有的慣性思維,開拓較寬宏的視野;因此在面對、處理問題時,便會有更明智的選擇;與此同時,也能培育同理、友善、接納與耐心等內在品質,有助於情緒調適及人際溝通能力,用寬闊的視野看待自己與生命,發現及享受生命的美好與快樂。</p> <p>「正念實作」課程,帶領老師會先運用投影片將重要概念做說明或複習,讓同學們對於正念有基本的認識。接著進行各項正念練習,包括專注呼吸、正念飲食、行禪、五指感恩、正念瑜珈、自我照顧.....等,因此課程進行形式較為活潑。對學生的學習而言,藉由持續練習正念,可以提升專注力,對於學習成效與潛能開發,自然是有所助益的。</p>
2.	學校規定多益 450 分以上,才能畢業,但是一年級無法選通識課程(英、日、越文)。請問是否可以加開,或於晚上時加開。(甚至對於英文程度需加強同學,學校可否於夜間,另行開加強班,進行補班),畢竟禮拜一到禮拜四已經強制住校了!每星期選擇一天加強補救英文課程應該有幫助。	<p>有關通識選修,學生連同語言類型課程共需選修 4 類,每一類 2 學分(詳見通識教育中心網頁說明:http://ge.mcut.edu.tw/files/11-1018-1874.php)</p> <p>各類課程開課數量均足夠讓學生可以順利畢業。而本校大一及大二英文課程採分級小班的教學方式,依大一開學第一週進行的多益模擬測驗成績分班,以達因材施教之教學模式。除必修課程「大一英文」與「大二英語聽講」外;學生升大二之前若尚未通過英文畢業門檻(多益 450 分以上),於大二上、大二下、大四上、大四下學期另實施「英文實務(一)、(二)、(三)、(四)」課程,加強多益考試的練習。此外,針對大一初級班的學生,另再開設夜間加強班(每週上課一次),初級班學生一律參加,加強英文單字文法。</p>
3.	學校有多益的課程嗎?	<p>承上題,本校大一大二英文必修課程自 103 學年啟動小班教學,已將多益測驗元素導入課程,同時施行多益模擬考前後測以確實掌握學生學習狀況。另辦理夜間</p>

		多益衝刺班，由學生自由參加以加強應試技巧。此外，大四學生自工讀實習回校，亦為之開設「職場英文」選修，協助多益已接近但尚未過 450 的學生積極跨越門檻。
4.	學校也需要修游泳課嗎？	學校設有體育畢業門檻，分別為校園路跑(男 4.5 公里、女生 3.2 公里)及游泳(25 公尺)。大一、二體育課程由任課教師實施游泳教學，大三上檢測，未通過同學實施補教教學課程兩期。
5.	選修課被選完(額滿)新生該如何選其他課程呢？	目前學校本學期的通識選修課程約可滿足 1,965 名學生修課，六個學期大約可以滿足 11,790 學生修課(大三不計)，大一新生在往後的每學期(大一下/大二上/大二下/大四上/大四下)，都可以選修通識選修課程，即大四下畢業之前滿足四類型八學分即可。
6.	在高職已通過英檢中級初試以上，是否可以算通過英文畢業門檻？	申請認證時間：新生於該學年度起始日(8 月 1 日)往前追溯兩年內通過英檢中級初試以上且有成績可資證明者，需於入學後三個月內(正式日期另行公告)向通識教育中心外文組提出申請，逾時不予受理。本校 103 學年度(含)以後入學之學生畢業門檻為多益 450 分、全民英檢中級初試或托福 iBT 45 分。
7.	多益成績達多少分可免修英文？	<p>四技生一年級在入學前或學期中，已通過相當於多益 670 分(含)以上之程度者(相當於全民英檢測驗中高級初試或其他等同程度之英語檢測)，則可依通過標準之時間點申請抵免四技一「英文」(一)、(二)課程。</p> <p>四技生就讀二年級前或學期中，已通過相當於多益 785 分(含)以上之程度者(相當於全民英檢測驗中高級複試或其他等同程度之英語檢測)，則可依通過標準之時間點申請抵免四技二「英語聽講」(一)、(二)課程。</p> <p>經管系英文檢定考試成績應達 TOEIC 成績 550(含)以上(相當於全民英檢中級、IELTS4)，未達標準者，需於大四學年結束前修習商用英文(五)或商用英文(六)課程。</p>