

108 上「高齡者活動評估與設計」第一次作業

簡答題，每題 10 分，共 10 題

- 一、何謂人口動能（Population Momentum）？
- 二、常見的高齡者參與活動的障礙有哪些？是否還有書籍上尚未提到的障礙？
請扼要說明。
- 三、身體活動依活動內容，分為哪三種？
- 四、活動方案帶領有數種模式，請列出哪四種？並簡要說明四種模式之帶領差異。
- 五、功能性體適能（Functional Fitness）意指哪八項指標？
- 六、請說明大部分高齡者身體失能的順序。
- 七、請說明有關高齡者之活動設計原則有哪些？
- 八、請說明何謂生命倫理四原則？
- 九、活動帶領結束後，活動帶領者可運用「5W1H」進行活動方案帶領檢討，請說明何謂「5W1H」？
- 十、說明高齡者活動空間常見的障礙有哪些？