

桃園市立大溪高級中學 108 學年度第 2 學期 健康與護理 科 教學活動計畫書

課程名稱		健康與護理		教學目標		一、學生願意關注健康議題，並樂於終身遵守健康生活型態。 二、培養健康自我照護能力，生病時不但能自主健康管理，也能照護他人。 三、面對多元及複雜之生活情境下，能活用各種生活技能及健康技能，以解決各種健康問題。											
每週時數	2	教材	課本簡報	出版社	幼獅文化事業股份有限公司	班級	110、111	教師	陳孟娟								
教 學 進 度 及 內 容																	
週次	日期	預定進度	內容摘要	相關議題融入教學	預定作業及批閱次數(平時考)	重要紀事											
1	109/2/25 109/2/28					2/28(五)和平紀念日											
2	109/3/2 109/3/6	課程介紹	說明課程、分組活動、加入 google 教室	生命教育	起點行為評估(填寫 google 表單)												
3	109/3/9 109/3/13	第一章 青春 YOUNG 不恙	健康概念、作決定及健康自主管理技巧	生命教育													
4	109/3/16 109/3/20	第二章 健康活力美	健康體位、健康飲食、健康自主管理技巧		個人健康體位管理計畫												
5	109/3/23 109/3/27	第三章 戰勝急性病 第四章 預防慢性病	疾病預防與自我照護、問題決解技巧		乳房自我檢查分組練習												
6	109/3/30 109/4/3	第五章 老化這件事	健康老化、老人關懷與照護	生命教育	實作演練:老化生活體驗	4/2-4/3(五) 清明兒童放假											
7	109/4/6 109/4/10	第一次期中考				4/7(二)-4/9(四) 第一次期中考											
8	109/4/13 109/4/17	第 17 章 職安召集令 第 18 章 急救最前線	職業安全與衛生、事故傷害緊急處理、珍惜緊急醫療資源	人權教育 生命教育 安全教育	CPR 及 AED 演練 筆試/技術考	教學要求 1. 課前預習。 2. 上課時眼耳心手口都要到。 3. 抄寫補充資料(隨時檢查)。 4. 部分課文為自學。 5. 作業按時繳交。 6. 每次作業或測驗批閱後一定要訂正。 7. 平時測驗若因故請假獲准而缺考，應於三日內完成補考，否則以零分計算。 8. 下課後能複習、整理筆記、完成作業並按時繳交。											
9	109/4/20 109/4/24	第 18 章 急救最前線	事故傷害緊急處理	安全教育 生命教育	CPR 及 AED 演練 筆試/技術考												
10	109/4/27 109/5/1	第 19 章 急症我處理	常見急症原因與處理、珍惜緊急醫療資源	安全教育 生命教育	分組討論~學習單												
11	109/5/4 109/5/8	第 6 章 知「性」達人	全人的性	性別平等教育	分組討論~學習單												
12	109/5/11 109/5/15	第 7 章 練「愛」停看聽	健康親密關係發展	性別平等教育													
13	109/5/18 109/5/22	期中報告			各組分享健康促進成果												
14	109/5/25 109/5/29	第 2 次期中考										5/25(一)-5/27(三) 第二次期中考					
15	109/6/1 109/6/5	第 8 章 為愛負責，呵護性健康	生殖系統健康與保健														
16	109/6/8 109/6/12	第 9 章 生命的喜悅	孕期與產後照護	性別平等教育													
17	109/6/15 109/6/20	第 10 章 有愛無礙	性騷擾與性侵害防治	性別平等教育								6/20補6/26(五)的課					
18	109/6/22 109/6/26	第 11 章 從心開始 第 12 章 走出幽谷	身心整合與全人健康、身心失調的處理與預防	生命教育								6/25(四)-26(五) 端午連假					
19	109/6/29 109/7/3	第 13 章 身心練功坊	身心整合技巧演練		實作演練：放鬆技巧練習、溝通技巧												
20	109/7/6 109/7/10	期末考										7/8(三)-7/10(五) 期末考					
21	109/7/13 109/7/14					7/13 高一多元選修發表											

※1.本表每科每班各印二份，一份於開學後第 2 週送教務處彙整公佈網頁，一份教師留存自用。請依照所授教材，將章節或大單元、小單元及題目填列，勿只填寫頁數。

2. 請依課程標準或課程綱要填寫，並依進度教學。

3. 各教學科目視課程內容及目標，盡量擇選課程相關議題(2-3 則)，適時安排融入課程教學，相關議題如下：人權教育、性別平等教育、生命教育、法治教育、環保教育、資訊教育、永續發展、多元文化、消費者保護教育、生活教育(品德教育、教養)、安全教育(危機處理)。