

國立臺灣師大附中 112 學年度第 2 學期教學進度表

學科：健康與護理 年級：高二 班級：☐音樂班 ☐美術班 ☐語資班 ☐數資班 ☐科學班 ☒資訊科學班 ☒普通班

一、課程名稱		健康與護理		二、教科書版本	泰宇
三、評量方式		隨堂問答、實作練習、技術考、紙筆測驗			
四、成績計算		出缺勤和學習態度 15%＋小組報告 15%＋健康體位學習單 15%＋CPR 和 AED 技術考 10%＋壓力講義 10%＋失智症學習單 5%＋期末考 30%			
教 學 進 度					
週次	日期起訖	本 週 記 要	教 學 內 容		議題融入 (填代號)
			章 節	內 容	
1	2/16-2/17	2/16 開學、正式上課、開學考試 2/17 補行上班(補 2/15)	第一章 守護健康 第 1 節 健康生活天天過	課程簡介 十大死因、平均餘命、十大癌症	CK
2	2/19-2/23	2/22 第一次分科測驗模擬考	第 1 章 守護健康 第 1 節 健康生活天天過	健康生活概論－運動、飲食、睡眠【生活型態】	CK
3	2/26-3/1	2/28 和平紀念日放假	第一章 守護健康 第 2 節 健康生活好體位	BMI 和體脂肪率－運動和飲食【體位控制】	CEF
4	3/4-3/8		第一章 守護健康 第 1 節 健康生活天天過 第 4 節 慢性病請不要來	健康檢查－【電子血壓計－新生健檢報告血壓判讀、測量血壓應注意事項】 慢性病－四癌篩檢、代謝症候群【三高和腰圍粗】、 心血管疾病【高血壓、中風】	CK
5	3/11-3/15		第一章 守護健康 第 3 節 全球防疫攻略	傳染病－流感、新型 A 型流感、COVID-19、結核病 補充：性傳染病【細菌性和病毒性】	ACK
6	3/18-3/22		第一章 守護健康 第 5 節 呵護銀色好時光	老化/失智症 長期照護政策	ABCD
7	3/25-3/29	3/26-27 第一次期中考	第一章 守護健康 第 5 節 呵護銀色好時光	安寧緩和條例/病人自主法/安樂死 器官捐贈	ABCD
8	4/1-4/5	4/4 兒童節放假 4/5 民族掃墓節放假	第三章 安全達人 第 1 節 事故傷害與職安攻略 第 2 節 急救黃金率	意外事故傷害總論	ACEK
9	4/8-4/12		第三章 安全達人 第 3 節 救命天使－心肺復甦	CPR+AED 學理 CPR+AED 團體技術練習	ACE
10	4/15-4/19	4/20 校慶	第三章 安全達人 第 3 節 救命天使－心肺復甦 第 4 節 不吐不快－異物哽塞	CPR+AED 技術考 異物哽塞處理	ACEK
11	4/22-4/26	4/22-25 全中運停課 4/26 校慶補假	第三章 安全達人 第 5 節 急症錦囊	常見急症-氣喘、癲癇、燒燙傷、傷口處理、熱傷害、 急性運動傷害	ACEK
12	4/29-5/3	5/1-2 高三期末考	第四章 健康心理 第 1 節 健康心世界 第 2 節 調適壓力，愛自己 第 4 節 活力養心殿	自尊與心理健康 情緒管理和壓力調適 人際關係與溝通技巧	BC
13	5/6-5/10	5/8 第二次分科測驗模擬考	第四章 健康心理 第 3 節 凝視與修復失調的身心 第五章 健康無癮 第 1 節 要健康，不「藥」癮 第 2 節 善用科技，青春無癮	常見精神疾病簡介 藥物成癮 手機成癮	C
14	5/13-5/17	5/13-14 高一、二第二次期中考 5/18-19 國中教育會考	第六章 愛的組曲 第 1 節 全人的性 第 3 節 珍愛不隨性	全人的性 男性生理疑惑	F
15	5/20-5/24		第六章 愛的組曲 第 3 節 珍愛不隨性	女性生理疑惑	F
16	5/27-5/31		第六章 愛的組曲 第 1 節 全人的性	社會文化對性的影響 性別角色/性別氣質/性傾向/性別認同 同性戀/尊重接納性少數	AEF
17	6/3-6/7		第六章 愛的組曲 第 2 節 愛的進行式	邀約與拒絕 交往與分手	ACF
18	6/10-6/14	6/10 端午節放假	第六章 愛的組曲 第 5 節 維護身體自主	拒絕性騷擾與性侵防治 優生保健法與人工流產	ACF
19	6/17-6/21		第六章 愛的組曲 第 6 節 新生命的樂章	避孕方法	ACF
20	6/24-6/28	6/26-27 高一、高二期末考 6/28 休業式 6/28 校務會議	第六章 愛的組曲 第 6 節 新生命的樂章	健康生育－懷孕/產檢/生產/餵奶	ACF

※議題代號：A.人權暨道德法治教育 B.永續發展 C.生命教育 D.生涯發展 E.多元文化 F.性別平等教育 G.海洋教育 H.消費者保護教育
I.國家安全通識教育 J.創造力教育 K.環境教育