

國立臺灣師大附中 113 學年度第 2 學期教學進度表

學科：健康與護理 年級：高二 適用班級：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 10%+小組報告 10%+健康體位學習單 15%+長照與健康人生學習單 10%+CPR 和 AED 技術考 10%+壓力講義 10%+我的初紀錄學習單 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	2/11-2/14	2/11 開學、正式上課、開學考試	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	2/17-2/21	2/20 第一次分科測驗	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	2/24-2/28	2/25 公布學測成績 2/28 和平紀念日放假 2/27 公布術科成績	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	3/3-3/7		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 - 五癌篩檢、代謝症候群【三高和腰圍粗】、心血管疾病【高血壓、中風】	CK	
5	3/10-3/14		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	3/17-3/21	3/21-3/23 身心障礙甄試學科考試	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	3/24-3/28	3/24 身心障礙甄試術科考試 3/25-26 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	3/31-4/4	4/3-4/4 兒童節及民族掃墓節	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	4/7-4/11		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	4/14-4/18		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	4/21-4/25		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	4/28-5/2	4/28-29 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	5/5-5/9	5/7 第二次分科測驗	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	5/12-5/16	5/12-13 高一、高二第二次期中考 5/14 高三補考 5/17-18 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	5/19-5/23		第六章 愛的組曲 第 3 節 珍愛不隨性	女性生理疑惑	F	
16	5/26-5/30	5/30-5/31 端午連假	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	6/2-6/6		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	6/9-6/13	6/12 身障甄試分發結果公告	第六章 愛的組曲 第 5 節 維護身體自主	拒絕性騷擾與性侵犯防治 優生保健法與人工流產	ACF	
19	6/16-6/20		第六章 愛的組曲 第 6 節 新生命的樂章	避孕方法	ACF	
20	6/23-6/27	6/26-27 高一、高二期末考	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	
21	6/30-7/4	6/30 休業式				

※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

