

國立臺灣師大附中 114 學年度第 1 學期教學進度表

學科: 年級:高三 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

健康與護理

一、課程名稱		健康與護理		二、教科書版本		育達
三、評量方式		紙本測驗、學習單、分組報告、小組上臺發表				
四、成績計算		30%期末考 15%CPR 技術考 15%小組報告 15%健康體位管理計畫 10%心理健康學習單 15%課堂參與				
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	9/1-9/5	9/1 開學、正式上課、開學考試	1-1 健康 ALL PAASS	課程介紹 / 分組 健康定義 / 健康促進定義	C	
2	9/8-9/12		1-1 健康 ALL PAASS 1-4 我們與慢性病的距離	十大死因 / 慢性病介紹 / 健康檢查	C	
3	9/15-9/19		1-2 青少年健康管理 1-4 我們與慢性病的距離	健康檢查數據意義 / 代謝症候群 / 生活習慣調查 (使用血壓計測量血壓 / 血氧機測量血壓)		
4	9/22-9/26		1-2 青少年健康管理	健康體位測量/均衡飲食/擬定健康管理計畫		
5	9/29-10/3	9/28 教師節 9/29 教師節補假	1-3 進擊的傳染病	傳染病三要素 / 常見傳染病 / 防疫數據分析		
6	10/6-10/10	10/6 中秋節 10/10 國慶日	1-5 健康老快活	長照 2.0 / 失智 / 安寧 / 預立醫囑 / 病人自主權利法	C	
7	10/13-10/17	10/15-16 第一次期中考		段考週		
8	10/20-10/24	10/24 臺灣光復暨金門古寧頭大捷紀念日	2-1 心動時刻 2-3 職業安全御守	事故傷害 / 事故傷害預防 / 急救概論 / 職業安全		
9	10/27-10/31		2-1 心動時刻 2-2 生命中不可承受的痛	CPR 學理說明 / CPR 實作練習 / 哈姆立克法教學		
10	11/3-11/7		2-2 生命中不可承受的痛	CPR 技術考 / 疼痛 / 傷口處理 / 癲癇		
11	11/10-11/14		5-1 探索心房 5-2 越過壓力山丘	健康心理 自尊 / 情緒 / 壓力調適		
12	11/17-11/21		5-3 擁抱身心 5-4 舞動健康的心	常見的精神疾病 / 減壓方法 / ABC 轉念練習		
13	11/24-11/28		4-1 解碼性密語	全面性教育 / 性別多樣化 / 批判性思考	E.F	
14	12/1-12/5	12/1-2 第二次期中考		段考週		
15	12/8-12/12		4-2 健康親密關係藝術	愛情三元論 / 親密關係發展過程 / 拒絕技巧	F	
16	12/15-12/19		4-3 性與健康	生殖器官保健 / 性病	F	
17	12/22-12/26		4-4 負責的愛：健康生育 4-5 預防性騷擾	避孕 / 人工流產 / 懷孕歷程 / 保險套實作練習 身體自主權/性騷擾	F	
18	12/29-1/2	12/29-30 高三期末考 1/1 元旦		高三期末考週		

19	1/5-1/9			小組報告資料整理	
20	1/12-1/16	1/14-16 高一二期末考		期末回顧與回饋	
21	1/19-1/23	1/19 線上上課 1/20 休業式 1/21-23 補行上課(補第 2 學期 2/11-13) 1/24 寒假開始			

※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