

泰山高中 115 學年第 1 學期教學計畫					教科書名		健康與護理				
					出版書局		育達文化				
班 別		科 目		編寫進度教師		共 同 科 目 教 師 簽 名					
普一		健康與護理		吳俐蓉		吳俐蓉、鄭美楓					
週	起	迄	頁碼		單 元 名 稱	講 授 重 點	配套教材與班經	講授方法	教 具	作 業	進 度
			起	迄							
1	08/31	09/04			開學預備週 學習共識課程	1. 課程事實說明與建立規範 2. 線上課程暨複合式課程準備 3. 課程暨教師簡介 4. 紅利課程預告 5. 教學與學習 MOU 建立	*專利教室使用默契 *第 1 次分組 *班成員 classroom *學前自我評估與規劃表單 *小老師 Line 群				
2	09/07	09/11	6	107	「健康與樂活」主題課程	1. 飲食健康食品 2. 食品安全 3. 媒體與資訊閱讀(健康識能) 4. 青少年常見健康問題 5. 睡眠休息、運動休閒 6. 綠環境(社區、校園、職場) 7. 健康自主管理 8. 「健康」與「健康促進」 9. 工作與生活平衡&EAP 10. 預防醫學、成功老化	課本共 101 頁 *小老師班級成績表 *google 雲端(共筆)、班級共筆制 *癲癇特別介紹 <健康生活藍圖> 【健康學習歷程探究趣】 <手機健康助手>				
3	09/14	09/18			「健康與樂活」主題課程	11. 健康檢查 12. 慢性病 13. 傳染病	<我的健康履歷> *老師 Notion、FB、IG 及社群				
4	09/21	09/24			中秋節特別課程	疾病防疫、旅遊健康、飲食健康	<中秋節健康享樂計畫> <實務工作者現身說法>				
5	09/29	10/02			「健康與樂活」主題課程	14. 健康資本、綠色資本 (碳權、碳費、碳稅、碳買賣) 15. 綠色企業、綠領人才 16. 綠生活暨環境調查(碳盤查)	<綠幣集資競賽> <社區青銀據點清查> <校園碳水足跡盤查> *提醒同學下周帶市集商品和文宣場佈				
6	10/05	10/08			「健康與樂活」主題課程	17. 分級醫療、安全就醫 18. 高齡與長期照顧 19. 安寧療護 20. 健康、樂齡與智慧城市 21. 世代共融、共和與共榮 22. SDGs 23. 健康消費 24. 綠色消費、農食/海鮮教育 25. 生態旅遊、地方創生	<青銀共融提案> <健康樂活市集>				
7	10/12	10/16	10/13、 10/14 第 1 次段考		紅利課程「學習歷程檔案暨生涯諮詢」	期中考週 第 1 次筆試繳收課本(6-151)					
8	10/19	10/23	110	151	「急救」主題課程	1. 傷害處理、檢傷分級之原則 2. 氣喘與過度換氣 3. 癲癇伊比利斯症 4. 流血、皮膚傷口、骨折、脫臼、扭傷 5. 熱傷害 6. 燒燙傷 7. 異物哽塞 8. 心肺哽塞 9. 心肺功能停止	課本共 41 頁 *第 2 次分組 [安妮怎麼了] <情境故事 123>				
9	10/27	10/30			「急救」主題課程	急救技術刻意練習 1 1. CPR 2. 哈姆立克法	<檢傷分類大賭盤—急症小跑搶> <情境故事 123>				
10	11/02	11/06			「急救」主題課程	急救技術刻意練習 2 3. 止血帶止血法 4. 充填加壓止血法	<情境故事 123>				
11	11/09	11/13			「急救」主題課程	急救技術刻意練習 3 1. CPR 2. 哈姆立克法 3. 止血帶止血法 4. 充填加壓止血法 事故傷害 情境模擬與急救實作	<轉盤人生急救小劇場>				

12	11/17	11/20	152	211	「心理衛生」主題課程		課本共 59 頁 【健康學習歷程探究趣】				
13	11/23	11/27	11/25、 11/26 第 2 次段考		紅利課程「學習歷程檔案暨 生涯諮詢」	期中考週 第 2 次筆試驗收(課本 152-275)	<手遊大觀園>				
14	11/30	12/04			「心理衛生」主題課程	1. 壓力與身心徵候 (含[心身壓力反應量表]) 2. 身心科常見診斷 3. 精神科去汙名與身心症關懷 4. 社會支持與心理素質 5. 正向思考與問題解決	*第 3 次分組				
15	12/07	12/11			「心理衛生」主題課程	6. 毒品戒制與除罪化 7. 物質濫用與成癮作用 (含「科技網路成癮」) 8. 壓力調適與身心靈整合	<實境放鬆體驗> *提醒同學下周帶衛守手作 材料				
16	12/14	12/18			「心理衛生」主題課程 特別課程《身心幸福祭》《情 緒·放輕鬆》		「心衛守」手作 【情緒手札】 【慢慢 FUN 輕鬆】				
17	12/21	12/24	212	275	聖誕節&跨年特別課程 禮物經濟、共享經濟、循環 經濟 「愛情與性」主題課程	1. 全面的性教育	*第 4 次分組 課本共 63 頁 <Get everything-交換禮物 派對> <性之曼陀羅> <情境故事 123>				
18	12/28	12/31			「愛情與性」主題課程	2. 情感中的溝通與經營 (含「薩提爾」溝通理論) 3. 自我與親密關係 (含「自尊」人格理論、 「依附」關係理論) 4. 分手的處置和因應	【愛情咖啡館】 #愛表達 【科醫社森林】 #愛尊重 #愛別離 【練愛這堂課】 【健康學習歷程探究趣】 <情境故事 123>				
19	01/04	01/08			「愛情與性」主題課程	5. 性安全與性平權 (含「多元的性」月經貧窮議題) 6. 性生殖與性健康 孕產健康	<青春網戀模擬器> 【SC 森裡樂園】 <情境故事 123>				
20	01/11	01/15			「愛情與性」主題課程 加碼企劃《探訪性世界+月 來悅幸福》(含新式生理用 品)	愛情與性 情境模擬與溝通實作	*小老師班級成績表統計回 收截止 【大陰博物館】 【當妳的好朋友】 <巧克力之清愛小劇場> *學後自我評量暨課程回饋 表單 <健康同樂會>				
21	01/18	01/20	01/18、 11/20 期末考		紅利課程「學習歷程檔案暨 生涯諮詢」	期末考週					

1. 擔任編寫進度之老師於各該科教學研究會開會後一週內將本表填妥並會同科目所有教師簽名後送交教學組，謝謝。

2. 同一科目同一年級請各任課老師於教學研究會時協商統一進度。 3. 敬請各科任課老師務必按預定進度逐週教學俾便命題。