

臺北市立成功高級中學 112 學年度第 1 學期學校日教學活動資料

班級：高三奇數班	科目：健康與護理	教科書版本：幼獅出版社
每週時數：2 小時	任課教師：劉志祥、葉人芝	

課程目標：

健體-U-A1

具備身心健全的發展素養，探索自我觀，肯定自我價值，追求健康與幸福的人生。

健體-U-A3

具備規劃、實踐與檢討反省的素養，並以創新的態度與作為，因應新的健康情境或問題。

健體-U-B2

具備適當運用科技、資訊與媒體之素養，進行健康之相關媒體識讀與批判。

健體-U-C2

具備於健康生活中，發展適切人際互動關係的素養，並展現相互包容與尊重、溝通協調的精神與行動。

教學目標：

- 1.瞭解健康生活型態的重要性，並積極努力養成。
- 2.具備健康自我管理能力，並於生活中實踐。
- 3.學會事故傷害緊急處理原則與技能。
- 4.熟悉基本救命術之意義、操作技巧及實作。
- 5.認識精神疾病，破除對精神疾病患者與家屬的污名。
- 6.建立正確的性觀念，思考自己的性價值觀、培養負責任的性態度。

教學計畫與內容：

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
1	8/28-9/1	27 全國祖父母節。28 高一新生選社開始。29 教學準備日、期初校務會議、科召會議、導師會議、各科教學研究會。30 開學日、高一二教科書發放、跨班選修課程期初會議、公布跨班選修選課結果。31 高二跨班選修課開始。31-1 幹部講習。1 高三、高一跨班選修課開始、社團博覽會。	課程介紹 1-1 健康概論		
2	9/4-9/8	4 高一新生選社結束。5 高一、二導師自主學習共備會議。5-6 高三第 1 次模擬考。6 校內環境知識競賽。8 學生輔導工作委員會、高一新生轉社申請開始。4-8 高一彈性學習微課程選課。友善校園週。4-28 北市數學及自然學科能力競賽校內初複賽。	1-2 健康自主管理		

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
3	9/11-9/15	11 高三班輔：多元入學方案說明暨大學學系探索量表解釋、高三班際籃球賽。12 高二英文作文比賽、高一新生轉社申請結束(12:30 鐘聲響畢截止)。13 校內環境知識研討講座、高一新生尿液篩檢。15 英文單字初賽。16 學校日暨班級親師座談會。高一實施性向測驗。	1-3 傳染病防治		
4	9/18-9/22	18 防災預演。19 字音字形比賽。20-22 高一新生健檢。21 防災演練。22 英文單字複賽。22-28 敬師週。23 補班補課(補 10 月 9 日)。高一實施性向測驗。	1-4 慢性病防治	學習單	
5	9/25-9/28	24 臺北市環境知識競賽、學生家長會代表大會。25 高一法治教育宣教、高一英文演講比賽。26 體育發展委員會。27 大學多元入學暨學生學習歷程檔案家長說明會。29 中秋節。	1-5 高齡者健康		
6	10/2-10/6	2 高二高三反毒守門員宣導。	2-1 職業安全與健康		
7	10/11-10/13	9 彈性放假(9 月 23 日補班補課)。10 國慶日、全國閱讀心得寫作比賽投稿截止(中午)。12-13 全校第一次期中考。	2-3 急症處理		
8	10/16-10/20	15 中午全國小論文寫作比賽投稿截止。16 臺北市學生音樂比賽開始、高一胸部 X 光檢查。19 高一國語朗讀比賽。21 大考英語聽力測驗(第一次)。高一實施興趣量表。	2-2 心肺復甦術	學習單	
9	10/23-10/27	23 高二人身安全宣教、國文作文比賽。26 高二國語朗讀比賽。高一實施興趣量表解釋。	2-2 心肺復甦術	術科測驗	校外 護理師 偕同教學
10	10/30-11/3	30-31 高三第二次模擬考。	2-3 急症處理		
11	11/6-11/10	6 高二交通安全宣教、高三班輔：甄選入學準備說明、高二班際籃球賽。7 閩南語朗讀暨演說比賽。9 客語朗讀暨演說比賽、高一心電圖篩檢。10 臺北市學生音樂比賽結束。11 代聯會秋季舞會。高一解釋性向測驗。8 甄選入學高三家長說明會(暫訂)。6-10 熱食部滿意度調查。	3-1 藥物教育	分組報告 1	

週次	日 期	大 事	教材預定進度	作業預定作業	備 註
12	11/13-11/17	13 書法比賽。14 高一導師自主學習共備研習。	3-2~3-3 拒絕成癮物質	分組報告 2	
13	11/20-11/24	20 第 1 次課程發展委員會。	5-1~5-3 心理健康		
14	11/27-12/1	27-28 全校第二次期中考。29 高二導師自主學習共備研習。	5-1~5-3 心理健康	繳交個人報告	
15	12/4-12/8	4 高三包高中、高一班際桌球賽。6 教科書書評會。7 國語演講比賽。	6-1 性教育 (器官保健)		
16	12/11-12/15	11 期末科召會議。13-14 高三第三次模擬考。15 第二外語朗讀比賽暨日語演講比賽、期末轉社申請開始。16 大考英語聽力測驗(第二次)。	6-2 性教育 (親密關係與愛情)		
17	12/18-12/22	18-22 各大科期末教學研究會。	6-3 性病預防		
18	12/25-12/29	25-29 全校跑班選修選課(第 2 學期)。28 高二自主學習跨班成果發表會。	6-4 性教育 (懷孕與避孕)		
19	1/2-1/5	1 元旦。2-3 高三期末考。	期末考		
20	1/8-1/12				
21	1/15-1/19	16 期末轉社申請結束(12:30 鐘聲響畢截止)。17-18 高一高二期末考。19 休業式。20-22 大學學科能力測驗。			
補 11	1/22-1/26	23-26 因應全中運提前授課(補第 2 學期第 11 週 4 月 22 日至 4 月 25 日)、高二教育旅行。24 教師輸入學期成績截止日。26 公告學期成績。	課外閱讀		

● 作業內容：

課程學習單、個人/小組書面報告、口頭報告投影片

● 評量方法及配分比例：

1. 期末認知紙筆測驗(30%)
2. 出席率(20%)
3. 小組作業(15%)
4. 個人作業(15%)
5. CPR 術科考試(15%)
6. 特殊表現(5%)

● 課外閱讀：

1. 蘇琮祺 (2022)。心態致瘦：諮商心理師的 21 堂身心減重課 遠流出版社。