基隆市立中山高級中學113學年度第1學期教學計畫

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 班級 | 高三忠、孝、仁、愛 | | 科目 | 健康與護理 |
| 教師 | 高薏亭 老師 | | | |
| 教學目標 | | 1. 認識健康生活型態的重要，並積極努力養成健康自我管理的能力，培養準備老化的健康態度。 2. 了解並學習預防慢性病和傳染病的方法。 3. 瞭解並提昇自尊與心理健康，維持心理健康的生活技能，瞭解青少年的情緒特徵，建立良好人際關係，瞭解精神病意涵，認識憂鬱症的成因、症狀、處理及預防方法。 4. 培養正確藥物概念、用藥行為，避免藥物濫用，能辨識日常生活中毒害的危險情境，確實遠離及拒絕毒品。 | | |
| 本學期  授課內容 | | 實際授課週數18週  第1章（7堂課）健康生活~個人衛生、健康體位、傳染病  第2章（4堂課）健康消費~消費高手、食品安全、綠色生活  第3章（7堂課）安全生活~基本救命術、疾病症狀處理、CPR | | |
| 教學方式 | | 1. 利用活動式的教學來引起學生學習動機，例如平板APP線上評量、教學競賽活動、比賽問答等。 2. 運用身體圖片與模型、教學影片、電腦動畫等教學媒體來介紹課程內容。 3. 配合實例或故事講述協助學生認識自己的健康情形，並幫助學生了解。 | | |
| 評量方式 | | 1. 上課參與表現（10％） 2. 平時測驗與作業（20％） 3. 分組口頭報告（30％） 4. 期末定期測驗（40％） | | |
| 對學生期望 | | 1. 態度認真並全程參與課程。 2. 能辨識個人的健康狀況是否符合標準。 3. 遇到健康方面的問題能主動尋求解決方法。 4. 學習蒐集健康問題的成因並尋找解決之道。 | | |
| 家長  配合事項 | | 1. 協助解答學生的健康方面的問題與疑惑。 2. 若有健康方面的相關問題，家長可與孩子一同尋求資源並解決問題。 | | |

基隆市立中山高級中學113學年度第2學期教學計畫

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 班級 | 高三忠、孝、仁、愛 | | 科目 | 健康與護理 |
| 教師 | 高薏亭 老師 | | | |
| 教學目標 | | 1. 培養願意主動救人的心態與學習急救的原則及技巧。 2. 具備安全情境的評估能力，有效運用安全資源執行安全行動，以落實健康的安全生活。 3. 引導學生建立正確的性觀念，培養促進性健康能力，具備健康互動交往時所需的生活技能，引導學生具備促進性健康所需的知識、態度和行為。 4. 提升消費者自我覺察與資訊辨識的能力，應用正確的健康消費概念於日常生活中。 | | |
| 本學期  授課內容 | | 實際授課週數15週  第2章（7堂課）拒絕成癮物質~菸酒毒品  第3章（8堂課）全人性教育、兩性交往、避孕 | | |
| 教學方式 | | 1. 利用活動式的教學來引起學生學習動機，例如Nearpod quizizz等app線上評量、教學競賽活動、比賽問答等。 2. 以健康攤位活動協助學生發展小組合作能力與表達能力。 3. 運用身體圖片與模型、教學影片、電腦動畫等教學媒體來介紹課程內容。 4. 配合實例或故事講述協助學生認識個人的健康情形。 | | |
| 評量方式 | | 1. 上課參與（10％） 2. 平時測驗（20％） 3. 健康活動設計與執行（30％） 4. 期末定期測驗（40％） | | |
| 對學生期望 | | 1. 態度認真並全程參與課程。 2. 能辨識個人的健康狀況是否符合標準。 3. 遇到健康方面的問題能主動尋求解決方法。 4. 學習蒐集健康問題的成因並尋找解決之道。 | | |
| 家長  配合事項 | | 1. 協助解答學生的健康方面的問題與疑惑。 2. 若有健康方面的相關問題，家長可與孩子一同尋求資源並解決問題。 3. 協助孩子與同儕、兩性相處。 | | |