

國立卓蘭高級中等學校107學年度第2學期教學計畫暨進度表

部科： 國中部 普通科 國貿科 幼保科 資處科 應英科

級別： 一 年級 科目名稱： 健康與護理 製表人簽章： 羅雯琪

一、教學目標	一、增進健康知識、態度與技能的能力。 二、營造健康支持性環境的能力。 三、維護個人與環境安全的能力。 四、擬定健康生活策略與實踐的能力。 五、運用健康資訊、產品和服務的能力。					
二、評量方式	上課參與、學習單、課後作業、筆試					
三、成績計算	平時考核佔 40%，包括上課表現、學習單、課後作業、分組活動等 第二次段考佔 30% (20%段考筆試成績+10%指定作業成績) 期末考佔 30% (20%段考筆試成績+10%指定作業成績)					
四、使用教材(版本)	健康與護理(下) 郭鐘隆主編 幼獅文化出版					
五、全體授課教師	羅雯琪、劉寶蓮					
六、教學進度						
週次	起訖日期	章節單元名稱	進度頁數	多元評量方式	重要議題融入教學	備註
1	02/11~02/15	課程介紹、分組	~			2/11 開學日
2	02/18~02/23	CH12 打開性愛的黑盒子--事大解密	~	性生理學習單	性別平等教育	2/23 補班補課
3	02/25~03/01	CH12 打開性愛的黑盒子--事大解密	~	性生理學習單		2/28-3/3 連假
4	03/04~03/08	CH12 打開性愛的黑盒子--事大解密	~	多元性別	多元文化	
5	03/11~03/15	CH13 愛情的體驗與責任	~		性別平等教育	
6	03/18~03/22	CH13 愛情的體驗與責任	~		性別平等教育	
7	03/25~03/29	第一次定期考	~			3/26-3/27 第一次定期考
8	04/01~04/05	CH13 愛情的體驗與責任	~		性別平等教育	4/4-4/7 連假
9	04/08~04/12	CH13 愛情的體驗與責任	~	懷孕生產學習單	性別平等教育	
10	04/15~04/19	CH13 愛情的體驗與責任	~		性別平等教育	4/15 高中(含技高)一二年級競試
11	04/22~04/26	CH14 性愛面面觀--拒絕愛滋，終止性暴力	~		性別平等教育	
12	04/29~05/03	CH14 性愛面面觀--拒絕愛滋，終止性暴力	~	愛滋T恤設計	性別平等教育	5/4-5/5 統測
13	05/06~05/10	CH14 性愛面面觀--拒絕愛滋，終止性暴力	~		人權教育	5/10 下午 6-7 節一二年級第二次定期考
14	05/13~05/17	第二次定期考 三年級畢業考	~			5/13-5/14 一二年級第二次定期考、三年級畢業考 5/18-5/19 國中教育會考
15	05/20~05/24	CH9 快樂心生活	~	自尊評量		
16	05/27~05/31	CH9 快樂心生活	~			
17	06/03~06/07	CH10 暗示的曙光 --談精神疾病與防治	~			6/4 畢業典禮 6/7-6/9 連假
18	06/10~06/14	CH10 暗示的曙光 --談精神疾病與防治	~	正向思考練習	生命教育	
19	06/17~06/21	CH11 健康加分--拒絕物質濫用做起	~	拒絕技巧		

20	06/24~06/28	期末考	~		6/26-6/28 期末考
----	-------------	-----	---	--	---------------

※重要議題融入教學：高中職部為性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民教育、情感教育等廿項宜適度融入相關科目教材及其他重要活動。國中部為性別平等教育、環境教育、資訊教育、家政教育、人權教育、生涯發展教育、交通安全及海洋教育、情感教育共九項。

備註：(1)請電腦打字；完整填寫各欄位。製表人務必簽名或核章

(2)召集人於社群暨教學研討會後3天內檢查、彙整科內教學計畫暨進度表，連同會議紀錄上簽後，送教學組留存備查。

國立卓蘭高級中等學校107學年度第2學期教學計畫暨進度表

部科：國中部 普通科 商經科 國貿科 幼保科 資處科 電商科 應外科

級別：二年級

科目名稱：健康情感管理

製表人簽章：



一、教學目標		<ol style="list-style-type: none"> 1. 使學生認識並討論身心整合技巧（如太極拳、瑜珈、靜坐冥想等）。 2. 使學生了解身心整合技巧對增進健康的助益 3. 使學生認識各種失落與悲傷經驗，如失戀、罹患癌症、親屬死亡、喪友、寵物死亡經驗等，及錯誤的處理方式，如以濫用成癮物質來化解悲傷。 4. 使學生學習失落與悲傷經驗的正確處理及求助（如適當地表達悲傷情緒、尋求專業人員或機構協助等），以及如何協助家人、朋友面對失落經驗。 5. 藉由介紹青少年自我傷害危機之現況、特性與求助管道防制自我傷害行為。 6. 培養學生遭遇情緒低落能自助及助人的知能。 7. 教導學生了解青少年與家人關係的成長經驗與個人自尊關係。 8. 培養兩性溝通與情感抉擇的生活技能。 9. 了解青少年階段懷孕生子的責任與風險。 <p>培養情慾自主及自我健康管理的能力。</p>				
二、評量方式		辯論+上台報告+書面報告+筆試				
三、成績計算		<ol style="list-style-type: none"> 1、上課態度、精神及表現 佔 10% 2、學習單作業 佔 10% 3、辯論比賽 佔 20% 4、期中考 佔 30% 5、期末考 佔 30% 				
四、使用教材(版本)		育達文化				
五、全體授課教師		劉寶蓮				
六、教學進度						
週次	起訖日期	章節單元名稱	進度頁數	多元評量方式	重要議題融入教學	備註
1	02/11~02/15	教育預備+分組	~			2/11 開學日
2	02/18~02/23	避孕方式	~	分組操作	生命教育	2/23 補班補課
3	02/25~03/01	第 5 章 預約幸福 第 1 節 親密愛人第 1	Pp86-92		性別平等教育	2/28-3/3 連假
4	03/04~03/08	第 5 章 預約幸福 第 2 節 抉擇與承諾	Pp93-97		性別平等教育	
5	03/11~03/15	第 5 章 預約幸福 第 3 節 小爸小媽的天	Pp98-105		性別平等教育	

6	03/18~03/22	第5章 預約幸福 第4節 做個情慾自主的高手	Pp106-112		性別平等教育	
7	03/25~03/29	第4章 愛的真諦		辯論比賽 1	生命教育	3/26-3/27 第一次定期
8	04/01~04/05	第4章 愛的真諦 第1節 喚醒心中的巨	Pp68-74		生命教育	4/4-4/7 連假
9	04/08~04/12	第4章 愛的真諦 第2節 自尊與真愛	Pp75-85	辯論比賽 2	生命教育	
10	04/15~04/19	第3章 活著真好 第1節 自我傷害的探	Pp50-56		生命教育	4/15 高中(含技高)一二年級競試
11	04/22~04/26	第3章 活著真好 第2節 走出自我傷害	Pp57-67	辯論比賽 3	生命教育	
12	04/29~05/03	複習	Pp50-112			5/4-5/5 統測
13	05/06~05/10	定期考 II				5/10 下午 6-7 節一二年級第二次定期考
14	05/13~05/17	第1章 健康心風潮 第1節 健康從心開始	Pp8-12	學習單		5/13-5/14 一二年級第二次定期考、三年級畢業考 5/18-5/19 國中教育會考
15	05/20~05/24	第1章 健康心風潮 第2節 身心靈整合技	Pp13-17		生命教育	
16	05/27~05/31	第1章 健康心風潮 第2節 身心靈整合技	Pp17-26	學習單	生命教育	
17	06/03~06/07	第2章 超越失落與悲傷	Pp28-37		生命教育	6/4 畢業典禮 6/7-6/9 連假
18	06/10~06/14	第2章 超越失落與悲傷	Pp38-49		生命教育	
19	06/17~06/21	複習	Pp8-49		生命教育	
20	06/24~06/28	期末考	~		生命教育	6/26-6/28 期末考

※重要議題融入教學：高中職部為性別平等、人權、環境、海洋、品德、生命、法治、科技、資訊、能源、安全、防災、家庭教育、生涯規劃、多元文化、閱讀素養、戶外教育、國際教育、原住民教育、情感教育等廿項宜適度融入相關科目教材及其他重要活動。國中部分為性別平等教育、環境教育、資訊教育、家政教育、人權教育、生涯發展教育、交通安全及海洋教育、情感教育共九項。