

教學計畫暨進度表

高雄中學115學年度第一學期三年級健康與護理科教學計畫

一、教學目標		1. 認識健康生活型態的重要性。 2. 全人的性觀念-養成健康的性觀念，並能實踐於日常生活中。 3. 學會事故傷害處理原則並具備簡易急救能力。					
二、評量方式		作業、實作、筆試					
三、成績計算		平時成績 40% 作業 30% 期末考 30%					
四、對學生的期望		落實健康生活					
五、教學進度							
每週 節數	2	編定 教師	林素蓮	使用 書籍	育達文化	年級	3
						組別	313-323
週次	日期起訖	教 學 內 容		作 業		備 註	
一	8/31-9/4	第一章我的健康我作主 第一節邁向健康 健康體位		理想體重、体脂肪 率、腰/臀比計算			
二	9/7-9/11	第二章全人的性 第一節促進性健康、性生殖					
三	9/14-9/18	第二節避孕與安全性行為		保險套正確使用方式			
四	9/21-9/25	第二節避孕與安全性行為					
五	9/28-10/2	第三章促進安全生活 第一節危機總動員 緊急醫療資源				救護車來之前我 可以做什麼	
六	10/5-10/9	第二節異物梗塞		哈姆立克使用原理與 操作方法			
七	10/12-10/16	第一次期中考					
八	10/19-10/23	第二節異物梗塞		哈姆立克使用原理與 操作方法		實作:生命徵象 測量	
九	10/26-10/30	第三節最新CPR		DA-CPR(線上派遣員 指導急救)			
十	11/2-11/6	第三節最新CPR					
十一	11/9-11/13	第四節AED使用原理與方法		AED 使用原理與方法			
十二	11/16-11/20	第五節止血法					
十三	11/23-11/27	第二次期中考					

十四	11/30-12/4	分組演練		實作：CPR+AED
十五	12/7-12/11	分組演練		實作：CPR+AED
十六	12/14-12/18	複習		
十七	12/21-12/25	期末考		

※備註欄可填寫其他重要活動。