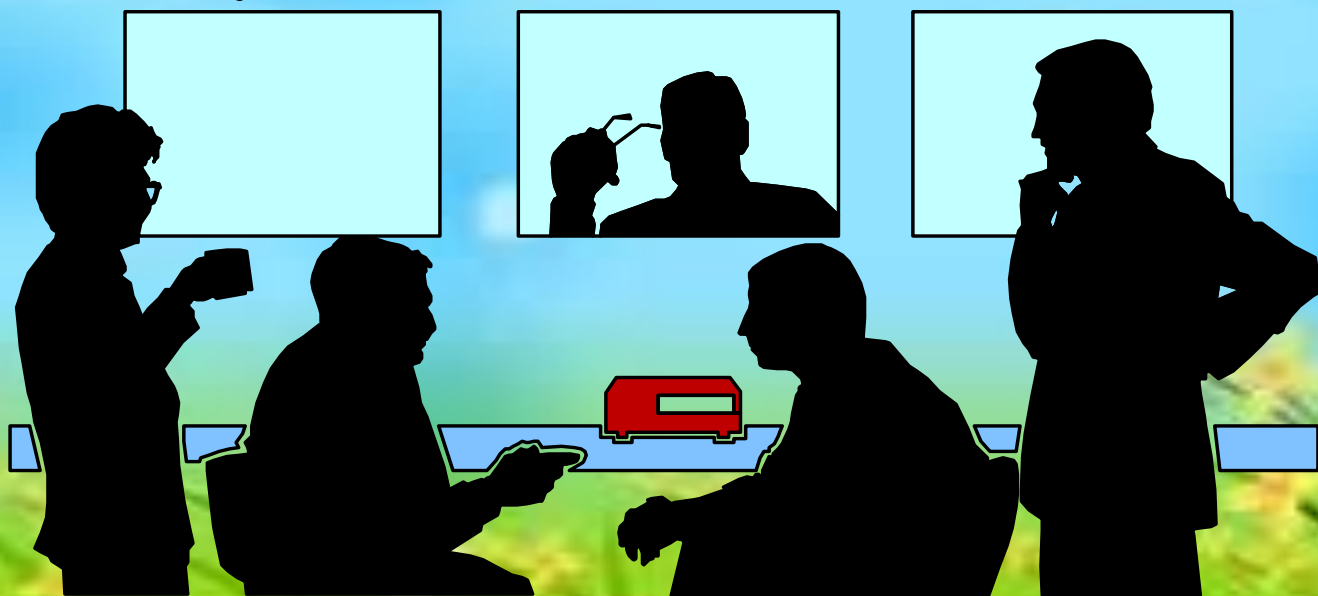


108學年度第二學期健康與護理課程

# 課程規劃



蔡秋燕

# 班級規範

1. 每班自備一包衛生紙。
2. 進教室時老師會用漂白水噴灑桌面，序號輪值者取用衛生紙擦拭桌面。
3. 每位同學離開時，將椅子靠攏，垃圾帶走，序號輪值者負責檢查，且最後離開，未完成者扣分。



分組囉！

第一次分組~  
緣來就是你(妳)

1. 以撲克牌分組
2. 選出組長
3. 選序號及填表

# 分享你和我

1. 自我介紹：  
星座、喜歡在  
小組扮演的任  
務、停課時最  
常做的事…。。

2. 對COVID-19疫  
情了解？發現了甚  
麼？有甚麼感受？  
未來的期待或想  
法？採取了？行為



## 壹、教學策略

以教學活動引發學生創意思考以強化學習效果，  
並重視學生先備知識，鼓勵多元思考及探索活動  
以增強學習效果。



# 時間分配

週 次	課程內容/倡議主題成果報告
第1週	課程介紹、分組
第2-4週	第十二章 打開性愛的黑盒子-性事大解密 (主題一)
第5-7週	第十三章 愛情的體驗 (主題二)
第8-11週	第十三章 戀愛經營:責任 (主題三)
第12-13週	第十四章 性愛面面觀-拒絕愛滋，終止性暴力 (主題四)
第14-15週	第九章 快樂新生活-透視健康心理
第16-18週	第十章 暗室裡的曙光 - 精神疾病與防治 (主題五)
第19-21週	第十一章 健康加分-拒絕物質濫用做起 (主題六)

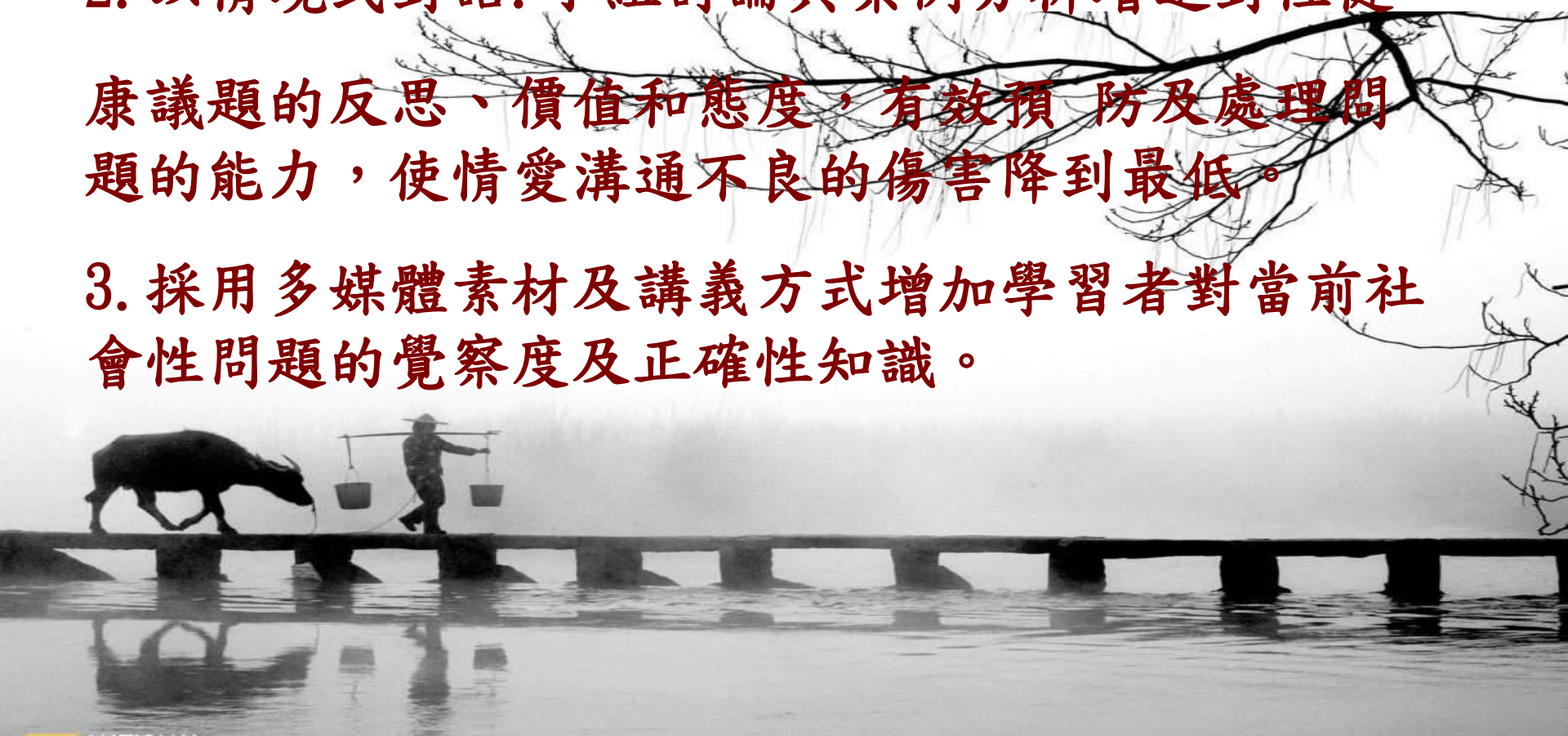
## 貳. 教學目標

1. 提升對當前健康問題的覺察度，增進對健康議題反思、價值和態度。
2. 有預防及處理溝通問題的能力，用珍惜真誠心態，在衝突中尋求雙贏，發展健全人格學習饒恕與愛的行動。
3. 在升學壓力氛圍中，具備健康促進知識、態度價值觀和技能，當面對不良生活習慣問題時，能做出成熟抉擇，並採取安全防護促進健康。



# 叁. 教學構想

1. 經由心理學的探索，運用壓力調適維護心理健康，了解精神疾病與心理健康的意涵，辨識憂鬱症狀及潛在因子，願意以正向態度面對心身患者。
2. 以情境式對話、小組討論與案例分析增進對性健康議題的反思、價值和態度，有效預防及處理問題的能力，使情愛溝通不良的傷害降到最低。
3. 採用多媒體素材及講義方式增加學習者對當前社會性問題的覺察度及正確性知識。





# 肆. 教學方法



Anpanman

講述



Link

倡議行動



Link

情境對話練習



Link

分組討論



Link

閱讀思辨



Link

影片案例討論

# 伍、護理成績評量

1. 倡議活動-40%:同儕互評20%口頭報告20%

2. 平時考核-20%

— > 中途翹課學期成績不及格(警告一支)

— > 使用手機登記勸告第二次愛校一次

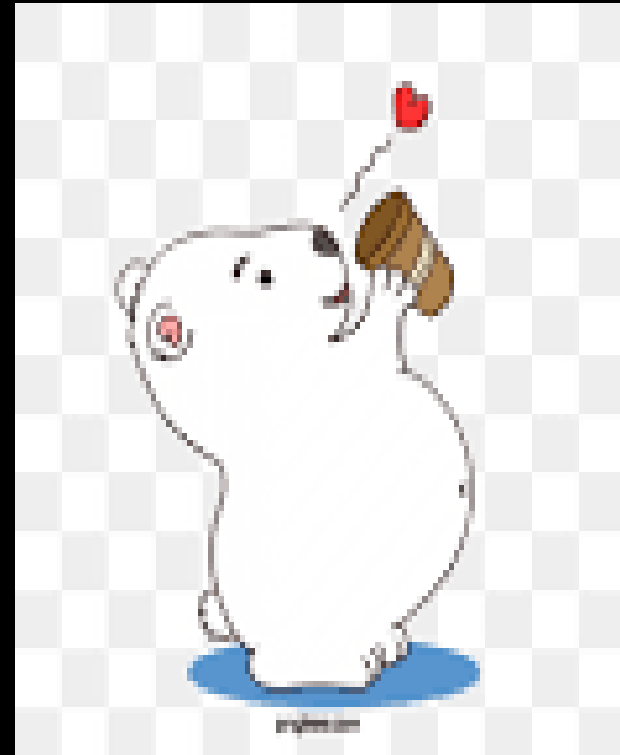
— > 上課態度:遲到早退、吵鬧、睡覺…等，扣總分2分/次

3. 作業評量-20%

作業、學習單、線上測驗.....等。

4. 學習表現-20%

課堂參與發言、小組討論分享....等

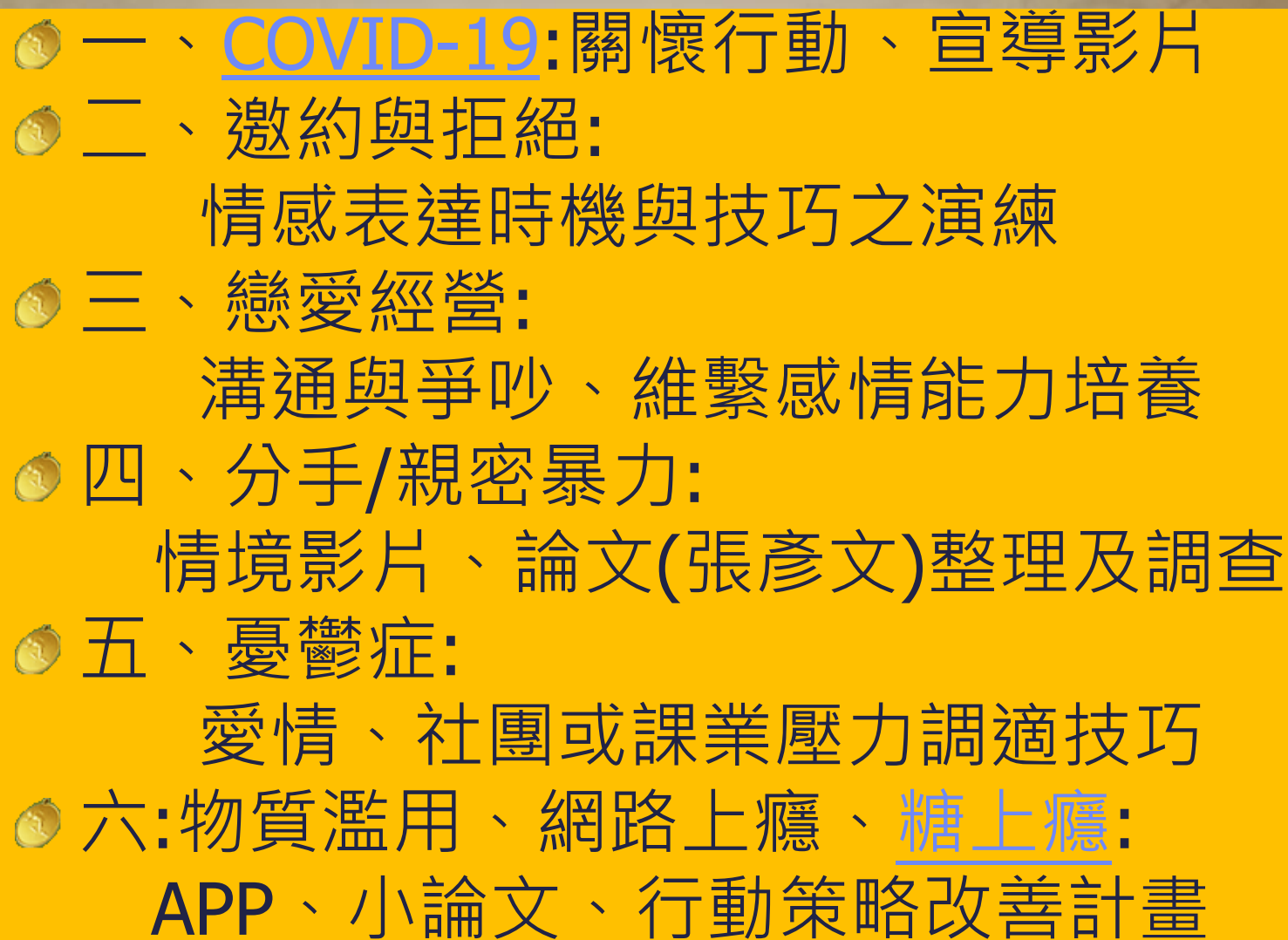


## 陸. 健康倡議宣導

1. 使用充分的事證資訊來堅定自己健康促進的立場。
2. 公開論述個人對促進健康的觀點與立場，有效地影響他人促進健康的信念或行動。
3. 客觀地接納他人的觀點，適時回應以增進健康立場之共識。



# 倡議活動主題

- 
- 一、COVID-19:關懷行動、宣導影片
  - 二、邀約與拒絕:  
情感表達時機與技巧之演練
  - 三、戀愛經營:  
溝通與爭吵、維繫感情能力培養
  - 四、分手/親密暴力:  
情境影片、論文(張彥文)整理及調查
  - 五、憂鬱症:  
愛情、社團或課業壓力調適技巧
  - 六:物質濫用、網路上癮、糖上癮:  
APP、小論文、行動策略改善計畫



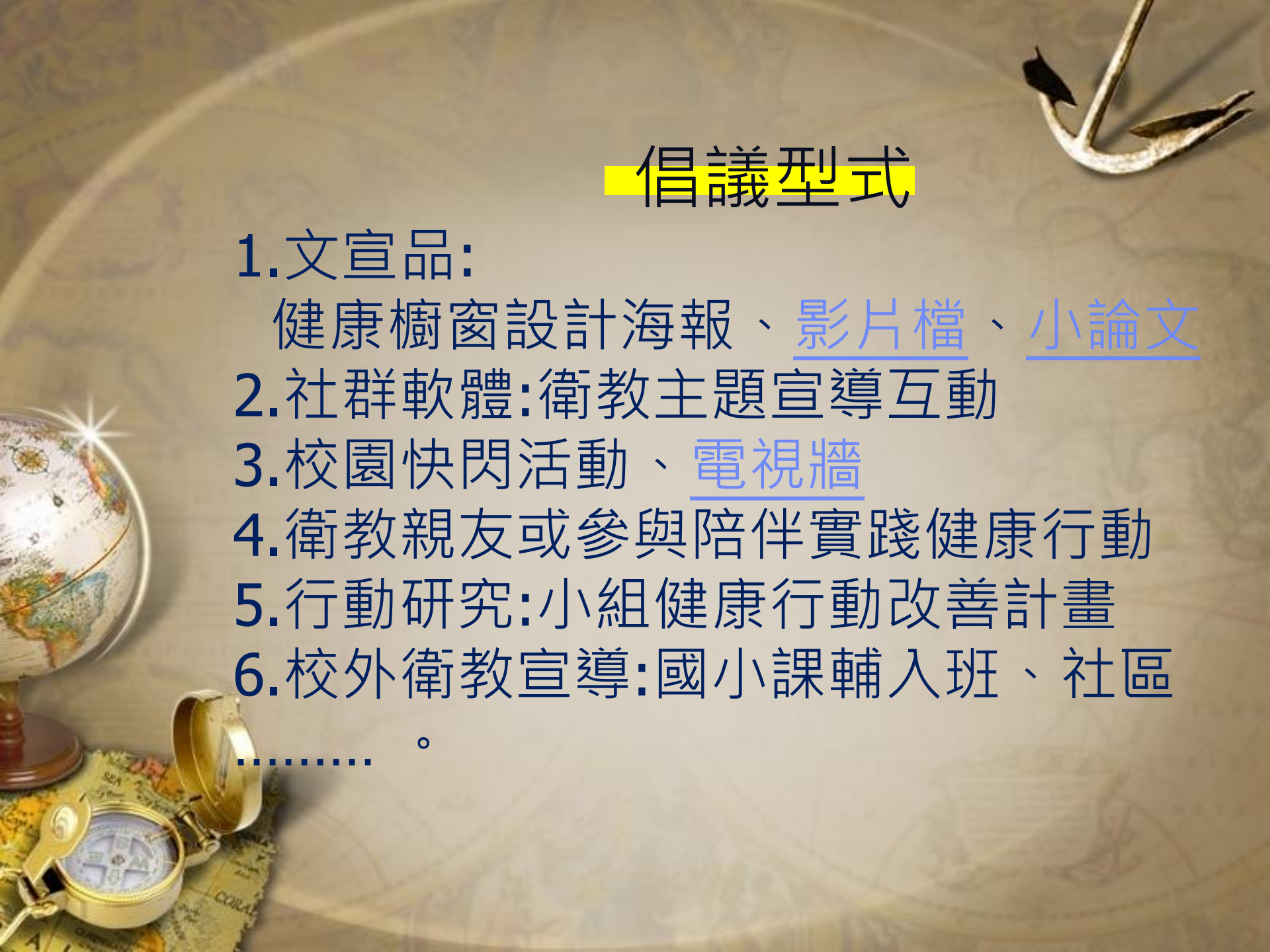
為增進群體的健康以具體事例表明自己促進健康的立場，並使用人際溝通的技巧展現出對健康行為的影響力。



(1)對目標聽眾有高度了解:

聽眾的觀點、興趣與先備知識

● (2)搜尋有關確切的數據、適時以證據來徹底支持立場。



## 倡議型式

### 1.文宣品:

健康櫥窗設計海報、影片檔、小論文

### 2.社群軟體:衛教主題宣導互動

### 3.校園快閃活動、電視牆

### 4.衛教親友或參與陪伴實踐健康行動

### 5.行動研究:小組健康行動改善計畫

### 6.校外衛教宣導:國小課輔入班、社區

.....。



# 學習過程做到

- 1. 小組互相討論和辯證彼此的觀點。
- 2. 學習連結不同觀點建立知識。
- 3. 從證據中提出觀點和解釋。
- 4. 回答問題時盡可能先提出證據。
- 5. 盡可能觀察完整事件或文本。並提出問題。



# 經驗分享

- 1.倡議立場:網路成癮/婚前性之街頭訪問
- 2.立場重要性:身心健康的重要性
- 3.時間:**108.10.27 17:00-18:00**
- 4.地點:興雅國中<sub>46</sub>”
- 5.具體內容:**青少年網路成癮宣導內容**



# 透過共通討論，找出共同立場

- 1.倡議立場:哺乳，好自在
- 2.立場重要性:哺乳，是一件很正常的事，讓哺乳的媽媽在寶寶需要哺乳時都能自在哺乳。願意公開哺乳者不會被異常看待；希望在哺乳室者，也可以有自在的空間。
- 3.時間:母親節前後一週、八月母乳週
- 4.地點:車站、餐廳、百貨公司等對象:社會大眾
- 5.具體內容:準備【哺乳，好自在，支持公開哺乳】  
【哺乳，好自在，給我自在哺集乳室】兩個大頁面紙板，在公共場所與一個願意支持的人拍照，自己分享並請他也分享倡議的方式，透過 **IG**、**Facebook** 分享

# 倡議成果報告15分鐘

1. 前言/目的/動機:1分鐘
2. 進行方式:1分鐘
3. 倡議內容:專業知識、訪問影片、微電影、創作小書、電子書、VR...  
10分鐘，涵蓋倡議進行紀錄及互動過程呈現。
4. 綜合討論/心得分享2分鐘

PS:VR課程導覽包

PS:離開前繳交倡議報告進度表





個人書櫃



閱讀履歷



電子書創作



我的社群



閱讀指導

COOC

→ 電子書創作 →

線上編輯器

## 線上編輯器

- 可匯出epub3格式電子書
- 完稿發佈後，可選擇上架
- 書本若已上架或申請中則



我

使用PPT或PDF檔案、圖片、影音素材，製作多媒體電子書。

## 前往做書平台

請選擇下列其中一種電子書類型進行創作。



多媒體版



版型書

確定

前往做書平台

# 下課前需完成



1.活動型式

2.活動內容架構

3.作業期程

4.工作分配表

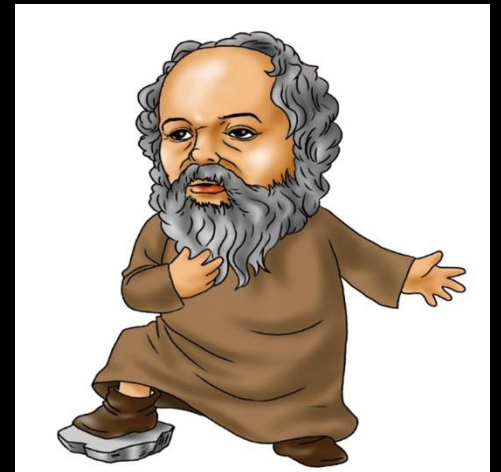
完成CLASSROOM登錄並上傳以上內容。





蘇格拉底:

問題驅動思考 答案常終止想像



## 108新課綱課程發展重點

教完?



問題為導向的課程設計

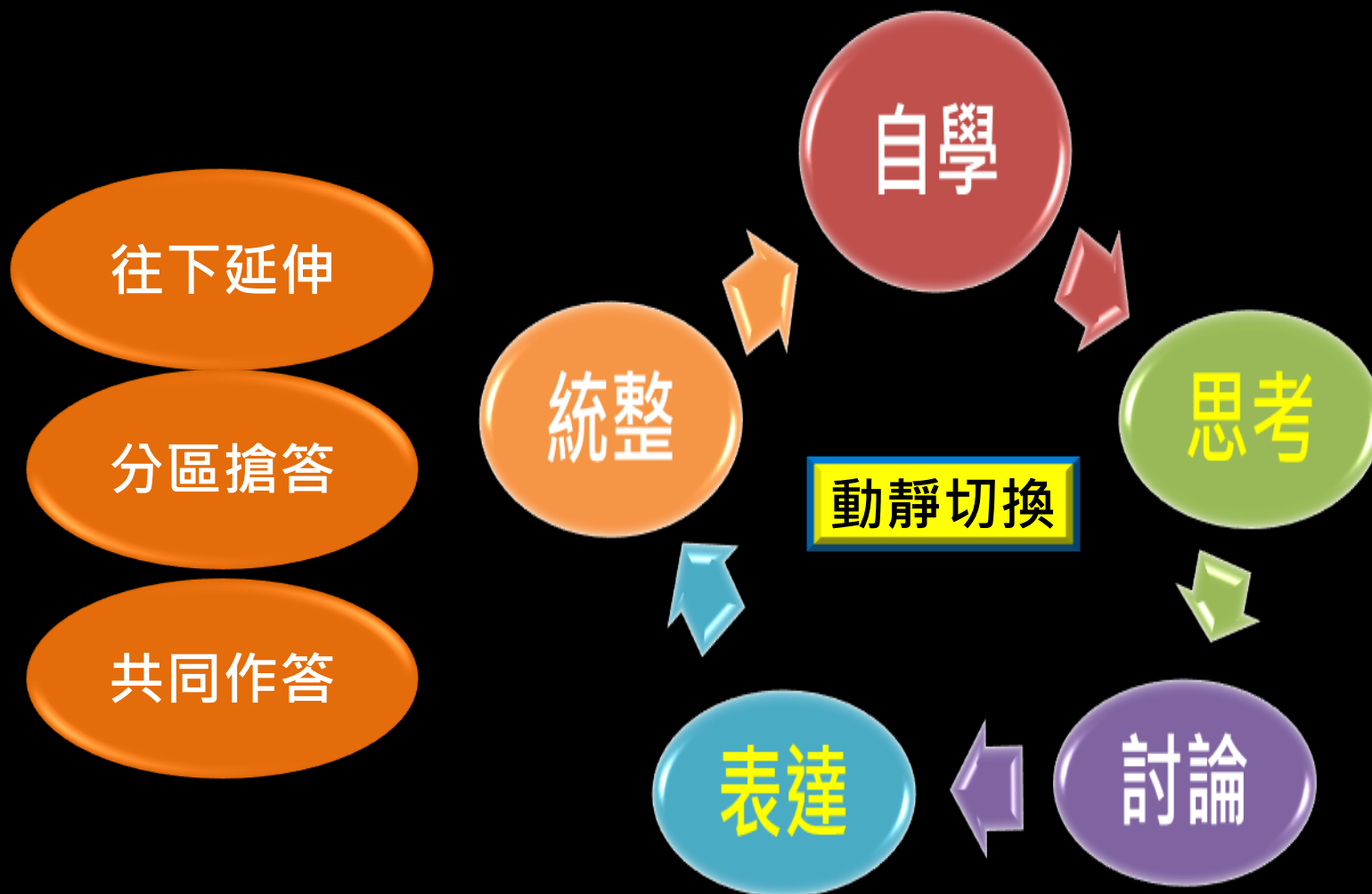


關鍵知識與技能的引入



學習者中心的教學活動

教會?

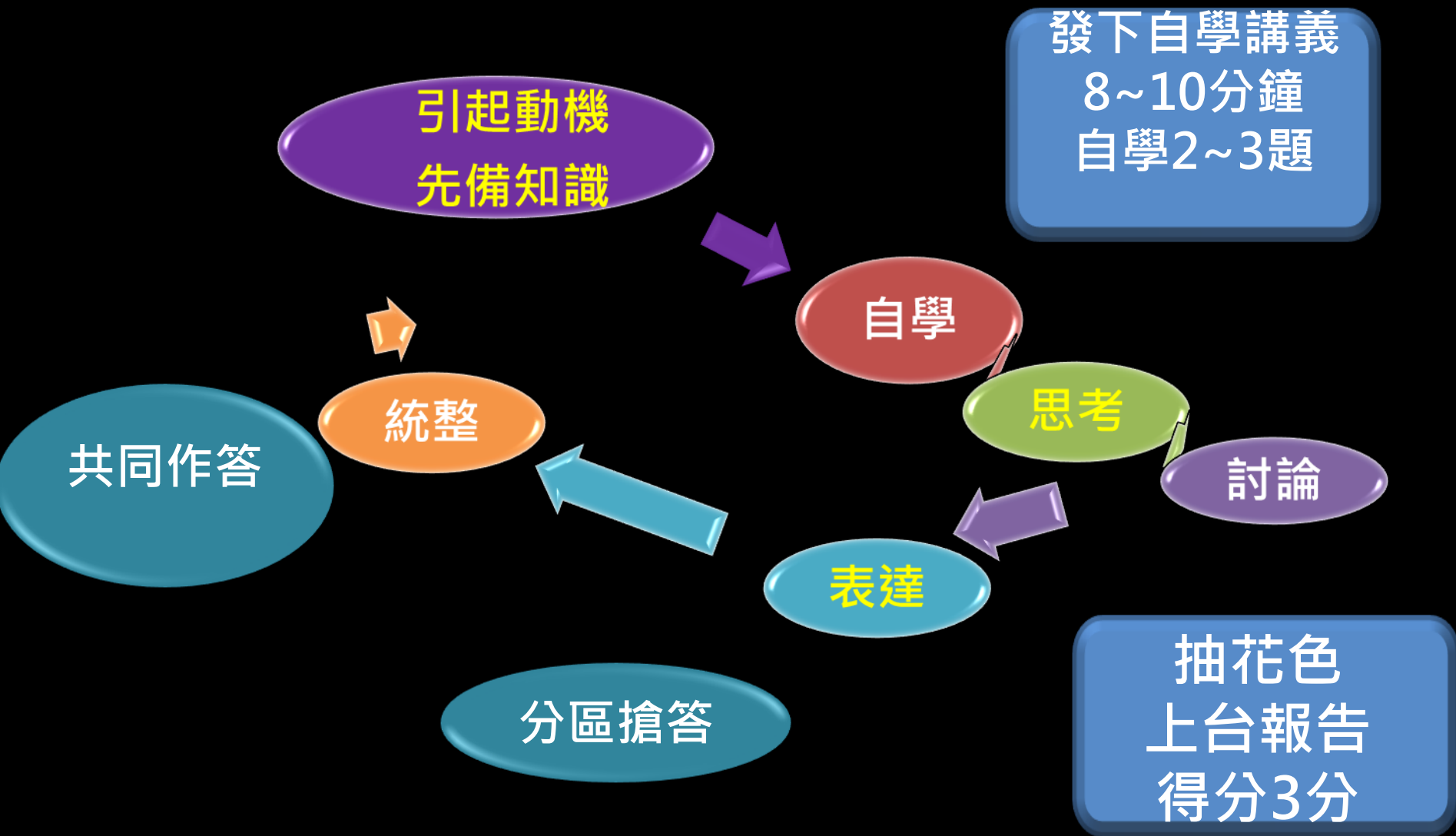


**準時到班**  
五分鐘內  
全組到齊  
加 3分

**讀寫講義**  
• 全組討論  
• 搶答問題

**小老師**  
• 每堂課登記分組分數  
• 收發學習單或作業





反駁主要論點

提出  
理由反  
駁對手的  
主要論點。

反駁原文

引用對手的發言，  
指出自己不同意之處。

駁斥

提出反對的觀點，並加上  
理由支持。

反對

提出反對的觀點，但幾乎不提供理  
由支持。

批評語氣

不針對發言內容討論，而是批評對手的語氣。

以人廢言

不針對發言內容討論，而是攻擊對手的個人特質（  
個性、學歷、職業...）。

辱罵

「腦殘」、「你再嘴炮啊」、「你媽知道你在這裡po廢文嗎？」

# HIERARCHY OF DISAGREEMENT

From Paul Graham 2008 "How to Disagree"