

113 學年度嘉義縣新港國民中學特殊教育集中式特教班第一二學期健康與體育領域-健康教育 教學計畫表 設計者：陳真

一、教材來源：□自編 ■編選-參考教材健體課本康軒版(八年級)、網路資源 二、本領域每週學習節數：1 節

三、教學對象：智障七年級 1 人、智障九年級 1 人，共 2 人

四、核心素養、學年目標、評量方式

領域核心素養	調整後領綱學習表現	調整後領綱學習內容	學年目標	評量方式
A 自主行動 健體-J-A1 具備體育與健康的知能與態度，展現自我運動與保健潛能，探索人性、自我價值與生命意義，並積極實踐，不輕言放棄。	健康 1a-IV-1 理解生理、心理與社會各層面健康的概念。 1a-IV-2 認識個人與群體健康的影響因素。 1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。 1b-IV-3 因應生活情境的健康需	健康 Aa-IV-1 生長發育的自我評估與因應策略。 Aa-IV-2 人生各階段的身心發展任務與個別差異。 Aa-IV-3 老化與死亡的意義與自我調適。 Ba-IV-3 緊急情境處理與止血、	健康 1. 能了解並維護自己與他人的身體界線及自主權。 2. 能知道性騷擾與性行為相關的法律規範，以正確資訊來思考拒絕性騷擾、性別歧視等問題。 3. 認識情感發展的階段，熟悉人際溝通互動技能合宜邀約。	以問答、紙筆、實作評量，並輔以觀察、檔案評量等多元方式。

<p>健體-J-A3 具備善用體育與健康的資源，以擬定運動與保健計畫，有效執行並發揮主動學習與創新求變的能力。</p> <p>B 溝通互動</p> <p>健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p>	<p>求，尋求解決的健康技能和生活技能。</p> <p>1b-IV-4 了解健康自主管理的行動方法。(簡)</p> <p>2a-IV-2 了解健康問題所造成的威脅感與嚴重性。(簡)</p> <p>2a-IV-3 深切體會健康行動的自覺利益與障礙。</p> <p>2b-IV-2 樂於實踐健康促進的生活型態。</p> <p>3b-IV-2 熟悉各種人際溝通互動技能。</p> <p>3b-IV-4 因應不同的生活情境，</p>	<p>包紮、CPR、復甦姿勢急救技術。</p> <p>Bb-IV-3 菸、酒、檳榔、藥物的成分與成癮性，以及對個人身心健康與家庭、社會的影響。</p> <p>Bb-IV-4 面對成癮物質的拒絕技巧與自我控制。</p> <p>Bb-IV-5 拒絕成癮物質的行動與支持性規範、戒治資源。(簡)</p> <p>Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健。</p> <p>Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法。</p>	<p>4. 認識情感發展中潛藏的危機，並學習保護自己。</p> <p>5. 認識食物選擇、營養、衛生以及健康的關係，學習正確飲食。</p> <p>6. 認識食品中毒的種類、發生原因，以及預防方法。</p> <p>7. 認識生活上常見的誘毒情境，並展現毒品拒絕技巧，培養個人的拒毒能力。</p> <p>8. 能感受並接納人生各階段的不同歷程與挑戰，不同階段的生、心變化。</p> <p>9. 認識癌症、糖尿病、高血壓、腦中風、冠心病、腎臟病與預防方法。</p> <p>10. 學習包紮技巧及傷口照護，正確使用</p>	
---	--	--	---	--

<p>健體-J-B2 具備善用體育與健康相關的科技、資訊及媒體，以增進學習的素養，並察覺、思辨人與科技、資訊、媒體的互動關係。</p> <p>C 社會參與</p> <p>健體-J-C1 具備生活中有關運動與健康的道德思辨與實踐能力及環境意識，並主動參與公益團體活動。</p>	<p>善用各種生活技能，解決健康問題。</p> <p>4a-IV-1 知道如何查找健康的資訊、產品與服務。(簡)</p> <p>4a-IV-2 自我監督、增強個人促進健康的行動。(簡)</p> <p>4b-IV-2 了解不同資訊中能促進自己健康的立場。(簡)</p> <p><u>議題融入</u></p> <p>➤ 性別平等教育</p> <p>性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。</p>	<p>Db-IV-5 身體自主權維護的立場表達與行動，以及交友約會安全策略。</p> <p>Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Db-IV-7 健康性價值觀的建立。(減)</p> <p>Ea-IV-1 飲食的源頭管理與健康外食。</p> <p>Ea-IV-2 飲食安全評估方式、改善策略與食品中毒預防處理方法。</p> <p>Eb-IV-2 健康消費行動方案與相</p>	<p>適合的急救方法。</p> <p>11. 學習心肺復甦術(CPR)、自動體外心臟電擊去顫器(AED)操作步驟。</p> <p>12. 能積極投入並主動參與課程。</p> <p><u>議題融入</u></p> <p>➤ 性別平等教育：</p> <p>1. 能理解身體界線、身體自主權對個人及社會群體的意義。</p> <p>2. 能學會用適當且正確的方式與他人</p>	
--	---	--	--	--

<p>關懷社會。</p> <p>健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中培育相互合作及與人和諧互動的素養。</p>	<p>性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。</p> <p>➤ 家庭教育</p> <p>家 J6 覺察與實踐青少年在家庭中的角色責任。</p> <p>➤ 法治教育</p> <p>【法治教育】</p> <p>法 J3 認識法律之意義與制定。</p> <p>➤ 家庭暴力防治課程</p>	<p>關法規。(減)</p> <p>Eb-IV-3 健康消費問題的解決策略與社會關懷。</p> <p>Fa-IV-1 自我認同與自我實現。</p> <p>Fb-IV-4 新興傳染病與慢性病的防治策略。</p> <p>Fb-IV-5 全民健保與醫療制度、醫療服務與資源。</p>	<p>交友。</p> <p>家庭教育：</p> <p>1. 能了解成癮物質對家庭、社區與社會的影響。</p> <p>➤ 法治教育</p> <p>1. 能了解青少年性相關之法律規範。</p> <p>2. 能辨識出成癮物質及涉及到的法律規範。</p> <p>家庭暴力防治課程：</p> <p>1. 能認識暴力的定義及類型。</p> <p>2. 能辨識出家庭暴力的特徵。</p> <p>3. 能知道家庭暴力求助的管道。</p>	
--	--	--	--	--

	<p>【生命教育】</p> <p>生命 E11 行為者善惡與行為對錯的判斷。</p> <p>【家庭教育】</p> <p>家 E6 關心及愛護家庭成員</p>			
--	--	--	--	--

五、本學期課程內涵：第一學期

教學進度	單元名稱	學習目標	教學重點
第 1-3 週	歌詠青春合奏曲 (健康領域)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解身體接觸、身體界線與自主權的意義。 2. 因應不同的事件情境，學習擬定防止性騷擾與維護身體自主權的策略。 3. 認識感情發展的進程與維持方法，辨識表達好感的合宜方式，並且學習拒絕他人追求的原則與因應策略。 4. 了解被拒絕或分手時，應具備的態度與觀 	<p>活動一 我的身體我感受、我決定、我保護</p> <p>➤ 碰觸的意義：理解身體接觸的意義，以及每個人對身體接觸的差異性，以了解擁抱及碰觸與生物心靈健康的重大關聯。</p>

		<p>點，並透過合適的資源或管道尋求協助、紓緩情緒。</p>	<ul style="list-style-type: none">➤ 身體界線與自主權：透過前述課程中提到的身體差異性，延伸出身體界線及自主權之課程內容。➤ 性騷擾的因應與處理：理解不同類型性騷擾事件的發生情境與相關法律問題。 <p>活動二 愛的真諦</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 愛人愛己：透過情境探討青少年對愛情的期待及愛的元素，以案例來說明，愛並非只是某一方的責任，應該由雙方一起負責任的經營。➤ 愛的序曲：說明好感的來源主要來自生活情境中主觀的感受與客觀的觀察，並介紹好感的來源，並說明各種吸引力可能都會出現，但是心理的吸引力較生理的吸引力來得長久。說明情感表達的注意事項，並透過三種表達情境引導學生思考合宜的情感表達方式。
--	--	--------------------------------	---

			<ul style="list-style-type: none">➤ 如何拒絕：透過案例與技能演練，說明面對拒絕他人的追求時，宜透過自我肯定的拒絕技巧表明立場。➤ 被拒絕的失落感：說明面對情感失落情境時，應採取的態度及可以調適心情的作法。 <p>活動三 當關係變危險時</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 危險情人：透過辨識危險情人，說明面對要提出分手時應採取的計畫。透過案例說明拍攝親密照片可能潛藏的危機，並教導學生避免成為被害人與加害人的實際做法。➤ 約會潛藏的危險：透過案例澄清約會強暴並非只出現在網友之間或是男女朋友之間，並針對不同交友程度的邀約，提醒學生應該要留意的部分。
--	--	--	---

			<ul style="list-style-type: none"> ➤ 人際溝通：以「溝通與協商」、「選擇與理解」、「自由與尊重」、「隱私與公開」四個面向，說明真愛是一段負責、尊重、關懷，並且幫助彼此成長的歷程。
第 4-7 週	對暴力說 NO ! (健康領域)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解青少年性行為的法律規範，使用正確的資訊來思考和抉擇。 2. 能辨識危險情人的特質，學習避免發生分手暴力的策略。 3. 了解約會性侵可能發生在網友或熟識者之間，學生能學習不同交友狀態中應留意的事項。 4. 了解網路自拍可能產生的後果，進而做出不拍攝私密照、不傳播、不留存私密照的決定。 5. 能說出暴力的定義及不同種類型。 6. 能了解遇到家暴時能夠求助的管道。 	<p>活動一 當關係變危險時</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 危險情人：透過辨識危險情人，說明面對要提出分手時應採取的計畫。透過案例說明拍攝親密照片可能潛藏的危機，並教導學生避免成為被害人與加害人的實際做法。 ➤ 約會潛藏的危險：透過案例澄清約會強暴並非只出現在網友之間或是男女朋友之間，並針對不同交友程度的邀約，提醒學生應該要留意的部分。 ➤ 人際溝通：以「溝通與協商」、「選擇與理解」、「自由與尊重」、「隱私與公開」

			<p>四個面向，說明真愛是一段負責、尊重、關懷，並且幫助彼此成長的歷程。</p> <p>活動二 對暴力說 No (家庭暴力防治課程)</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 小霸王阿布拉：「小霸王阿布拉」 分享故事「小霸王阿布拉」 讓學生認知暴力的定義是指，「暴力是指所有會傷害別人 身體和心情的行為」。➤ 家有霸王：老師帶領學生說明暴力的概念與類型，以及家庭暴力的意義與類型。➤ 故事分享與討論： 針對故事進行問題與 討論，並特別澄清有關於家庭暴力的迷思。 <ol style="list-style-type: none">(1) 霸王讓原本應該是安全的家庭變成了什麼樣子？(2) 和霸王一起生活的家人會有什麼心情呢？
--	--	--	--

			<p>(3) 霸王把家人當作自己心情不好的出氣筒，大家同意霸王的做法嗎？為什麼？</p> <p>➤ SOS 求救： 討論當遇到家庭暴力情況有什麼求助的管道。</p>
第 8-10 週	健康飲食生活家 I (健康領域)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解不同飲食的來源及選擇的注意事項。 2. 能了解自己平日的飲食對於健康可能產生的衝擊或風險。 3. 能檢視自身狀態，調整並修正外食的選擇方式。 	<p>活動－食源頭探索趣</p> <p>➤ 引起動機：引導學生閱讀課文內容與情境故事，以學生選擇飲食的經驗引起學習興趣。透過了解產地食物生產過程，因應健康與安全需求所應採取的相關規範，引導學生思考選擇產地來源的飲食時，所應留意的相關事項。</p> <p>➤ 食材選擇有方法：藉由日常生活中餐桌上的飲食，引導學生認識可以作為參考依據的標章，並嘗試檢視與覺察自身飲食選擇時最主要的決定因素。</p>

			<ul style="list-style-type: none"> ➤ 食品包裝學問大：透過直觀的購買零食時的情境，引導學生探索與解讀食品包裝上的資訊，以作為健康外食選擇的參考，並嘗試解讀食品包裝上有關營養標示的資訊。 ➤ 食品包裝學問大 2：引導學生解讀食品包裝上有關食品添加物的資訊，並反思食品添加物在現代飲食型態下的利與弊。
<p>第 11-13 週</p>	<p>健康飲食生活家 II (健康領域)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解安全衛生的飲食原則及其重要性，。 2. 了解食品中毒的預防與處理方法，並因應不同的情況。 3. 能維持健康安全的飲食生活。 	<p>活動一 安全衛生飲食樂</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 外食衛生調查圖：引導學生閱讀課文內容與情境故事，以學生經驗引起學習興趣，同時引導學生覺察生活當中，容易引發食品中毒的習慣及行為。 ➤ 食品中毒知多少：藉由真實生活中的新聞案例，讓學生瞭解食品中毒的定義，

			<p>同時認識常見的食品中毒類型——細菌性食品中毒及其發。</p> <p>活動二 食品安全行動派</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 食安事件異言堂：引導學生閱讀、探討課文中近年臺灣食品安全事件的背景，以不同角色立場作為思考維護食品安全所必須執行的要素。➤ 堅定倡導消費權益：由消費者角度瞭解現行法令規範中，消費者享有的權利及義務，並藉由倡議生活技能的學習與演練，引導學生嘗試主動公開表達自己維護食品安全的觀點與立場，鼓勵良好廠商、督促待改進廠商，以共同營造良好的食品消費環境。
--	--	--	---

<p>第 14-17 週</p>	<p>無毒青春健康行 I (健康領域)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解毒品危害條例之相關規範與內容，及國內外目前常見毒品之現況與趨勢。 2. 能認識藥物濫用定義與毒品對個人生理、心理、社會等健康層面所造成之衝擊。 3. 能於生活上常見的誘毒情境中展現毒品拒絕技巧，培養個人的拒毒能力。 	<p>活動一 毒品種類</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 青春不染毒：從常見的生活情境中探討毒品的定義與迷思，省思藥物對人體一體兩面之影響，進而認識法律與自身之影響。 ➤ 識讀視窗：說明青少年常見濫用之毒品與自身生活情境遭遇毒害之機率，進而思索如何遠離毒害。 <p>活動二 毒品危害</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 毒品人生：從毒品受害者與毒品拉鋸二十年的生命故事中，探究毒品的使用機制、成癮原因，以及吸毒後發生的身心影響，了解毒品對個人生命的深遠影響，而能夠珍惜生命、遠離毒品。 ➤ 毒品法律：了解使用毒品者的相關法律規定與輔導措施，並且省思、建立遠離毒害環境。
----------------------	------------------------------------	---	---

			<ul style="list-style-type: none"> ➤ 反毒之路：辨識吸毒者的徵兆，了解學校對毒品使用者的輔導措施，並且透過書寫個人反毒宣言，再次驗證自我的反毒理念。
第 18-21 週	無毒青春健康行 II (健康領域)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能認識毒品危害危機，為自己建立健康生活型態。 2. 能在面對毒品邀約時為了珍視自己健康，執行自我肯定式拒絕技能。 	<p>活動－ 生活中的毒品</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 毒品偽裝好難防：認識新興毒品常以不易覺察的偽裝方式誘人上癮，進而讓學生對常見的邀約進行覺察練習，進而辨識毒品的判斷依據。 ➤ 毒品成分好複雜：說明新興毒品的成分與型態不固定，常常變換製程，並且有任意混用情形，有時還會添加有害物質，危害性更高。 ➤ 毒品誘惑好多元：引導學生運用批判性思考技巧，破解誘毒者常用招式。從毒害誘惑越趨多元思考避免毒害的可行作

			<p>法，拒絕毒害的妙計，以及若是自己不小心遭受毒害時如何自救。</p> <p>活動二 向毒品 say no</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 成為毒害終結者：從毒害誘惑越趨多元思考避免毒害的可行作法，拒絕毒害的妙計，以及若是自己不小心遭受毒害時如何自救。➤ 做自己生命的貴人：為自己建立杜絕毒害環境，如何運用生活技能設定可以達成的反毒目標，建立自己的拒毒人生。
--	--	--	--

第二學期

教學進度	單元名稱	學習目標	教學重點
第 1-4 週	永續經營健康路 I (健康領域)	<ol style="list-style-type: none">1. 了解受孕原理及懷孕時的生理和心理變化，並體會懷孕過程的不適與辛勞。2. 能嘗試因應婚前、產前健康需求的不同，運用適切的健康服務3. 理解生育面臨的心理準備及新生命對家庭生活的改變，並體會養育新生兒的甘苦。4. 理解人生各個階段身心發展任務及重點特色。	<p>活動一 美妙的生命</p> <ul style="list-style-type: none">➤ 新生命的開始：探討並引導理解受孕的原理，包含試管嬰兒和人工受孕。➤ 孕育新生命：透過了解懷孕時的生理和心理變化，培養學生感受及體會懷孕的辛勞與不便。進一步引導學生思考家人如何一同因應孕期生理和心理變化。➤ 迎接好孕：清楚優生保健的內涵及目的，並探究婚前健康檢查的實施考量因素與介紹孕期產檢之相關內容。了解將為人父母親的心理變化，可透

			<p>過向醫生諮詢得到幫助，而親友平時也可適時協助與關心。</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 新生兒與家庭：從養育新生兒的各種情境，了解新生命對家庭生活的改變，並探討面對各種狀況的解決方法。 <p>活動二 生命的軌跡</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 成長的旅程(一)：藉由過年家族合照與日誌，探討人從出生至死亡可能經歷的不同階段。解說人生不同時期(嬰兒期、幼兒期、兒童前期、兒童期)的階段任務和發展特色。
第 5-7 週	<p>永續經營健康路 II (健康領域)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 理解並同理在人生各階段所面臨不同的壓力和挑戰。 2. 理解死亡是生命的過程及意義，並了解調適失落的方法。 3. 透過理解老化的意涵，同理老化為常態的生命歷程，並協助提升老年人的能力和效能感。 	<p>活動一 生命的軌跡</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 成長的旅程(二)：解說人生不同時期(青少年期、成年期、老年期)的階段任務和發展特色。 ➤ 健康鋪路：引導學生思考現階段在生理、心理、社會上遇到的問題，並強調奠定健康基礎的重要性。 <p>活動二 伴生命共老</p>

			<ul style="list-style-type: none">➤ 老化的可能改變：藉由和家中老年人的對話，引導學生思考面臨及經歷老化的生理和心理變化。解說老化的意涵及在生理和心理上的改變。透過不同老年人的生活情境，了解影響老化的諸多因素，而其中是有人為可以著力改變的。➤ 健康護老：因應老化現象，適時調整生活型態，使老年生活更自主。➤ 面對失落：探討死亡的意涵和可能造成的失落情緒，並透過自我覺察技能的教學，引導學生感受失落，進一步解說調適失落的可能方法。➤ 攜手伴老，健康不老：從邁入高齡社會的數據，引導學生思考學習老化與死亡議題的意義。藉由不同的高齡友善社會的措施，探討與老化和平共處的態度和積極作為。
--	--	--	---

<p>第 8-11 週</p>	<p>慢性病的世界 I (健康領域)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 了解不健康的生活習慣是造成慢性病的主要因素。 2. 認識慢性病及對生活品質的影響。 3. 認識惡性腫瘤與糖尿病，了解不健康的生活習慣可能引發慢性病的產生，並學習預防方法。 4. 了解保持良好生活習慣的重要性，並運用生活技能，改善不健康的生活習慣。 	<p>活動一 認識慢性病</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 引起動機：透過課前調查周圍是否有人罹患慢性病，讓學生了解慢性病已經逐漸侵入現代人的生活。 ➤ 現代人的慢性病：藉由十大死因的轉變，說明慢性病已成為國人的主要死因，探討其改變因素。 <p>活動二 認識惡性腫瘤</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 惡性腫瘤是什麼：介紹惡性腫瘤的形成原因及種類，以及可能罹癌的警訊。介紹政府提供的癌症篩檢補助。 ➤ 糖尿病：介紹糖尿病的形成原因，糖尿病形成的類型，說明預防罹患糖尿病的方法。 ➤ 改變從現在開始：引導學生利用自我管理生活技能來改變不健康的生活習慣。
<p>第 12--15 週</p>	<p>慢性病的世界 II (健康領域)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 認識循環系統及心血管疾病，了解不健康的生活習慣對循環系統的影響 2. 學習預防心血管疾病的方法。 3. 認識泌尿系統及腎臟病，並學習保 	<p>活動一 「慢」不經心</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 高血壓：利用血壓機測量學生血壓，引起學生對血壓所代表的意義感到好奇。介紹循環系統及心

		<p>養腎臟的方法。</p> <p>4. 覺察並關懷自己與家人的健康狀況，並向家人宣導健康生活型態。</p>	<p>血管疾病高血壓，提醒學生不健康的生活習慣對循環系統的影響，並說明預防高血壓的方法。</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 腦中風：介紹腦中風，並說明腦中風的徵兆及處理方式。 <p>活動二 小心謹「腎」</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 冠心病：介紹冠心病，並說明目前的治療方法。 ➤ 腎臟病：介紹泌尿系統及腎臟病，提醒學生不健康的生活習慣對腎臟的影響，並說明保養腎臟的方法。 ➤ 遠離慢性病九招：說明健康生活習慣的重要性，並介紹生活中能夠維持健康、預防慢性病的九項健康習慣招式。 ➤ 家庭健康新生活：引導學生覺察並關懷家人的健康狀況，並向家人宣導健康生活型態。
<p>第 16--18 週</p>	<p>千鈞一髮覓生機 I</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解並能說出急救的目的。 2. 知道急救及一般傷口照護的原則，建立傷口照護的正確觀念。 3. 能了解各種止血法、包紮法的適用 	<p>活動一 「慢慢」長路不孤單</p>

	(健康領域)	時機、操作關鍵步驟。	<ul style="list-style-type: none"> ➤ 引起動機：利用罹患慢性病患者心路歷程分享的影片引起動機，並請學生分享罹患慢性病的親戚朋友當時的感受及治療過程。 ➤ 面對重大疾病的心理反應階段：介紹當一名病患得知罹患重大疾病時，可能會經歷的五種心理階段。 <p>活動二 照顧者的世界</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 身為病患的主要照顧者，你可以：透過小組討論，引導學生思考，擔任病患的主要照顧者的注意事項。 ➤ 身為病患的親戚、朋友，你可以：透過小組討論，引導學生思考探病者的注意事項。 ➤ 面對傷害發生的那一刻：請學生分享自己接受幫助和助人的經驗，引導學生了解急救的目的，以及急救是一種能夠自助助人的重要技能。 ➤ 危急時刻：說明急救的原則，帶領學生演練尋求支援的正確方式。
--	----------	------------	--

<p>第 19--21 週</p>	<p>千鈞一髮覓生機 II (健康領域)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 能了解並能說出急救的目的。 2. 知道急救及一般傷口照護的原則，建立傷口照護的正確觀念。 3. 能認識各種止血法、包紮法的適用時機，了解操作關鍵步驟。 4. 了解心肺復甦術 CPR(含 AED、復甦姿勢)的使用時機、執行步驟與關鍵注意事項。 	<p>活動一 安全百分百</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 急救寶典：介紹一般傷口照護的方式並帶領學生認識家中應常備的急救用品。 ➤ 傷口照護新觀念：澄清常見的傷口照護錯誤觀念。 ➤ 止血包紮一把罩～止血法：介紹各種常用止血法的適用時機及關鍵步驟，並指導學生演練。 ➤ 止血包紮一把罩～包紮法：介紹各種常用包紮法的適用時機及關鍵步驟，並指導學生演練。 <p>活動二 急救一瞬間</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 心肺復甦術與自動體外心臟電擊去顫器：教師示範心肺復甦術施行步驟及關鍵注意事項。學生演練心肺復甦術，教師針對常見錯誤再做澄清說明。 ➤ 維持復甦姿勢：老師說明傷患恢復呼吸後，協助傷患維持復甦姿勢時要遵守的原則。
-----------------------	------------------------------	--	--

