

正修科技大學 通識教育 教學綱要

科目名稱：(中文) 健康心靈以及醫療保健 (生命科學類)
(英文) Healthy mind, spirit and Health care

開課時間：103 學年度第 2 學期

授課年級：大學日間部

總學分數：2 學分

每週上課時數：2 小時

授課教：黃民評

上課時段：星期二下午 8.9 節

一、教學目標：

現代的人因為生活太過繁忙，物質主義氾濫，導致心靈越來越不健康，也衍生出許多所謂的文明病。除了藉由討論以及講課，讓學生學到有用知識照顧自己與家人的健康以外，更以教學相長的互動模式，增加學生發言機會，讓學生們彼此互相交流，找回自己最真實的存在，展現生活上的熱情。

二、授課進度及科目內容：

週次	授課內容
第一週	課程簡介
第二週	海岸山脈的瑞士人，一群醫療奉獻獎得主的故事
第三週	從齊柏林以及賈伯斯看生命脈絡，人生大綱表
第四週	奇醫恩典：從畢嘉士醫生，看台灣醫療歷史與發展
第五週	遠離三高，心血管疾病之保健與預防
第六週	中醫保健以及心靈健康
第七週	食在心安，如何吃出健康
第八週	常見皮膚疾病以及皮膚保養
第九週	(期中考週)
第十週	從福島核災看環境汙染以及相關疾病
第十一週	影片欣賞：送行者：禮儀師的樂章
第十二週	未知生，焉知死？認識臨終關懷以及安寧照顧
第十三週	居家用藥安全與藥品常識
第十四週	3C 產品之安全使用以及眼部疾病保健
第十五週	認識愛滋病
第十六週	懷孕(談避孕、婚前遺傳疾病篩檢、孕期保健到產後護理)
第十七週	學生主題報告以及學期綜合討論
第十八週	(期末考週)

三、上課方式：

第一週到第四週：教師使用電腦 Power Point 及影片；

第五到八週、第十週、第十二到十六週：第一節由教師上課，第二節由學生報告主題，每人報告 15 分鐘(含綜合討論 3 分鐘)

第十一週：影片欣賞

第十七週：學生報告主題以及學期綜合討論

第九週以及第十八週：期中考以及期末考

四、教學評量：

一、出席成績：30%

全勤得 30 分、缺課 1 節扣 4 分、遲到一節扣 2 分

二、主題報告：30%

每位同學準備 15 分鐘的短講(含與台下互動討論 3 分鐘)，主題不限，可以介紹自己的喜好、價值觀、興趣、理想、工作旅遊經驗等……但最後要將主題拉回心靈(自己的感受)或是醫療保健(健康促進)。

從第五週起第二節開始，大家輪流報告，輪到報告時必須在前一個星期五之前，給老師報告的主題。越早報告的人會額外給與不同程度的加分。

三、期中考以及期末考：30% (期中考以及期末考各占 15%)

四、上課表現：視參與課程內容狀況給與加分

五、指定教科書：

上課的 Power Point 以及各位同學準備的報告題材

六、參考書：

生活中的點點滴滴或是有幫助的知識，或是感動人心的故事，都是參考書

【請遵守智慧財產權概念，並不得非法影印】