

於 7/8 16 : 00 前將書面報告寄至老師信箱 happy61617@hshs.ntpc.edu.tw

高二健康與護理補考報告

題目：「青少年常見健康問題之探討與預防」

報告說明：

請選擇一項與青少年健康有關的主題進行探討

1. 手機成癮與心理健康
2. 睡眠不足對健康的影響
3. 憂鬱症與心理健康
4. 肥胖與健康風險
5. 性傳染病的認識與預防

撰寫格式：

一、封面（班級、座號、姓名、題目）

二、目錄

三、前言（約 200 字） 說明選擇此主題的原因及研究動機。

四、主題內容（約 1200~1500 字）

內容須包含：

- （一）健康問題的定義與介紹
- （二）形成原因
- （三）對身體與心理健康的影響
- （四）預防方法
- （五）相關案例或新聞事件分析

五、心得與反思（至少 300 字）

請說明：

1. 撰寫過程中的收穫。
2. 未來如何將所學運用於生活中。
3. 對自己健康行為的檢視與改進方向。

六、參考資料

至少列出 3 項資料來源，包含書籍、期刊、政府網站或新聞報導。

報告規定：

1. 字數：2000 字以上。
2. wordA4 格式繕打。
3. 標楷體 12 號字。
4. 行距 1.5 倍。