

台南市大新國小【健康與體育科】性教育課程活動簡案設計

設計者：王秀碧老師

課程單元：五年級上學期 第二單元 迎向青春	
適用對象：五年級 第二學期	授課時間 四十 分鐘
設計構想及理念： 『大富翁』與『真心話大冒險』都是現在小朋友很喜歡玩的遊戲，我們希望可以藉由這兩種遊戲讓小朋友在快樂且不會覺得尷尬的情形下充分的學習及了解青春期的各種特徵與性知識，並能夠以正確的態度來面對，同時從事正確的休閒活動及運動以利身心發展及健康。	
教學目標： 1.輔導學生了解青春期的生理特徵與兩性相處之道。 2.輔導學生了解影響生長發育的原因。 3.輔導學生建立成長發育的正確觀念及良好的運動態度。	
具體目標： 小朋友都能討論並說明及瞭解 1.可以觀察出青春期的生理變化並能以正確的態度相互討論。〈自我覺察〉 2.能了解生長發育的階段，男女所需的不同種類食物及運動項目。〈自我覺察〉 3.能以正面且積極的態度來面對青春期的變化。〈情緒調適〉	
教學方式與教材內容： <input checked="" type="checkbox"/> 團體討論 <input checked="" type="checkbox"/> 分組遊戲：青春大富翁。 <input checked="" type="checkbox"/> 學習單：真心話大冒險。	
教學內容設計： 1. 團體討論： 藉由團體討論，讓小朋友可以在同儕中了解別人對青春期的看法並導正小朋友似是而非的性觀念 ①男、女生的青春期的何時開始。〈自我覺察〉 ②男、女生的青春期的第二性徵有哪些？ ③青春期的保健工作有哪些？應該從事哪些活動？注重哪些營養？ 2.青春大富翁： 設計一個類似大富翁的遊戲，讓小朋友在遊戲中獲得正確的青春期的觀念並能勇敢的開口討論青春期的所面對的困難。〈同理心、自我覺察〉 3.真心話大冒險： 設計一張學習單，學習單的內容仿照時下流行的『真心話大冒險』遊戲，讓小朋友利用學習單可以充份了解自己的第二性特徵及生理變化。〈自我覺察〉	

參考資料：

- 1.翰林版第八冊健康與體育教師手冊。
- 2.性教育教學資源網(<http://sexedu.moe.edu.tw/>)。

教學建議：

老師應以活潑大方的態度來進行教學內容，同時充分的顯示出針對『性』方面的知識與討論時可以用正面且健康的態度來面對。在討論或遊戲的過程中若遇到有同學無法大方的分享知識或同學感到不好意思時，老師需即刻的給予協助並適時導正同學不正確的觀念。

在教學或遊戲的過種中若遇到同學間互相起鬨或以玩笑的態度時，老師要即刻以幽默的方式來化解並導正同學的行為，切忌以過於嚴肅或過於放任的方法來教學，不然有可能會造成小朋友面對青春期或性知識的討論時更加的萎縮且更不敢表達自身的想法。

老師同時也可以配合體育專長的另一位老師，針對課堂上討論有益與青春期的活動進行實際的操作，讓小朋友可以更充分的了解適度且正確的運動可以幫助他們渡過快樂的青春期。

附件一：青春大富翁

<p>屁股寫字 並暫停一次</p>	<p>說出青春期男生所需補充的食物 (不可重覆) ±10 點</p>	<p>說出青春期你自我保養的小秘訣 ±10 點</p>	<p>前往休息區 (不得 10 點)</p>
<p>機會</p>			<p>說出自己的任一個第二性徵 (不可重覆) ±10 點</p>
<p>說出青春期的保健工作 3 種 ±10 點</p>	<p>前往『屁股寫字』，若經由『由此去』不可得點</p>	<p>請表達自己如何充份尊重異性 獲得 20 點</p>	<p>機會</p>
<p>請說出如何正確的使用衛生棉〈解決問題〉 ±30 點</p>	<p>再擲一次</p>	<p>充分了解自己的身體，請指出青春期自己改變最大的部份 獲得 20 點</p>	<p>做出三種可以幫助青春 期成長的運動及動作 ±10 點</p>
<p>請說出青春期不正當 休閒活動 3 個 ±10 點</p>			<p>命運</p>
<p>命運</p>	<p>暫停一次</p>	<p>大聲說出一個你青春期面臨的困擾 獲得 20 點</p>	<p>說出何謂夢遺或月經 ±10 點</p>
<p>累了嗎？ 休息一下</p>	<p>說出青春期女生所需補充的食物 (不可重覆) ±10 點</p>	<p>請說出一種青春期的心理變化 ±10 點</p>	<p>由此去  可得 10 點</p>

大富翁玩法:

1. 把小朋友分成數組分別進行遊戲，以組為單位最後每組由點數最高的人獲勝，獲勝的人可以領取老師準備的小禮物乙份。
2. 每個小朋友基本點數為 50 點，遊戲進行方式仿照大富翁的法，輪流擲骰子一顆，依所擲出的點數開始行進。
3. 每一格都有與青春期相關的知識與討論，小朋友依所行進到的格子針對格子中的內容進行回答以獲得點數。
4. 走到『機會』（或『命運』）的小朋友可以在『機會』（或『命運』）的格子中隨機選取一個內容進行遊戲。
5. 總遊戲時間約為 20 分鐘。

大冒險

：請寫出你所知男女青春期中出現的第二性徵(用箭頭指出來)



長腋毛



屁股變大

教學活動結果



