

103 學年度教育部國民小學師資培用聯盟健康與體育學習領域教學中心 教案演示競賽活動比賽

壹、設計理念

近期新北市發生性教育手冊引起國小六年級學生誤解事件，因手冊上有性教育圖解，但老師卻礙於國情保守，未在課堂上進行性教育課程，以致學生自行解讀而一知半解。基於此一事件讓大家重新省思國內性教育教學的問題。

國外的性教育是從小一即開始教起，台灣雖一直在推動性別平等，卻未真正落實性教育。本課程的設計就是希望讓學生提早在小四階段，認識男生女生在青春期的身體變化及生殖器官的清潔，期在解開青春密碼，建立正確性別觀念之後，能更懂得如何保護自己。

貳、教學分析

一、教材分析

在國小健康與體育領域中，一直要到五年級下學期才會教到青春期及兩性生殖器官的發育，但隨著孩子成長過程的營養好、發育早，內外環的環境影響及媒體的傳播，孩子的青春期時間較以往提早了許多，對兩性的外環改變也感到疑惑和好奇。因此本課程希望藉由此教學能讓四年級學生提前了解何謂青春期及此時期的身體發展，並明白如何保護自己及保健自己。教師也希望透過此課程，學生在對男生、女生的春青期更了解後，進一步懂得彼此尊重、關懷。

二、學生分析

本班四年級學生已有部分學生逐漸邁入青春期，對於兩性關係的議題也頗感興趣，但在保守的教學課程中，鮮少會介紹相關事項，所以學生易從網路或是其他管道取得錯誤資料。

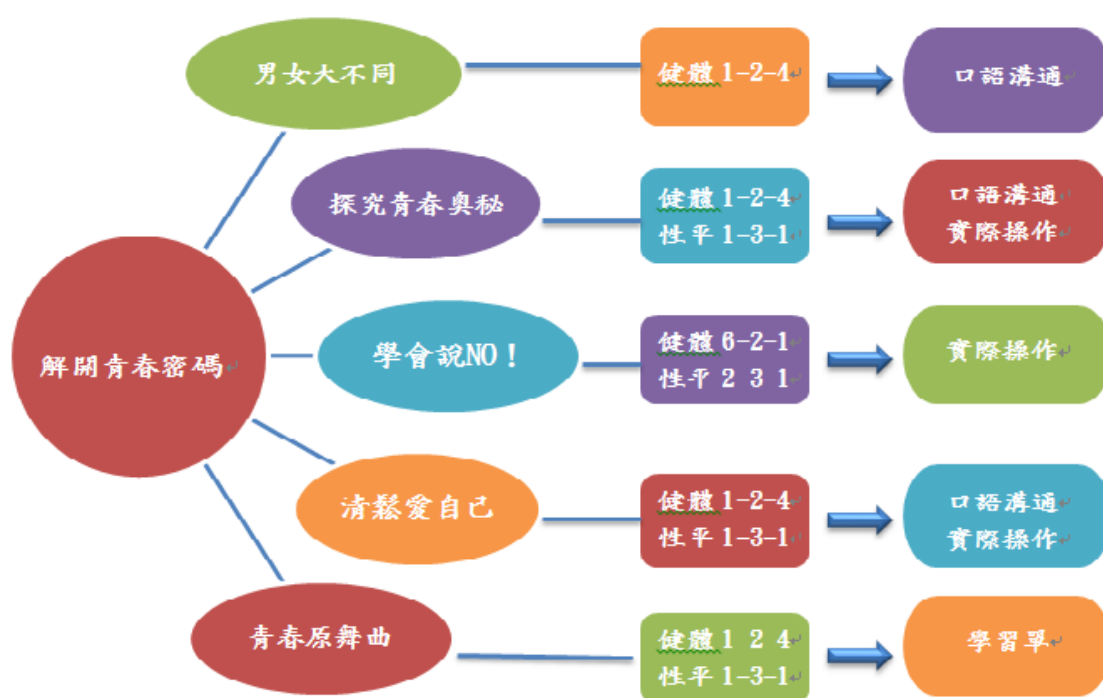
教師亦發現大部分男生不太懂得清理自己的生殖器官，故在男生保健部分安排了包皮的清潔；而班上有女生已面對經期的來臨，故女生保健部分則介紹衛生棉的使用方法。

三、教學方法分析

教學中，教師利用 Q 版的人體圖帶入兩性的身體發展，以減少學生對此議題的尷尬；並透過 PPT 簡報，讓學生能更具體明白教師的授課重點，用圖像的方式幫助學生記憶包皮清理順序及衛生棉使用流程；亦邀請學生上台示範衛生棉的使用來加深學生的印象。最後以學習單及影片來回憶整節課的內容，作為課程統整。

本教學希望可以透過多元化的教材(實體教具、資訊教材)，啟發學生視覺、聽覺、觸覺的學習，並以多元評量(口頭溝通、實作、學習單)的方式來檢核學生的理解度。

四、課程概念架構圖



參、教學活動設計

單元名稱	男生女生變	適用年級	四年級
課程名稱	解開青春密碼	教學時間	40 分鐘
教材版本	自編		
教學準備	Q 版男生女生的人牌、青春期發育的各器官教具、教學 PPT		
教學目標	1. 透過 Q 版的男、女生人牌，讓學生清楚青春期發育的第二性徵。 2. 透過 PTT 及實務操作，讓學生能夠自我認同，明白要如何保護自己，除了身體的防衛外，也要懂得清潔保健。		
	能力指標	具體目標	
	1-2-4 探討各年齡層的生理變化，並有能力處理個體成長過程的重要轉變。 6-2-1 分析自我與他人的差異，從中學會關心自己，並建立個人價值感。	1. 能知道青春期的到來並認識青春期發育的第二性徵。 2. 能知道青春期的生理變化，並能處理青春期的生理問題。 3. 能學習在與異性相處與身體活動中表現合宜、尊重與有禮的行為。	
	融入議題與能力指標	十大基本能力	

議題	能力指標			
性別平等教育	1-3-1 認知青春期不同性別者身體的發展與保健。	瞭解自我與發展潛能 表達、溝通與分享 尊重、關懷與團隊合作		
人權教育	2-3-1 瞭解人身自由權並具有自我保護的知能。	運用科技與資訊 獨立思考與解決問題		
能力指標	教學內容	時間	評量方式	具體目標
健體 1-2-4	一、引起動機： 男女大不同 1. 播放男女生青春期的影片。 https://m.youtube.com/watch?v=b9t24EWG4N8 2. 詢問學生什麼是青春期？	3 2	口語 溝通	能回答出何謂青春期
健體 1-2-4 性平 1-3-1	二、發展活動： (一)探究青春奧秘 1. 按照青春期發育順序，逐一介紹男生青春期的第二性徵。 (長喉結、上臂肌、胸毛、腋毛、陰毛、鬍鬚、腳毛、青春痘、粉刺) 2. 按照青春期發育順序，逐一介紹女生青春期的第二性徵。 (長胸部、腋毛、陰毛、青春痘、粉刺) 3. 利用 PTT，統整男、女生青春期的性徵。	6 4 2	口語 溝 通、實 際操 作 口語 溝 通、實 際操 作	能回答出男生青春期的第二性徵 能回答出女生青春期的第二性徵
健體 6-2-1 人權 2-3-1	(二)學會說“NO”！ 1. 圈出不能被人家觸碰的部位。 2. 詢問學生攸關自我保護相關的問題，題目如下： (1)同學摸我的屁股。(X) (2)媽媽幫我洗澡、擦身體。(X) (3)老師摸摸你的頭。(○) (4)鄰居的大哥哥或姐姐抱抱我。(X) (5)跟要好的朋友靠在一起看書。(○) (6)爺爺奶奶親親你。(○) (7)陌生人拉拉你的手。(X)	3 3	實際 操作 實際 操作	能圈出身體界線的部位 能回答出正確的答案
健體 1-2-4 性平 1-3-1	(三)“清”鬆愛自己 1. 介紹男生包皮的注意事項及清潔。	3		能說出包皮

健體 1-2-4 性平 1-3-1	2.介紹女生生理期的注意事項及衛生棉的使用方法。	5	口語 溝通 口語 溝通 實際 操作 學習 單	清潔的順序 能說出衛生棉使用的順序 能做出衛生棉使用的順序 能運用今日所學完成學習單
	3.請學生上台操作衛生棉的使用方法。	3		
	三、綜合活動： 春青“原”舞曲			
	1. 觀看青春期介紹的影片，了解何謂青春 期，作為統整。 https://m.youtube.com/watch?v=0UBzGooR_0	4 2		
	2.發下學習單，並說明，下節課收回。			

肆、教學評量

具體目標	評量方式	備註
能回答出何謂青春期	口語溝通	
能回答出男生青春期的第二性徵	口語溝通、實際操作	
能回答出女生青春期的第二性徵	口語溝通、實際操作	
能圈出身體界線的部位	實際操作	
能回答出自我保護的正確答案	實際操作	
能說出包皮清潔的順序	口語溝通	
能說出衛生棉使用的順序	口語溝通	
能做出衛生棉使用的順序	實際操作	
能運用今日所學完成學習單	學習單	

伍、教學說明（含特色）與注意事項

- 1.以 Q 版的人體模型進行教學操作，生動活潑，且可減低學生對兩性身體的尷尬；並透過學生代表上台黏貼的過程，使台下同學更專心觀察，加深其對青春期身體發育部位的了解。但學生上台黏貼的速度會影響上課時間，需再加以控制。
- 2.透過與護理師合作的指導下，點出學生易犯的清潔錯誤，尤其是女生清潔的時候，都是由陰部往肛門方向擦(無論是大便或小便喔!)，才不容易造成泌尿道感染。清楚的介紹男、女生清潔生殖器官方法，讓他們免於感染的機會，更懂得正確的保衛自己。
- 3.實際請學生操作衛生棉的使用，讓學生了解「知道」與「實際操作」是有落差的，也更能體會女生使用衛生棉的不便。

- 4.透過此課程，學生能提早為自己的身心做準備，以正確態度來看待兩性的青春期，可以避免因對兩性的不了解或過度好奇、害怕，而有自卑畏縮、嘲笑或錯誤的嘗試行為。
- 5.從學生學習單的回饋看到，學生都認為這一節課是寶貴的一堂課。但此課程因授課對象為四年級，故很多生殖器官都未清楚介紹，只簡單帶過，建議高年級老師可以再加深加廣。
- 6.本課程以簡單、具體的方式，帶領著正準備踏入青春期的孩子了解自己，學生從此課程中除了學到了基本的青春期的知識外，更懂得尊重他人、愛護自己，實為難得！
- 7.自我保護的問題，在對錯之間的界線，值得大家討論，並非所有問題都有固定的答案，教師可帶領同學思考。

陸、教學專業活動紀錄

教學專業活動紀錄



學生代表上台依照同學的回答，黏貼到正確的身體部位，加深印象。



自我保護的問題，在對錯之間的界線，值得大家討論。



以具體的手勢，帶領大家注意龜頭的環狀清潔。



教師搭配 PTT 的解說，示範衛生棉的使用及注意事項。



學生代表上台示範，才發現原來衛生棉的使用不容易，更能體會女生的辛苦。



課後的學習單，讓教師明白學生學習的狀況，作為後續介紹的依據。

教學專業活動紀錄



教師群事前的分工與課程設計。



教師群課後的反省與討論。

「解開青春密碼」

姓名：劉瑾
編號：16

一、請在空格內入正確答案(填數字)：

1.青春痘 2.喉結 3.鬍子 4.腋毛 5.腋窩 6.變聲高 7.人(參考答案)

★臉上可能長 (1) ★臉上可能長 (1)

★下巴開始長出 (3) ★腋下長出 (4)

★喉嚨出現 (2) 開始變聲 ★乳房 (6)

★腋下長出 (4) ★乳毛陰毛、性器官逐漸變 (7)

★手背肌肉變 (5) ★長鬍毛、性器官逐漸變 (7)

身高及體重增加
整個身體肌肉內飽

身高及體重增加
身材漸漸高而骨
體健

青春期少年身體的變化 青春期中女身體的變化

二、上完這一堂課，小朋友學到什麼呢？

上完這堂課我知道男性和女性身體的差別也知道要怎麼清理自己的身體，所以以後我要好好運用今天學到的知識。

學生的回饋，讓老師明白學生所學。

「解開青春密碼」

姓名：陳庭瑄
編號：13

一、請在空格內入正確答案(填數字)：

1.青春痘 2.喉結 3.鬍子 4.腋毛 5.腋窩 6.變聲高 7.人(參考答案)

★臉上可能長 (1) ★臉上可能長 (1)

★下巴開始長出 (3) ★腋下長出 (4)

★喉嚨出現 (2) 開始變聲 ★乳房 (6)

★腋下長出 (4) ★乳毛陰毛、性器官逐漸變 (7)

★手背肌肉變 (5) ★長鬍毛、性器官逐漸變 (7)

身高及體重增加
整個身體肌肉內飽

身高及體重增加
身材漸漸高而骨
體健

青春期少年身體的變化 青春期中女身體的變化

二、上完這一堂課，小朋友學到什麼呢？

我學到每個人的青春期都不一樣，而且自己要學會保護自己，不要讓別人利用自己的重要部位，自己也學會清理自己的重要部位。

從課程中學習珍愛自己，保護自己。

「解開青春密碼」

姓名：蕭鈺晴
編號：27

一、請在空格內入正確答案(填數字)：

1.青春痘 2.喉結 3.鬍子 4.腋毛 5.腋窩 6.變聲高 7.人(參考答案)

★臉上可能長 (1) ★臉上可能長 (1)

★下巴開始長出 (3) ★腋下長出 (4)

★喉嚨出現 (2) 開始變聲 ★乳房 (6)

★腋下長出 (4) ★乳毛陰毛、性器官逐漸變 (7)

★手背肌肉變 (5) ★長鬍毛、性器官逐漸變 (7)

身高及體重增加
整個身體肌肉內飽

身高及體重增加
身材漸漸高而骨
體健

青春期少年身體的變化 青春期中女身體的變化

二、上完這一堂課，小朋友學到什麼呢？

我學到要怎麼處理荷「生痘」也不用害怕月經來，要勇敢面對。也謝謝老師為我們全「上」這一堂課！

上完課，學生對青春期不再害怕，更了解這是必經過程。

「解開青春密碼」

姓名：阮佳潼
編號：7

一、請在空格內入正確答案(填數字)：

1.青春痘 2.喉結 3.鬍子 4.腋毛 5.腋窩 6.變聲高 7.人(參考答案)

★臉上可能長 (1) ★臉上可能長 (1)

★下巴開始長出 (3) ★腋下長出 (4)

★喉嚨出現 (2) 開始變聲 ★乳房 (6)

★腋下長出 (4) ★乳毛陰毛、性器官逐漸變 (7)

★手背肌肉變 (5) ★長鬍毛、性器官逐漸變 (7)

身高及體重增加
整個身體肌肉內飽

身高及體重增加
身材漸漸高而骨
體健

青春期少年身體的變化 青春期中女身體的變化

二、上完這一堂課，小朋友學到什麼呢？

不要去嘲笑別人的身體，而且要體諒別人的身體的不一樣，不要覺得他奇怪，男生和女生都不一樣，我們應該多了解彼此。

good!

學生能從此課程學習尊重他人，體諒他人，實為難得！

「解開青春密碼」

姓名：_____

座號：_____

一、請在空格內入正確答案(填數字)：

1. 青春痘 2. 喉結 3. 鬍子 4. 腋毛 5. 結實 6. 變豐滿 7. 大 (參考答案)



二、上完這一堂課，小朋友學到什麼呢？
