「青春飛揚」教學設計書

(一)、教學時間：6節課

(二)、教學年級：七年級上學期

(三)、教學方法：講述法、小組討論法、多媒體教學法、活動發表

(四)、教學評量：1、教師評量：活動觀察、學習單、實作評量

 2、學生自評：口頭分享、活動參與

(五)、設計理念：

國中是青春期開始發展的重要階段，當身體開始發育，男女生的差異愈來愈大，開始對異性產生好奇，因此應該建立正確面對「性」的態度。

除了瞭解自己的身心變化之外，更應學習尊重並維護自己及他人的身體界限、身體自主權。也希望提升學生的性別敏感度，從性騷擾的性別議題中，學會辨識性騷擾，進而保護自己、面對危機、處理危機。最後，也能避免對他人做出逾矩的行為。

第一單元「漫遊伊甸園」，是透過活動讓學生來瞭解自己進入青春期之後的身、心發展變化，並學會正確的心態及因應方式。

第二單元「性別透視鏡」，透過課程讓學生瞭解自己的身體界限、認識身體自主權。並進而瞭解性騷擾的類型，學會如何面對與處理。

(六)、能力指標：

 綜1-4-1探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。

 綜4-4-1察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。

(七)、融入議題：性別平等教育

(八)、主題架構圖：

**宜蘭縣壯圍國中102學年度綜合活動課程設計**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **教材來源** | 自編 | **設計者** | 黃杏宜 |
| **參考資料** | 1. 科學天地：青春期的煩腦http://www.hkedcity.net/iclub\_files/a/1/40/webpage/learning\_activity/050423\_puberty/subiworld\_comknow\_topic01\_1.html
2. 性別平等教育III影片，國立教育資料館發行。
 |
| **主題單元** | 青春飛揚 | **實施年級**： | 七上 | **教學時間**： | 3節 |
| **單元名稱** | 漫遊伊甸園 |
| **學習目標** | 1、認識青春期的生心理變化，並學會正確的心態及因應方式。2、尊重異性的身體自主權。 | **評量重點** | 1、能說出青春期生理特徵。2、能說出青春期心理變化。1. 完成問題討論及分享。
 |
| **能力指標** | 1-4-1探索自我發展的過程，並分享個人的經驗與感受。 | **融入議題** | 性別平等教育 |
| 教學活動 | 教學資源 |
| **壹、準備活動**一、教師部分：1.了解目前國中生對青春期的先備知識為何2.成長的滋味影片、性別平等教育(III)影片3.「青春麻辣問」ppt二、學生部分：1、壯圍國中綜合活動學生手冊**貳、發展活動**一、青春性事（60’）* + 1. 將生理變化分成男生獨有、女生獨有、男女生共有標示在男女生圖片旁邊。
		2. 教師說明「青春麻辣問」活動進行方式：

 (1) 全班站起來聽題目，答錯者坐下，看誰是本班青春麻辣王。。(2) 對的比圈，錯的比叉。(3) 能將錯的題目更正為正確解答者，則可敗部復活。* + 1. 播放「青春麻辣問」ppt，並開始進行活動。
		2. 請各組抽一題目，並討論：
1. 如何減輕經痛？請至少舉出三種方法。
 | 「青春麻辣問」ppt參考答案：見補充資料 |
| 1. 衛生棉應該幾小時更換一次？使用完畢如何處理比較適當？
2. 流汗的時候有異味，應該如何處理？請至少提供兩種方法。
3. 如何減少夢遺的次數？
4. 如何預防青春痘？如果已經長出來了，要如何保養？
5. 變聲時，可以如何保養喉嚨？

5、小組推派一人上臺分享，並邀請其他同學回饋。6、教師引導學生思考：面對青春期，你自己的生理困擾是什麼呢？有什麼方法可以解決？二、性事挖挖哇(30’)1、教師說明：青春期開始對「性」產生好奇，但如何獲得正確的「性知識」呢？2、教師播放「就一時性起嘛！－性與色情」影片。3、教師引導學生思考：1. 看色情影片、書刊或圖片容易造成哪些負面影響？
2. 正確的「性知識」應該要從哪裡得知？有哪些管道？

三、成長的滋味(45’)1、播放「成長的滋味」前20分鐘。2、教師引導同學思考以下問題：1. 進入了青春期之後，自己的身體開始產生變化，這些身體的不適應對心理產生了哪些影響？
2. 除了心理的不適應之外，自己與家人及朋友的人際相處有何不同？
3. 青春期對異性開始產生好奇，可能會有哪些行為呢？
4. 進入青春期之後，因為對異性產生好奇，你曾經做過哪些事或遇過哪些事？
5. 以上對異性好奇的行為哪些你可以接受，哪些不行，為什麼？

3、教師總結並提醒學生需要尊重異性的身體自主權，以建立性別平等與尊重。**參、結束活動**1、預告下次上課內容及所需攜帶的用品。 | 性別平等教育(III)-第五單元「就一時性起嘛！－性與色情」影片「成長的滋味」影片前20分 |
| **教學注意事項：**1. 青春性事活動進行時，要適時澄清正確觀念。
2. 生理變化參考答案如下：
3. 男生：長鬍子、長喉結、肩膀變寬、夢遺、聲音變低
4. 女生：月經、胸部隆起、皮下脂肪增厚、臂部變寬
5. 男女共有：長高、長腋毛、長陰毛

3、生理變化較難的項目，教師可提示項目內容請學生分類於圖上。 |

補充資料：小組討論參考答案

1. **如何減輕經痛？請至少舉出三種方法。**
* 飲食均衡、排泄順暢
* 多喝水或熱的藥草茶、熱檸檬汁
* 吃甜食，如黑糖水
* 補充礦物質，如鈣、鉀及鎂
* 避免含咖啡因的食物，如巧克力
* 避免冰水及刺激性的食物
* 熱敷、洗熱水澡
* 適量運動，如走路
* 適度休息
* 服用止痛藥，嚴重則請教醫生
1. **衛生棉應該幾小時更換一次？使用完畢如何處理比較適當？**
* 衛生棉不可使用超過四小時，
* 使用過的衛生棉：將衛生棉捲起來→用塑膠套再包(捲)起來→丟入垃圾桶
1. **流汗的時候有異味，應該如何處理？請至少提供兩種方法。**
* 更換衣服、洗澡、多喝水、使用止汗劑（此為化學藥劑較不建議使用）、若過於嚴重可請教醫生
1. **如何減少夢遺的次數？**
* 不翻閱色情書刊、睡覺時避免衣褲過緊、有正常的群體和娛樂、多運動
1. **如何預防青春痘？如果已經長出來了，要如何保養？**
* 預防：注重面部保養、慎用化妝品、不熬夜、多吃蔬果少油炸、維持心情愉快
* 保養方法：勿用手擠壓、保持面部清潔及透氣、飲食控制、少曝曬太陽、充分睡眠、使用藥膏、維持排泄順暢、遠離廚房或油鍋
1. **變聲時，可以如何保養喉嚨？**
* 不要大叫、不要過度使用、多喝開水或滋潤的飲品、避免辛辣、油膩及刺激性的食物、聲音變得沙啞，應即時減輕聲音及減少說話

**宜蘭縣壯圍國中102學年度綜合活動課程設計**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **教材來源** | 自編 | **設計者** | 黃杏宜 |
| **參考資料** | 1、身體自主權http://www.mlsh.tp.edu.tw/service/guide/6/6-a/f3\_i\_3.htm2、性騷擾防治網-宣導影片：性騷擾之性霸凌http://dspc.moi.gov.tw/lp.asp?ctNode=674&CtUnit=78&BaseDSD=7&mp=3 1. 性別平等教育I、III影片，國立教育資料館發行。
 |
| **主題單元** | 青春飛揚 | **實施年級**： | 七上 | **教學時間**： | 3節 |
| **單元名稱** | 性別透視鏡 |
| **學習目標** | 1、瞭解自己的身體界限2、認識身體自主權。3、瞭解性騷擾的類型，並學會如何面對與處理。 | **評量重點** | 1、能畫出自己的身體界限。2、完成問題討論及分享。 |
| **能力指標** | 4-4-1察覺人為或自然環境的危險情境，評估並運用最佳處理策略，以保護自己或他人。 | **融入議題** | 性別平等教育 |
| 教學活動 | 教學資源 |
| **壹、準備活動**一、教師部分：1.性騷擾之性霸凌短片2.性別平等教育(I)、(III)影片3.「新聞分享站-性騷擾新聞」ppt二、學生部分：1、壯圍國中綜合活動學生手冊2、彩色筆或色鉛筆**貳、發展活動**一、我的自主權（45’）1、教師引導學生思考，人與人的最適當的距離是多少？2、教師說明「打招呼」活動規則說明：1. 兩兩分成一組，若有落單者則當觀察員。
2. 教師依序給予口令，讓同學完成任務：

點頭微笑→握手→搭肩→摸頭→摟腰→擁抱→拍屁股一下1. 中途若覺得該口令不舒服，可告知對方停止進行活動。
 |  |
| 3、教師引導學生思考：1. 你最能接受哪種打招呼的方式？為什麼？這時候的身體距離是多少？
2. 大家公認最適合大眾的打招呼方式是哪一個？為什麼？

4、教師說明我的身體界限：危險區、警戒區、安全區之意義。並請學生依不同顏色將之畫於人形圖案上。* + 1. 教師引導學生思考：
1. 每個人的身體界限圖一樣嗎？為什麼？
2. 我們在態度上和行為上應該如何對待他人的身體？
	* 1. 教師說明身體自主權之意義，並提醒學生應該成為稱職的身體管理者。

二、騷擾檢視鏡(45’)1. 教師引導學生討論自己經歷過或聽過哪些被騷擾的事？
2. 教師播放性騷擾之性霸凌短片。
3. 教師引導學生思考：
4. 你喜歡這些行為嗎？為什麼？
5. 在日常生活中，你還有遇過或聽過哪些類似的行為呢？
6. 教師總結，並引導學生思考，哪些行為已經構成性騷擾。並將課本上的性騷擾敘述行為符合者打勾。
7. 播放「有什麼不一樣？你說嘛！(性騷擾防治)」影片。
8. 引導學生將騷擾類型填寫，將「動動腦時間」的性騷擾行為分類於表格內，並說明性騷擾法律定義。（答案見補充資料）

三、勇敢大聲說(45’)1、教師引導學生思考如果遇到了性擾騷，自己會怎麼辦？2、教師播放「請你不要太過份（從KUSO到校園霸凌）」影片。3、教師引導同學思考以下問題：(1) 影片中有出現哪些類型的性騷擾？具體的行為內容為何？（答案見補充資料） | 彩色筆或色鉛筆性騷擾之性霸凌短片每題均為性騷擾行為性別平等教育I「有什麼不一樣？你說嘛！(性騷擾防治)」影片性別平等教育(III)「請你不要太過份（從KUSO到校園霸凌）」影片 |
| (2) 面對性騷擾，我們可以採取哪些行動保護自己？4、教師播放「新聞分享站」ppt。5、教師引導學生分享：聽完了這些新聞之後，你有什麼想法呢？**參、結束活動**1、教師總結：「只要有人不喜歡，你就不可以。」不經意的開玩笑，除了可能造成性騷擾之外，嚴重的話更會構成校園霸凌事件。以尊重的態度去面對每個人，才能創造一個性別平等的校園及社會哦！ | 「新聞分享站-性騷擾新聞」ppt |
| **教學注意事項：*** 1. 進行打招呼活動時，可適時提醒學生，若覺得無法接受則可以停止活動。
	2. 畫完我的身體界限之後，可邀請學生至黑板上標示自己的界限圖，讓學生瞭解每個人的身體界限是不一樣的。
	3. 可補充說明校園內性騷擾可找學務處或輔導老師通報，校內性別平等委員會將進行調查處理及其相關流程。
 |

**補充資料：**

一、騷擾檢視鏡參考答案

|  |  |
| --- | --- |
| **性騷擾類型** | **行為代碼** |
| （ 語言 ）騷擾 | A、E、H、J |
| （ 肢體 ）騷擾 | B、F、G、I、L |
| （ 圖片 ）騷擾 | C、D |
| （ 權力位階 ）騷擾 | K |

二、勇敢大聲說參考答案

|  |  |
| --- | --- |
| **性騷擾類型** | **行為內容描述** |
| 語言騷擾 | 1. 嘲笑別人是飛機場
2. 嘲笑別人胸部高聳直立
 |
| 肢體騷擾 | 1. 玩阿魯巴
 |
| 圖片騷擾 | 1. 傳色情圖片的簡訊
 |