

四年級健康教學教案：

健康與體育領域教案設計---兩性教育

領域名稱	健康與體育	學習階段	國小四年級			
單元名稱	青春男女大不同	授課老師	吳逸羚			
教材來源	自編	教學資源	PPT、影片			
教學研究	<p>一、學生學習條件分析 對兩性的第二性徵已有粗略的認識</p> <p>二、教材分析 (一)知道生長發育的速度有個別差異 (二)了解人的生長發育具有階段性，不同的階段有不同的特徵 (三)了解影響生長發育的重要因素 (四)學習有益成長的生活習慣並施行</p> <p>三、教學方法 討論法、合作學習、媒體影像輔助教學。</p> <p>四、教師事前準備 參閱相關資料並彙整。</p>					
教學目標	<p>一、能了解青春期的知識。</p> <p>二、認識青春期身體的變化，並能用健康的態度面對。</p> <p>三、能察覺性別刻板印象。</p> <p>四、能了解青春期社會關係的改變。</p> <p>五、能尊重異性。</p>					
領域、議題	分段能力指標					
健康與體育	<p>健體 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中的重要轉變。</p> <p>性平 2-2-4 尊重自己與他人的身體自主權。</p>					
十大基本能力	<p>一、瞭解自我與發展潛能</p> <p>四、表達、溝通與分享</p> <p>十、獨立思考與解決問題</p>					
能力指標	教學活動	教學資源	時間	評量	備註	

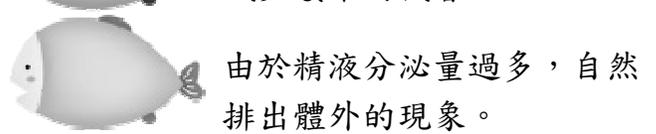
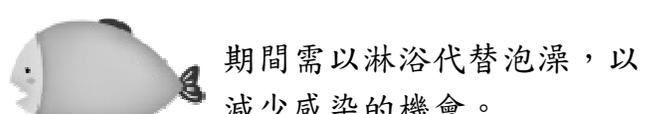
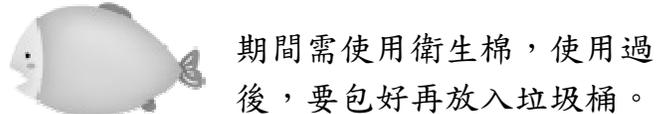
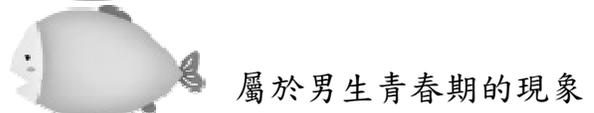
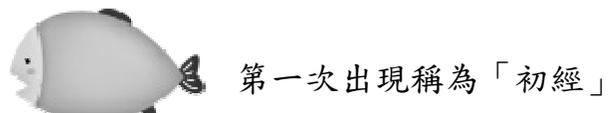
健體 1-2-4 探討各年齡層的生理變化，並有能力處理個體成長過程中的重要轉變。	一、引起動機 (一)賓果遊戲:迎向青春期的身體變化你知道多少? 1. 準備十題以上有關男女身體變化的題目，讓學生進行搶答。(題目如 PPT) 2. 藉由似懂非懂的常識，透過教學釐清模糊概念。	圖片 PPT	10'	發表	
	二、發展活動 (一)青春你我他:認識青春期身體的變化，了解兩性第二性徵。 提問: 1.青春期女生心理、身體有什麼變化： 女孩乳房部位先是有點硬，然後開始變大、變圓，乳房較豐滿的就得開始穿戴胸罩。皮下脂肪開始增厚，形成細腰豐腎的女性身材。皮膚變細，腋下和陰部長毛，大約一年到兩年後，開始有月經。 提問 2.青春期男生心理身體有什麼變化? 聲音變沙啞，長喉結。雖然皮下脂肪也增厚，但比女孩少，所以腰圍比女孩粗，臀部較窄而而且扁平，肩膀和胸部變寬，腋下和陰部長毛，有些人會長胸毛、腿毛，外生殖器官變大。 第一節結束 (二)分組討論: 1.什麼是月經(夢遺)? 2.它是怎麼形成的? 3.我要如何做好準備迎接它的到來? 4.如何做好青春期的保健與培養良好衛生習慣? (三) 透過影片，引領學生認識青春期及其出現的時間，說明「青春期是兒童邁向大的過渡階段」、「第二性徵是青春期開始的訊號」。 (四)說明《青春你我他》學習單	影片 學習單	30'	發表 聆聽	學習單評量
性平 2-2-4 尊重自己與他人的身體自主權。	(二)分組討論: 1.什麼是月經(夢遺)? 2.它是怎麼形成的? 3.我要如何做好準備迎接它的到來? 4.如何做好青春期的保健與培養良好衛生習慣? (三) 透過影片，引領學生認識青春期及其出現的時間，說明「青春期是兒童邁向大的過渡階段」、「第二性徵是青春期開始的訊號」。 (四)說明《青春你我他》學習單		20'	討論、發表	
	三、綜合活動： 1. 成長的各個階段中，每個人幾乎都會歷經青春，這些變化是成長階段中非常重要的時期 2.兩性相互體貼、幫助，彼此相處便能更加和諧融洽。		5		
			學習單	10'	合作學習
			5'		

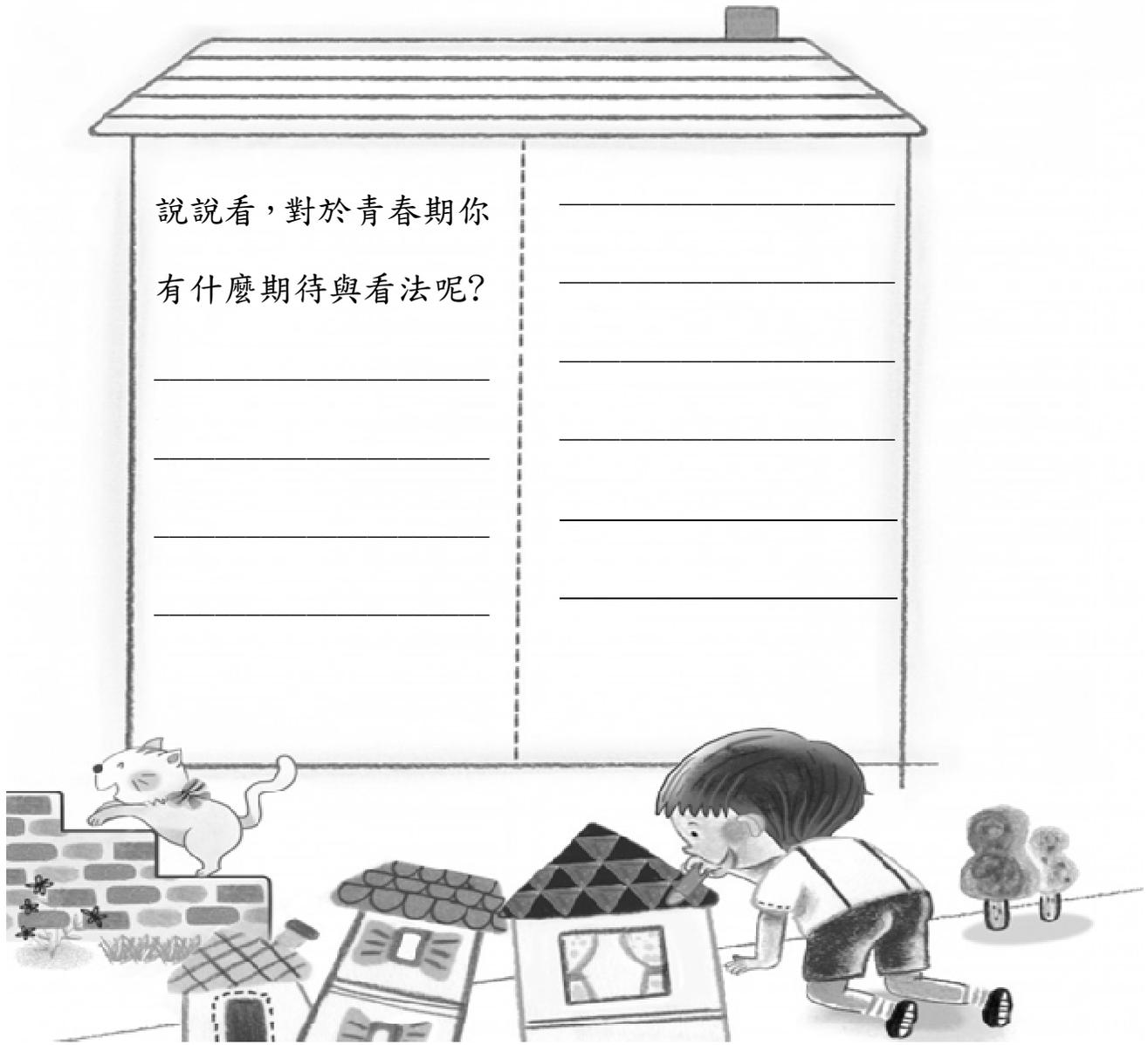


青春你我他

四年 班 姓名

每個人都會進入青春期，在青春期的階段身心會發生很大的變化，以下關於青春期中男生、女生的變化，請對照符合的敘述，並連起來。





說說看，對於青春期你
有什麼期待與看法呢？

如果有一天，你發現女同學的褲子有血跡(證實是月經)，你會怎麼做？

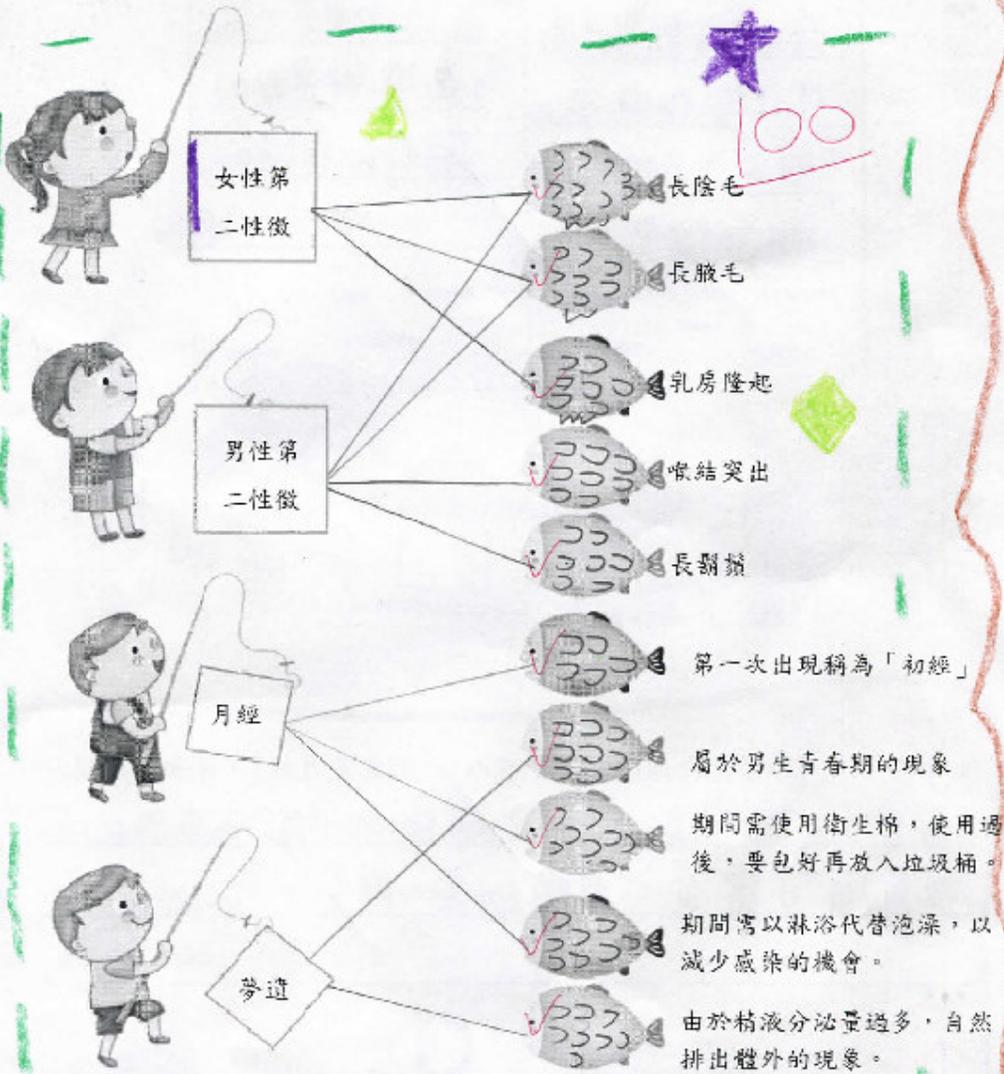




青春你我他

四年 忠 班 姓名 黃

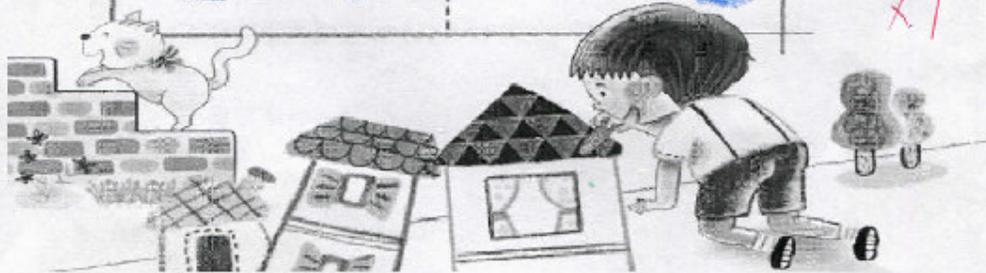
每個人都會進入青春期，在青春期的階段身心會發生很大的變化，以下關於青春期中男生、女生的變化，請對照符合的敘述，並連起來。



說說看，對於青春期你
有什麼期待與看法呢？

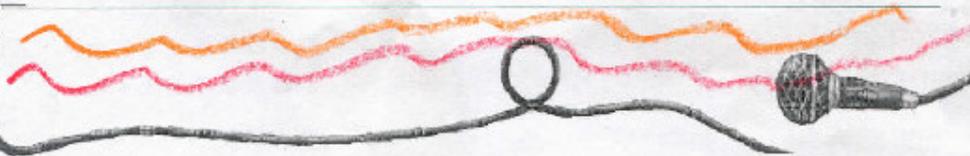
我希望有很多肌肉，
可以變得非常的帥，
夢遺來了時不要
非常得多體。

重不要太重，希望
可以長高一黑點，或
是視力好一點，
全部都是我的
期待和看法。



如果有一天，你發現女同學的褲子有血跡(證實是月經)，你會怎麼做？

我會偷偷告訴她，說你的大姨女馬來了，我的
外套借你圍著，你去廁所拿一件褲子。

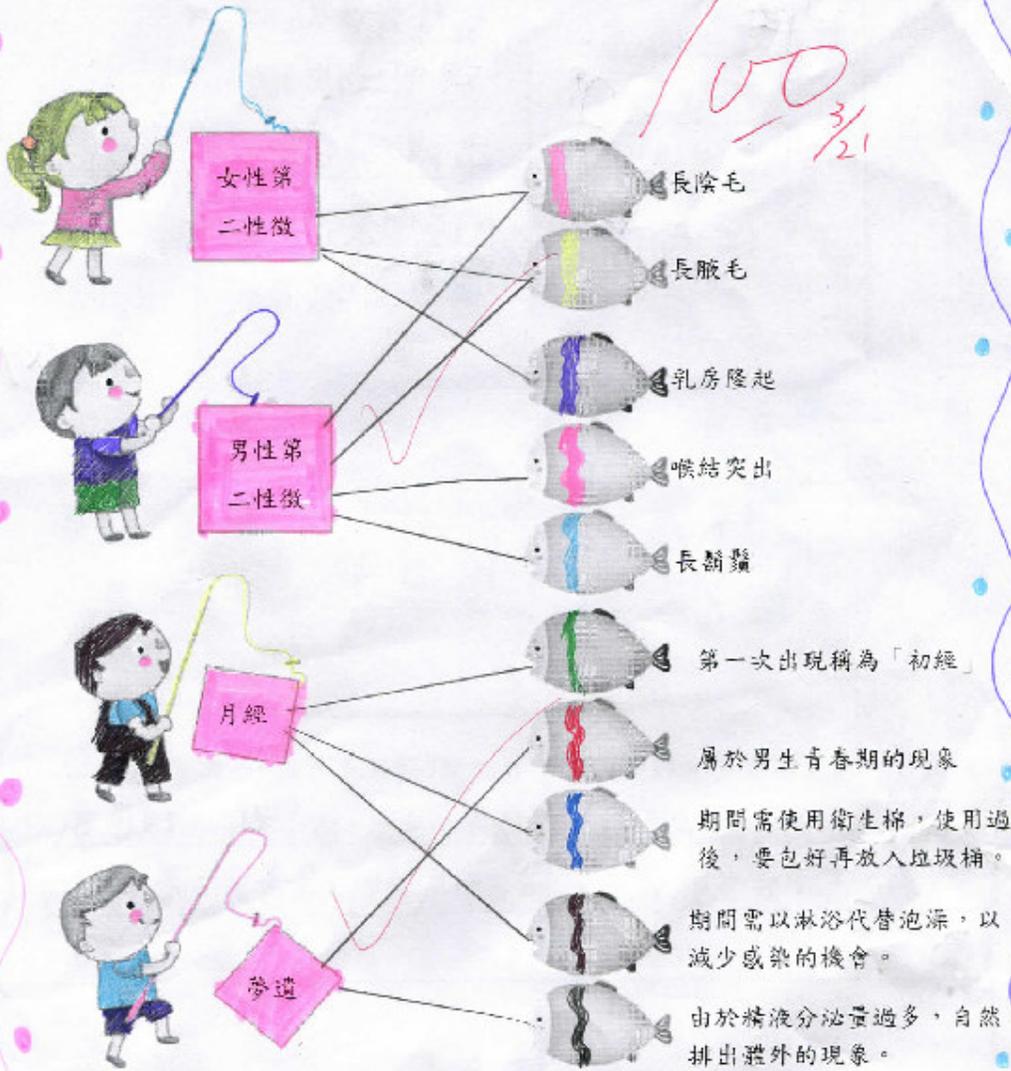




青春你我他

四年忠班 姓名 謝

每個人都會進入青春期，在青春期的階段身心會發生很大的變化，以下關於青春期男生、女生的變化，請對照符合的敘述，並連起來。





說說看，對於青春期你

有什麼期待與看法呢？

我希望可以長高

骨豐重可以^中重

月經來時可以

不害怕，而且去^{正常}

面對。我的看
法是每一個人都
會在青春期時出
現第二性徵，
出現時要勇敢
的去面對，不要覺
得害羞很羞臉。

x9



如果有一天，你發現女同學的褲子有血跡(證實是月經)，你會怎麼做？

溫^中的跟她說解決的方法，例如：叫她去
找^中女嬸或是和師長說，請她勇敢的
面對。

