

南投縣主題式教學設計教案格式

一、課程設計原則與教學理念說明（素養教材編寫原則+課程架構+課程目標）

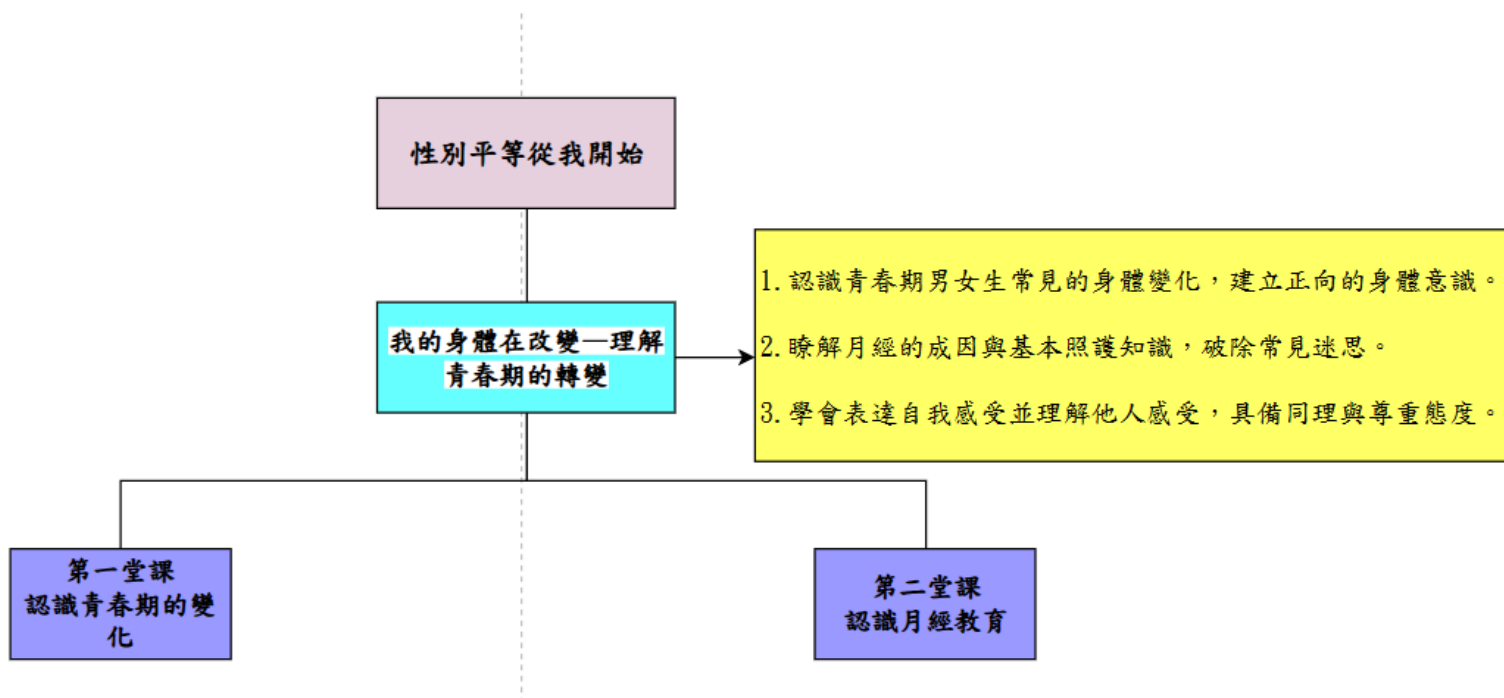
本課程以「青春期與性別尊重教育」為主軸，針對國小六年級學生設計兩節課，協助學生認識青春期的身體變化，理解月經作為自然且健康的生理現象，並培養對自己與他人身體變化的正向態度。課程強調去除羞恥、理解差異、尊重身體三大核心價值，並以繪本導讀、匿名提問、影片探討與小組討論等方式，建立學生對性別平等的初步理解與同理能力。

透過這樣的教學設計，孩子不僅能以健康心態面對自己的成長變化，更能尊重同儕的差異，培養支持他人、接納多元的品格素養，進一步實踐校本「品格教育」願景，落實性別平等的教育精神。

【整體課程核心目標】

1. 認識青春期男女生常見的身體變化，建立正向的身體意識。
2. 瞭解月經的成因與基本照護知識，破除常見迷思。
3. 學會表達自我感受並理解他人感受，具備同理與尊重態度。

【課程架構圖】



二、主題說明

| | | | | |
|---------------------------------|--|---|------|--|
| 彈性學習課程類別 | 統整性(□主題□專題■議題)探究課程 | | 設計者 | 六年級團隊 |
| 實施年級 | 六年級 | | 總節數 | 共 2 節，__160__分鐘 |
| 主題名稱 | 性別平等從我開始 | | | |
| 設計依據 | | | | |
| 核心素養 | 總綱 | E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 | | |
| | 領綱 | <p>綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。</p> <p>健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。</p> <p>性-E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權</p> | | |
| 與其他領域/科目的連結 | 綜合、健康與體育 | | | |
| 議題融入 | 實質內涵 | 1. 生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重 | | |
| | 所融入之單元 | 性 E12 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 | | |
| 教材來源 | <p>1. 《我到底怎麼了？》繪本</p> <p>2. 不分性別的月經知識，分享我們的月經故事-臺灣吧 TaiwanBar https://youtu.be/HtguYZfrMDs?feature=shared</p> | | | |
| 教學設備/資源 | <p>1. 《我到底怎麼了？》繪本</p> <p>2. 不分性別的月經知識，分享我們的月經故事-臺灣吧 TaiwanBar https://youtu.be/HtguYZfrMDs?feature=shared</p> <p>平板、大屏</p> | | | |
| 各單元與學習目標 | | | | |
| 單元名稱 | 學習重點 | | 學習目標 | |
| 單元一 我的身體在改變 —理解青春期的 轉變 | 學習表現 | <p>綜 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。</p> <p>健體 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。</p> | | <p>1. 認識青春期男女生常見的身體變化，建立正向的身體意識。</p> <p>2. 瞭解月經的成因與基本照護知識，破除常見迷思。</p> <p>3. 學會表達自我感受並理解他人感受，具備同理與尊重態度。</p> |
| | 學習內容 | <p>綜 Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納</p> <p>健體 Db-III-2 不同性傾向的基本概念與性別刻板印象的影響與因應方式。</p> | | |

我的身體在改變—理解青春期的轉變

教學單元設計

一、教學設計理念

本課程以「青春期與性別尊重教育」為主軸，針對國小六年級學生設計兩節課，協助學生認識青春期的身體變化，理解月經作為自然且健康的生理現象，並培養對自己與他人身體變化的正向態度。課程強調去除羞恥、理解差異、尊重身體三大核心價值，並以繪本導讀、匿名提問、影片探討與小組討論等方式，建立學生對性別平等的初步理解與同理能力。

透過這樣的教學設計，孩子不僅能以健康心態面對自己的成長變化，更能尊重同儕的差異，培養支持他人、接納多元的品格素養，進一步實踐校本「品格教育」願景，落實性別平等的教育精神。

二、教學單元設計

| | | | | |
|--|--|--|-------------|---|
| 主題 | 性別平等從我開始 | | 設計者 | 六年級團隊 |
| 實施年級 | 六年級 | | 總節數 | 共__2__節，_80__分鐘 |
| 單元名稱 | 我的身體在改變—理解青春期的轉變 | | | |
| 設計依據 | | | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 綜 1a-III-1 欣賞並接納自己與他人。 健體 1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。 | 核心素養 | E-A1 具備良好的生活習慣，促進身心健全發展，並認識個人特質，發展生命潛能。 |
| | 學習內容 | 綜 Aa-III-1 自己與他人特質的欣賞及接納 健體 Db-III-2 不同性傾向的基本概念與性別刻板印象的影響與因應方式。 | | |
| 議題融入 | 學習主題 | 1.生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重 | | |
| | 實質內涵 | 性 E12 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 | | |
| 與其他領域/科目的連結 | 綜合活動 健康與體育 | | | |
| 教材來源 | 1.《我到底怎麼了？》繪本 2.不分性別的月經知識，分享我們的月經故事-臺灣吧 TaiwanBar https://youtu.be/HtguYZfrMDs?feature=shared | | | |
| 教學設備/資源 | 1.繪本：《我到底怎麼了？》 2.不分性別的月經知識，分享我們的月經故事-臺灣吧 TaiwanBar https://youtu.be/HtguYZfrMDs?feature=shared | | | |
| 學生經驗分析 | 學生對於生理性別了解。 | | | |
| 學習目標 | | | | |
| 1. 認識青春期男女生常見的身體變化，建立正向的身體意識。 2. 瞭解月經的成因與基本照護知識，破除常見迷思。 3. 學會表達自我感受並理解他人感受，具備同理與尊重態度。 4. 發展尊重自己與他人身體界限的能力，促進健康與性別友善的互動關係。 | | | | |

教學活動設計

| 教學活動內容及實施方式 | 時間 | 評量方式 |
|---|------|--|
| <p>一、引起動機</p> <p>(一) 教師秀出孩童期的男女圖片以及成熟期的男女圖片，請學生觀察不同時期的身體差異有哪些？</p> <p>(二) 教師說明：「同學們正要面臨身心產生變化的青春</p> <p>期，這些變化不是憑空而來的，而是一點一滴慢慢且自然而</p> <p>然發生的。」，同時提醒：「也許大家會不習慣公然討</p> <p>論，但是我們還是要用認真的學習態度來認識我們的身體</p> <p>變化，透過學習正確的性知識，才能幫助我們用正向欣賞</p> <p>的眼光面對青春期的自己。」</p> | 5 分 | <p>口語評量：</p> <p>學生能清楚表達青春期的身體差異</p> <p>變化有哪些。</p> <p>學生能完整表達個人經驗，並積極</p> <p>參與小組討論。</p> |
| <p>二、發展活動</p> <p>(一) 教師發下紙張，請學生不記名，寫下自己注意到身體</p> <p>有哪些變化(外表、身體、心理皆可)，寫完摺好投入教師</p> <p>準備好的神秘箱內 (請教師於第兩堂課間將學生寫的內容</p> <p>進行歸納及統計)。</p> | 10 分 | |
| <p>(二) 教師進行《我到底怎麼了?》繪本導讀。</p> <p>(三) 引導學生進行問題討論：進入青春</p> <p>期，男生的身體會漸漸出現哪些</p> <p>改變呢？進入青春</p> <p>期，女生的身體會漸漸出現哪些</p> <p>改變呢？哪些狀況是男生和女生</p> <p>一樣都會面臨的呢？每一個男</p> <p>生 / 女生身體的變化都會相同嗎？</p> | 20 分 | |
| <p>三、總結活動</p> <p>(一) 教師總結今日學習</p> <p>-----第一節結束-----</p> | 5 分 | |
| <p>一、引起動機</p> <p>延續上節課的神秘箱提問，教師將學生的回答統整說出，</p> <p>並與學生討論，引導至女生到了青春</p> <p>期會遇到的變化，生理期的到來。</p> | 5 分 | <p>口語評量：</p> <p>學生能清楚表達月經基本知識。</p> <p>學生能完整表達個人經驗，並積極</p> <p>參與小組討論。</p> <p>學生能提出實際支持他人的方式或</p> <p>正向行動表示。</p> |
| <p>二、發展活動</p> <p>(一) 觀看月經教育影片</p> <p>不分性別的月經知識，分享我們的月經故事-臺灣吧</p> <p>TaiwanBar</p> <p>https://youtu.be/HtguYZfrMDs?feature=shared</p> | 10 分 | |
| <p>(二) 小組討論</p> <p>小組討論影片中的議題</p> <p>1. 月經的傳言到底是真是假?(月經是不潔之物，在外國</p> <p>會讓月經來的女子單獨居住在小屋中；月經來不可以</p> <p>到廟裡參拜。)你怎麼看待呢?</p> <p>2. 月經貧窮的議題</p> <p>3. 月經假的議題，請學生分享月經來時的身體狀況和感</p> <p>受，並引導學生站在對方角度思考感受，例如：痛、</p> <p>緊張、尷尬。</p> | 15 分 | |
| <p>三、統整活動</p> <p>教師做總結月經是什麼？我們可以怎麼支持別人？ 問與</p> | 10 分 | |

答過程中，澄清學生疑惑，強調月經是健康而自然的現象，性別平等從理解開始。

參考資料：(若有請列出)

學生回饋

教師省思

註：本表單參考國教院研究計畫團隊原設計教案格式。

附錄(一) 評量標準與評分指引

| | | | | | | |
|-------------|-------------|--|---|---|--|-----------------|
| 學習目標 | | 1. 認識青春期男女生常見的身體變化，建立正向的身體意識。 2. 瞭解月經的成因與基本照護知識，破除常見迷思。 | | | | |
| 評量標準 | | | | | | |
| 主題 | | A 優秀 | B 良好 | C 基礎 | D 不足 | E 落後 |
| | 表現描述 | 能正確說出青春期變化及月經基本知識 | 能完整描述青春期變化與月經概念 | 能描述部分變化與月經概念 | 僅能說出少量或不正確資訊 | 未達D級 |
| | 評分指引 | <ul style="list-style-type: none"> • 能清楚指出青春期身體變化的多項具體表現（如：聲音變化、第二性徵、心理起伏等） • 能正確解釋月經的成因，理解月經相關議題。 • 能正確完整說明青春期與月經的相關概念 | <ul style="list-style-type: none"> • 能大致指出青春期變化中的具體表現 • 對月經的概念有基本理解，能描述其發生原因或議題之一 • 能大致說明青春期與月經的相關概念 | <ul style="list-style-type: none"> • 能指出青春期變化中至少一項具體表現 • 對月經的概念有基本理解，能描述其發生原因或議題之一 • 說明略顯片段，但能反映學習重點 | <ul style="list-style-type: none"> • 僅能說出青春期或月經相關知識的一小部分 • 可能出現理解錯誤、迷思概念或混淆描述 • 需要教師進一步引導才能釐清觀念 | 未達D級 |
| | 評量工具 | 1. 口語測驗。 | | | | |
| | 分數轉換 | 96-100 | 91-95 | 86-90 | 81-85 | 80 以下 |

分數轉換：可由授課教師達成共識轉化自訂分數(級距可調整)。