

領域/科目	健康與體育		設計者	偕哲誠
實施年級	1 年級		總節數	共 3 節，120 分鐘
單元名稱	2-1 做身體的主人			
設計依據				
學習重點	學習表現	1a-I -1 認識基本的健康常識。 3b-I -3 能於生活中嘗試運用生活技能。	核心素養	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。
	學習內容	Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。		
議題融入	實質內涵	性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 人 E10 認識隱私權與日常生活的關係。		
	所融入之學習重點	性別平等教育。 人權教育。		
與其他領域/科目的連結				
教材來源		翰林一下健康與體育課本		
教學設備/資源		教用版電子教科書		
學習目標				
1.辨別身體碰觸的感覺。				

- 2.認識身體隱私與身體界限。
- 3.尊重自己及他人的身體隱私。
- 4.拒絕不合理的要求。
- 5.遇到危險和緊急情況時能設法求助。

## 教學活動設計

### 教學活動內容及實施方式

時間

備註

第 42~51 頁

#### 活動一、進行身體碰觸遊戲

■教師說明遊戲規則：兩人一組，聽到哨音就依老師所說的身體部位相碰在一起，例如：手掌相黏、臉頰相貼、背部相黏、膝蓋相碰……。

活動過程中只要有一方無法做到，該組就暫停活動（視同淘汰），等待其他組進行完畢所有的相碰部位。

■請學生自由發表生活中最常和別人發生身體碰觸的是哪些部位？遊戲時的碰觸和生活中故意碰觸這些部位，感覺會有不同嗎？

#### 活動二、討論身體碰觸的感覺

■詢問學生在一天當中，和別人有哪些身體上的碰觸？

■配合課本頁面請學生辨別日常生活中和別人身體接觸的感覺，如果感覺是舒服的，就用雙手比○，如果感覺不舒服，就用雙手比x。

■教師統整：自己是身體的主人，遇到愉悅的身體碰觸，如：和父母的擁抱、和同學玩遊戲時的碰觸，可以有情感的互動，但是對感覺不舒服的碰觸，可以表達拒絕，同時也要尊重他人的感受，不隨意碰觸別人的身體。

15  
分

25  
分

20  
分

- 1.發表：能說對不同身體碰觸的感覺。
- 2.問答：能說出身體的隱私部位。
- 3.觀察：能尊重他人的身體隱私部位，不隨便碰觸。
- 4.實作：能在演練的過程中堅定拒絕不合理的要求。
- 5.問答：能說出遇到危險和緊急情況時的求助方法。

<p><b>活動三、認識身體隱私處</b></p> <p>■請學生說一說在教室裡應該怎麼穿才合適？如果逐一脫掉衣服，直到赤裸：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你看到別人這樣時，會有什麼感覺？</li> <li>2. 如果你被別人看到，會有什麼感覺？</li> <li>3. 你覺得衣服脫到什麼程度就不可以再脫了？</li> <li>4. 如果是在游泳池，可以脫到什麼程度？</li> </ol> <p>■教師說明衣服可以遮住隱私部位，原則上穿泳衣時遮住的地方，再加上嘴脣就是身體的隱私部位，不能讓他人隨意窺看、碰觸或玩弄。</p> <p>■請學生配合課本頁面將圖中小朋友著色，並圈出隱私部位。</p>	20 分	
<p><b>活動四、尊重並保護自己與他人的身體隱私</b></p> <p>■教師以洗澡和上廁所時要關門為例，強調身體隱私需要受到保護和尊重。</p> <p>■教師提出下列問題，讓學生以完成句子的方式舉手回答：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 保護自己的身體隱私，我會……</li> <li>2. 如果醫師要檢查隱私部位，我會……</li> <li>3. 如果有人故意碰觸我的身體隱私處，我會……</li> <li>4. 如果我對自己的身體有任何疑問時，我會……</li> </ol> <p>■教師歸納：保護自己的身體，並且尊重自己和他人的身體隱私。</p> <p><b>活動五、討論如何拒絕不舒服的碰觸</b></p> <p>配合課本頁面討論遇到不舒服的碰觸時，會有什麼感覺和想法？該怎麼做比較好？</p> <p>情境一：一位陌生的阿姨說你很可愛，還伸手抱你。</p> <p>情境二：隔壁的叔叔給你錢，要摸你的身體隱私部位。</p> <p>拒絕方法：大聲說不、離開現場、告訴父母或老師。</p> <p>■教師引導學生練習明確的拒絕，如：「請你不要碰我」、「我不喜歡」、「我不要」、「我要告訴爸媽」等。在肢體上可以用手擋住、用力推開、跑離現場。</p> <p>■教師統整：要保護自己的身體、身體隱私處不讓別人碰，遇到不舒服或不適當的身體碰觸，應該堅定的拒絕，並告訴父母或老師。</p> <p><b>活動六、情境演練</b></p> <p>■配合課本「身體隱私權宣告卡」，請學生公開發表。</p>	20 分	

<p>■請學生分組針對下面的情境進行討論，再上臺發表討論的結果。</p> <p>情境一：擁擠的公車上，後面的人一直伸手摸你的屁股。</p> <p>情境二：玩遊戲時，有人故意摸你的胸口。</p> <p>■教師給予評論並統整說明：遇到緊急狀況時要保持鎮定，找尋可以求助的對象（如警察、老師、愛心志工、便利商店店員……），或是打求助電話（求助時要清楚的說出姓名、發生的地點及需要的協助等內容）。</p>		
<p><b>試教成果：（非必要項目）</b>  <u>試教成果不是必要的項目，可視需要再列出。可包括學習歷程案例、教師教學心得、觀課者心得、學習者心得等。</u></p>		
<p><b>參考資料：（若有請列出）</b>  <u>若有參考資料請列出。</u></p>		
<p><b>附錄：</b>  <u>列出與此案有關之補充說明。</u></p>		