

| | | | |
|-------------|------------|---|---|
| 日期 | 110年11月15日 | 授課者 | 施怡君 |
| 單元名稱 | 第2課 保護自己 | 總節數 | 共1節，40分鐘 |
| 設計依據 | | | |
| 學習重點 | 學習表現 | 1b-I-1 舉例說明健康生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-I-1 發覺影響健康的生活態度與行為。 3b-I-3 能於生活中嘗試運用生活技能。 4b-I-1 發表個人對促進健康的立場。 | 領域核心素養 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。 健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。 |
| | 學習內容 | Db-I-2 身體隱私與身體界線及其危害求助方法。 | |
| 核心素養呼應說明 | | | |
| 議題融入 | 實質內涵 | <p>【性別平等教育】 性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>【人權教育】 人 E7 認識生活中不公平、不合理、違反規則和健康受到傷害等經驗，並知道如何尋求救助的管道。</p> <p>【安全教育】 安 E2 了解危機與安全。 安 E4 探討日常生活應該注意的安全。</p> | |
| | 所融入之學習重點 | <ol style="list-style-type: none"> 1. 發覺生活中各種情況下被碰觸時個人產生的感受。 2. 認識身體隱私與身體界限。 3. 發表個人對保護身體的立場，堅定表達個人身體自主權。 4. 知道如何拒絕不安全的身體碰觸。 5. 演練遇到不安全身體碰觸時的拒絕方法。 6. 知道遇到危險情況時保護自己的方法。 7. 知道遇到危險情況時口頭求助的訣竅。 8. 演練遇到危險情況時求助的方法。 | |
| 學習目標 | | <ol style="list-style-type: none"> 1. 發覺生活中各種情況下被碰觸時個人產生的感受。 2. 認識身體隱私與身體界限。 3. 發表個人對保護身體的立場，堅定表達個人身體自主權。 4. 知道如何拒絕不安全的身體碰觸。 5. 演練遇到不安全身體碰觸時的拒絕方法。 6. 知道遇到危險情況時保護自己的方法。 7. 知道遇到危險情況時口頭求助的訣竅。 8. 演練遇到危險情況時求助的方法。 | |
| 教材來源 | | 康軒健康與體育領域第一冊(1上)單元二 | |

| 教學設備/資源 | | 電子書、Youtube | |
|--|--|-------------|--|
| 教學活動內容及實施方式 | | 時間 | 教學評量/備註 |
| 《活動 1》我的身體界限 | | | |
| (一)教師展示男、女生正反面圖和禁止標誌貼紙，請兩位學生上臺，將貼紙貼在禁止別人觸摸的部位，再請全班一起討論每個人禁止別人觸摸的部位。 | | 10 | |
| (二)教師配合課本說明：泳衣遮住的部位就是身體的隱私處，是不可任意碰觸的身體界限。身體界限由自己決定，覺得碰觸不舒服，就應該相信自己的感覺立刻拒絕。 | | 10' | 1. 互評：尊重他人的身體界限。 評量原則：檢視與人相處時，是否能尊重他人的身體界限。 |
| (三)教師詢問學生：如果有人碰到你的隱私處，你會怎麼辦呢？ | | 10 | 2. 發表：說出如何拒絕不喜歡的身體碰觸。 評量原則：能說出如何拒絕不喜歡的身體碰觸。 |
| (四)學生討論後，教師最後統整說明： | | | |
| 1. 如果對方是不小心碰觸到你的隱私處，可以原諒他。 | | 10 | |
| 2. 但如果沒有經過你的同意或不理會你的拒絕碰觸你的身體，應該大聲告訴他「我很不喜歡，請你不要再碰我」、「如果不停止，我就要告訴大人」，音量要夠大，讓周圍的人聽到。 | | | |
| (五)重點歸納：認識身體界限與隱私部位，拒絕不喜歡的身體碰觸。 | | | |
| 教學提醒 | <p>1. 本節課透過碰觸感覺遊戲及討論活動，引導學生辨別安全與不安全的身體碰觸，並學習以明確的態度拒絕不舒服或不安全的碰觸，同時學會尊重他人身體的安全界限。</p> <p>2. 有些陌生人的碰觸為必要行為，例如：醫師看診，教師可在教學過程中提示，某些碰觸是必須的，不應以個人好惡定義是否能接受。</p> <p>3. 透過教學流程引導學生了解身體自主的觀念，學習拒絕讓自己感到不舒服的碰觸。</p> <p>4. 透過教學流程引導學生學習拒絕不合理或讓自己感到不舒服的碰觸，並進一步藉由演練的過程，讓學生學習拒絕和求助的方法。</p> | | |
| 網站資源 | <p>1. 衛生福利部國民健康署青少年網站 https://young.hpa.gov.tw/index</p> <p>2. 兒童性侵害防治——國民小學教師在職進修網 http://childsafes.isu.edu.tw/index.asp</p> | | |
| 關鍵字 | 保護自己, 隱私處, 拒絕, 求助 | | |