

單元名稱：《 月經不畏經，我自在》

自我省思與改進：

一、教學設計理念說明：

「我那個來了？」「我很怕那個來了？」「那個來要怎麼辦？」對女生而言充滿了未知的害怕，也讓她們討厭月經，生理期讓她們失去自信。教案第一部分藉由教育部的電子繪本《王子脫魯記》提問引導男女學生了解月經，進而破除月經的迷思，理解月經是自然的青春現象，用正向態度面對月經的來訪。

教案的第二部分，教育部自 112 年 8 月 1 日實施友善提供多元生理用品計畫，針對不利處境學生發放多元生理用品，並尊重學生使用生理用品種類、材質之不同，規劃適性友善的發放方式。因衛生棉最易取得，因此規畫學生實作練習，進而介紹多元生理用品的種類與特性，讓學生知道可依工作與活動性質，選擇適合的生理用品，讓生理期更自由。

二、自我省思：

二、自我省思：

(一)能達到學生學習目標

- 1、學生大都能了解月經的基本常識與保健方式
- 2、學生大都能了解月經貧窮與教育部友善提供多元生理用品計畫
- 3、學生大都能正確使用衛生棉
- 4、學生大都能了解多元生理用品的種類與優缺點
- 5、學生大都能依工作、活動性質選擇適合自己的生理用品

(二)課堂上用專業術語，正向態度，能讓課堂性別不尷尬，更願意學習

(三) 月經是女生青春必經歷的過程，這是自然的，不須感到丟臉或害羞，就像夢遺是男生青春會體驗的事，這都是成長的喜悅，要用尊重自己與尊重別人的態度來面對，讓自己與他都感到自在，月經來就來，我們無所畏懼。

女生要能學會與月經當三十年的朋友，懂得照顧生理期的自己，男生同時增進月經的知識，破除迷思，體貼女性。女生與男生進而推動各項政策讓女性在月經期間，過得更舒適自在，如生理假、友善提供多元生理用品。

(四) 隨著科技的進步，生理用品日新月異，選擇多元，女性可以依工作與活動性質選擇生理用品，擴大女性的行動圈，不要被生理期限制自己的行動。月經來，我可以運動，我可以旅遊，我可以游泳，自由自在做自己喜歡的事。