

埔鹽國小教師公開授課教學活動設計表

領域/科目		健體		設計者	蔡雅苓
實施年級		四上		教學時間	200分鐘
主題名稱		壹、健康元氣站			
單元名稱		三、嗶嗶！別越界			
設計依據					
學習重點	學習表現	1a-II-2 了解促進健康生活的方法。 1b-II-2 辨別生活情境中適用的健康技能和生活技能。 2a-II-1 覺察健康受到個人、家庭、學校等因素之影響。 3a-II-1 演練基本的健康技能。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。		總綱與領綱之核心素養	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-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。 Db-II-3 身體自主權及其危害之防範與求助策略。 Fa-II-2 與家人及朋友良好溝通與相處的技巧。			
融入議題與其實質內涵		●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。 ●生命教育 生 E2 理解人的身體與心理面向。			
與其他領域/科目目的連結		無			

教材來源	●南一版健康與體育第七冊〔四上〕主題壹第三單元		
教學設備/資源	●電子書及播放設備、素養評量單。 ●教師準備：布偶、性別平等宣導影片、骰子。		
學習目標			
1. 能藉由情境了解身體界線的定義。 2. 能認識自己的身體界線，並知道在人際互動中必須遵守身體界線。 3. 能知道有哪些性別刻板印象的例子。 4. 能知道自己的特質。 5. 能知道身體界線被越界時，身體可能產生的反應。 6. 能知道每個人都有權利選擇自己喜歡的事情。 7. 能知道尊重個人特質，可以破除性別刻板印象。 8. 能清楚、適當的表達自己的身體界線。 9. 能知道受到侵犯時的求助方法。 10. 能知道與同學溝通互動時的技巧。 11. 能透過演練，做出拒絕侵犯身體的行為。 12. 能與同學良好的溝通、互動。 13. 能透過遊戲，分辨人際互動時的正確方法。			
教學活動設計			
教學活動內容及實施方式		時間	評量方式
【活動 1：身體界線在哪裡】 一、重點 (一)透過情境的探討，了解身體界線的意義並認識自己的身體界線。 (二)從遊戲中分辨每個人身體界限之異同，並知道在人際互動中須遵守身體界線。			

(2)當「鬼」的同學喊完「一二三木頭人」後回頭看，其他人用手指出不能讓人碰觸的身體部位。 (3)一共玩三次，觀察自己和別人指出的部位是否一樣。 (六)討論時間 1. 你不想讓人碰觸的部位有哪些？ 2. 你指出的部位和其他人相同嗎？ 3. 說一說，有哪些不同的部位？ (七)教師歸納說明 1. 每個人對身體界線的界定都不一樣，針對不同的對象也可能會有不同的標準，所以身體界線只有個人感受是否舒服，並沒有對錯。 2. 了解及保護自己的身體界線不但是身體自主權的表現，能覺察與尊重別人的身體界線也同樣重要。		能參與討論，並專心聆聽別人的言論
～第一節結束/共5節～ 【活動2：我的身體我做主】 一、重點 (一)探討身體界線被越界時，身體可能產生的反應。 (二)透過演練，知道如何清楚、適當的表達自己的身體界線。 二、活動（建議節次：第二節） (一)討論時間：如果有人從背後碰觸你的身體，讓你感到不舒服時，你的身體可能會有哪些反應呢？ 1. 一時之間不知所措，身體變得僵硬，不知道怎麼回應。 2. 覺得緊張，身體會發抖。 3. 以身體姿勢閃躲、迴避，移動位置。 4. 直接用動作阻擋。 5. 為了不想把事情擴大，而忍氣吞聲，也可能會以反擊性的言語表達，直	40	能參與討論、發表

接拒絕、斥責對方的騷擾行為。

6. 教師補充說明：感到不舒服或害怕不安時，身體會發出警示，例如：大量冒汗、肚子痛、心跳加快、顫抖等。

(二)教師歸納說明

1. 身體這些反應讓我們感到害怕或是緊張，都是正常的。如果身體有這些警示，就要盡快向可信任的長輩求助。

2. 要當身體的主人，為身體做主，一起來學習如何捍衛身體自主權。

(三)學習如何解決問題：

1. 在人際互動中，清楚、適當的表達自己的身體界線，是對自己的保護與尊重，一起來學習如何表達。

2. 當身體的好主人，我會這麼做：

(1)大聲說不，喝止對方。

(2)用動作拒絕。

(3)其他：學童自由發表。

3. 教師歸納說明

(1)當有人未經我的同意隨意碰觸我，要大聲的要求他住手。

(2)當對方聽了卻沒有停下來，我可以用最大的力氣推開他。

(3) 不管碰觸自己身體的人是陌生人或熟識的人，都要告知師長與父母。

(四)演練時間：防護自己身體，我會這樣做。

1. 請學童寫下自己的做法。

2. 請學童分組，與同學操作布偶演練情境。

(五)師生共同歸納：每個人都有自己的身體界線，做好自我保護，捍衛身體自主，做到「我的身體屬於我，我說不要就是不要」。

～第二節結束/共5節～

【活動3：身體防守員】

能參與討論、發表

能與同學合作，參與情境演練的活動

止，避免讓歹徒繼續侵犯。 (2)步驟二：請求協助。 (3)步驟三：快速離開現場。 (4)步驟四：告知師長或父母。 (5)教師可請學童自由發表處理步驟，並依據發表情況做出提醒或改正的指導。 2. 問題討論 (1)遇到這樣的狀況，每個人都能按照這些步驟處理嗎？ (2)請學童說說看自己的處理方式和步驟，再和同學進行演練。 (五)師生共同歸納 1. 身體受到侵犯時，有時候會因為害怕或在意其他人的眼光而不敢求助，也有可能會自責，認為是不是自己做錯了什麼事，這樣的想法是錯誤的，每個人都應了解自己擁有身體自主權。 2. 勇敢當一個最佳身體防守員，當遇到身體界線被侵犯的狀況時，一定要告訴自己：這不是我的錯，我要捍衛身體自主權。 (六)問題討論 1. 平常跟同學互動時，要遵守哪一些禮節？好朋友之間也要遵守嗎？ 2. 如果跟同學之間沒有遵守溝通互動的禮節，會有什麼情形發生？ 3. 跟同學討論看看，情境中哪一位同學有做到與他人良好溝通互動的技巧，並說一說為什麼。 • 情境：阿虎經常在班上說令人感到不舒服的話。 (1)小喬：阿虎，閉嘴！ (2)阿克：我們是好朋友，你這樣說很不禮貌，請你不要再說了。 4. 師生共同歸納 (1)跟同學互動時，說話要溫和有禮。	40	能參與討論、發表 能與同學合作，參與情境演練的活動 能參與討論，並專心聆聽別人的言論
---	-----------	---

(2)好朋友之間當然也要遵守禮節，才不會破壞彼此的感情。 (3)阿虎說出令人感到不舒服的話，是不禮貌的行為，應提醒並制止他。 (4)小喬的口氣太凶，阿虎可能會因為惱羞成怒而跟小喬吵架。 (5)阿克婉轉有禮的說出想法，希望阿虎能體會他人感受，較適當。 5. 教師歸納結論 (1)學習良好的溝通技巧，與他人和平相處，能贏得他人的尊重，提升自我保護能力。 (2)做自己身體的好主人同時也要尊重他人，避免在言語、肢體等行為，越過別人的身體界線。 (七)演練時間 1. 討論時間 (1)如果同學不小心碰觸你的身體，超越身體界線，你會怎麼做？ (2)如果同學故意碰觸你的身體，超越身體界線，你會怎麼做？ 2. 演練時間：你覺得哪種溝通方式比較好？和同學演練看看，並說出想法。 • 情境：莉莉不小心碰到小赫的臀部。 (1)小赫：「幹嘛摸我的屁股。」 (2)小赫：「你碰到我的屁股了，我覺得很不舒服。」 3. 教師歸納說明 (1)不可以拿別人的身體開玩笑，如果是不小心的碰觸，要立刻道歉。 (2)當他人不小心侵犯到自己的身體界線時，可以用溫和且堅定的語氣提醒對方。但如果對方是故意的，就要立刻告訴師長，請師長來處理。 ～第三節結束/共 5 節～ 【活動 4：珍愛你我他】 一、重點 (一)能知道性別刻板印象的例子並了解每個人都有權利選擇自己喜歡的	能與同學合作，參與情境演練的活動
--	-------------------------

4. 性別刻板印象對我們有什麼影響？ 5. 師生共同歸納 (1)性別刻板印象又稱為性別偏見，指人們對不同性別角色特徵抱持固定的印象，或是利用先入為主的想法和偏見看待不同性別「人格特質」的信念。 (2)性別刻板印象的例子： ①外表：女性嬌小，男性高大。 ②特質：女性情緒化，男性獨立。 ③家庭分工：女性要照顧孩子，男性要工作賺錢養家。 ④職業：女性為附屬者，男性為主導者。 (3)性別刻板印象造成對性別的歧視及對人格特質的不尊重，也讓我們受限於性別的框架中，無法自由發揮自己的性格特質。 (4)現在的社會講求性別平等，每個人都有權利選擇自己喜歡的事情。 (六)特質的探討 1. 人格特質：也稱為性格、氣質等，是指人在面對其他人、事、物時會顯露出來的態度。 2. 常見的特質：溫柔、體貼、勇敢、害羞、大方、樂觀、悲觀、熱情、粗心、細心、衝動、謹慎、獨立、合群、幽默、沉默、活潑、內向等。 3. 教師指導學童思考自己的特質，並把符合自己的特質在□中打✓，最後統計班上學童的特質，將得票數填入表格中。 4. 請學童發表，從表格中看到男生和女生有哪些共同及不同的性格特質。 5. 師生共同歸納 (1)男生可以溫柔，女生可以勇敢；男生可能長得瘦小，女生可能長得高大；男生也能文靜內向，女生也能活潑外向。 (2)我們要接納自己的特質及尊重他人的特質，破除性別刻板印象。	40	
---	-----------	--

(3)展現自信，是破除刻板印象的好方法。 (4)不管是男生或女生，不必受限於性別刻板印象，要肯定自我，發揮專長，活出自我。 (七)討論時間 1. 與人互動時，要尊重他人的特質，也要贏得他人尊重，創造雙贏局面。 2. 要怎麼做才能在人際互動時贏得他人尊重呢？ (1)言詞和態度方面：說話有禮貌，不嘲諷別人，也不說令人感到不舒服的內容。 (2)尊重他人身體自主權：不隨意對別人有不當的身體接觸，例如：勾肩搭背，任何人都不能隨意越界。 (3)建立平等的性別觀念：男生、女生都可以做自己想做的事，發揮自己的特質，尊重每個人的特質。 (八)珍愛你我他宣示活動 1. 學習保護自己、尊重他人、可以盡情的展現自我不受限，做個快樂有自信的人。 2. 簽上自己的姓名，並在日常生活中、與人互動時，努力達成宣示內容。 (九)活力存摺：尊重自己和他人，活出自我 1. 大富翁遊戲規則 (1)兩人一組，進行大富翁遊戲。 (2)擲骰子，依照點數前進。 (3)進入遊戲時間，要完成任務。 (4)最快回到起點者，成為最佳身體防守員。 2. 題目 (1)發現同學被嘲笑→假裝沒聽見。(不好的行為，回到原點) (2)遊戲時間：說出同學的一個優點。		能參與討論、發表 能完成評量 能完成活力存摺
--	--	---

(3)被同學取不雅的綽號→嚴肅制止他們。(好的行為，前進2格) (4)發現有人想偷看別人上廁所→告訴老師。(好的行為，前進1格) (5)休息區：讓同學玩一次。 (6)小威摸麥麥的屁股→在旁邊笑。(不好的行為，後退2格) (7)小力拉麥麥的頭髮→告訴小力不可以這樣。(好的行為，前進2格) (8)遊戲時間：說出一個防制不當碰觸的處理方法。 (9)休息區→讓同學玩一次。 (10)發現小強掀麥麥的裙子→在一旁觀看。(不好的行為，後退2格) (11)阿虎嘲笑阿倫的穿著嚴肅→糾正阿虎不可以有刻板印象。(好的行為，前進4格) (12)遊戲時間；說出一個自己的特質。 (13)小強想摸阿倫的隱私處→請老師處理。(好的行為，前進1格) (14)休息區→讓同學玩一次。 (15)看到小芳不小心碰到同學的屁股→請她道歉。(好的行為，前進1格) (16)遊戲時間→說出兩個自己的身體界線。 (17)到達終點，成為最佳身體防守員。 (十)師生共同歸納：玩遊戲時，要分辨哪些是正確或不正確的行為。遇到不對的行為，要思考怎麼做才對。做一個保護自己、守住身體界線、拒絕別人越界的最佳身體防守員。 ～第四、五節結束/共5節～		
---	--	--

彰化縣 埔鹽國民小學 113 學年度公開觀課活動照片

授課教師	蔡雅苓	班 級	四年 甲 班
教學領域	健康與體育領域	教學單元	三、嘿！別越界
教學日期	113 年 11 月 15 日 第 3 節		



說明：畫出不想被碰觸的身體範圍

說明： 分享身體不可碰觸範圍的原因



說明：默契大考驗，別越界範圍

說明：身體你我他圈又選一選

113 學年度彰化縣埔鹽國小 校內公開觀課 觀察前會談紀錄表

授課教師	蔡雅苓	任教 年級	四	任教領域/ 科目	健體活動領域
觀課回饋人員	陳曉雲	任教 年級	四	任教領域/ 科目	健體活動領域
備課社群(選填)		教學單元		三	
觀察前會談 (備課)日期及時間	113 年 11 月 14 日 12：40 至 13：20		地點	四甲教室	
預定入班教學觀察/公 開授課日期及時間	113 年 11 月 15 日 10：30 至 11：10		地點	四甲教室	
一、學習目標(含核心素養、學習表現與學習內容)： 1. 能藉由情境了解身體界線的定義。 2. 能認識自己的身體界線，並知道在人際互動中必須遵守身體界線。					
二、學生經驗(含學生先備知識、起點行為、學生特性…等)： 1. 知道重點部分不可碰觸					
三、教師教學預定流程與策略： 請參閱教案。					
四、學生學習策略或方法： 透過活動進行及遊戲來認知身體界線					
五、教學評量方式(請呼應學習目標，說明使用的評量方式)： (例如：實作評量、檔案評量、紙筆測驗、學習單、提問、發表、實驗、小組討論、自評、互評、角色扮演、作業、專題報告或其他。) 實作評量、發表評量、參與討論、課堂問答					
六、觀課的形式(小組觀察或全課室觀察) ☐ 小組觀察 ☒ 全課室觀察					
七、回饋會談預定日期與地點：(建議於教學觀察後三天內完成會談為佳) 日期及時間：113 年 11 月 15 日 14:20-15:00 地點：四甲教室					

113 學年度彰化縣埔鹽國小 校內公開觀課
觀察紀錄表 (觀課回饋者填寫)

觀課回饋人員	陳曉雲	任教年級	四	任教領域/科目	健體領域	
授課教師	蔡雅苓	任教年級	四	任教領域/科目	健體領域	
教學單元	三、嗶嗶！別越界	教學節次	共五節 本次教學為第三節			
教學觀察/公開授課日期及時間	113 年 11 月 15 日 10：30 至 11：10	地點	四甲教室			
層面	指標與檢核重點		教師表現事實摘要敘述			
A 課程 設計 與 教學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。					
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。		v 有連結學生新舊知識引發及維持學習動機			
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。		v 學生了解身體界線概念			
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。		v 能說出正確的身體隱私範圍			
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。		v 結束後能歸納發表			
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。					
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。		V 提出問題讓學生討論發表			
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。		v 有融入學習策略的指導			
	A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。		v 能到學生旁聽學生的發言			
	A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。					
	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。		V 利用討論、學習單評估學生學習成效			
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。		V 能根據評量結果調整教學，強化學童不懂之處及發表未完整的地方。			
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。					
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)					
	B 班 級 經 營 與 輔 導	B-1 建立課堂規範，並適切回應學生的行為表現。				
		B-1-1 建立有助於學生學習的課堂規範。		V 能建立有禮貌的課堂規範，舉手再發言		
B-1-2 適切引導或回應學生的行為表現。		V 能回應學生的提問				
B-2 安排學習情境，促進師生互動						
B-2-1 安排適切的教學環境與設施，促進師生互動與學生學習。		V 學生遇到困難會適時找老師討論，師生互動佳。				
B-2-2 營造溫暖的學習氣氛，促進師生之間的合作關係。						

**113 學年度彰化縣埔鹽國小 校內公開觀課
觀察後回饋會談紀錄表**

回饋人員	陳曉雲	任教年級	四	任教領域/ 科目	健體領域
授課教師	蔡雅苓	任教年級	四	任教領域/ 科目	健體領域
教學單元	三安全好生活	教學節次	共五節 本次教學為第三節		
回饋會談日期及時間	113 年 11 月 15 日 14：10 至 15：00	地點	四甲教室		
請依據教學觀察工具之紀錄分析內容，討論後填寫：					
1、教與學之優點及特色（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）： 身體界線模糊，學童對於認知身體隱私能透過遊戲及活動進行，有更深刻的認知。					
2、教與學待調整或精進之處（含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形）： 活動進行時的秩序控制及學生在流程中該注意之事項可再有明確規範。					
3、觀課回饋人員的學習與收穫： 身體隱私能由活動學習對於認知身體界線能有更清楚的學習方向。					
4、授課者省思(學習目標達成情形)或心得回饋 ●進行活動因小組別較多，在計算表現分數較有難度，需特別注意.學童對身體隱私有初步概念，能抓住大範圍的概念，但對於觸碰身體界線造成不舒服的細節尚須多著墨，孩子才能更有明確認知，了解只要任何碰觸有造成有不舒服的感受，即是他人的界線，須避免造成他人困擾. ●個別發表發現孩子對於身體界線有各自的想法，除能尊重他人,也願意上台分享自己的想法，難得的勇氣十足。					