

教材版本	翰林版	實施年級 (班級/組別)	四年級	教學節數	共 2 節			
課程目標	3. 人不論男生或女生，在進入青春期後，都可以感受到自己在生理方面的明顯變化，單元希冀引導學生了解這些改變都是正常的，需要以正確的態度來面對，讓自己的成長過程充滿喜悅。亦透過角色扮演及經驗分享，培養學生尊重異性的態度及面臨性騷擾時的因應方法，並學習在與異性相處時表現合宜有禮的態度，避免做出不尊重的騷擾行為。在兩性平權日益被重視的思潮下，男女生都應該學習獨立，培養剛柔並濟的特質。透過活動讓學生突破性別刻板印象，並鼓勵學生多方嘗試，探索自己的興趣和能力。							
領域核心素養	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。							
重大議題融入	<p>【性別平等教育】</p> <p>性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。</p> <p>性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。</p> <p>性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。</p> <p>性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。</p>							
課程架構								
節次	教學單元名稱	節數	學習重點		學習目標	學習活動	評量方式	融入議題 內容重點
			學習表現	學習內容				
第一節	單元三成長的喜悅 活動 1 迎接青春 期、活動 2 男生女 生做朋友	3	1a-II-2 了解促進健康生活的方 法。 4b-II-1 清楚說明個人 對促進健康的 立場。	Db-II-1 男 女生殖器官 的基本功能 與差異。 Db-II-3 身 體自主權及 其危害之防 範與求助策 略。	1. 能認識青 春期的生理 變化。 2. 能用健康 的態度面對 青春期。 3. 能學會建 立友誼的方 法。 4. 能了解每 個人都擁有 身體自主	一、迎接青春期 1. 教師提問：詢問學 生，是否進入青春 期了。 2. 配合課文內容請學 生自由發表或利用便 利貼請學生寫下自己 的想法： (1) 你知道什麼是青 春期嗎？ (2) 幾歲開始青春 期？	問答 實作 觀察 發表 學生互評	【性別平等 教育】 性 E1 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。

					<p>權。</p> <p>5. 能尊重別人的身體自主權。</p> <p>6. 能保護自己身體的自主權。</p>	<p>(3) 青春期對身體會有什麼影響？</p> <p>(4) 面對青春期即將到來，你的心情如何？</p> <p>二、男女大不同</p> <p>1. 教師說明：青春期的意義及男、女生進入青春期的時間，並強調每個人生長發育的速度不同，進入青春期的時間也有差異。</p> <p>2. 教師務必跟學生強調，進入青春期的時間早晚沒有優劣與好壞之別，僅是個人差異。</p> <p>3. 配合課本第 41 頁，教師引導學生討論青春期的男、女生在體型及外觀上可能產生的改變。</p> <p>4. 教師統整：青春期是兒童轉變為成人的必經階段，男、女生在這個時期生殖器官會開始成熟，逐漸出現第二性徵，這是值得賀喜的事，代表你長大了！</p> <p>三、夢遺現象</p> <p>1. 教師配合課本第 42 頁，與學生討論男生青春期的生理現象。</p> <p>2. 教師說明：青春期</p>	<p>【法治教育】 法E8 認識兒少保護。</p> <p>【品德教育】 品E1 良好生活習慣與德行。</p>
--	--	--	--	--	---	--	--

的最大特徵就是生殖器官的迅速發育及第二性徵的出現。男生到了青春期會大量製造並分泌男性荷爾蒙，不僅會使陰莖長大，還會出現「夢遺」的現象，這是男性發育成熟的正常生理現象。

3. 教師說明：配合課本第 43 頁，教師說明男性生殖器官構造的名稱與夢遺形成的原因。

4. 教師說明：男性生殖器官每天都要清洗保持清潔，特別提醒包皮容易藏汙納垢，每天洗澡時應該將包皮稍微往後推，將包皮上的汙垢清洗乾淨。

5. 教師強調生殖器官雖然是我們身體的隱密部分，但它與身體的各項器官一樣，需要被認識、愛護與尊重，並進一步指導男性生殖器官的保健方法，例如：避免碰撞、不要穿緊身褲。

四、月經來了

1. 教師配合第 44 頁，與學生討論女生青春期的生理現象。

2. 教師提醒女生平時需要多攝取含鐵、蛋白質的食物，以補充月經期間流失的營養。

3. 教師說明：配合課本第 45 頁，說明女性生殖器官構造名稱與月經形成的原因。

4. 教師提醒月經期間的保健方式，包括：以淋浴方式洗澡、生活規律、睡眠充足、避免劇烈運動等。

五、示範衛生棉的使用及處理方法

1. 教師說明：取出不同的衛生棉，說明市面上有許多厚、薄、長、短，形狀各異的衛生棉，大家可以根據月經來潮的時間和經血量，選擇適用的衛生棉。

2. 教師打開衛生棉的包裝，示範如何正確使用衛生棉及使用後的處理方法。

3. 教師請學生進行分組演練，教師於行間巡視指導。

4. 教師統整：不管你是男生或女生，都應該以「珍視自己、尊重他人」的態度，正確的認識男、女生殖

器官，並了解成長過程中身心的各項發展與變化。

六、展現自信健康面對

1. 教師提問：詢問學生，出現青春期的特徵時，你們會怎麼面對呢？

情況一、當女生發現乳房開始隆起時，你會怎麼做？

配合課本情境圖，引導學生做出正確選擇：

(O) 抬頭挺胸。

(X) 彎腰駝背。

2. 教師說明：當女生發現乳房開始隆起時，要抬頭挺胸展現自信，無須彎腰駝背，遮掩發育的胸部。

情況二、當男生發現腿毛變長、變黑時，你會怎麼做？

配合課本情境圖，引導學生做出正確選擇：

(O) 平時穿著打扮。

(X) 穿長褲遮蓋腿毛。

1. 教師說明：當男生發現腿毛變長、變黑時，宜順其自然，不

須害怕被別人發現，而特別穿長褲遮蓋腿毛。

2. 教師統整：上述情形其實這些都是不必要的舉動，大家應該以喜悅的心情來面對青春期的變化，因為這代表著你要長大人了。

3. 教師提問：詢問學生是否了解自己的生長發育狀況？是否具備足夠的能力來處理青春期的轉變？並鼓勵學生有問題時，別忘了請教師長或醫師。

七、男生女生做朋友

1. 教師以課文中小哲與珍珍的例子，請學生思考小哲的行為對不對？與異性相處時哪些行為會惹人討厭。

2. 教師請學生發表自己與異性相處時，曾經有過哪些愉快和不愉快的經驗？要怎麼做才能讓彼此的相處更融洽、愉快呢？

3. 教師統整：無論男生或女生，都需要與他人建立友誼，也都希望被尊重與接納。

八、如何尊重異性

1. 教師請學生針對下列問題進行討論：

(1) 男、女生常常一起說話或做事，就表示他們是男女朋友了嗎？

(2) 為了怕別人配對，最好不要和異性建立友誼，對嗎？

(3) 什麼樣的男生或女生比較受歡迎呢？

(4) 要用什麼樣的態度與異性相處呢？

2. 教師強調與異性和諧相處可以學習社交技巧，擴展人際關係。在生活中有許多機會和異性合作與學習，在相處的過程中應該表現尊重有禮的態度，例如：體諒對方的困難，給予適切的協助；尊重對方的意見，適時給予誠懇的建議；欣賞對方的優點，並真誠的讚美對方等。

九、做身體的主人

1. 配合課本第 50、51 頁，教師請學生發表，與異性相處時，若遇到有人做出不恰或不尊重的騷擾行為，會有什麼感受及反應。

情況一：遭遇言語騷

					<p>擾時，你有怎樣的感受與反應。</p> <p>1. 教師說明言語騷擾的形式很多，例如：說黃色笑話、拿別人的身材開玩笑、罵髒話等，並請學生思考還有哪些言語騷擾的情況。</p> <p>2. 教師請學生閱讀防範策略後，發表並寫出自己的防衛之道。</p> <p>情況二：被侵犯身體時，你有什麼感受？你會怎麼反應。</p> <p>1. 教師說明：身體被侵犯的形式很多，例如：故意觸摸別人的身體、偷看別人的隱私部位、抓人裙子或脫人褲子等，引導學生寫下想法和做法，並與同學分享。</p> <p>2. 教師請學生閱讀防範策略後，發表並寫出自己的防衛之道。</p> <p>3. 教師統整：每個人都是自己身體的主人，在未經過許可，任何人都不可以侵犯我們的身體，而且一旦我們感到不舒服時，都有權力制止對方任何不尊重的言語或不適當的身體碰觸。</p>	
--	--	--	--	--	---	--

十、自我保護有妙招

1. 教師引導學生閱讀課本內容課本第52頁的情境，師生共同討論遭遇騷擾的自我保護及因應方法。
2. 教師說明：教師說明身體自我保護四招：制止對方、大聲喊叫、離開現場、尋求協助等招式。
3. 教師請學生看完前四招後，以其內容為例，向學生說明，雖然插畫中的情境，是女生被男生騷擾，但現實生活中，不論是男生或女生，都可能遇到被同性或異性騷擾或侵犯的狀況，而騷擾或侵犯者的身分，除了陌生人外，也有可能是身邊認識的鄰居、親朋好友。
4. 教師請學生參照第52頁的情境，創造一招拒絕騷擾的獨門絕招。
5. 教師請同學分組，演練遭遇騷擾時的拒絕技巧，並請同學帶入自創的獨門絕招，讓大家

						互相觀摩，了解在課本之外，更多不同的拒絕以保護自己的技巧。		
第二節	單元三成長的喜悅 活動3 我的未來不是夢	3	1a-II-2 了解促進健康生活的方 法。 4b-II-1 清楚說明個人對促進健康的立場。	Db-II-2 性別角色刻板現象並與不同性別者之良好互動。	1. 能察覺性別刻板印象。 2. 能體會兩性的特質與能力沒有明顯差異。 3. 能體會兩性的特質與能力沒有明顯差異。 4. 不因性別阻礙自己的潛力發展。 5. 能用健康的態度面對青春期。 6. 能保護自己的身體自主權。 7. 不因性別阻礙自己的潛力發展。	<p>一、我的未來不是夢</p> <p>1. 教師提問：你有夢想嗎？你的夢想是什麼？</p> <p>2. 配合課本第54頁，教師請學生分組討論與發表：</p> <p>(1) 在你的成長環境中，長輩對男生和女生的要求和期望一樣嗎？</p> <p>(2) 你覺得男生和女生除了身體外表的差異外，是否還有其他的不同呢？</p> <p>3. 教師提醒學生：父母對性別角色的看法可能與自己不同，最重要的是努力嘗試了解對方的想法，同時正確且清楚的表達自我，和對方做溫和、理性的溝通，如此一來雙方都能有所收穫。</p> <p>二、突破性別框架</p> <p>1. 教師引導學生思考並發表：</p> <p>(1) 是否曾從電視、報紙、廣告等媒體或父母師長的語言中，接收到「男生就要</p>	發表 自評 觀察 實作 發表	【性別平等教育】 性E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。 性E8 了解不同性別者的成就與貢獻。

…」、「女生應該…」、「男生應該…」、「女生不可以…」的訊息？

(2)你同意這樣的說法嗎？為什麼？

2. 教師歸納生活中的性別刻板印象，並鼓勵學生不要把自己局限在性別的框框裡。

3. 教師配合課本第56~57頁的性別角色檢核表提問，請學生逐題自我檢視並寫下同意或不同意的理由。

4. 教師調查同學的想法，同意者用雙手比出○，不同意則比出x，並請學生發表理由。

5. 教師引導學生檢視答題結果，如果答案有○，表示正陷入性別刻板的危機中。○越多，危機就越大。

6. 教師統整：在傳統的性別角色裡，對男生和女生會有不同的期待，其實這些都是過時的想法，應該要隨著時代改變。

三、做自己好自在

1. 教師配合課本第58頁，介紹吳季剛的故事。

2. 請學生發表感想或

寫下感想。

3. 教師引導學生發表自己的長處，並說明哪一項長處最可能成為將來發展的目標。
4. 教師強調每個人都有不同的特長，不要因性別阻礙自己的潛力發展。
5. 教師配合課本第59頁，介紹突破傳統性別觀念的從業人員，例如：女性的臺鐵司機員、修車員、警察等；以及男性的保母、髮型師等。
6. 教師請學生發表：長大後想從事什麼工作？
7. 教師鼓勵學生多方面培養自己各種能力，讓自己的潛能得到最大的發揮。

四、小試身手

1. 教師說明：青春期的到來，是值得高興的事！同時我們也要學習照顧自己、懂得保護自己與多元探索自己，相信我們的未來絕對不是夢！
2. 學習任務一：我會照顧自己
(1) 男生：請男學生洗澡時，清洗自己的生殖器官，並持續紀

					<p>錄五天。</p> <p>(2)女生：請女學生操作使用衛生棉，並請家長或師長認證。</p> <p>3.學習任務一完成後，驗證學習成果，並請認證人簽名。</p> <p>4.學習任務二：我會保護自己。</p> <p>5.請學生模擬演練遭到性擾騷的自我保護方法。</p> <p>6.學習任務三：我的夢想計畫。請學生發表自己的夢想與長處，並檢視是否受性別角色影響。</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--