

自我省思與改進

在本次教學過程中，我嘗試將月經教育融入教學，透過繪本與短片引導學生認識身體變化，並開放討論讓孩子表達感受。過程中發現女生多半能專注並主動提問，顯示她們對自我身體的覺察與關心；然而部分男生則顯得害羞或不易進入討論，顯示尚需更多引導與同理心的培養。這讓我意識到，月經教育不僅是給女生的知識，更是全體學生共同的學習議題。未來改進上，我將設計更多中性化、合作性的活動，例如角色扮演或小組討論，讓學生在互動中自然理解彼此的身體差異，進而培養尊重與支持。整體而言，本次教學強化了健康教育的實踐價值，也提醒我在課程設計中更需兼顧性別差異與班級氛圍，以建立友善且開放的學習環境。