

附件四 113 年性別平等教育優良教學方案甄選活動

教案設計格式（12 年國教組）

收件編號：

（此欄由主辦單位填寫）

（一）教案理念、教學目標及評量

主題名稱		廁所裡的性平對話：聽見尊重的聲音	
實施年級		☐ 高中（年級：_____） ☐ 高職（年級：_____） ☐ 國中（年級：_____） ☒ 國小（年級：__六__）	
節數		節數 <u>五</u> （合計 <u>200</u> 分鐘）	
課程類型		☒ 議題融入式課程， 融入領域/科目： <u>健康與體育</u> ☐ 議題主題式課程 ☐ 議題特色課程	實施時間 ☐ 校訂必修 ☐ 選修 ☒ 彈性學習課程/時間
對應之 總綱核心素養		☒ A1 身心素質與自我精進 ☒ A2 系統思考與解決問題 ☐ A3 規劃執行與創新應變 ☐ B1 符號運用與溝通表達 ☐ B2 科技資訊與媒體素養 ☐ B3 藝術涵養與美感素養 ☒ C1 道德實踐與公民意識 ☒ C2 人際關係與團隊合作 ☐ C3 多元文化與國際理解	
領域/ 課程目標	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。 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-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動、公平競爭，並與團隊成員合作，促進身心健康。	
	學習表現	1a-III-3 理解促進健康生活的方法、資源與規範。 1b-III-4 了解健康自主管理的原則與方法。 2b-III-2 願意培養健康促進的生活型態。 2b-III-3 擁有執行健康生活行動的信心與效能感。 3b-III-4 能於不同的生活情境中，運用生活技能。 4a-III-2 自我反省與修正促進健康的行動。 4b-III-1 公開表達個人對促進健康的觀點與立場。	
	學習內容	Aa-III-1 生長發育的影響因素與促進方法。 Aa-III-2 人生各階段的成長、轉變與自我悅納。 Db-III-1 青春期的探討與常見保健問題之處理方法。 Db-III-2 不同性傾向的基本概念與性別刻板印象的影響與因應方式。	

註：
須融入全人性教育、生命教育、品德教育，請依需要自行增加欄位或列入相關項目。

性平教育議題	核心素養	性 A1 尊重多元的性別氣質、性傾向與性別認同，以促進性別的自我了解，發展不受性別限制之潛能。 性 A2 覺知生活中性別刻板、偏見與歧視，培養性別平等意識，提出促進性別平等的改善策略。 性 C1 關注性別議題之歷史、相關法律與政策之發展，並積極參與、提出建議方案。 性 C2 覺察人際互動與情感關係中的性別權力，提升情感表達、平等溝通與處理情感挫折的能力。		註： 須融入全人性教育、生命教育、品德教育，請依需要自行增加欄位或列入相關項目。																		
	學習主題	1. 生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重。 2. 性霸凌的防治。 3. 性別權力關係與互動。																				
	學習內涵	E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 E4 探索日常生活中身體自主權相關問題如身體界線、不容侵擾的隱私部位等，與尊重他人身體自主權。 E11 學習情感的合宜表達，培養性別間相互尊重能力。																				
學習目標		<table><tr><th colspan="3">教案主題名稱</th></tr><tr><th colspan="3">廁所裡的性平對話：聽見尊重的聲音</th></tr><tr><th>單元課程</th><th>節數</th><th>學習目標</th></tr><tr><td>單元一：鏡子前的秘密-青春期的發現與自我接納</td><td>2 節</td><td>1. 能觀察並理解自己在青春期的身體與心理變化，找到適合自己的健康生活方式。 2. 能思考月經平權與月經汙名化對自己和同儕的影響，並學習如何支持不同的青春經歷。</td></tr><tr><td>單元二：月亮故事-性別友善與空間的對話</td><td>2 節</td><td>1. 能在與同學合作的過程中練習同理與尊重，學會用合適的方式表達情感並與人平等溝通。 2. 能思考性別友善空間的意義，並找到自己能實踐月經友善與性別平等的方法。</td></tr><tr><td>單元三：隔間內外-反霸凌的行動指南</td><td>1 節</td><td>1. 能辨識生活中的性別歧視與刻板印象，反思自己對他人的態度，並學習如何尊重與保護自己和他人。 2. 能練習應對性霸凌的方式，並找到可以為自己和同儕創造安全環境的行動。</td></tr></table>			教案主題名稱			廁所裡的性平對話：聽見尊重的聲音			單元課程	節數	學習目標	單元一：鏡子前的秘密-青春期的發現與自我接納	2 節	1. 能觀察並理解自己在青春期的身體與心理變化，找到適合自己的健康生活方式。 2. 能思考月經平權與月經汙名化對自己和同儕的影響，並學習如何支持不同的青春經歷。	單元二：月亮故事-性別友善與空間的對話	2 節	1. 能在與同學合作的過程中練習同理與尊重，學會用合適的方式表達情感並與人平等溝通。 2. 能思考性別友善空間的意義，並找到自己能實踐月經友善與性別平等的方法。	單元三：隔間內外-反霸凌的行動指南	1 節	1. 能辨識生活中的性別歧視與刻板印象，反思自己對他人的態度，並學習如何尊重與保護自己和他人。 2. 能練習應對性霸凌的方式，並找到可以為自己和同儕創造安全環境的行動。
教案主題名稱																						
廁所裡的性平對話：聽見尊重的聲音																						
單元課程	節數	學習目標																				
單元一：鏡子前的秘密-青春期的發現與自我接納	2 節	1. 能觀察並理解自己在青春期的身體與心理變化，找到適合自己的健康生活方式。 2. 能思考月經平權與月經汙名化對自己和同儕的影響，並學習如何支持不同的青春經歷。																				
單元二：月亮故事-性別友善與空間的對話	2 節	1. 能在與同學合作的過程中練習同理與尊重，學會用合適的方式表達情感並與人平等溝通。 2. 能思考性別友善空間的意義，並找到自己能實踐月經友善與性別平等的方法。																				
單元三：隔間內外-反霸凌的行動指南	1 節	1. 能辨識生活中的性別歧視與刻板印象，反思自己對他人的態度，並學習如何尊重與保護自己和他人。 2. 能練習應對性霸凌的方式，並找到可以為自己和同儕創造安全環境的行動。																				
設計理念 (含動機)		一、課程設計動機 1. 回應青春期學生的性教育需求 本教案的設計靈感來自於對高年級學生現況的實際觀察，雖然校園中已有安排健康與體育課程與性別平等的相關宣導活動，但學生對性相關知識的掌握仍顯不足，尤其在討論性別議題時，往往以輕視或玩笑的態度應對。對於月經等自然生理現象，部分學生仍表現出羞怯甚至迴避的反應，																				

這揭示他們對身體變化與情緒調適的理解存有缺口，也缺乏對性的正向認知。因此，這門課程旨在提升學生對青春期生理與心理成長的正確認知，培養尊重的態度，並幫助他們以自信且包容的姿態應對成長挑戰。

2. 跳脫尷尬以正確態度建立性別平等認知

許多日常生活中，孩子習慣使用「小雞雞」或「做人」等俗語來替代正式的專有名詞，但這些用語不僅容易造成知識傳遞的不清楚，更可能向孩子傳達一種「性不能談」的隱晦訊息，進一步加深性別話題的禁忌化。在本教案中，我們以正確的醫學或專有名詞為基礎，透過深入淺出的教學方式和趣味互動，引導學生跳脫尷尬，從客觀的角度看待自己的身體和性別議題，幫助學生建立對性別與身體相關議題的正確認知，並破除社會中普遍存在的性別迷思和刻板印象。課程不僅僅限於知識傳遞，更注重培養學生的自主行動力和關懷他人的能力，幫助學生學會使用正確語言溝通，理解並尊重性別的多樣性。

3. 抵禦數位性別暴力的威脅

在後疫情時代，數位化生活加速普及，孩子花費更多時間在網路上，然而，隨著網路使用的增加，數位性別暴力、A 片的泛濫、網路性剝削等問題也隨之惡化，甚至對兒童的性安全造成嚴重威脅。疫情後筆者發現兒童遭遇網路性犯罪的案例顯著增加，學生也會不斷遇到電動裡的色情邀約，這些狀況不僅侵犯了他們的身心健康，也助長了錯誤的性價值觀蔓延，當孩子在網路世界中尋求關於性的答案時，可能學到的是不實資訊與扭曲的觀念，這些影響會改變他們對性與親密關係的認知。因此教師若能強調正確性知識的重要性，清楚、正向地幫助學生了解自己的身體與青春期變化，避免因羞於談性而讓孩子在網路上接觸有害資訊，讓孩子擁有辨別是非的能力，從而抵禦來自網路世界的負面影響。

二、課程設計理念

1. 以學習者為中心，促進身心健全發展

本課程特別針對青春期六年級學生的生理、心理需求設計，通過探索身體變化、釐清性知識迷思等活動，幫助學生自我接納，建立積極的情感管理能力，從而在身心上更加健康地面對自身變化，滿足青春期發展需求，強化自我接納與情緒管理，為其未來人際和情感關係打下良好基礎。

2. 結合全人性教育與生命教育，促進品格的全面成長

本課程與愛的教育、生命教育和品格教育相結合，重點在於從早期階段建立學生對自我身體與他人身體的尊重，並強調每個人都應該擁有選擇與表達自我意見的權利，從「知識」、「價值觀」到「實踐能力」，全面呼應全人性教育的原則，以下表格彙整出在此份教案中，共計三單元五堂課，與全人性教育其他面向的連結方式與內容。

節次主題活動	連結方式與內容
面向：愛的教育	
單元一第二節課： 性好奇小學堂	針對學生常見的性與情感迷思澄清，幫助學生建立健康的情感觀念。

單元一第二節課： 「積極同意」	教導學生尊重情感界限，理解在情感與性關係中清晰表達同意的重要性。
單元三第五節課： 給葉永鋕的一封信	透過葉永鋕的故事，讓學生反思性別角色與反霸凌行為，理解同理心與人際支持。
面向：生命教育	
單元一第一節課： 「寶寶怎麼來？」	引導學生認識生命的起源與生殖健康，透過互動教具了解生育的過程及身體的神奇。
單元一第一節課： 衛生清潔小達人	教導青春期衛生保健知識，幫助學生掌握正確的生殖器官清潔和如廁後擦拭方法，促進健康生活習慣。
單元一第一節課： 衛生棉的使用體驗	藉由經期衛生用品展示與操作，讓學生熟悉使用方式，增強對身體變化的理解與接納。
面向：品格教育	
單元二第三節課： 「王子脫魯記」繪本	通過討論如何應對月經汙名化等情境，幫助學生建立對他人的同理心。
單元二第三節課： 月經平權	討論月經貧窮，激發學生對性別平權的認識，支持友善的學校環境倡議。
單元二第三節課： 經期共享倡議與「月兒又圓了」海報展	鼓勵學生參與社會行動，透過活動實踐與展覽分享性別平等理念，促進責任感與公共意識。
單元二第四節課： 廁所大觀園	介紹性別友善廁所的概念，培養學生對不同性別、能力者的包容理解。

3. 實踐活動與反思評量，支持學生全方位進步

本課程規劃了多樣化的實踐活動，結合數位化平板教學與實物操作體驗，旨在促使學生在具體情境中學習並內化知識。例如，「Padlet 性好奇小學堂」和「青春期自主學習資料庫」讓學生能在自我探索與同儕互動中，增進對自身身心發展的理解，並澄清性教育的迷思。此外，實物操作如性平娃娃、立體書、保險套、多元經期衛生用品、吸水高分子展示罐等，則讓學生在實際操作中體驗與學習，這不僅增進了對知識的掌握，也提升了他們對性別平等與身體自主權的敏感度。在評量設計上，本課程融合量化與質性的評量方式，透過學生自評量表與教師公開觀課的教學評鑑表進行反思與評估，學生與授課教師本人都能夠具體了解自己在性別平等議題上的進步。

4. 預期學生能具備自發與包容的學習表現

本課程實施後，學生將展現自信與包容的學習表現，能主動面對青春生理與心理的變化，並以開放的態度探索與澄清性知識迷思。在課堂中，學生透過多元互動學習，不僅深化對性別多樣性與身體界限的理解，也展現自發性地參與討論和實踐活動，進一步培養同理心與合作精神，透過體驗與反思，學生將增強自律能力，尊重他人情感與選擇的多樣性，並內化健康的價值觀與行為方式。這些學習成果與 108 課綱的核心理念密切相連：自發學習幫助學生主動探索，互動學習提升了對他人的理解與共情，而共好的精神則體現在學生學會如何在群體中相互支持、共同成長。本教案期望學生能在日常生活中實踐所學，營造尊重與包容的氛圍，進一步建立健

	康和諧的人際關係，成為具有全人素養的終身學習者。
學生背景與教學場域分析	1. 本校位於中和市中心，學區涵蓋傳統社區、工業區、科技園區及商業區，交通便利，生活機能完善，鄰近醫療與文教機構，學校規模屬於百班型大校，學生背景多元，約四分之一為弱勢族群，包括單親、隔代教養、新住民及中低收入家庭，家庭結構多樣化，學生對性別角色、家庭結構與平等觀念的認知發展不均，存在刻板印象與價值觀偏差的可能，凸顯設計性平教育課程的重要性。 2. 本教案實施對象為六年級學生共十九個班，孩子已先於中年級健體領域學過六大營養素與身體的變化，高年級健體領域學過青春期的生長變化與護理、破除性別刻板印象與尊重特質等課程。而性平相關議題也會不定期在校內舉辦宣導活動。 3. 學生已有運用平板車，與在課堂間使用即時互動數位教學白板軟體 Padlet、Google 表單數位工具回答問題的經驗。 4. 筆者是專任輔導教師，此教案屬於外加型課程，於班級內授課，由導師擔任輔助角色，若學生有特殊需求，教師可請導師適時協助，或配置特教助理員支援教學。對於聽障學生，課堂中將安排手語即時翻譯員協助其理解與參與課程。為回應不同學生的需求，評量方式將更具彈性，結合口頭表達、簡答或實作任務，以反映學生的真實能力表現。
學習評量	1. 活動參與和操作能力： 透過衛生用品體驗（如使用衛生棉或了解多元經期用品）與保險套示範，觀察學生是否能正確操作並理解性別平等和生理健康的知識。 2. 情境應對能力： 在「王子脫魯記」繪本中如何應對月經外漏，及「反歧視的行動賓果」來面對性霸凌如何回應的模擬情境中，評估學生提出的具體行動是否展現尊重與包容的價值觀。 3. 角色扮演與討論理解： 評估學生在葉永鋌角色扮演與「ORID 焦點討論法」中，是否能透過情境模擬和第三者視角，展現對性別平權和旁觀者影響的理解。 4. 概念學習測驗： 利用 Padlet 電子軟體與「青春學生自學資料庫」，評估學生對青春身心變化、性教育基礎知識及性別友善理念的正確認知。 5. 課後反思與行動計畫： 透過 Google 表單收集學生對課程的總結反思，評估他們是否能從性平書展、性別友善空間的討論、集體裝置月經藝術和「月兒又圓了」海報展中，內化多元性別價值並提出行動方向。
學習材料	1. 沙遊世界表達與療癒發展中心「性別教育娃娃」。 https://www.sandplayworld-holdingself.com.tw/spw/prod_view_371.html 2. 教師自備經血模擬瓶、超吸水高分子展示罐、經期多元生理用品。 3. 教師自製 PPT 與相關學習單。 4. 教師建置「青春學生自主學習電子資料庫」。 https://forms.gle/bffapWdp2kPvupbM8

延伸學習資源	新北市婦女服務中心-月兒又圓了海報展 https://ntwsc.tw/（窗口承辦人羅小姐 89519029 #21）
參考資料	一、指定使用資料： 1. 真善美教學資源分享網-王子脫魯記月經繪本 https://goodlife-edu.com/%e7%8e%8b%e5%ad%90%e8%84%b1%e9%ad%af%e8%a8%98/ 2. 真善美教學資源分享網-身體的祕密立體遊戲書 https://goodlife-edu.com/%e8%ba%ab%e9%ab%94%e7%9a%84%e7%a7%98%e5%af%86/ 3. 真善美教學資源分享網-「青春新樂園」認識青春期 https://goodlife-edu.com/%e9%9d%92%e6%98%a5%e6%96%b0%e6%a8%82%e5%9c%92%e8%aa%8d%e8%ad%98%e9%9d%92%e6%98%a5%e6%9c%9f/ 二、其他參考資料： 1. 跟著小劉醫師，來玩性教育翻翻書（親子天下出版社） https://www.books.com.tw/products/0010809614?srltid=AfmBOog4ObnrMUW2sYR-2wtBIvjaWTukafYq6O6Le2EcWIH2DCWDSTY 2. 身體界線（兒童版）影片 https://www.youtube.com/watch?v=Yi4ywIf8QQ0 3. 為什麼衛生棉可以做到「超乾爽不外漏」？ https://pansci.asia/archives/152009 4. 沒錢買衛生棉錯了嗎？六分鐘看懂月經貧窮 https://www.youtube.com/watch?v=uUwPyYHqwqE&t=128s 5. 志祺七七：從搶攻男廁到不分性別，「性別友善廁所」是怎麼出現的？ https://www.youtube.com/watch?v=pJ0TVHWAET0 6. 「臺灣拳后」林郁婷擔任教育部反霸凌公益大使 https://www.edu.tw/News_Content.aspx?n=9E7AC85F1954DDA8&s=72689F9AA6C11C32 7. 「不一樣又怎樣」紀錄片-葉永鋐篇 https://www.youtube.com/watch?v=V_M9ZId2QAY

(二) 課程安排架構概述

課程安排架構			
單元名稱/ 節數(時間)	學習指標/ 學習目標	教學重點(活動概述)	教學策略/學習評量
單元一： 鏡子前的秘密-青春期的發現與自我接納 (2節,共80分鐘)	1. 理解青春期的生理變化，並增強自我接納。 2. 學習青春期的衛生保健習慣。 3. 讓學生理解相關生理知識並建立自我保護意識。 4. 釐清常見性知識的迷思，增進學生正確的性知識。 5. 強化學生對身體自主權的意識，理解「積極同意」的重要性。 6. 鼓勵學生自主學習青春期知識，培養獨立思考的態度。	1. 介紹寶寶的誕生與成長過程，幫助學生了解青春期生理變化的正常性，並建立接納自我身體的態度。 2. 強調青春期的日常衛生習慣，介紹生殖器清潔的重要性及上廁所時的正確擦拭方式。 3. 解釋衛生用品的作用與使用方法，幫助學生建立正確的生理用品使用觀念，增強自我保護意識。 4. 澄清常見性知識的錯誤觀念，強調正確的性知識與資訊來源。 5. 說明身體自主權和「積極同意」的意義，認識保險套的正確使用方法，了解安全防護知識。 6. 促進學生透過資料庫自主學習，增強對青春期知識的理解與批判性思考能力。	1. 觀察學生的模擬操作，並透過口頭提問確認其對生殖器官與衛生清潔的理解。 2. 討論體驗感受，並評估學生對衛生棉使用的正確認識。 3. 學生能在迷思討論中回答性知識的真偽問題，並表達正確的性知識觀點。 4. 匿名意見調查確認學生對青春期變化的理解。 5. 評估學生學習單的完成度及自主學習中提出的問題和心得。
單元二： 月亮故事-性別友善與空間的對話 (2節,共80分鐘)	1. 讓學生理解經期會有的突發狀況，以及如何應對與同理不同性別的困境。 2. 探討月經貧窮與汙名化的現象，發展健康的社會態度。 3. 認識多元經期衛生用品及月經友善空間，增強對不同經期需求的尊重和環保意識。	1. 利用「王子脫魯記」繪本共讀與超吸水高分子展示罐理解月經與增加對他人的同理。 2. 解釋月經貧窮與汙名化的形成原因與社會上仍舊存在的相關月經習俗。 3. 展示並介紹不同的經期衛生用品，如布衛生棉、衛生棉條、經期內褲等，並強調環保意識，討論月經友善空間的設計用途與免費的經期用品，創造更友善的月經空間。	1. 共讀繪本之後能討論如何面對經血側漏的情境，培養社會同理心。 2. 小組討論對於目前社會上對於月經的挑戰以及對月經平權的想法。 3. 學生能說明對「經期共享盒」的經驗感受與照顧他人的意義。

	4. 探討各種廁所的設計差異及需求。 5. 了解性別友善廁所的概念，認識其設計對不同群體的幫助。 6. 透過討論總結出關於月經友善的校園裝置藝術作品，提升學生的社會責任感。	4. 介紹各類廁所如男廁、女廁、親子廁所、無障礙廁所、性別友善廁所設計的不同之處，討論各種廁所的設計特點，並明白設計背後的需求和用途。 5. 說明性別友善廁所的設計理念如何滿足不同性別、身心需求的使用者，並讓學生討論使用該廁所的感受。 6. 帶領學生用課堂討論的成品創作有關性別友善空間的校園裝置藝術作品，達到宣傳月經平權的效果。	4. 深入思考性別友善空間的意義，並提出對於性別友善廁所的建議。 5. 能投入創作於月經平權的校園裝置藝術作品中。 6. 藉由「月兒又圓了海報展」更能同理身心障礙者所面臨月經的挑戰，討論尊重與平權。
單元三： 隔間內外-反霸凌的行動指南 (1 節，共 40 分鐘)	1. 讓學生理解霸凌的多樣形式，認識性霸凌的影響。 2. 透過葉永鋕的故事探討性別歧視的成因及旁觀者的影響力，理解每人皆是霸凌事件的參與者。 3. 學習預防與應對性霸凌的方法，透過實際行動與支持行為，培養學生對性別平等的認識與反霸凌的行動力。 4. 透過反思與表達同理心，深化對性別平等的理解，促進愛與包容的實踐。	1. 藉由臺灣拳后林郁婷參加奧運時遭遇性別霸凌的新聞，討論性霸凌的定義及其可能帶來的影響，引導學生認識霸凌的多樣形式。 2. 教師講述葉永鋕的故事，播放紀錄片，藉由角色扮演引導學生深思性別歧視的根源。運用 ORID 焦點討論法讓學生理解旁觀者對霸凌事件結果的決定性力量。 3. 全班分組進行賓果遊戲，透過回答九宮格問題，分享支持遭遇性霸凌同學的具體行動，反思如何讓事件變得更好，深化反歧視意識。 4. 寫一封給葉永鋕的信，表達支持並描述未來如何協助受害者，體現對性別平等的認識與共鳴。回顧系列課程重點，讓學生填寫 Google 表單分享收穫並反思課程內容。	1. 透過學生回答與討論，了解他們對性別霸凌的認識與想法。 2. 觀察學生角色扮演與在 ORID 討論中的參與度與思考深度，評估學生對性別歧視及旁觀者角色的理解。 3. 根據學生在賓果遊戲中提出的行動方案，評估其反歧視行動力及理解程度。 4. 閱讀學生的信件內容與 Google 表單回饋，評估其反思深度及對性別平等的理解與行動力。

(三) 教案內容

學習指標 /重點	教學活動 (含時間)	教學資源	評量方式 與重點
認識從出生到成長的自然過程，理解青春期的生理變化，並增強自我接納 學習青春期的衛生保健習慣，包含上廁所的擦拭方法及保持生殖器官清潔的必要性。 提供衛生棉的使用體驗，讓學生理解相關生理知識並建立自我保護意識。	單元一 鏡子前的秘密-青春期的發現與自我接納 [第一節課] 一、引起動機 (10 分鐘) 1. 教師透過發問學生問題：「寶寶是怎麼來的？」引導孩子思考生命的起源。 2. 展示男版與女版的「性平娃娃」，男娃娃擁有陰莖、睪丸、陰毛和腋下毛；女娃娃有發育的乳房、陰道、陰毛和腋下毛，女娃娃還能展示誕下嬰兒的過程，讓學生了解生命誕生的神奇性。 二、發展活動 1. 青春期探險之旅 (7 分鐘) 介紹青春期男女在生理與心理上會發生的不同變化，利用「性教育翻翻書」讓學生了解自己身體的自然成長過程，再播放影片「青春新樂園-認識青春期」，讓學生正面看待青春期的身體變化，培養自我接納的態度。 2. 衛生清潔小達人 (5 分鐘) 說明青春期生理衛生的維護方式，利用教學簡報講解男女在生殖器官清潔的注意事項和上廁所擦拭的重要性。 3. 衛生棉使用體驗 (8 分鐘) 教師說明衛生棉的正確使用方法和更換時機，發放衛生棉供學生模擬使用，並讓學生了解這是青春期衛生習慣中的一部分，體驗過程中強調使用後的丟棄方式和清潔步驟，強化學生的衛生觀念，讓學生學會正確的衛生用品使用方法，養成良好的衛生習慣，維護身體健康。 三、綜合活動 (10 分鐘) 1. 簡介自然產與剖腹產的不同過程，運用「身體的祕密立體遊戲書」讓學生了解生命誕生	沙遊世界表達與療癒發展中心「性別娃娃」 https://www.sandplayworld-holdingself.com.tw/spw/product_view_371.html 書籍-跟著小劉醫師，來玩性教育翻翻書 影片-「青春新樂園：認識青春期」 https://goodlife-edu.com/%e9%9d%92%e6%98%a5%e6%96%b0%e6%a8%82%e5%9c%92%e8%aa%8d%e8%ad%98%e9%9d%92%e6%98%a5%e6%9c%9f/ 身體的祕密立體遊戲書 https://goodlife	學生能藉由翻開不同頁面，觀察青春期變化，並討論保持生理衛生的重要性。 說出如廁後正確擦拭生殖器官的方向：由前往後 學生不論男女需要每人都親手操作並學習衛生用品的使用方式。 學生理解自然產與剖腹產的差異

釐清常見性知識的迷思，增進學生正確的性知識。 強化學生對身體自主權的意識，理解「積極同意」的重要性，提升自我保護的能力。	方式的多樣性，讓孩子更尊重每個生命誕生的獨特性與價值，並培養尊重生命的態度。 2. 因為女版性平娃娃肚子內有兩個孩子，是孕有雙胞胎的媽媽，國內外也有多胞胎懷孕的案例，鼓勵學生發表對多胞胎成長的想像或疑問，促進理解生命的多樣性。 單元一 鏡子前的秘密-青春期的發現與自我接納 【第二節課】 一、引起動機（8 分鐘） 1. 透過「喝可樂可以殺死精子」「兩層保險套更安全」等迷思問題的問答，鼓勵學生思考和討論這些問題，引發他們的好奇心，並由教師進行正確知識的澄清，幫助學生辨識錯誤的性知識，養成正確健康的性觀念。 2. 登入 Padlet 課程頁面，投票調查若對於性議題有疑惑會想要跟誰討論？原因為何？ 二、發展活動 1. 性好奇小學堂（10 分鐘） 學生在 Padlet 課程頁面，可以匿名打出對性的好奇或疑惑，提交自己對青春期的提問單，教師再一一跟全班討論每題的答案，促進互動學習，讓學生掌握正確的性知識，避免因錯誤資訊產生困惑或壓力。 2 身體自主權與積極同意（5 分鐘） 介紹「身體自主權」的概念，並討論「積極同意」的重要性，強調「只有明確的『是』才表示同意」的原則。播放「身體界線兒童版」影片，讓學生理解在互動中表達自己意願的重要性，提升學生尊重自己和他人身體界限的意識，並學會在互動中表達和尊重自主權。 3. 保險套展示與說明（5 分鐘） 教師介紹保險套的正確使用方式，講解其重要性和使用時的注意事項，澄清使用保險套的相關迷思，讓學生了解安全防護的基本知識，強化自我保護的意識。	https://www.education.com/%e8%ba%ab%e9%ab%94%e7%9a%84%e7%a7%98%e5%af%86/ 教學簡報 平板車 Padlet 免費 課堂共作軟體 https://padlet.com/ Padlet 免費 課堂共作軟體 https://padlet.com/ 影片-「身體界線兒童版」 https://www.youtube.com/watch?v=Yi4ywIf8QQ0 保險套	學生能在迷思討論中回答性知識的真偽問題，並表達正確的性知識觀點。 匿名意見調查確認學生對青春期的變化疑惑與問題想法，學生也能透過不記名的方式放心輸入問題，打開討論的氛圍。 學生能認識保險套的正確使用方法，了解安全防護知識。
--	--	--	--

鼓勵學生自主學習青春期知識，培養獨立思考的態度	三、綜合活動（12 分鐘） 1. 教師自行建置青春期電子資料庫，引導學生使用資料庫的方式，讓學生在課後可彈性進行自主學習，也能自主記錄學到的青春期知識。 2. 教師宣布配合輔導處即將舉辦與青春期及性知識、性別平等相關的書籍展覽：「性平書展活動」，鼓勵學生參與，並介紹推薦書籍，為課堂知識延伸學習提供機會，鼓勵學生課後參觀與閱讀。 單元二 月亮故事-性別友善與空間的對話 [第三節課] 一、引起動機（12 分鐘） 1. 教師帶領全班共讀「王子脫魯記」繪本，詢問大家關於灰姑娘因為要換衛生棉而必須提早離開舞會怎麼辦？湖中女神一直泡在水裡，生理期來不會有問題嗎？想一想，如果你或你的朋友發現自己經血側漏了，應該怎麼處理？ 2. 請學生登入 Padlet 課程頁面，投票調查每一次的經期來臨，總血量會是多少？展示罐內的衛生棉內部超吸水高分子材料，可吸收本身體積 30-60 倍含量的水，解釋說明經血沒有想像中的多。 二、發展活動 1. 你聽過月經貧窮嗎？（10 分鐘） 播放公視影片說明全球和臺灣的「月經貧窮」情況，甚至會因為經期無法出門、上學或工作。讓學生了解這些影響包括健康、學習和工作方面的困難。而「月經汙名化」是指當人們因為月經而感到羞恥，或者月經被當成不好的話題，有些人談到月經時會感覺不自在，這是為什麼呢？學生可以分組討論，並分享自己的看法。 2. 經期共享盒介紹（5 分鐘） 介紹學生認識「小紅帽」非營利組織，主要是致力於推廣月經教育並幫助有需要的人，了	青春期學生自主學習電子資料庫 https://forms.gle/bffapWdp2kPvupbM8 性別平等相關書籍與媒材 繪本-「王子脫魯記」 https://goodlife-edu.com/%e7%8e%8b%e5%ad%90%e8%84%b1%e9%ad%af%e8%a8%98/ 超吸水高分子材料展示罐 影片-沒錢買衛生棉錯了嗎？六分鐘看懂月經貧窮 https://www.youtube.com/watch?v=uUwPyYHqwqE&t=128s	評估學生在資料庫中的完成度及自主學習中提出的問題和心得。 引導學生討論如何面對這樣的情境，並引導他們認識關懷和支援他人的方法，像是提供衛生用品或替換衣物，避免加深對方的羞辱感，這能幫助學生理解如何尊重別人、建立支持性行為。 引導學生思考月經被視為禁忌話題的原因，並討論如何消除這種汙名化現象。讓學生發表意見，並學會尊重經歷月經的人。
了解月經貧窮的概念，並認識其對生活的影響。 探討月經汙名化的現象，學會			

如何以尊重的態度面對與月經有關的話題。 認識多元經期衛生用品及月經友善空間，增強對不同經期需求的尊重和環保意識。 探討各種廁所（如男廁、女廁、親子廁所、無障礙廁所、性別友善廁所）的設計差異及需求。 了解性別友善廁所的概念，認識其設計對不同群體的幫助。	解他們如何為月經平權努力？學生可以討論自己對這些活動的想法，並分享是否曾遇到過對月經的誤解或困惑。另外，展示多元的經期衛生用品，並說明校內開始設置「免費經期共享盒」，讓有需要的人可以隨時取用免費的衛生用品。請學生可發表對此資源的看法與經驗。 3. 認識月經友善空間（5 分鐘） 教師展示月經友善空間認證的標章，並介紹這些空間所提供的服務，幫助學生理解認證標章的重要性，並請學生討論這樣的空間如何為有生理需求的人帶來便利。 三、綜合活動（8 分鐘） - 預告輔導處舉辦「月兒又圓了」海報展。 - 說明展覽主旨是想讓大家一同認識女性在習俗、身體、空間上所面臨的各種問題，學習尊重女性身體並積極維護女性的健康權益，特別是身心障礙女性的健康與經期時所面臨的特殊需求。 單元二 月亮故事-性別友善與空間的對話 [第四節課] 一、引起動機（8 分鐘） - 校內除了一般常見的男女廁之外，其實還有很多不同類型的廁所，例如親子廁所、無障礙廁所、甚至是性別友善廁所，展示幾張校內不同廁所的圖片，簡要介紹各類型廁所的不同之處，激發學生的好奇心。 - 詢問學生平常習慣使用哪種廁所？對於不同廁所的想法與感受。 二、發展活動 1. 廁所大觀園（15 分鐘） 說明每種廁所的設計都考慮到特定需求，例如親子廁所方便帶小孩的家長，無障礙廁所則考量到行動不便者的需求，引導學生討論一下這些廁所設計背後的理念，以及它們對於不同群體的意義，播放男女分廁的歷史說明影片。	展示多元衛生用品如衛生棉條、棉墊，與環保意識的有機棉條、月亮褲等 月經友善空間認證標章 「月兒又圓了」海報展 教學簡報 影片-志祺七七：從搶攻男廁到不分性別，「性別友善廁所」是怎麼出現的？	學生能說明對「經期共享盒」的經驗感受與照顧他人的意義。 藉由「月兒又圓了海報展」更能同理身心障礙者所面臨月經的挑戰。 分組討論各種廁所的設計差異和功能，學生可以分享自己對於這些設計的觀點。 深入思考性別友善空間的意義，並提出對於性別友善廁所的建議。
---	--	---	--

鼓勵學生理解並尊重多元需求，透過討論總結出集體作品 讓學生理解霸凌的多樣形式，認識性別霸凌的影響。 透過葉永鋕的故事探討性別歧視的成因及旁觀者的影響力，理解每人皆是霸凌事件的參與者	2. 性別友善廁所的意義（7 分鐘） 教師說明性別友善廁所是為了讓任何性別或性別認同的人都可以使用，這樣的廁所能給人帶來尊重和安全感。請學生討論為什麼這樣的設計對一些人來說特別重要？如果自己或朋友有類似的需求，會希望如何被對待和理解。 三、綜合活動（10 分鐘） 1. 教師可以將課程中學生的討論單彙整，讓每位學生的想法成為作品的一部分，並總結性別友善和多元需求的重要性，鼓勵學生尊重每個人的需求和差異。 2. 說明集體裝置藝術創作的活動，課後時間請學生一起動手，將這些討論的心得做成一幅校園裝置拼貼作品，佈置於辦公室外廊。 單元三 隔間內外-反霸凌的行動指南 [第五節課] 一、引起動機（6 分鐘） 1. 展示「臺灣拳后林郁婷擔任教育部反霸凌公益大使」的新聞，說明在今年的巴黎奧運，林育婷深陷性別爭議，無端遭外界撻伐與質疑性別身分的事件，讓孩子們理解霸凌事件無處不在。 2. 詢問學生「你認為這樣的網路行為算是霸凌嗎？為什麼？」「這樣的霸凌會對她造成什麼樣的影響？」聽聽孩子的想法。 二、發展活動 1. 從廁所開始的故事（10 分鐘） 教師講述葉永鋕的故事：他因為自己一個人提早離開教室去廁所，結果被發現倒臥在血泊中，送醫不治身亡，因此他在校園內長期因為性別氣質受到霸凌的問題才浮上檯面。播放「不一樣又怎樣」紀錄片-葉永鋕篇，讓學生更能理解葉永鋕當時的狀況，看完影片後邀請學生上台演出葉童的故事，分別扮演霸凌者、受害者與旁觀者。	https://www.youtube.com/watch?v=pJ0TVHWAET0 教學簡報 學生討論單/海報展版/蠟筆/膠水 新聞-「臺灣拳后」林郁婷擔任教育部反霸凌公益大使 https://www.edu.tw/News_Content.aspx?n=9E7AC85F1954DDA8&s=72689F9AA6C11C32 紀錄片-「不一樣又怎樣」葉永鋕篇 https://www.youtube.com/watch?v=V_M9ZId2QAY	帶領學生用課堂討論的成品創作有關性別友善空間的校園裝置藝術作品，達到宣傳月經平權的效果。 透過學生回答與討論，了解他們對性別霸凌的認識與想法。
---	---	--	---

學習預防與應對性霸凌的方法，透過實際行動與支持行為，培養學生對性別平等的認識與反霸凌的行動力 透過反思與表達同理心，深化對性別平等的理解，促進愛與包容的實踐。	2. 真正的主角是旁觀者（6 分鐘） 引導學生去思考在葉永鋕的故事中，每個人在霸凌事件中的角色與影響，強調即使不直接參與，也會受到影響並影響到他人。利用 ORID 焦點討論法學習單來討論旁觀者對事件的影響，讓學生理解即使保持沉默，都會影響到其他人，在霸凌事件中，每一個選擇都會創造不同的結局，旁觀者才是多數能決定結局好壞的主角。 3. 反歧視的行動賓果（10 分鐘） 將全班分成男生一組，女生一組，運用教師設計的九道題目，以賓果遊戲方式進行反歧視的比賽，讓學生隨機抽取題目回答，分享如何用實際支持或關心遭遇性霸凌的同學，以及可以有哪些具體的行動讓葉永鋕事件中的情況變得更好。 三、綜合活動（8 分鐘） 1. 教師帶領孩子進行性平系列課程的回顧，從青春期的變化與迷思、月經平權、性別友善空間、反性霸凌等議題，請學生填寫教師設計的課程自評 Google 表單，分享自己對於學習的想法與收穫，能讓學生再進行一次反思，也能幫助老師進一步改善課程設計。 2. 發佈回家作業。請學生想像如果能寫一封信給葉永鋕表達支持，會寫些什麼？指導學生書信內容，並引導孩子可以從對葉永鋕故事的理解與感受，以及在未來遇到類似情況時，自己會採取哪些行動來幫助受害者，讓他們感受到支持與安全等方向著手，希望透過文字的力量，也能夠讓未來有類似遭遇的人能夠感受到愛與包容。 課程結束	ORID 焦點討論法-「旁觀者的重要性」學習單 「行動賓果大挑戰」題目單 Google 回饋表單-「性別平等課程學生自我評量表」 https://forms.gle/XZNJVUwqwq9NXbqi9 教學簡報	觀察學生角色扮演與在 ORID 討論中的參與度與思考深度，評估學生對性別歧視及旁觀者角色的理解。 根據學生在賓果遊戲中提出的行動方案，評估其反歧視行動力及理解程度。 告知學生所有的回答都是保密的，沒有對錯，真誠表達你的感受即可 教師可多舉例說明像是：如果葉永鋕能看到你的信，你會想對他說什麼？你會告訴他關於對性別歧視和霸凌的看法是什麼嗎？
---	---	---	---

(四) 教學心得：歷程紀錄及省思

教學心得：教學歷程記錄及省思（1000—5000 字）

壹、教學者省思

一、設計課程以現實生活為基礎

在課程中，我們除了跨領域、跨科目的精神外，還需要以現實生活為基礎，反推孩子需要什麼來設計教案，強調用課堂上學到的知識和技能，系統化思考解決生活上的問題。如單元一中，孩子們開始思考「為何女生小便需要用到衛生紙？」男女在廁所後不同的清潔方式，成為一個貼近生活的切入點，不僅幫助學生認識生理構造的差異，也提醒了日常清潔與健康的重要性；單元二中，進一步探討性別友善廁所的設立理念，學生開始觀察並思考原來在校園內不同種類的廁所的意義，理解如何在公共空間中保障多元族群的尊嚴與需求；單元三中，葉永鋕的故事為學生帶來深刻的反思，在廁所這樣的日常場域中，如何可能成為霸凌發生的地方？結合視覺化的教具、體驗性的活動，以及生活中的真實情境，讓抽象的價值觀念具象化，並將學習深植於學生的日常生活中。

二、強化學生「態度」的學習

素養導向是將知識、技能、態度三者綜合起來，共同列為學習的基本，而在教師授課的過程中，最關鍵的是希望將重點放在如何提升學生對「態度」的學習。我們在教育現場發現，只要孩子對某些知識「有感」，自然而然能發揮更好的學習效率，所以課程中設計多元的「情境題」來引發學生的共鳴。透過「寶寶怎麼來？」和「你是自然產還是剖腹產？」這樣的提問，學生更能培養對生命的尊重與感恩；而「當你看到他人經血側漏，你會怎麼做？」的情境題，則讓學生練習以包容的態度處理日常生活中的突發事件，並反思對月經的刻板印象。當討論「如果葉永鋕是你的同學或家人，你會如何處理？」的問題時，讓學生直接帶入自身的情境，深刻理解霸凌帶來的傷害，進一步思考如何肩負起自身在社會中的責任。因此，教育上我們要更重視情境與問題導向，因為要讓學生感受到有用；更重視動機與情意，因為要讓學生感受到有趣；也更重視在地連結與當代議題，因為要讓學生感受到與自己的相關性。

三、性教育的多元面向與同理心的養成

教師從單元一所搜集到的提問單發現，學生對性相關問題錯誤認知仍屢見不鮮，這些誤解往往來自未經求證的網路資訊，且透過 Padlet 投票顯示有半數以上的孩子不會跟家人討論，性迷思的問題例如「自慰是把手放在生殖器的表面還是裡面？自慰傷身體是真的嗎」、「如果懷孕時再發生性行為會流產嗎」、「尿尿時精子會不會跑出來」、「情趣用品店都賣些什麼」、「生完小孩沒有母乳怎麼辦」、「如果看到父母發生性行為我該怎麼辦」、「什麼時候看色情小說比較合適呢？A 片只有大人能看嗎」、「戴保險套不小心破掉怎麼辦」、「如果生小孩太大力會把尿拉出來嗎」、「月經一直流，失血過多怎麼辦」、「現在的年紀雞雞要多長才可以」、「未發生性關係處女膜就破了會被嫌棄嗎」等等。性教育若僅停留於生理與生育層面，或只聚焦於風險問題，未能與時俱進，可能進一步導致社會問題，而這些問題最終需要整個社會共同承擔代價。透過教案中的互動設計，例如藉由性平娃娃和立體遊戲書的想像，學生能更深刻理解媽媽在孕育生命過程中的辛勞與付出，透過衛生棉體驗活動，學生能感受到女性在生理期中的不便，進一步建立對不同性別需求的尊重與同理心。

四、著重性別角色的批判性反思

課程中的某些活動，如對「王子脫魯記」的繪本共讀，讓學生反思性別角色與文化期望對人的影響，強調如何突破傳統性別框架的限制。而「性別友善空間」的設計，經期汙名化打破等活動，讓學生能夠在日常生活中理解並反思當代社會中依然存在的性別不平等及其根源，包括在具體社會情境中，如何克服由性別不平等所造成的社會隔閡與不公，強調在公共空間中的平等與尊重，這種對社會性別空間的重視，能夠幫助學生理解在現實社會中如何建立包容性環境。下表是摘錄自學生對於校內使用「性別友善廁所」的經驗與想法。

學生	對於「性別友善廁所」的想法
林〇瑜	大家都可以進入同一間廁所，也方便男女生同時照顧小孩，比較不尷尬，我覺得它跟一般廁所的差別在於不用擔心走錯廁所導致尷尬，也不用特別看是男廁或女廁。
王〇慈	我支持性別友善廁所因為他不會用顏色區別男女，也讓人不會受到某些性別的歧視，可以讓人更勇敢去上廁所。
劉〇濬	我非常支持性別友善廁所，因為可以有自己的隱私，而且我是屬於很敏感的人，只要有人從我後面走過去，我就會上不出來。
林〇甫	以前我媽媽帶我弟弟去上廁所時，因為我弟弟不敢自己去，只好我帶他去，這樣很麻煩，所以我支持性別友善廁所。
陳〇羚	如果有頭髮很短的女生或頭髮很長的男生走到這樣的廁所就不會尷尬。
李〇潔	它很適合給有小小小朋友的家長進去，且這樣的廁所非常有安全感，燈光變得更亮了，是一個不分男女、十分友善的地方。
陳〇翰	我支持，因為我不喜歡有別人看我上廁所，有門比較好，讓我比較安心，我認為這樣的廁所在國小可以再多蓋一點。
廖〇翔	能讓許多不敢自己上廁所的小朋友，以及無法獨自上廁所的人感到很方便，且友善廁所裡有男有女，一般廁所只有單一性別的人，我覺得能讓更多人感到方便。

貳、教學成效與評量

一、核心素養導向的學生自評表

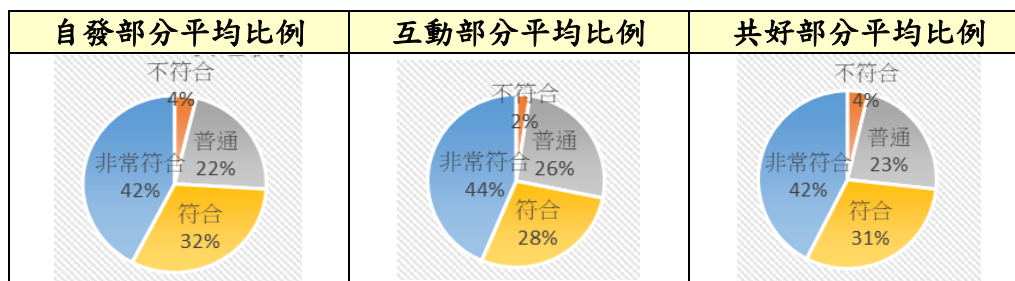
三單元課程結束後，筆者所設計的學生課程自評回饋量表總共有十題選擇題，每題皆有五點量表，從非常不符合到非常符合，展現了學生對性平教育系列課程的成效，且設計題目與108課綱「自發、互動、共好」相呼應。分數顯示學生能主動理解青春期及性別平等的議題，逐步建立健康生活習慣（自發）；在課堂互動中，學生展現同理心，尊重性別多樣性，並挑戰性別歧視（互動）；此外，學生透過實踐活動強化自我保護能力，參與性別平等的行動，並解決生活中的實際問題，表現出社會責任感與積極參與態度（共好）。下表是相關的數據分析。

	非常 不符	不符 合	普通	符合	非常 符合	數據分析
自發：自主行動、學習與應用						
題一	0	0	19.2	38.5	42.3	大多數學生認可性平課程對於自主學習的

題二	0	3.8	34.6	23.1	38.5	價值，整體有高比例認同達 61.6%-80.8%，表明課程在 激發學生自我探索、內化性平理念 方面成效顯著。普通選項比例分佈從 15.4%-34.6%，表明部分學生可能需要更多的時間適應性平課程的理念。
題三	0	7.7	19.2	30.8	42.3	
題四	0	3.8	15.4	34.6	46.2	
互動：溝通、合作、表達						
題五	0	3.8	26.9	23.1	46.2	活動設計與內容安排成功讓大多數學生感受到成長，整體認同比率在 69.3%-73.1%，學生在溝通與合作上的進步反映出教師設計的活動能有效促進合作學習，特別是 理解多元價值與提升溝通技巧的能力 。
題六	0	3.8	23.1	38.5	34.6	
題七	0	0	26.9	23.1	50	
共好：責任、社會參與、合作						
題八	0	3.8	30.8	26.9	38.5	題九與題十都是高達 77%的認同表明，課程在啟發學生探索興趣、思考未來規劃方面成效顯著，顯示教師教學策略成功。證明課程內容對學生未來適應與準備的重要性，被大部分學生認可。
題九	0	3.8	19.2	38.5	38.5	
題十	0	3.8	19.2	30.8	46.2	

二、透過課程啟動性平的自學力

從下圖的圓餅圖比例能夠反映，學生普遍在核心素養的三個層面均獲得正向成長，不符合與非常不符合接近零。自評表數據顯示「**自發**」**核心素養**「非常符合」與「符合」的總比例達 74.1%，**是有最高滿意度的部分**；第二是「共好」自評表中佔「非常符合」與「符合」以上的總比例達 73.1%，第三是「互動」部分「非常符合」與「符合」的總比例達 71.8%。而自發素養的題目分別是：「上完這堂課後，我能夠理解老師所傳授的核心概念，並思考如何將這些知識應用在我的生活中。」「課程結束後，我感覺能夠自主安排學習，並運用老師教的技巧來解決學習或生活中的問題。」「上完課後，我明白了如何運用課堂所學來解決實際生活中的挑戰。」「上完課程後，我能夠發現自己的興趣與長才，並思考如何將這些技能運用到未來的學習和生活中。」顯示多數學生能理解青春期的身心變化，並初步內化月經平權的理念，也能夠透過「青春學生自學資料庫」的使用有效啟發學生主動關注性別平等與健康議題，並培養自主面對成長過程中的挑戰。



三、教學公開觀摩滿意度高

為了提升本教案的教學成效，在課程設計之際，便邀請校內教師專業輔導學習社群的成員在教學的前中後，進行說觀議課，教學者用公開教學觀摩的方式授課，教師同儕可以進入教室觀察，提供更多元且更細緻的教學回饋，以其更能聚焦課堂教學過程。教學完畢後在

教學觀察紀錄表可以發現大家對於此教案的正面回饋良好，下表是針對單元一「鏡子前的秘密-青春期的發現與自我接納」兩節課程，摘錄幾則同儕教師在質性紀錄的觀察，主要評鑑指標依據「A 課程經營與教學」與「B 班級經營與輔導」項目分成七類。

評鑑指標與重點	同儕教師回饋
A-3 精熟學科領域知識	1. 教師使用影片與繪本讓學生結合生活經驗，理解性知識。 2. 以實際瓶裝容量展示給學生具體理解每次月經的經血量。
A-4 清楚呈現教材內容	1. 教師對於性好奇的解釋清楚， 協助孩子破除迷思 。能對於性器官與性知識都有正向的描述， 避免學生落入訕笑的狀態 ，正確學習。 2. 條理分明，有層次的介紹青春期會遇到的挑戰，各個不同的生殖器官和相關名詞都能解釋清楚。 3. 實物的呈現與實際的操作 可以增強學生的記憶，並確認學生學習的效果。
A-5 運用有效教學技巧	1. 教師能用正向開放的態度協助學童了解性的話題，雖然孩子臉紅心跳，但是能夠清楚的理解，並能 建構安全的性觀念 。 2. 繪本能有效引發學生學習興趣。 3. 時間與教學節奏輕快，使用平板能刺激學生回答。
A-6 善於發問啟發思考	1. 用發問來引發學生學習的興趣與好奇。 2. 讓學生利用平板匿名問答，增進學生以健康的態度面對。 3. 語速與音量控制得宜，讓學生能被吸引更專注於課堂。
A-7 運用良好溝通技巧	1. 教學氣氛活潑學生回答熱烈，教師能適當引出正確答案。 2. 能以有趣幽默的話語化解學生在討論性話題的不自在。 3. 教師與學生互動良好，也能適時解答學生的問題。
A-8 善於運用學習評量	4. 教師能 結合資訊教育 ，數位融入平板增進與學生的互動和增加回應。
B-1 建立有助於學生學習的班級常規	1. 能適時提醒學生傳遞性教育物品時應有的尊重與態度。 2. 上課前能說明清楚課程進行時要遵守的規範，針對學生不尊重的行為適時說明，適時給予回答問題的學生正增強。

四、讓學生在行動中感受與內化

本系列教案中，視覺性教具與可實際操作的用品成為教學的核心，**強調「做中學」的重要性**，透過真實的接觸與體驗，學生能更深入感受課程的意涵，教學不僅是傳遞知識，更是啟發感受與行動的過程。例如，第一節課中使用的「性平娃娃」與「翻翻書」不僅直觀展現生理變化，也啟發了學生對於性別角色的想像與反思；而經由實際體驗衛生棉的操作，學生更能理解月經的日常挑戰與重要性。此外，在引導學生觀察身心障礙廁所時，他們會提出疑問，例如空間為什麼需要這麼大？以及輪椅使用者如何更換衛生棉？這些實際情境激發了學生的同理心與問題意識；在製作校園裝置藝術作品時，學生能夠大大方方地談論甚至展示「月經」兩字，進一步突破汙名化的概念。這些視覺與操作結合的教學方法，打破了傳統僅靠講解的模式，讓學生在真實觸摸與體驗中將課程概念內化，形成深刻的印象與長期的學習效果。下表是摘錄學生對於校內設置免費「經期共享盒」活動後的體驗與收穫。

學生	請說說你對校內廁所設置「經期共享盒」的想法與感覺。
蔡 0 恬	比較沒有能力購買衛生棉或不夠用的人，月經突然來了而不方便會很懊惱，但是去經期共享盒登記一下，就可以讓你方便。
徐 0 晴	支持，因為有些人可能第一次初經來剛好沒帶衛生棉，她可以去拿，或是有些人剛好用完，帶錯尺寸等等，也可以去用。
杜 0 羽	我用過經期共享盒！一開始我月經來的時候沒帶衛生棉，進到性別友善廁所發現竟然有衛生棉！我感動的拿來用，真的有很大的幫助！！
吳 0 軒	我覺得設置這盒子對女性十分友善，如果沒帶衛生棉就不用害怕了。
郭 0 璽	對有生理物品需求的人很友善，讓女性不會擔心沒有衛生棉可用。
林 0 映	這樣的作法很體貼，畢竟沒有人知道月經什麼時候來，即使來了也不會亂了手腳。
顏 0 萱	這能夠幫助那些沒有帶衛生棉的女生，或是因為內向而不敢跟別人借衛生棉的人。
林 0 郁	有些女生會因為經濟的問題，所以很久才換一片衛生棉，有了免費的經期共享盒，女生可以放心換衛生棉，不用擔心錢不夠的問題。

教學建議

1. 活動設計應結合學生經驗：

在設計課程活動時，務必與學生的生活經驗相連，例如使用真實案例或日常情境，或是用角色扮演的方式帶入身分，讓學生更能融入情境，提升參與度與學習動機。

2. 教具與設備準備充分並應對學生行為挑戰：

使用資訊工具如平板、Padlet 電子軟體或實體教具前，教師應充分檢查測試功能，確保操作順暢，並準備備用方案，以應對技術問題或設備不足。此外，在課堂討論性迷思時，教師需預期學生可能出現的嬉鬧或不恰當玩笑，並立即介入引導，示範正向討論的態度，讓教材呈現支持專業和尊重的氛圍，讓活動在技術和情境雙重挑戰下都能順利進行，幫助學生專注學習核心內容。

3. 多元評估方式蒐集回饋：

除了一般口頭回答外，教師可透過多元化的評估方式，如電子自學資料庫、google 表單問卷、小組討論、留言板或寫一封信等，全面蒐集學生的學習成效與建議。在過程中，學生可能對議題持不同意見，例如對「性別友善廁所」表示反對，教師需以彈性與包容的態度傾聽，鼓勵學生表達自身觀點，幫助學生發展批判性思維，也讓教師在收集回饋時，能發現更多在設計教案時未曾考慮到的細節，進一步豐富後續課程的規劃與調整，確保課程更加貼近學生需求，並啟發更多元的思考視角。

4. 留意時間分配與課程內容：

本課程雖已在教學簡報中涵蓋男性青春生理變化，且高年級健體課程亦有相關教學，未來仍可依學生興趣與需求調整講授比例，使性別內容更均衡。評量活動方面，學生撰寫給葉永鈺的信件，可將「反歧視行動賓果」活動中的具體行動寫入信中，強化學習與實踐的連結。因課程內容豐富，部分活動與練習可轉為課後作業或延伸任務，以確保學習完整性。最後，教師可評估是否將課程提前至五年級或四下實施，讓學生在進入青春期前建立正確知識與態度。

(五) 上課歷程或學生學習照片 (至少 6 張) (可自行調整)



說明：
引導學生思考[寶寶怎麼來的?]激發孩子的興趣與學習動機



說明：
介紹性平娃娃給學生們認識 並展示女版娃娃可以誕下嬰兒的過程



說明：
指導學生關於男女生在上廁所時擦拭生殖器官的方向與正確的衛生習慣



說明：
請男同學上台由教師先行示範操作衛生棉的過程與最後清潔與丟棄的部分



說明：
分組進行體驗並與組內成員討論在模擬體驗中的感覺與想法



說明：
運用「身體的祕密立體遊戲書」讓學生了解生命誕生方式的多樣性



說明：
簡報關於常見的性知識迷思，並由教師進行正確知識的澄清



說明：
學生在 Padlet 課程頁面匿名打出對性的好奇或疑惑，教師一一說明



說明：
討論「積極同意」的重要性，並介紹保險套的正確使用方式



說明：
舉辦與青春期及性知識、性別平等相關的書籍展覽-「性平書展活動」



說明：
登入 Padlet 課程頁面，投票調查經期來臨時，總血量會是多少



說明：
討論學生對「月經貧窮」與「月經汙名化」的看法



說明：
展示經期的多元衛生用品，如衛生棉條、棉墊，與具生態意識的替代品等



說明：
介紹推動月經平權的非營利組織「小紅帽」的來源與背景



說明：
認識何謂「月經友善空間」，校內此空間存在的意義與用途



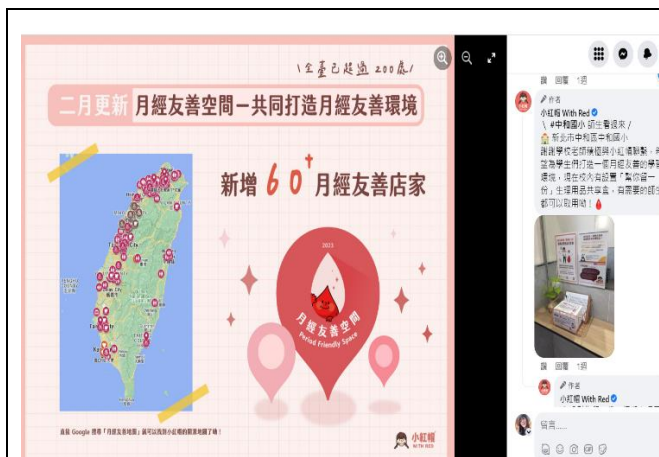
說明：
在校內的性別友善廁所設置「經期共享盒」，提供免費的經期衛生棉用品



說明：
學生實際使用經期共享盒，發表對此資源的看法及分享相關經驗



說明：
共享盒使用記錄單，顯示校內親師生對於此活動的使用度與認同度高



說明：
相關活動登上小紅帽組織的全臺月經友善地圖與報導



說明：
獲得小紅帽組織核可發給「月經友善空間環境標章」認證



說明：
導覽「月兒又圓了」海報展，更能同理身心障礙者所面臨月經的挑戰



說明：
探討各種廁所（如親子廁所、無障礙廁所、性別友善廁所）的設計差異及需求



說明：
說明校內「性別友善廁所」設計背後的理念，請學生分享其想法與觀察



說明：
引導學生寫下對友善廁所的使用經驗，及它們對於不同群體的意義



說明：
師生一起動手，將這些討論的心得集結起來，裝飾並彩繪



說明：
用大型字體拼貼成一幅校園裝置藝術作品-「月經」，並展示在辦公室外牆



說明：
討論臺灣拳后林郁婷擔任教育部反霸凌公益大使的新聞



說明：
講述葉永鋕的故事，並邀請學生上台演出霸凌者、受害者與旁觀者



說明：
以賓果遊戲方式進行反歧視的比賽，讓學生隨機抽取題目回答，分享如何用實際支持或關心遭遇性霸凌的同學



說明：
寫一封信給葉永鋕表達支持，並將優秀的作品公開展示



說明：
與校內教師專業學習社群的成員在教學的前中後，進行說觀議課



說明：
在新北市資深專輔教師的同儕團體中，分享自己設計性平課程的歷程與心得



說明：
筆者將帶領孩子參與月經平權活動的感想記錄在發給家長的輔導雜誌中



說明：
將性平教學過程中，應對學生的注意事項整理到校內發行的教師月刊內



說明：
投稿全校專刊跟家長宣導有關校內性平書展活動，與其他有助於性平教育的繪本、書籍與媒材等等



說明：
結合第五節課將應對霸凌的處理方式整理成紙本資料，發放給導師們可張貼公告於班級內

學生性迷思提問單(平板車電子/紙本)

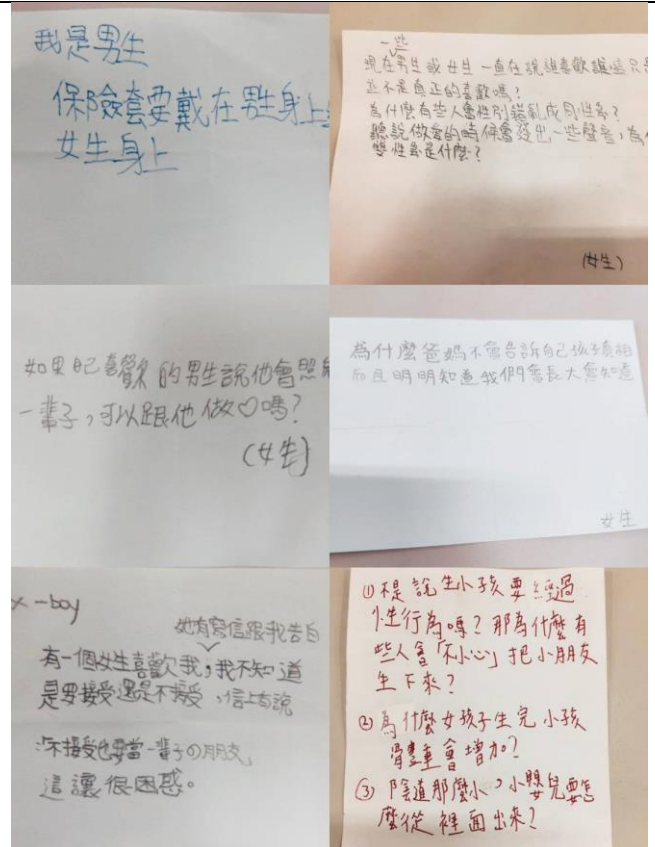
女生會勃起嗎?

45 / 55

女生自衛適用什麼

49 / 55

為什麼女生在幫男口交的時候，男生會射精。



青春期自學資料庫(部分網頁截圖)

青春期必勝學生自學資料庫

親愛的同學們，這個「青春知識資料庫」是為了幫助大家更好地了解和應對青春這個特別的成長階段而設計的。在這個階段，你們的身體、情緒和思考方式都會發生許多變化，可能有時候會感到困惑或不知所措。這個資料庫將會提供簡單易懂的資料，幫助你們了解這些變化是怎麼發生的，並且學會如何應對。

在資料庫裡，你們可以找到有關身體發育、心理變化、情感管理、健康習慣等方面的知識。這些網站會用一些有趣的方式來介紹這些主題，讓你們不僅學到實用的資訊，還能以輕鬆的心情面對這段成長過程。記得，這是一個你們可以隨時查閱的資源，當你們有問題或困惑時，隨時可以來這裡找答案。希望你們能夠在這段時間裡，學會了解自己，並快樂健康地成長！

queener429@gmail.com 切換帳戶

未共用的項目

Gender Equality in Education



繼續

清除表單

請動動手指頭給每個網站評分吧!

教育部性別平等全球資料庫



行政院GENDER在這裡



月經平權相關活動討論單

我月經小屋是男生為自己的利益才建立的，因為我到過一張床的放不放男生還可能走女生在月經小屋時引暴女生

這次聽完甜甜老師的解說，我認為很多女生在月經上受到許多不平等，包括月經時住在月經小屋，不能去廁所等，這些觀念應該要讓大家消除這樣的想法，讓大家都關注這些知識

我月經小屋的禁區的月經小屋好可怕，那些女生真的好可憐，因為月經來明明是一件神聖的事，卻要被放到危險的小屋裡。最後我想謝謝甜甜老師辛苦的幫我們上課

這次我聽得最印象深刻的是月經小屋，因為這讓我知道原來不是所有人都怕起月經的錢。

這次我聽得最印象深刻的是月經小屋，因為這讓我知道原來不是所有人都怕起月經的錢。

可以不用在意他人眼光。
2. 身體覺得明亮，也有安全感。
* 在經期時的中性化，忘記帶生理用品時，隨時買。

1. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所
2. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所
3. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所
4. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所

1. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所
2. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所
3. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所
4. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所

1. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所
2. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所
3. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所
4. 支持，因為性別平等所不會用顏色區分男女也讓人不會受性別平等所

寫給葉永鋕的一封信

親愛的朋友：

當我知道你們因為不同的性別特徵和外貌，而被別人歧視或霸凌，我的心深深的為你們感到不捨，你們一定非常的悲傷、憤怒，甚至在夜裡默默的流下痛苦的淚水。我希望你們不要深陷在無境的絕望之中，要勇敢的面對，並尋求其他人的幫助。

每個人都擁有自己獨特的特質，應該受到尊重和平等的對待，那些歧視、欺負他人的人，都是因為他們錯誤的觀念，做出來的壞事更令人厭惡。其實大部分的人都願意接納與包容，希望你們可以重振信心，快樂的展開新的人生。

祝你們 永遠幸福！

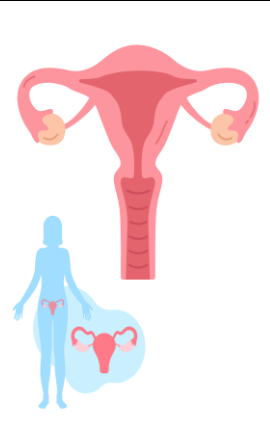
你好我有一些話想對你說。刻板印象中，男生不能穿裙子，不能玩洋娃娃，女生不能做體力活，不能表現得外放，但這些都不該成為人們必需遵守的規範。現在時代已經不同了，不用被這些事所束縛，大家有自由、有權、也有自己喜愛的事物，追求自己所愛之事，不要被他人的三言兩語打敗，霸凌或欺負你，並不是你有錯，而是他們，將事情勇敢的說出口，跟老師家長甚至警察都可以，你的行為，你的性傾向當然是正常的，不要害怕，振作起來！世界有各種美好，加油！做你自己！ Good!



經過更深入的認識性別平等的觀念後，我覺得我們每個人都可以選擇做自己喜歡做的事，同時我們也應該給與尊重與包容，如果你只拿用你認為的觀點去看待他們，那你對別人來講你也是一個怪人，所以我們不要太去在意別人的眼光，要勇敢的做自己想做的事，做自己想愛做的事，在這同時如果你不認同他做這樣的事，那你就不要去以偏見的角度去看待他，你要以選擇不用管他，他沒有妨礙到你，你也不要去傷害他，所以我想告訴葉永鋕你沒有錯。我也決定如果我有遇到或看到身邊發生了這樣的事，我要勇敢的向師長或大人求助，以免再發生第二次的葉永鋕事件。

我覺得不管是男生還是女生，都會有自己的特質，每個人都享有人權，都應該被尊重，而不是這樣去嘲笑別人，捉弄他人，讓有些人犧牲了自己的性命。如果在學校遇到這種事，一定要告訴家長，要是反抗，那些霸凌者就會得寸進尺，把你當成他的出氣筒。近來，大家都在強調性別平等這件事，就是因為發生了這葉永鋕事件，才提出這件事。像其他國家，都說男女生均，女生不工作要待在家裡，這件事就有很嚴重的性別刻板印象。所以要是遇到，就必須說出來，不要藏在心裡。

(六) 使用教材 (例如：ppt、學習單、或其它教學使用之教材內容一如歌詞、書籍、圖片、網站內容等，請盡量詳細列出。)

 六年級性別平等入班課程 鏡子前的祕密： 青春期的發現與自我接納	 我從哪裡來？ 告訴你關於出生的一切祕密 文：彼得·梅爾 圖：亞瑟·羅賓斯 譯：黃宛瑜
性別教育娃娃 男版娃娃跟女版娃娃的差異是？ 女娃娃有什麼神奇之處呢？ 	 青春期的探險之旅 青春新樂園 「青春新樂園」-認識青春期
衛生清潔小達人 請問你上完廁所，需要用到衛生紙嗎？ 擦哪裡？方向又是如何？ 	月經怎麼來？ 你知道陰道冠有什麼用途嗎？ 你知道乳房為何要長大嗎？ 卵巢一個月會排多少卵？ 
衛生棉使用體驗 月經來臨時，該如何替換與丟棄？ 多久需要更換一次衛生棉？ 每次月經的經血量有多少呢？ 	身體的祕密 • 你是自然產還是剖腹產？差別在哪？ • 生產方式是誰決定的？為什麼？ • 雙胞胎或多胞胎怎麼生？ 

十大性迷思

- 為什麼雞雞會變硬？
- 為什麼會流血？
- 什麼是做愛？
- 大人怎麼生小孩？
- 保險套是什麼？怎麼用？
- 自慰很可怕嗎？
- 射精會死掉嗎？
- 我磨下面很舒服，可爸媽很生氣？
- 精子很厲害嗎？碰到就會懷孕？
- 沖可樂可以把精子殺死嗎？

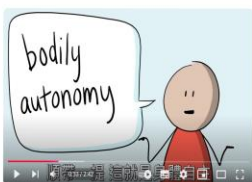


性好奇小學堂

- 請打開Padlet課程頁面，可以匿名打出你對性的好奇或疑惑，提交自己對青春期的提問單



身體自主權／積極同意



身體界線 (兒童版)

衛生清潔小達人

- 包皮怎麼清理？
- 如何保護龜頭？
- 睪丸的功能是什麼？
- 夢遺是什麼？射精對身體有害嗎？
- 自慰是男生還是女生做的？



保險套展示時間

- 目前有哪些避免懷孕的方式？
- 為什麼要介紹保險套？
- 保險套為什麼能夠避孕？
- 使用的方式是什麼？



青春期 學生自學資料庫



Q/A問答時間

我們一起討論愈多性話題，反而懂得保護自己



月亮故事 性別友善與空間的對話

六年級性別平等課程



王子脫魯記

- 姑娘因為要換衛生棉而必須提早離開舞會怎麼辦？
- 湖中女神一直泡在水裡，生理期來不會有問題嗎？
- 如果你或你的朋友發現自己經血外露了，應該怎麼處理？



padlet投票時間： 關於月經的小秘密



月經貧窮/月經汙名化

- 月經貧窮是什麼？
- 經期來會對人產生甚麼影響？
- 該如何面對這些影響呢？

- 你聽過月經汙名化嗎？
- 社會上有什麼傳統的習俗？
- 其他國家對於月經汙名化的狀況是什麼？
- 有些人談到月經會覺得不自在的原因是？

想一想



沒錢買衛生棉錯了嗎？



臺灣與各國的月經不平等



藍色經血

經濟因素

尼泊爾月經小屋

古代禁忌

大姨媽

牛皮紙袋

取消月經稅

免費提供生理用品

月經平權組織 小紅帽



多元經期衛生用品

- 衛生棉條、棉墊、環保有機棉條、月亮褲



為你留一份：免費經期共享盒



月經友善空間



提供生理用品	借用廁所
提供腰部枕/熱敷袋	經血沾染處理
借用衣褲	提供溫熱飲水
經期友善	月經友善地圖

廁所大觀園



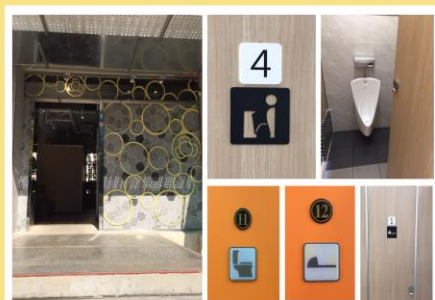
廁所大觀園



廁所大觀園



廁所大觀園



性別友善廁所



- 各種便器都有完整隔間
- 廁所外須有完整概念說明
- 比以往更明亮、安全、友善與彈性的整體設計
- 要架設安全設備，來提升隱私性與安全性



1. 你在使用廁所時，曾經遇到哪些困難或不方便？如果是性別友善廁所，這些問題會有解決方法嗎？
2. 觀察學校或公共場所的廁所設計，你覺得哪些地方可以更友善、更貼心，讓所有人都能安心使用？
3. 如果你有機會設計一間性別友善廁所，你會怎麼規劃它的外觀、設施或標示，讓大家都感到被尊重？



隔間內外- 反霸凌的行動指南

六年級性別平等入班課程







故事問答單

旁觀者的重要性



請用ORID焦點討論法回答下列問題

葉永鋕的故事中，發生了哪些具體的情況？有哪些讓你印象深刻的細節？

客觀事實 (O)

聽到這些故事後，你有什麼樣的感受？

感受反應(R)

你認為旁觀者在這樣的情況中有什麼責任？

意義價值 (I)

如果你是這故事中的旁觀者，面對這種情況，你認為可以做些什麼來改變局面？

決定行動(D)





遊戲規則

男女分成兩組，組別答對問題可先連成一線者獲勝。

性別歧視 如果我是葉永鋕，當我因性別表現或興趣而被嘲笑或歧視時，我希望有哪些人支持我？我該怎麼讓自己感到安心？	尋求支持 假如我是葉永鋕，我可以向誰表達我因為性別氣質而受到的困擾？那些人可以怎麼支持我，讓我感到被理解和保護？	情感連結 如果我是葉永鋕的朋友，看到他因性別表現被霸凌，我會怎麼讓他感到被支持？我可以做些什麼幫助他？
班級友善 當班上有人因性別或外表被排擠時，我可以怎麼行動來創造友善的環境，讓班級成為尊重所有人的地方？	挺身而出 當我看到有人因性別而欺負葉永鋕時，我會怎麼反應？如果我選擇幫助他或保持沉默，這會如何影響事件的發展？	介入保護 假如我是葉永鋕的老師，發現他因性別特質而被霸凌，我會如何介入，幫助他在學校感到安全？
反擊霸凌 如果我是葉永鋕的老師，我該如何教導學生勇敢面對性別歧視或嘲笑？如何鼓勵他們反擊不公平的對待？	家人力量 假如我是葉永鋕的家人，當他因性別而受到不公平對待時，我可以怎麼幫助他，讓他知道家裡是安全、包容的地方？	平等行動 如果我是葉永鋕的家人，我可以怎麼與學校合作，確保他在學校受到尊重？

（七）教材資源或其他參考資料（清單）

1. 小紅帽：一場以月經為名的運動

<https://withred.org/>

2. 教育部性別平等全球資料庫

<https://www.gender.edu.tw/web/index.php/home>

3. 行政院 GENDER 在這裡-性平影像區

<https://www.gender ey.gov.tw/Multimedia/System/Media/Default.aspx>

4. 衛生福利部國民健康署健康九九-青少年好漾館

<https://health99.hpa.gov.tw/theme/256>

5. 真善美教學資源分享網-性教育影音區

<https://goodlife->

[edu.com/%E6%95%99%E5%AD%B8%E8%B3%87%E6%BA%90/%E6%80%A7%E6%95%99%E8%82%B2/%E5%BD%B1%E9%9F%B3/](https://goodlife-edu.com/%E6%95%99%E5%AD%B8%E8%B3%87%E6%BA%90/%E6%80%A7%E6%95%99%E8%82%B2/%E5%BD%B1%E9%9F%B3/)

6. 台灣性別平等教育協會 Podcast

<https://tgeea.org.tw/tag/%E5%8F%B0%E7%81%A3%E6%80%A7%E5%88%A5%E5%B9%B3%E7%AD%89%E6%95%99%E8%82%B2%E5%8D%94%E6%9C%83podcast/>