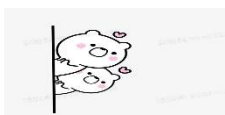


健康課程教案設計

單元名稱	青春進行曲			教案設計者	郭滄詠	
教材來源	康軒健康 第12冊	實施年級	六年級	教學時間	40分鐘	
學習重點	學習表現	1a-III-1 認識生理、心理與社會各層面健康的概念。		核心素養	健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。	
	學習內容	Db-III-1 青春期的探討與常見保健問題的處理				
學習目標	一、認識青春期。 二、瞭解自己在青春期所需要注意的事項。					
課程設計教學理念	國小高年級的學生正處於青春期到來的階段，面對著生心理上的變化，有些小朋友會以這些外表的變化開玩笑，再加上眾多新聞媒體的影響下，一些不正確的刻板印象灌輸到學生的思想中，本節課將正確的兩性知識，以正面的方式介紹給學生知道，並將青春期可能會面臨的詳細情況讓學生了解，以減輕學生對青春期的誤解與恐懼，學習對青春期轉變的兩性尊重。					
教學資源 教學設備	Youtube【男女生青春期健康教育】影片、觸控式螢幕、繪本『有什麼毛病』					
教學流程						
學習目標	教學活動			教學資源	時間 (分)	評量方式
目標一	◎引起動機： 進入高年級小朋友有沒有查覺到自己除了身高、體重，身體還有哪變化？ 「長大」會讓自己的身體有什麼改變呢？ ◎發展活動： 1. 教師利用 Youtube【男女生青春期健康教育】影片			Youtube 影片	5 10	口頭發表 專注聆賞

目標一	<p>2. 教師就影片內容提出問題：</p> <p>(1) 青春期外貌發生變化是因為體內的什麼產生變化？</p> <p>(2) 「賀爾蒙」是什麼？</p> <p>(3) 「第二性徵」在賀爾蒙的幫助下，男生跟女生有哪些部分會有變化？</p>		10	問題討論
目標二	<p>3. 延伸討論</p> <p>※運用繪本『有什麼毛病』共讀與分享</p> <p>(1) 當你發現自己正在『長大』時，你的心理有什麼感覺？</p> <p>(2) 你身上已經出現了這些變化了嗎？</p> <p>(3) 上完今天這堂課後，除了知道男女疑惑或困擾，可以提出來大家一起討論？</p> <p>a. 臉上出現青春痘正常嗎？該怎麼處理？</p> <p>b. 為什麼我還沒出現青春期的特徵？</p> <p>c. 女生月經來了，該怎麼照顧自己？</p> <p>d. 男孩該如何保護自己的重要男性器官？</p>	繪本『有什麼毛病』	10	問題討論 口頭發表
	<p>◎ 綜合活動：</p> <p>1. 引導學生互相尊重彼此的性別，用正確的眼光和態度去看待自己的成長，學習如何照顧青春期的自己。</p> <p>2. 課後：青春進行曲學習單。</p> <p style="text-align: center;">～第一節結束～</p>	學習單	5	學習單



青春進行曲學習單

班級：六忠

座號：

姓名：

答案	題目
	<p>1. 哪兩個時期是人生中，生長速度最快的時期？</p> <p>(1) 嬰兒期、兒童期 (2) 兒童期、青春期 (3) 嬰兒期、青春期</p>
	<p>2. 每個人的生長速度是否一樣？</p> <p>(1) 是，都一樣 (2) 不，不一樣 (3) 男生一樣，女生不一樣</p>
	<p>3. 女生進入青春期的時間大約是幾歲到幾歲之間？</p> <p>(1) 10~14 歲 (2) 12~17 歲 (3) 5-10 歲</p>

	4. 男生進入青春期的時間大約是幾歲到幾歲之間? (1) 10~14 歲 (2) 12~17 歲 (3) 5-10 歲
	5. 長青春痘是那種性別的青春期第二性徵? (1) 男生 (2) 女生 (3) 都有
	6. 喉結突出是那種性別的青春期第二性徵? (1) 男生 (2) 女生 (3) 都有
	7. 聲音低沉是那種性別的青春期第二性徵? (1) 男生 (2) 女生 (3) 都有
	8. 長出腋毛是那種性別的青春期第二性徵? (1) 男生 (2) 女生 (3) 都有
	9. 肩膀變寬是那種性別的青春期第二性徵? (1) 男生 (2) 女生 (3) 都有
	10. 乳房發育是那種性別的青春期第二性徵? (1) 男生 (2) 女生 (3) 都有
	11. 長出陰毛是那種性別的青春期第二性徵? (1) 男生 (2) 女生 (3) 都有
	12. 為了怕胸部發育被發現, 我要大熱天穿著大外套? (1) 健康做法 (2) 病態做法
	13. 下列哪項不是皮下脂肪變多的結果? (1) 皮膚變細緻 (2) 更常上廁所 (3) 身材比異性渾圓
關於青春期二三事, 還有什麼是妳(你)想問的問題或是想說的話嗎?	
	

