

臺北市立誠正國中 109 學年度
健康與體育領域健康教育科沉浸式英語教學教案設計

主題名稱	珍愛自我	教學設計者	林怡璇
教學對象	八年級	教學節次	6 節
核心素養	<p>健體-J-A2 具備理解體育與健康情境的全貌，並做獨立思考與分析的知能，進而運用適當的策略，處理與解決體育與健康的問題。</p> <p>健體-J-B1 具備情意表達的能力，能以同理心與人溝通互動，並理解體育與保健的基本概念，應用於日常生活中。</p>		
學習表現	<p>1a-IV-3 評估內在與外在的行為對健康造成的衝擊與風險。</p> <p>1b-IV-3 因應生活情境的健康需求，尋求解決的健康技能和生活技能。</p> <p>2a-IV-1 關注健康議題本土、國際現況與趨勢。</p> <p>2b-IV-3 充分地肯定自我健康行動的信心與效能感。</p> <p>3b-IV-3 熟悉大部份的決策與批判技能。</p>		
學習內容	<p>Db-IV-5 身體自主權維護的立場表達與行動，以及交友約會安全策略。</p> <p>Db-IV-6 青少年性行為之法律規範與明智抉擇。</p> <p>Db-IV-7 健康性價值觀的建立，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力。</p>		
設計理念	<p>本單元教案分六節，分別為性騷擾、親密行為與拒絕、性侵害、避孕方式、未婚懷孕、色情媒體，學生學習如何維護身體自主權，明確表達自身想法，有效拒絕不合理的要求，並能在面對問題時，能思考與分析解決方式，並能夠在面對不當訊息時，擁有批判的能力</p>		
英語學習 Vocabulary /Sentences	標註於每節教案下方		

教學活動		教具	時間	評量
引起動機	<p style="text-align: center;">第 1 堂</p> <p>➤ 教師說明 還記得白雪公主的故事嗎?公主因為吃了毒蘋果而昏倒，最後，王子親吻了公主，讓她甦醒過來，他們便結婚過著幸福快樂的日子…</p> <p>如果將童話故事搬到現實生活中，可能就沒有這麼浪漫了，因為在未經同意之下就擅自親吻他人，造成他人的不舒服，就會構成一種性騷擾！sexual harassment</p>		2'	
發展活動	<p>➤ 教師說明</p> <p>日常生活中遇到以下這些狀況時，你可以接受嗎? Can you accept the following situations in your daily life?</p> <ol style="list-style-type: none"> 上男廁時，隔壁的同學一直盯著我看 同學拉我背後的內衣肩帶，彈到我的背 同學很愛講黃色笑話給我聽 醫生拿聽診器放在你胸口上進行看診 放學搭公車時，旁邊的陌生人與自己的臀部有接觸到 		3'	口說評量

<p>6. 親戚和我說話時，會摟著我的腰，說我好可愛</p> <p>➤ 教師說明</p> <p>每個人的身體都是屬於自己的，也有權利決定該如何使用，這就是所謂的身體自主權。我們會允許某些熟人的觸碰，如：溫和拍肩給予鼓勵跟安慰。但如果是不熟悉的人觸碰你的肩膀，就會帶來截然不同的感受。這種讓人困擾、感到被冒犯的行為就構成了「騷擾」。</p> <p>尤其是比較敏感的部位，跟性有關的就會構成性騷擾</p> <p>➤ 教師詢問</p> <p>如果真的發生上述這些情況，自己感到不舒服，你會如何向對方表達？</p> <p>If these things happen and you feel uncomfortable, how would you express to the other person?</p> <p>例如生殖器官是我的隱私部位，我不想借你看。我不喜歡你亂碰我的內衣，這一點都不好玩。</p>		3'	口說評量
<p>■ 性騷擾</p> <p>一、性騷擾定義</p> <p>違反他人意願而向他人實施與性或性別有關之行為，造成對方的厭惡，不當影響其正常生活進行的，都算是「性騷擾」</p> <p>➔重點在於當事者的感受</p> <p>二、性騷擾的行為有哪些？</p> <p>1. 肢體騷擾 Physical harassment</p> <p>➔不必要的接觸或撫摸他人身體。如：故意擦撞、強行搭肩膀或手臂、故意緊貼他人、脫下同儕的褲子、觸碰對方生殖器官等。</p>		2'	
<p>➤ 觀看青春法學院影片</p> <p>➤ 教師詢問</p> <p>◇ 你曾經遇過或看過這種情況嗎？</p> <p>◇ 被脫下褲子的同學有何感受？</p> <p>◇ 亂開玩笑可能造成什麼後果？</p> <p>◇ Have you ever encountered or seen this situation?</p> <p>◇ How does the boy feel?</p> <p>◇ What are the consequences of making jokes?</p> <p>2. 言語騷擾 Verbal Harassment</p> <p>➔擅自幫同學取跟性有關的不雅綽號、故意談論有關性的話題，詢問個人的性隱私、性生活，對別人的衣著、外表和身材，給予有關性方面的評語，故意講述色情笑話、故事。</p>	影片	5'	口說評量

	<p>➤ 觀看青春法學院影片</p> <p>➤ 教師詢問</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 你曾經遇過或看過這種情況嗎? ◇ 如果你是片中那位女孩你會有什麼感覺? ◇ Have you ever encountered or seen this situation? ◇ What would you think if you were that girl <p>3. 網路性騷擾 Online Sexual Harassment</p> <p>➔ 在網路聊天訊息中轉發色情圖片或訊息</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 以下何者屬於此種性騷擾? <ul style="list-style-type: none"> A. 介紹性器官的課文圖片 B. 解說男性泌尿器官的影片 C. 博物館中的裸體雕像 D. 刻意誇大性特徵的圖片 <p>4. 過度追求 Excessive pursuit</p> <p>➔ 暗戀某位同學，常常跟蹤對方回家，讓對方感到不舒服</p> <p>5. 非肢體及語言的騷擾 Non-physical and verbal harassment</p> <p>➔ 故意吹口哨、身體或手的動作具有性的暗示、用曖昧的眼光打量他人，或展示與性有關的物件，如：色情書刊、海報等。</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 觀看影片-遇到廁所偷拍 ➤ 教師詢問 ◇ 如果遇到這種狀況該怎麼處理? <p style="padding-left: 40px;">What should you do if you encounter this situation?</p> <p>6. 性霸凌 Sexual bullying</p> <p>➔ 指透過語言、肢體或其他暴力，對於他人之性別特徵、性別特質、性傾向或性別認同進行貶抑、攻擊或威脅之行為。</p> <p>➔ 嘲笑同學是「男人婆」、「娘娘腔」、「死 G A Y」，對別人進行「阿魯巴」</p> <p>三、性騷擾迷思分析</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 教師說明 <p>過去觀念中，許多不當的行為容易被當成「惡作劇」或者「調皮」。但在<u>校園性侵害性騷擾或性霸凌防治準則</u>頒布之後，性騷擾的構成與否，是取決於個人的主觀感受。只要當事人表達出不喜歡、不舒服，甚至明確的制止對方，那麼不論騷擾者的動機或想法為何，都屬於性騷擾。</p>	<p>影片</p> <p>5'</p> <p>影片</p> <p>5'</p>	<p>5'</p> <p>5'</p>	<p>口說評量</p> <p>口說評量</p>
--	---	---	---------------------	-------------------------

	<p>➤ 請同學分組討論，根據以下情境判別是否為性騷擾？請寫下原因及此情境暗藏的大眾迷思，並破解迷思</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 國小二年級的小蘭(女)到鄰居家玩，長輩以擦汗為由，摸遍她身體，事後她對此感到不舒服，隱約知道長輩未經同意就觸碰她的身體好像不對，但這可能是長輩關心小孩的方式 2. 阿祥(男)搭捷運時，另一名身穿西裝、看起來很正常的男子用外套遮掩自己的手，趁人不注意時偷偷摸了他的臀部，令他感到不舒服，但也不敢張揚，心想忍一下就過去了，而且一般來說都是女性遇到這種事情，說出來太丟臉 3. 曼君(女)的老師常常在上課時講黃色笑話或是討論女生身材，曼君聽到後感到很不舒服，可是其他同學都在笑，是不是自己小題大作。 4. 下課時，班上的幾個男同學在打鬧玩耍，小豪(男)經過他們時，褲子被拉扯下來，露出生殖器官，畫面被其他同學看到，大家一直在笑，小豪覺得非常丟臉，很想找地方躲起來，那些男同學嘴裡說著抱歉啦!我們在玩，跟你開玩笑的。 5. 曉鈴(女)跟威威(男)是交往中的情侶，威威在曉鈴的耳邊說「寶貝你今天穿細肩帶加短褲好美，是不是想引誘我?」曉鈴把威威推開說「不要這樣，我不喜歡!」威威卻說「你們女生都這樣，嘴上說不要，其實心裡很想被我摸。」 <p>四、如果遇到性騷擾可以怎麼做</p> <p>➤ 教師說明</p> <p>性騷擾的發生不分任何時間、地點或對象，每個人都要懂得如何因應。</p> <p>面對騷擾的發生，當事人往往會因為害怕、覺得丟臉或擔心影響彼此的情誼而選擇沉默，導致更嚴重的後果。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 相信自己的直覺：雖然不是每件事都會構成性騷擾，但請相信自己直覺，畢竟身體是自己的。 2. 尋求情緒支持：你可以向朋友或老師說出自己的感受，不要因此自責、失去信心，或任何羞愧。必要時尋求精神醫療及心理諮商專業人員的協助 3. 向性騷擾者直接說「不」，要求停止性騷擾 4. 盡可能記錄事發的時間、地點、情況，幫助後續的處理，作為申訴之用。 5. 尋求證人，及其他證據。 	學習單	10'	英文書寫實作評量
			5'	

	<p>6. 向學校老師、家長、保護專線 113、警察局尋求協助。</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 觀看影片-公車遇到色狼 ➤ 教師詢問 ◇ 該名被性騷擾的女生當下是什麼情緒反應? ◇ 有沒有乘客看到她被性騷擾呢? ◇ 如果你是目睹的乘客，你可以幫什麼忙嗎? ◇ 如果是你在公車上遇到性騷擾，你該怎麼處理? ◇ What is the emotion of the girl who is sexually harassed? ◇ Did any passengers see it? ◇ If you are the witnessing passenger, what can you do? ◇ If you encounter sexual harassment on the bus, what should you do? 	影片	5'	口說評量	
綜合活動	<p>每個人都是自己身體的主人，所以你應該要了解自己身體的界限在哪裏，同時清楚的讓別人知道，當我們不願意讓別人碰觸自己的身體時，我們有絕對的權利說「不」來保護自己不受騷擾。同樣的，當我們與別人互動時，如果對方表達他的身體界限時，我們也應該要學習去及時察覺，尊重對方的身體自主權，這樣才不會造成別人的困擾或傷害</p>				
本堂英語學習	<p>Vocabulary</p> <p>sexual harassment 性騷擾</p> <p>Physical harassment 肢體騷擾</p> <p>Verbal Harassment 言語騷擾</p> <p>Online Sexual Harassment 網路性騷擾</p> <p>Excessive pursuit 過度追求</p> <p>Non-physical and verbal harassment 非肢體及語言的騷擾</p> <p>Sexual bullying 性霸凌</p>	<p>Sentences</p> <p>Have you ever encountered or seen this situation?</p> <p>What would you think if you were that girl?</p> <p>What should you do if you encounter this situation?</p>			
	教學活動	教具	時間	評量	
引起動機	<p style="text-align: center;">第 2 堂</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ 觀看愛情生理學影片(5' 30) ➤ 教師詢問 1. 當女生和男生說「我爸媽不在家，因為下雨你都淋濕了，要不要去我家換件乾的衣服？」時，可能是用什麼心態說的呢? 2. 當女生提出這種邀約時，正值青春期的男生應該怎麼做比較適合呢?(前提是要避免自己有性行為的衝動發生) 3. 燈光美氣氛佳的時刻，他們面臨到就快發生性行為 	影片	10'	口說評量	

	<p>的時候，女生問「有沒有那個」？男生回答什麼呢？</p> <p>4. 你認為後續會如何發展呢…？</p>			
<p>發展活動</p>	<p>■ 適合國中生的親密行為程度</p> <p>➤ 教師說明 性行為應該建立在愛、關係與歸屬感的基礎上，當然不是只有性器官的接觸，它還包括親吻、撫觸、擁抱、愛撫，甚至是眼神、手勢與心靈的交流。</p> <p>➤ 教師詢問 1. 你認為國中生交往的肢體接觸，應該要注意什麼？ 2. 國中生可以進展到什麼程度呢？</p> <p>➤ 教師說明 愛的表達方式有很多種，國中階段的你，在能力許可範圍內將自己的愛傳達給對方，例如陪伴、聊天、一起討論功課、送卡片、小禮物等等，表達自己的真誠。 國中階段不宜發展性行為，除了受到法律年齡限制，本身這個行為對情侶間的愛情關係就是一個很大的變數與挑戰，會改變的絕對不是只有身體而已。</p> <p>➤ 教師說明 當你在遲疑要不要答應男友的性邀約時，可以先思考 答應的後果→正面影響？負面影響？ 拒絕的後果→正面影響？負面影響？ 最後從中選出你要的決定，並且為這個決定負責</p> <p>➤ 教師詢問 1. 為什麼法律要有規定呢？自己不是有身體自主權嗎？ 對於未滿十四歲之男女為性交者，處三年以上十年以下有期徒刑。→為保護性器官未成熟的孩子 對於十四歲以上未滿十六歲之男女為性交者，處七年以上有期徒刑。→為保護缺乏性知識的孩子</p> <p>2. 國中生發生性行為，分別對生理、心理、社會產生哪些影響呢？ 雙方可能會擔心性行為的後果（如性病、懷孕、被雙方父母發現），如果真的未婚懷孕，真正要面對處理的還是女生，妳要決定要墮胎還是生下來？青少年懷孕發生流產、早產等狀況的可能性</p>	<p>學習單</p>	<p>5'</p> <p>5'</p> <p>5'</p>	<p>口說評量</p> <p>口說評量 實作評量 英文書寫</p>

都相對偏高，過早的性行為還大大提升未來罹患子宮頸癌的風險。

原本戀愛就不是件小事，需要認識自己並學習表露自己，瞭解情人的行為模式並建立彼此間的溝通管道……，光是這些相處上的大小事就已經忙得暈頭轉向了，一旦發生性行為後，只會讓整個情況更加複雜。

■ 性不性由你

➤ 教師說明

因此當我們在面對性行為的邀約或是不合理的要求時，只要心中有一絲絲的疑慮和煩憂，將可能會影響彼此關係，就要勇敢且有效地拒絕。

原則一：態度堅定

Principle 1: Be firm

確定自己的想法後，練習告訴自己要堅定拒絕發生性行為的想法，當對方邀約，向對方表達立場時口氣要明確、委婉，不要用攻擊和刺激的語氣，但也不要因為內心感覺擔憂或覺得虧欠而動搖心意。

例如：我不想發生性行為。

原則二：述說原因

Principle 2: State the reasons

每個被拒絕的人都可能希望了解原因，而不喜歡沒有理由的拒絕，不說清楚而讓對方猜疑原因更可能導致失去信任或產生裂痕，因此，要嘗試用真誠的態度，直接說明無法接受對方邀約發生性行為的原因，讓對方真正地理解想法和難處。

例如：我覺得我還不想發生性行為，因為我感覺我們的年齡和交往的程度都還沒有到達適合發生性行為的階段，我想跟你/妳有更多時間更親近、更認識彼此的想法和價值觀。

原則三：明確表達

Principle 3: Clearly express

拒絕時除了態度堅定外，口氣要溫和而篤定，清楚地讓對方知道你/妳不要，而表達後也要透過詢問、再確認、傾聽，確定對方有接收到訊息。

例如：我說我不要，你/妳理解了嗎？

原則四：同理安撫

Principle 4: Empathy and comfort

堅定態度、表達拒絕想法和原因後，要發揮同理心，了解對方被拒絕後可能感覺沒有面子、感覺不舒服或不愉悅等，嘗試藉由提出替代方案來安慰對方，企圖讓彼此

	<p>都感覺有成長，能夠滿意。</p> <p>例如：我們沒有發生性行為不是我不愛你/妳，而是因為愛你/妳，所以很珍惜我們的美妙關係，不希望有不安定因素影響我們的感情，所以我會尊重、關心、照顧你/妳，透過很多的溝通和分享，讓我們更了解彼此，感覺身邊有個愛自己的人真的很幸福。</p> <p>➤ 情境練習</p> <p>分組討論，請運用有效拒絕原則完成</p> <p>小君目前就讀九年級，還不滿 16 歲，她和同校的男朋友交往已經快一個月了，感覺非常甜蜜，下課時間總是黏在一起，在家裡也常常電話一講就一個小時。但是，最近男朋友開始跨越小君設定的身體接觸底線，撩撥和挑逗的方式愈來愈大膽激烈，並一再灌輸「性行為是愛最好的表達和證明」的想法。小君喜歡和男朋友擁抱親吻，對男朋友的引誘與暗示有時也會感到心癢癢的，但心底隱約有個聲音一直提醒自己「這樣不太好，不能再更進一步」，但又不知道該怎麼和男友說，讓她很困擾。</p> <p>➤ 教師詢問</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小君認為不能再更進一步的原因可能有哪些？ 2. 小君可以怎麼運用有效拒絕法來告訴男友她內心的想法？ 3. 小君拒絕了以後，男友應該如何回應，才是尊重小君的表現？ <ol style="list-style-type: none"> 1. What are the possible reasons why 小君 thinks she can't have sex with her boyfriend? 2. How can 小君 use the effective rejection method to tell her boyfriend what she thinks? 3. After 小君 refused, how should her boyfriend respond to respect 小君? 	學習單	10'	口說評量 實作評量 英文書寫
綜合活動	<p>真正的愛是尊重，是在極度珍惜彼此關係的情況下，在乎對方的感受和想法。因此，若能在關係中做真正的自己，表達自己真正的想法，即便是拒絕發生性行為，對方如果能夠接受，也恰好是可以提供互相認識的進階機會。學習勇敢表述且能自我肯定，享受愛與被愛，才能在戀愛中成長和感受滿足。</p>		5'	
本堂英語學習	<p>Content Vocabulary</p> <p>Firm 堅決 State 陳述 Express 表達 Empathy 同情/同理 Comfort 安慰/安撫</p>	<p>Sentences patterns</p> <p>How can you use the effective rejection method to _____?</p>		

	effective 有效的 Refuse 拒絕 Respect 尊重			
	教學活動	教具	時間	評量
引 起 動 機	<p>第 3 堂</p> <p>[引起動機]</p> <p>➤ 分享「Trigger Warning: Breakfast」 故事裡被侵犯的女孩告訴自己並不是被性侵，她幫強暴犯做了早餐，當他壓在身上時沒有說不，這樣就表示發生過的事只是一段浪漫的約會而已，不是性侵…。 因為她長得漂亮所以才會被性侵嗎?其他人不會?</p> <p>➤ 教師詢問 什麼是性侵害? Sexual assault 對於男女以強暴、脅迫、恐嚇、催眠術或其他為反其意願之方法而為性交或猥褻者，是犯罪行為 「only YES means YES 沒有同意，就是性侵」 "Only YES means YES without consent, it is sexual assault" 的倡導，是強調性主動的一方有責任確認對方在「完全清醒」的狀態下「同意」性行為，而不是用「沒有說不就等於願意」的模糊態度去侵犯他人。 Nobody has the right to have sex with you without your consent. 如果沒有經過你的同意，沒有人有權和你發生性關係。</p> <p>➤ 性侵害迷思 Q&A</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 只有在深夜外出，或是偏僻的空地、暗巷裡，才會發生性侵害 2. 性侵害的發生都是臨時起意的 3. 只有漂亮女性才會遭到性侵害 4. 性侵害的加害人都是陌生人 5. 加害人都是行為異常、精神有問題的人 6. 加害人都是男性 7. 性侵害是因為女人穿著太暴露 8. <p>➤ 教師說明 每年四月的最後一個星期三，是世界丹寧日 (Denim Day)，鼓勵所有人在這天穿上牛仔褲，作為一種性別政治宣示。這並非商人意圖促銷，而是民眾自發的抗議行為。因為世上曾有一個女孩，被強暴時穿著緊身牛仔褲，法官竟因此說，她是自願的。</p>		5' 4' 6'	口說評量
發 展	<p>➤ 教師說明 只有女生會遭受性侵嗎?觀看杰哥不要影片(6')</p>	影片		

活動	<p>➤ 教師詢問</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 阿璋與杰哥是什麼關係呢? 2. 被性侵之後的阿璋可能會產生什麼情緒?他的生活會受影響嗎? 3. 如果可以重來，他應該可以如何保護自己? <ol style="list-style-type: none"> 1. What is the relationship between 阿璋 and the 杰哥? 2. What emotions might 阿璋 have after being sexually assaulted? Will his life be affected? 3. How should he protect himself? <p>■ 保護自己的方式</p> <p>➤ 教師說明</p> <p>一、 若約會對象還不熟識，最好集體出遊</p> <p>If you are not acquainted with your date, it is best to go out together:</p> <p>如果可能的話，剛開始的約會應儘量在公共場合，時間也不宜太晚，能讓自己回家而不需對方接送最好。</p> <p>二、 慎選約會的時間與地點</p> <p>Choose the date and place carefully</p> <p>不要到不熟悉的場所，選擇明亮約會場所：在剛開始約會的時候，約會地點應挑選人多，讓你覺得舒適及安全的地方，這樣會讓你有機會了解你的約會對象，以決定是否再與他繼續下去。避免二人在幽暗之處獨處，例如旅館、KTV、PUB、或偏僻地區。</p> <p>三、 注意飲料與食物</p> <p>pay attention to drinks and food</p> <p>儘量遠離酒精和毒品：當約會時飲酒過量或有用迷幻性藥物，將使約會帶來嚴重的後果，如果你要喝酒，應自我控制，至少要能自己清醒的回家，不要依賴別人可以『照顧』你回家。</p> <p>四、 設定好自己對於性行為的底線</p> <p>Set your own bottom line for sexual behavior</p> <p>你的身體，他人沒有權力去強迫你做任何你不想做的事，假如你不想讓對方摸你或吻你，你可以說「把你的手拿開」、「不要摸我」，或「假如你不尊重我的想法，我會立即離開」。堅決的阻止性活動並不代表你有任何錯。</p> <p>五、 堅決自己的態度</p> <p>resolutely own attitude</p> <p>不要給予對方不明確的訊息，要明確表達自己的意思：當你接受的時候就說「是」，當你不想要的時候，就明確的說「不」，千萬不要讓對方分不清楚你的意</p>	10'	口說評量	5'
----	--	-----	------	----

思。

六、 信任自己的直覺

Trust your intuition

如果你覺得有壓力或好像有壓力時，你就必須立即反應。例如某些狀況讓你覺得不安，或者你約會的對象某些行為令你覺得緊張，那麼就應立即下定決心離開。

➤ 教師詢問

為什麼許多受害者不敢告知他人自己遇害？

➤ 教師說明

曾經有一段時期全球有很多女性均在使用「#Me Too」一詞，以表達她們自己都曾經遭到性騷擾或性侵害的經驗，受害者絕非個案。

女神卡卡曾經分享過在她 19 歲時遭遇音樂圈前輩性侵的往事。她曾向娛樂圈高層求援，卻無人伸出援手，

「那些男人開始躲，因為他們害怕失去權力，我也開始把此事藏起來。」

「我想說出我自己的故事。應該有很多人跟我一樣，只能在角落哭泣，不知道該怎麼辦；還有心裡頭的憤怒，以及對自己的不諒解，憤怒怎麼讓這種事發生在自己身上。我想讓更多人知道，發生這樣的事，正確的處置方式是為自己站出來。雖然司法並不一定會讓你滿意，但這個社會有很多資源可以幫你，你並不孤單。」

➤ 教師詢問

如果遇到性侵害可以怎麼辦？

一、 尋求安全：

萬一遭遇襲擊，一定要先設法到達一個安全的地方。但要記住，保護自己的生命是最重 5' 要的。

二、 保持現場：

如果不幸遇襲，應保持現場，不要移動或再觸摸任何現場器物，以利警方採證與蒐集線索。

三、 保留證據：

不要更衣或毀壞身上的衣物。不要淋浴、洗手、刷牙或上廁所。立刻到醫院接受檢查、採取避孕措施，

10'

口說評
量

5'

	進行性病預防(雖然不淋浴會不舒服,但要知道,淋浴可能會破壞證據)。記住歹徒的人、車特徵,以正確的描述所看見的重點線索。				
綜合活動	比起身體的傷害,更需要關心的是心靈上的創傷,要培養危機意識,提高警覺,讓自己遠離不安全的環境與狀況				
本堂英語學習	Vocabulary	Sentences			
	Consent 同意 Sexual assault 性侵害 pay attention to 注意	Only YES means YES without consent, it is sexual assault Nobody has the right to have sex with you without your consent.			
教學活動			教具	時間	
引起動機	<p style="text-align: center;">第4堂</p> <p>阿偉與花花是一對熱戀中的情侶,面對二人的感情,阿偉常對花花提出想要有更進一步的親密行為,花花則希望在彼此的感情及生理更成熟、關係更有保障後才發生,為了此事常起爭執。</p> <p>在阿偉生日的這天,花花禁不住阿偉苦苦哀求,於是兩人就這樣半推半就地初嘗了禁果。</p> <p>由於花花是第一次初嘗性事,對於避孕一事完全沒有經驗,而阿偉也擔心花花懷孕,除了自己採取體外射精,還叫花花趕快尿尿,並用可樂沖洗陰道,以便沖走精子達到雙重避孕的效果……</p> <p>➤ 教師詢問</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 花花是否自願與阿瑋發生性關係? 2. 面對不同性價值觀的兩人,最後是誰妥協了? 3. 體外射精和用可樂沖洗陰道是可行的避孕方式嗎? <p>➤ 進行問答與迷思澄清</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. (x)第一次發生性行為的女生不會懷孕 2. (x)結束後女生馬上排尿就不會懷孕 3. (x)性行為之後馬上用水、肥皂或可樂之類的液體沖洗陰道可以沖走精子預防懷孕 4. (x)女生在性行為前洗一個熱水澡可以減少懷孕的危險 5. (x)在性交後女孩上下跳躍就不會懷孕 6. (x)吞下精液的女生會懷孕 7. (x)用體外射精就可以避免懷孕 <p>➤ 教師說明</p>			<p>5'</p> <p>5'</p> <p>5'</p>	<p>口說評量</p>

	<ol style="list-style-type: none"> 1. 性行為並沒有免費試用期，當然就沒有所謂第一次不會懷孕的優惠 2. 性行為的射精是在陰道，排尿是經過尿道，兩者是不相干的事 3. 性行為後的灌洗並不是有效的避孕措施，甚至會引起陰道的感染 4. 熱水澡根本沒有避孕的作用，只能讓身體清洗乾淨而已，怎麼可能減少懷孕的危險 5. 在沒有任何保護措施的情況下進行性行為，上下跳躍或其他任何形式的身體運動都無法減少懷孕的危險的 6. 懷孕這事是精子和卵子經性行為後，精子拼命游向輸卵管的卵子，並在輸卵管進行受精，所以吞精液的事絕對不會懷孕的 7. 體外射精，雖然並沒有射精在陰道內，但只要沒有全程正確使用保險套，性行為過程中的精液分泌物只要接觸到女性的生殖器官，都有懷孕的可能，因為精液分泌物中是含有微量精子的！ 			
<p>發展活動</p>	<p>➤ 教師說明</p> <p>最好的避孕法是「不要發生性行為」，如果真的無法避免，請記住：不戴保險套，就不要發生性行為！</p> <p>The best method of contraception is "Don't have sex." Please remember:" NO condom no sex."</p> <p>■ 避孕原理</p> <p>所謂的「避孕」，就是「避免懷孕」，也就是設法在正常懷孕的過程之中，人為預防或終止懷孕的方式。依照目前現有的避孕方法，其原理大致有下列三種：</p> <p>(一) 抑制排卵</p> <p>(二) 阻止精子與卵子結合</p> <p>(三) 干擾授精卵著床</p> <p>■ 常見的避孕方式</p> <p>➤ 教師說明</p> <p>請同學討論這五種避孕方式的優缺點</p> <p>Please discuss the advantages and disadvantages of these five contraceptive methods</p> <p>一、口服避孕藥 Oral contraceptives</p> <p>一、保險套 the condom</p> <p>二、結紮手術 ligation surgery</p> <p>三、事後避孕藥 afterwards contraceptives</p> <p>四、子宮內避孕器 intrauterine contraceptive device</p>	<p>學習單</p>	<p>5'</p> <p>10'</p>	<p>口說評量</p> <p>英文書寫</p> <p>實作評量</p>

<p>➤ 教師說明</p> <p>一、口服避孕藥</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 避孕原理：能抑制卵巢排卵或抑制卵子成熟的功能，以達到避孕的效果。 ◇ 避孕效果：如服用方法正確，效果幾達 100% ◇ 優點： <ul style="list-style-type: none"> 1. 服用簡便、效果高。 2. 調經。 3. 減輕痛經及經前緊張。 ◇ 缺點： <ul style="list-style-type: none"> 1. 需每日服用，不能遺忘，若忘記服用則會影響效果。 2. 部分婦女可能會有少許的副作用，例如：噁心、嘔吐、頭暈的感覺，但不久就會消失。 <p>二、保險套</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 避孕原理：保險套為一種乳膠所製成的男性避孕套，性交前將保險套套在勃起的陰莖上，使精子無法進入陰道，達到避孕效果。 ◇ 避孕效果：若每次性交均正確使用，效果可達 90% ◇ 優點： <ul style="list-style-type: none"> 1. 效果良好 2. 使用簡便 3. 無禁忌症，無副作用 4. 可降低性傳染疾病及愛滋病感染 ◇ 缺點： <ul style="list-style-type: none"> 1. 如有破損或精液外溢時，避孕會失敗。 2. 在每次性交前必須套上。 <p>三、結紮手術</p> <ul style="list-style-type: none"> ◇ 男性避孕原理：是將男性的陰囊部位的兩條輸精管結紮後切斷，使精子不能通過結紮的部份，以達到避孕的效果，是一種永久性的男性避孕方法 ◇ 避孕效果：避孕效果幾達 100%，是最有效的避孕方法 ◇ 優點： <ul style="list-style-type: none"> 1. 一次手術即可獲得永久的避孕。 2. 手術簡單隨時均可施行：不需住院，手術後只需幾小時的休息即可出院。 3. 不會影響射精、也不影響性慾或性能力 ◇ 缺點： 	13'	
--	-----	--

	<p>結紮後再開刀接通非常麻煩，故唯有堅定的決心，決定不再生育的夫婦才採用。</p> <p>◇ 注意事項： 結紮後經過 10-15 次射精後，應回院檢查精液，確定精液內不含精子，才能確保有效避孕。</p> <p>◇ 女性避孕原理：將兩條輸卵管結紮後切斷，使卵子不能通過輸卵管，以達到避孕的效果，是一種永久性的女性避孕方法。</p> <p>◇ 避孕效果：幾達 100%</p> <p>◇ 優點： 1. 一次手術即可獲得永久的避孕。 2. 無副作用不影響性慾。 3. 結紮後月經仍照常來潮，女性荷爾蒙正常分泌。</p> <p>◇ 缺點： 結紮後再開刀接通非常麻煩，故唯有堅定的決心，決定不再生育的夫婦才採用</p> <p>四、事後避孕藥 五、子宮內避孕器</p>				
綜合活動	<p>以上方法不成功便成「人」，最好的避孕法是「不要發生性行為」，如果真的無法避免，請記住：不戴保險套，就不要發生性行為！</p>		2'		
本堂英語學習	<p>Vocabulary</p> <p>Contraception 避孕方式 Oral 口服的/口頭的 Condom 保險套 Ligation 結紮 Surgery 手術 afterwards 事後的 intrauterine 子宮內 uterus 子宮</p>	<p>Sentences</p> <p>NO condom no sex Please discuss the advantages and disadvantages of _____</p>			
	教學活動	教具	時間	評量	
引起動機	<p style="text-align: center;">第 5 堂</p> <p>➤ 教師詢問 之前我們看過鴻孕當頭電影。 面對未婚懷孕，朱諾曾經嘗試過什麼方式呢？最後的決定是什麼？ Please think back, when Juno faced the problem of</p>		5'	口說評量	

	unmarried pregnancy, how did she try to solve it? What was the final decision?			
發展活動	<p>未成年懷孕的因應方式</p> <p>➤ 教師詢問 如果發生未婚懷孕，你會怎麼告訴家人?他們會有什麼反應呢? 完成後請各組上台發表</p> <p>➤ 教師說明 我們可能會面臨到這四種選擇：單親扶養，結婚共同撫養，出養，中止懷孕，你會選擇什麼? There are four choices: raised by single parent, get married and raise together, adoption, termination of pregnancy.</p> <p>請分組討論這些方法的優點與缺點，思考哪一種方式比較適合國中生日前的狀態? Please discuss the advantages and disadvantages of these methods, and consider which method is more suitable for junior high school students?</p> <p>一、單親撫養 二、結婚共同撫養 三、出養 四、中止懷孕</p> <p>➤ 教師針對四種方式進行補充</p>	學習單	15'	口說評量 英文書寫 實作評量
		學習單	15'	口說評量 英文書寫 實作評量
			10'	
綜合活動	<p>➤ 教師說明 為自己的選擇負責任</p>			
本堂英語學習	Content Vocabulary	Sentences patterns		
	unmarried 未婚的 pregnancy 懷孕 decision 決定 suitable 適合的 raised 扶養 adoption 領養	Please discuss the advantages and disadvantages of____ Which method is more suitable for____?		

termination 中止				
教學活動		教具	時間	評量
引起動機	<p style="text-align: center;">第 6 堂</p> <p>➤ 教師詢問</p> <p>1. 你知道照片上的人物是誰嗎?</p> <p>2. 你曾經在學校聽過同學討論色情書刊的事嗎?</p> <p>1. Do you know who the person in the photo is?</p> <p>2. Have you ever heard your classmates discuss pornographic websites in school?</p> <p>➤ 教師說明</p> <p>古人說：「食色性也」，意思是說飲食和性慾都是人類的基本慾望，也因為對性好奇，會使用網路搜尋與性相關的資訊！只可惜很多青少年找到的並不是正確健康的「性觀念」，而是「色情」！因此必須學習批判思考方式來保護自己！辨別事情的真假！</p>		5'	
發展活動	<p>➤ 教師詢問</p> <p>大家應該有聽過 A 片、H 漫之類的名詞，但是到底什樣的東西會被歸類為色情呢？</p> <p>Everyone should have heard of such terms as A 片 and H 漫? But what information would be classified as pornographic?</p> <p>➤ 教師說明</p> <p>色情就是「與性有關，但以刺激性慾為主要目的，呈現不健康的人際角色關係的資訊」，色情資訊只強調激情層面，完全忽略更重要的「愛」與「承諾」。</p> <p>➤ 教師詢問</p> <p>色情資訊可能以什麼形式出現在你的生活中？</p> <p>In your life, what form might pornography appear in?</p> <p>可能是文字（包括羅曼史、色情小說、信箱廣告）、圖片（包括寫真集、裸照、自拍、H 漫）、聲音（0204 色情電話）、動畫（A 片）、物品（色情用品專賣店的商品）、表演（包括鋼管秀、電子花車）</p> <p>➤ 教師詢問</p> <p>為什麼 A 片要限制 18 歲以下不能觀看？</p> <p>Why are adult videos restricted to those under 18 years old?</p> <p>A 片又叫作 adult video，是刻意設計的，如果習慣觀看 A 片，可能會導致性興奮感麻木（勃起硬度不足），或是沒有辦法控制快感（早洩），甚至可能成癮。</p> <p>A 片中的人物互動方式與情節，與現實生活中有很大的落差，可能會誤解人與人之間的互動都與性欲望有</p>		5'	

關

或是產生錯誤價值觀，擔心自己的性表現不如影片演員，所以才會把 A 片列為不適合 18 歲以下青少年觀看的內容。

➤ 教師詢問

A 片可以教我們正確的性知識嗎？

Can porn teach us the correct knowledge of sex?

它絕不會告訴你，哪些行為可能導致性病或是意外的懷孕，更不會教你如何正確地使用保險套。因此 A 片只是遊戲之作，絕對不是性教育的教材

■ 錯誤的價值觀

➤ 教師詢問

A 片可能會誤導什麼觀念？

What wrong sex education ideas might porn give us?

1. 誇大性特徵：如男性陰莖尺寸迷思、女性胸部畫得比籃球還大。
2. 誇大性能力：表演者都是經過特別挑選，再配合鏡頭剪接與道具使用，其中關於性行為持續的時間與次數都不符合真實情境。
3. 鼓勵危險性行為：例如不使用保險套、多重性伴侶、高難度性姿勢等。
4. 只有性沒有愛：發生親密行為前缺乏感情培養，人物的出現只是為了發生性行為。
5. 違反道德倫理規範：父母與子女、上司與部屬、醫生與病人。
6. 刻板印象：如角色外貌限於美艷、清純、肌肉男。
7. 身體物化：運用視角切割強調身體特定部位，或是誇大性特徵（特寫女性胸部、下體、男生生殖器，但男主角的臉很少拍到）。
8. 暴力合理化：忽視暴力造成的傷害，常出現大量性虐待的情節。
9. 剝削弱勢族群：如女性、兒童是主要被侵犯的對象。

■ 批判思考活動

	<p>➤ 教師說明</p> <p>要避免自己看到色情訊息，可以使用批判思考法，步驟為</p> <p>To avoid seeing pornographic information, you can use critical thinking. The steps are</p> <p>一、 質疑(懷疑一下) Questioning (I will doubt it)</p> <p>二、 反省(想一下蒐集資料) reflection (I will think and collect information)</p> <p>三、 解放(打聽一下別人的看法) Liberation (I will ask others' opinions)</p> <p>四、 重建(我決定了) reconstruction (I decide)</p> <p>➤ 請練習用批判思考法完成這個情境題</p> <p>馬克在使用臉書的時候，訊息突然跳出一個好友傳來的訊息，上面寫著「超棒的網站，免費看妹妹」，縮圖疑似是清涼辣妹照片。</p> <p>1. 如果你是馬克，看到這樣的訊息，你有什麼想法？</p> <p>2. 你的選擇會是什麼？</p> <p>➤ 教師總結</p> <p>面對A片，就應該有正確的應對態度。平時要充實正確的性知識，建立適當的性價值觀，才不至於在懵懂中受影響，形成錯誤性觀念。如果有看到A片時，更要了解，A片純屬虛構，青少年應該審慎分析，並思考它如何影響了你的價值觀。</p>	學習單	10'	口說分享 英文書寫 實作評量
綜合活動	➤ 教師隨堂測驗	考卷	10'	英文書寫 實作評量
本堂英語	Vocabulary pornography 色情 restrict 限制 appear 出現	Sentences Have you ever heard of_____? I decide to_____. I will ask others' opinions		

學 習	avoid 避免 critical 批判的 doubt 懷疑 collect 蒐集 opinions 意見 decide 決定	
--------	--	--