

普通高級中學課程健康與護理學科中心

健康與護理科教學典範示例

核心能力：6-1 養成健康的性觀念

一、教案時間：第一節五十分鐘

二、單元名稱：全人的性

設計理念：人從出生到死亡都與性脫離不了關係(如出生的弄璋、弄瓦，死亡的喪禮儀式等)，而且就一個人身心社會各層面都與性有關，如動作、疾病、待人處事，穿著打扮等，因此「全人的性」與人息息相關。但是每個人的性又受到文化風俗影響，導致每個人以「性」的角度來看待世界的方式各有不同。所以養成健康的性觀念，才能以「全人的性」觀點來建立健康的性觀念。

三、教學目標

(一) 認知

1-1 了解全人的性之健康性觀念

1-2 澄清錯誤性觀念

(二) 情意

2-1 願意參與澄清錯誤性觀念的討論

(三) 技能

3-1 培養批判性思考能力

四、教學活動

【活動一】人生何處不是性(教學時間：5分；教學目標：1-1)

(一)人生「縱向」思考性的意含：

播放「life is short」，引導學生思考從出生到死亡「性」對個人的影響。

(二)人生「橫向」思考性的意涵：

以「性別光譜」來檢視個人在生理、心理和社會的性狀態，並分享討論。

(三)教師回饋：

人從出生到死亡與性脫離不了關係，不論由文化風俗的社會層面，個人生理、心理和社會的狀態，都與「性」息息相關。

【活動二】與愛同行「性、愛學分」(教學時間：30分；教學目標：1-1)

(一)教師協助分組

請同學 6-8 人一組 (一分鐘)，並邀請每組 1 位同學發表。

(二)小組討論活動

1. 配合「性、愛學分」學習單 (附件一)，小組討論的題目有四個分別是：
 - (1)「大家所關切的性問題」(例如：色情氾濫問題、性暴力、網路一夜情、少女懷孕、墮胎、愛滋病、高離婚率…等)
 - (2)「造成當前的性問題的原因為何？」(性的觀念開放、媒體影響、追求刺激、價值觀混淆…等)
 - (3)「大家所希望的理想的性的未來願景是什麼？」(例如：情感美滿、家庭幸福、自尊自信、男女性別平等…等)
 - (4)「要達成未來願景我們可採取怎樣的行動，做怎樣的**選擇**？」(例如：不安全性行為、拒絕色情媒體…等)
2. 分組進行討論，將討論結果**寫在**學習單上，選 2-3 組代表分享所共築的夢想。
3. 教師回饋：目前青少年因為社會文化風俗、性別刻板印象、性發育早熟、性觀念迷思、性問題複雜…等，所以打造幸福、健康、美滿的理想人生，全人的性教育學分就要能 All Pass。

(三)評量：

分組口頭報告及書面學習單，要能覺察「全人的性」問題並提出解決方案。

【活動三】性愛中學堂：生殖與性問題大哉問

（教學時間：15 分鐘；教學目標：1-6 選擇出對性愛迷思之健康性觀念）

以是非題、選擇題的遊戲方式或紙筆測驗，讓同學選擇出對性愛迷思之健康性（生理的性）觀念。

（一）是非題：

1. (O) 女性的雄性荷爾蒙是男性的十分之一，故女性也有雄性荷爾蒙。
2. (X) 通常男生尿道是尿液與精液的出口，故性行為時同時會有尿液與精液的流出。
3. (O) 副睪丸若發炎會造成男性不孕之機會。
4. (X) 處女膜是一層密閉的薄膜，位於女性的陰道口與尿道口之間。
5. (X) 行體外射精或射精前戴保險套，就能達成避免受孕的機會。
6. (O) 男女之間只要有性接觸，就有受孕的機率。
7. (O) 性行為後行陰道灌洗或以可樂沖洗來殺精是一項不智之舉。
8. (O) 精液包含精囊、攝護腺所分泌的液體及睪丸所製造的精子。
9. (X) 性行為時之姿勢，女性在上或事後女生儘量跑或跳之姿勢可將精子流出體外。
10. (X) 男生陰莖愈長，代表性能力及性慾望愈強愈好。

（二）選擇題：

1. (2) 女性那一個器官是主要的性感帶 (1) 陰道 (2) 陰蒂 (3) 陰唇。
2. (2) 精子與卵子結合成為胎兒的受精卵，其受精卵在 (1) 卵巢 (2) 子宮壁 (3) 輸卵管著床。
3. (2) 處女膜是位於 (1) 尿道口 (2) 陰道口 (3) 子宮頸口的一層薄膜組織。
4. (1) 睪丸的功能 (1) 製造成熟精子 (2) 儲存精子 (3) 散熱功能及分泌男性賀爾蒙。

5. (1) 每次射精的精液中有約 (1) 3-5 億 (2) 1-3 億 (3) 4-6 億個活動精子。
6. (2) 以下何者不是女性內生殖器官 (1) 輸卵管 (2) 陰道口 (3) 子宮。
7. (3) 會壓迫男性尿道造成排尿困難與疼痛指 (1) 巴氏腺 (2) 前庭腺 (3) 攝護腺。
8. (2) 一般排卵發生於下次月經開始前約第 (1) 7 天 (2) 14 天 (3) 21 天。
9. (3) 不分男女，自慰對身體有害嗎？ (1) 生育力減退 (2) 精神衰弱 (3) 沒有傷害。
10. 一般而言，女性經痛可透過那些方法改善 a. 喝冰水 b. 劇烈運動 c. 適度運動 d. 休息 e. 在醫師指示下服用止痛藥 f. 熱敷腹部。答案是： (1) cdef (2) bdef (3) ab (4) cd。

(三)教師回饋：

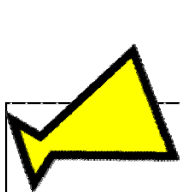
人對自己的身體應該一視同仁，當我們有疑問時，應主動以正確管道尋求幫助，脫掉性的遮羞布，養成健康的性觀念和態度。

五、教學評量

教學目標	5 級分	4 級分	3 級分	2 級分	1 級分
說明全人性觀念	完整說明	大部分清楚說明	部分說明	少部分說明	無法說出
性觀念澄清	完整說明	大部分清楚說明	部分說明	少部分說明	無法說出
參與討論的態度	積極參與	經常參與討論	願意參與討論	偶爾參與討論	不參與討論
批判性思考能力 培養	能採取行動	有未來遠景	能說出原因	能指出問題	沒有回答

附件一：1-1-3「性、愛學分」學習單

性、愛學分



你期待「性與愛的學分」All Pass嗎？
請你做好以下的準備：



- ◆ **察覺**：關切的性問題是什麼呢？
- ◆ **分析**：造成性問題的原因為何？
- ◆ **共識**：對理想的性所期待的未來願景是什麼？
- ◆ **策略**：要達成未來願景可採取的行動與改變有哪些？

進行方式：分組進行討論，將討論結果學習單上，
各組派代表上台分享所共築的夢想（每組報告2分鐘）。

① 察覺：關切的性問題是什麼呢？

① 分析：造成性問題的原因為何？



① 共識：對理想的性所期待的未來願景是什麼？

① 策略：要達成未來願景可採取的行動與改變有哪些？