

南投縣113學年度集集國民小學校長及教師公開授課活動

【十二年國教素養導向教學】教學活動設計單

領域/科目	健體領域		教學者	陳佩玉
實施年級	五年級		教學時間	一節課 40分鐘
單元名稱	月經教育			
學校願景	宏觀精進			
設計理念	認識月經，尊重身體			
學習重點	學習表現	3a-I-1 樂於探索身體的發展與變化，並能欣賞與尊重個體差異。 3a-I-2 能正向面對青春期的改變，並具備自我保護與照護能力。	核心素養	A 自主行動 ☒ 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 B 溝通互動 ☐ 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 C 社會參與 ☒ 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
議題融入	性別平等教育議題			
教材來源	小紅帽月經教育			
教學設備/資源	投影設備、小紅帽月經教育 PPT			
學習目標	1. 知道月經週期的基本概念與常見經期用品的用途。 2. 能以正向態度面對月經與青春期身體變化，並欣賞每個人的身體差異。 3. 學會基本的月經照護方法與衛生用品使用常識			
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式			時間	備註
壹、準備活動 一、教師部分：「小紅帽月經教育」PPT、月經相關影片。 二、學生部分：無 貳、發展活動 一、引起動機				

● 使用簡單問答以利學生思考： 1. 你有聽過「月經」這個詞嗎？你覺得那是什麼？ 2. 如果你的朋友突然說肚子痛、想請假休息，你會怎麼做？ 3. 為什麼有些人聽到「月經」會笑呢？	5	
三、介紹及觀察 1. 圖示講解 + 簡單影片/動畫 內容重點： ■ 月經是子宮內膜脫落的自然現象 ■ 大約 28 天為一週期，每人略有不同 ■ 誰會有月經？什麼時候會開始？ 2. 實物觀察 + 問答互動 內容重點： ■ 常見衛生用品介紹（衛生棉、護墊、布衛生棉等） ■ 如何更換？多久換一次？如何丟棄？ ■ 經期不舒服怎麼辦？	15	
四、教師統整 1. 今天我們學到了什麼？ 2. 對月經的想法有改變嗎？ 3. 我們可以怎麼照顧自己？怎麼尊重別人？ 小活動「寫一句鼓勵月經來的朋友的話」貼在白板上	10	
參考資料：		

南投縣113學年度集集國民小學校長及教師公開授課活動

授課教師自評表

觀課教師	吳家綺	觀課日期	113 年 9 月 27 日
授課教師	陳佩玉	教學年/班	五年甲班
教學領域 教學單元	健體領域/月經教育		
實際教學 內容簡述	教學活動	學生表現	
	1. 透過提問「你聽過月經嗎?」、「你覺得月經是什麼?」引導學生說出對月經的既有印象，進而導入主題。 2. 利用圖片、簡報與簡易週期圖，講解月經的成因、週期與青春期的身體變化。 3. 展示衛生棉與護墊等用品，講解如何使用與經期照護方式（如經痛、情緒不適）。 4. 統整重點，鼓勵學生寫下一句支持月經來同學的話，作為課堂回饋。	學生勇於發表對月經的理解或疑問，展現對課程主題的好奇與參與動機。	
學習目標 達成情形	1. 已能分辨基本衛生用品。 2. 認識月經。 3. 學會關懷、尊重他人。		
自我省思	本課程為學生第一次正式接觸月經相關知識，起初部分學生對主題感到害羞或有笑鬧反應，但透過故事導入與引導性提問，逐漸建立起信任與安全的學習氛圍。課堂中段透過圖片講解與衛生用品展示，學生能夠集中注意並主動發問，顯示對內容產生興趣與理解。		
同儕回饋 後心得	在圖片講解與實物展示過程中，節奏稍快，部分學生尚未完全理解用品差異，未來可考慮讓學生實際操作或進行分組說明。此外，部分同儕建議可加入更多視覺元素或引導句，幫助學生建立更具體的身體意象。 這次回饋讓我更有意識到：「月經教育」不只是知識傳遞，更是態度建構與文化鬆綁的過程。我會在未來課程中更注意學生情緒與回應節奏，並嘗試發展更多引導學生表達的活動設計。		

南投縣 113 學年集集國民小學校長及教師公開授課活動

觀課紀錄表

授課教師： <u>陳佩玉</u> 教師 任教年級： <u>五年級</u> 任教領域/科目： <u>健體領域</u>					
教學單元： <u>月經教育</u> 教學節次：共 <u> </u> 節， 本次教學為第 <u>1</u> 節					
觀察日期： <u>113</u> 年 <u>9</u> 月 <u>27</u> 日 回饋人員： <u>吳家綺</u> 教師					
層面	指標與檢核重點	事實摘要敘述 (含教師教學行為、學生學習表現、師生互動與學生同儕互動之情形)	評量 (請勾選)		
			優良	滿意	待成長
A 課程設計與教學	A-2 掌握教材內容，實施教學活動，促進學生學習。		✓		
	A-2-1 有效連結學生的新舊知能或生活經驗，引發與維持學生學習動機。	1.先問問題連接生活經驗，有效引起學生的學習動機。 2.教師影片尋找用心，符合學習目標，學生皆能專注觀看。 3.學生發表完後，教師會再行解說，清楚呈現教材內容。			
	A-2-2 清晰呈現教材內容，協助學生習得重要概念、原則或技能。				
	A-2-3 提供適當的練習或活動，以理解或熟練學習內容。				
	A-2-4 完成每個學習活動後，適時歸納或總結學習重點。				
	A-3 運用適切教學策略與溝通技巧，幫助學生學習。		✓		
	A-3-1 運用適切的教學方法，引導學生思考、討論或實作。	1.透過小組討論，請學生上台將答案寫在黑板上再進行說明，引導出教學目標。 2.教師隨時走動立即解決學生問題，以利學生思考。			
	A-3-2 教學活動中融入學習策略的指導。				
	A-3-3 運用口語、非口語、教室走動等溝通技巧，幫助學生學習。				
	A-4 運用多元評量方式評估學生能力，提供學習回饋並調整教學。			✓	
	A-4-1 運用多元評量方式，評估學生學習成效。	1.教師運用多元評量方式例如：學生上台發表的情形。 2.會依各組員的完成度和討論時的情形，給予個人分數上的些微差異。			
	A-4-2 分析評量結果，適時提供學生適切的學習回饋。				
	A-4-3 根據評量結果，調整教學。				
	A-4-4 運用評量結果，規劃實施充實或補強性課程。(選用)				

南投縣 113 學年度集集國民小學中/小學校長及教師公開授課活動 議課紀錄表

- 一、 單元名稱:月經教育
- 二、 上課時間: 113 年 9 月 27 日, 第 7 節
- 三、 任課班級:六年甲班
- 四、 授課老師:陳佩玉 老師
- 五、 觀課人員:吳家綺
- 六、 議課時間: 113 年 9 月 30 日, 第 3 節

教學者自我回饋
一、 優點方面 1. 利用簡單問答和影片欣賞與生活連結 2. 多元評量使上課不枯燥乏味。 二、 可改進之處 1. 時間控管 三、 所遭遇之困境 無
觀課人員回饋
一、教學者優點 1.教師影片尋找用心，符合學習目標也易與生活進行連結，學生皆能專注觀看。 2. 教師隨時走動立即解決學生問題，以利學生思考。
二、學生學習狀況說明及待釐清問題(可包含回應教學者說課時所欲被觀察之重點) 1. 學生發表完後，教師會進行解說，以利學生獲得統整及釐清問題。 2. 學生利用小組討論活動獲取他人意見並進行討論，有利於團體關係。
三、在觀課過程中的收穫 在觀課過程中有發現學生回答不出來的問題，教師皆會給予引導式問答，幫助學生順利完成問題。
四、針對教學者所遭遇困境之回應 無

南投縣 113 學年度集集國民小學中/小學校長及教師公開授課活動

教師同儕學習活動照片

日期：



說明：月經汙名化



說明：月經介紹及週期