



月來悅開心

教學者：彭紫絹主任

教學設計：平鎮區東安國小 彭紫絹主任
中壢區內定國小 康素雲主任
中壢區普仁國小 彭康助主任



走過情愛108，邁入**識讀109**

- 今年度以**媒體識讀為主軸**
- 連結宗教、刻板印象、性別特質……等
- 本課程一整合資源、蒐集教材、設計教案、教學實作



桃園三備

- 性平團**共**備
- 小組內**自**備
- 校內師**齊**備





我們與召集人
黃木姻校長
團備中

『強將手下無弱兵
桃園性平團**10**年有成』

第三學習階段/性別特質與媒體識讀/
主題式課程，性別平等教育議題

月來“悅”開心

核心素養	學習主題	實質內涵
性(A3) 維護自我與尊重他人身體自主權，善用各項資源，保障性別權益，增進性騷擾、性侵害與性霸凌的防治(制)能力	身體自主權的尊重與維護	性E4認識身體界線與尊重他人的身體自主權
性(B1)了解語言、文字等符號的性別意涵，分析符號與溝通的性別權力關係 性(B2)培養性別平等的媒體識讀與批判能力，思辨人與科技、資訊與媒體之關係	語言、文字與符號的性別意涵分析 科技、資訊與媒體的性別識讀	性E6了解圖像、語言與文字的性別意涵，使用性別平等的語言與文字進行溝通 性E7解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象
性(C3) 尊重多元文化，關注本土的性別平權事務與全球之性別議題發展趨勢	性別與多元文化	性E13了解不同社會中的性別文化差異

月來“悅”開心

對象:高年級學生

時間:200分鐘

每節課40分鐘 共5節課

領綱核心素養

- A2 系統思考與解決問題
- B1 符號運用語溝通表達
- B2 科技資訊與媒體素養
- C3 多元文化與國際理解



設計理念

恭迎諸位

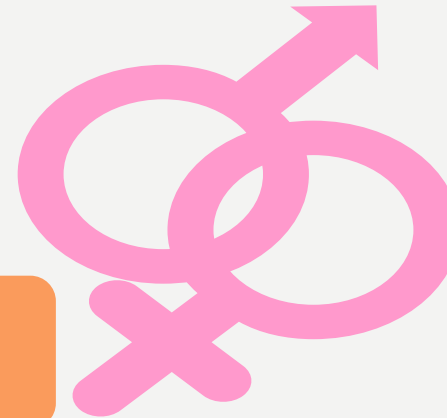


- 一、從多元文化的月經出發，正視自然生理現象
- 二、突破性別框架，維護身體自主權
- 三、打開性平之眼，從看見需要找尋溫柔支持

透過解析文化禁忌、認識生物自然、突破性別框架、跨界性別支持四個面向設計課程，看見世界令人咋舌的狀況，反思台灣的現狀，學會正確的知識，懂得尊重因性別不同而產生的生理差異，進而能從己做起**落實性別平等**。



性別平權



教學目標

教案名稱

“月”來“悅”開心!

教學單元

解析文化禁忌



主題一 環遊紅色世界

1. 前測
2. 閱讀文章
~各國月經文化
3. 分組發表
4. 訪談女性

活動一: 前測
活動二: 試手氣, 讀一讀
活動三: 話說從前

認識生物自然



主題二 小紅的故事

1. 播放影片
2. 分組討論月經
3. 隨堂測驗
4. 算算看

活動一: 月經到底是什麼
活動二: 大家一起來卡~呼
活動三: 用數學找答案, 關懷你我他

突破性別框架



主題三 神力女超人

1. 痛感排序
2. 播影片
3. 特質接龍

活動一: 痛痛我不愛, 痛感排序
活動二: 姐就是狂
活動三: 特質大解密

跨界性別支持



主題四 與<女>同行

1. 播放影片
2. 分組討論
~我可以為你
3. 我是貼心王

活動一: 楷模學習
活動二: 為愛努力
活動三: 我的溫柔看得見
活動四: 將女心貼我心

主題五 以<EYE>還<愛>

1. 播放影片
~非洲好女孩
2. 分組討論~行動
3. 後測

活動一: 為愛送暖
活動二: 改變由你開始
活動三: 大家一起來卡~呼(後測)

教學主題

教學內容

教學活動

評量策略

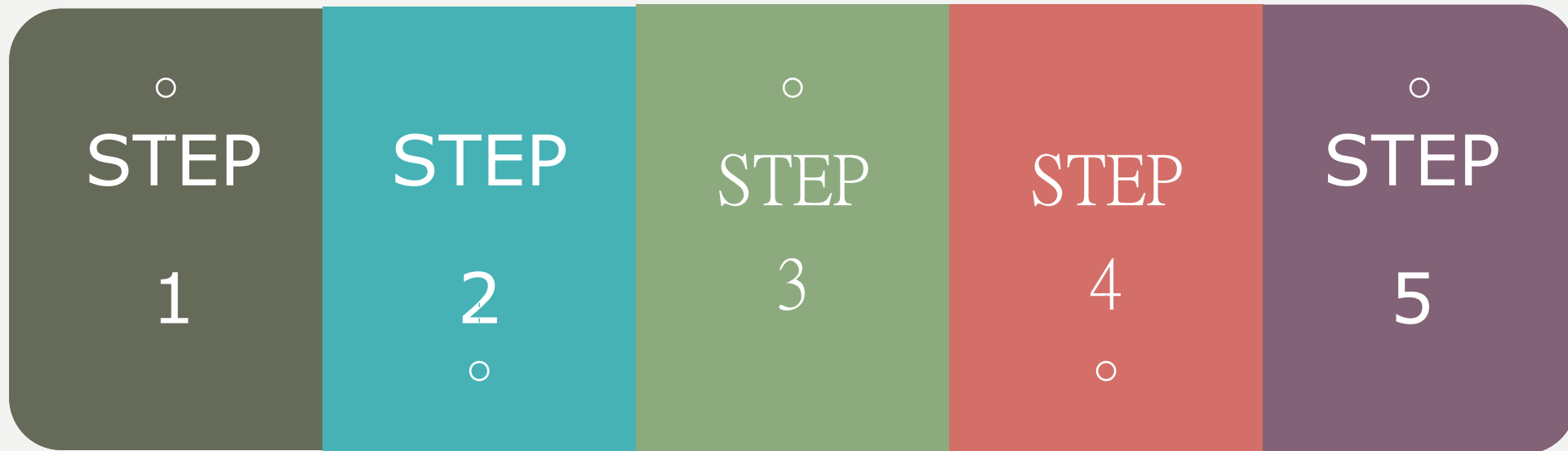
項次	評量策略	評量規準	備註
1	合作學習	1.異質分組，任務導向 2.組內自評 3.團體及個人計分	組員皆有任務，由組員自評給與個人計分，教師依上課狀況給予團體計分
2	學習單~訪談記	1.記錄詳實程度	依記錄詳實程度分優、甲+、甲
	學習單~前測	1.逐題填答	以逐題答題完成狀況，無標準答案，僅瞭解起點行為
3	發表	1.具體切題回答 2.團體及個人計分	確認個人皆有答題機會，累計團體及個人答題次數
4	即時反饋系統 (kahoot) (1) 課中 (2) 後測	1.會操作資訊設備 2.在規則內正確答題 3.答對率	以回答正確率計分
5	同儕互評	1.組內互評擇優代表各組 2.組間互評貼點計分	組內互評，再代表各組，以點數計分，範圍:95分、90分、85分三種

課程大綱

環遊紅色世界

神力女超人

以EYE還愛



小紅的故事

與女同行

第一節 環遊紅色世界

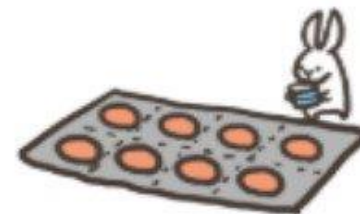
月經來了！少惹我



我下輩子不想做女人



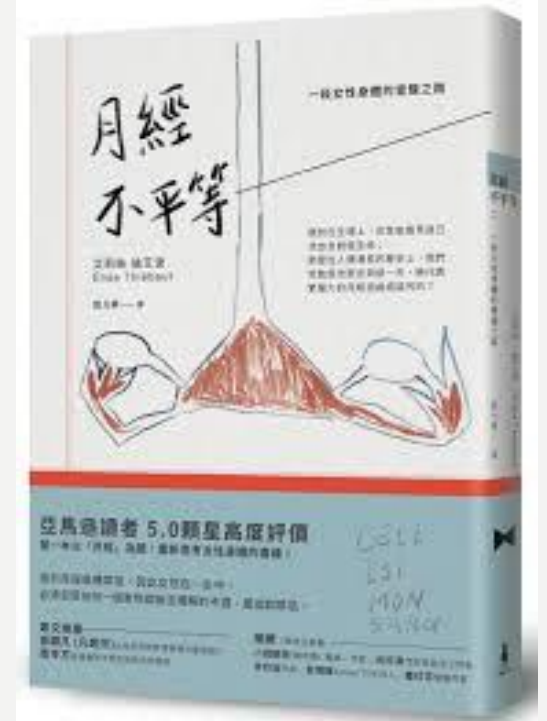
需要止痛藥



【活動一】前測

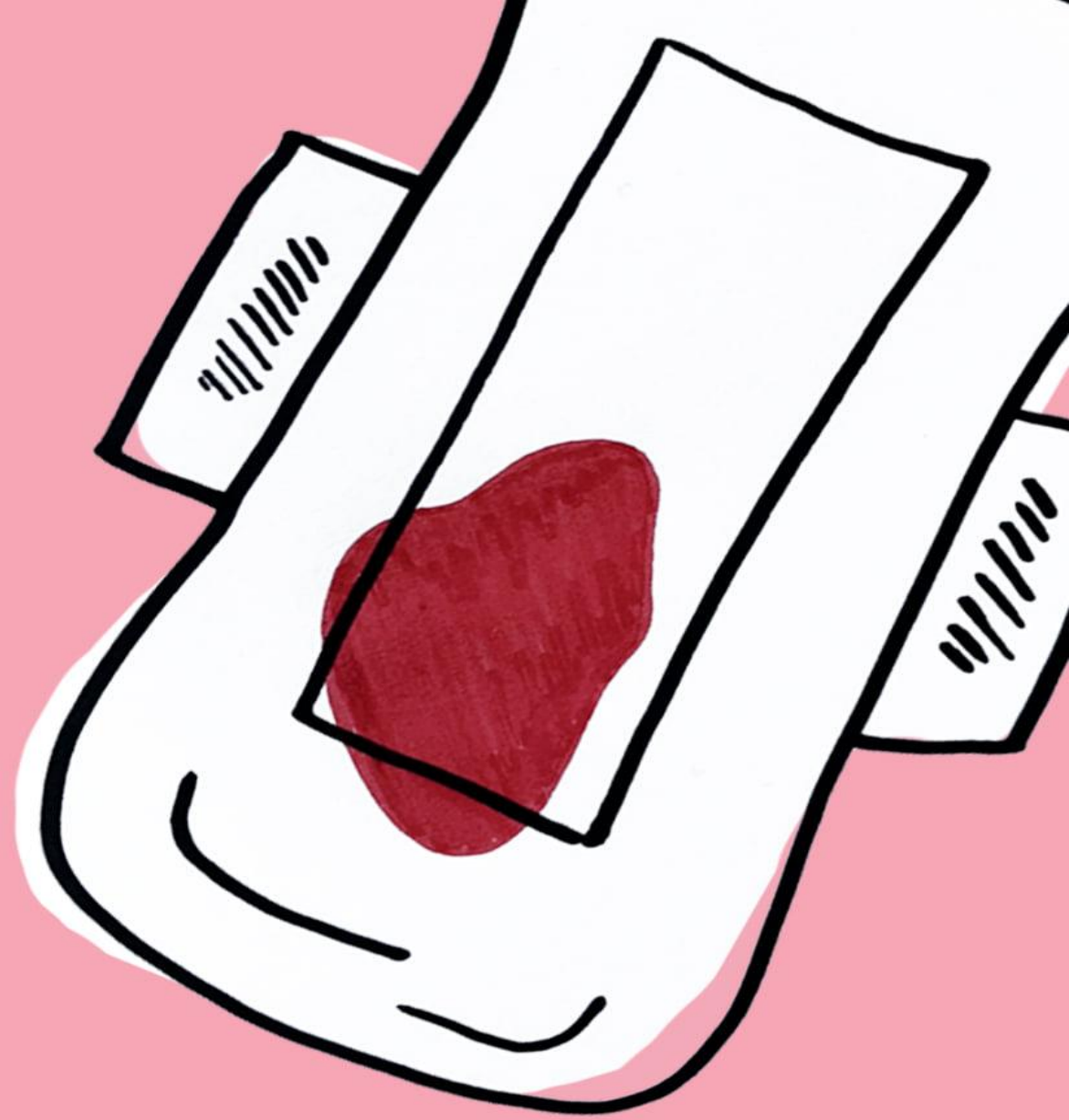
- 請於**5分鐘**內完成有關~
- 你所知道的**月經文化習俗**的前測學習單
- 動動腦，想一想

READY GO





你知道**月經**
在這些國家的小故事嗎？



【活動二】試手氣，讀一讀

- 尼泊爾~月經不潔要隔離 尼泊爾女孩因傳統習俗身亡
- 印度~月經是個禁忌，生理期來時被視為不潔和骯髒，許多活動不准參加
- 中國大陸~從民俗稱呼看「月經禁忌」文化

尼泊爾西部
女性月經來時
必須隔離在村外的小屋



印度的馬哈拉施特拉邦
沒有子宮的女性
才能工作



臺灣傳統社會的經血禁忌

⑤ 姨媽煞化身人間凶器

月經髒髒有穢氣？經期拜拜不尊重神明；會讓工程、漁船、商船出意外，要退避；新婚來月經對婆家大不敬...

習俗是誰定的？可以改嗎？

【活動三】我知道，我理解

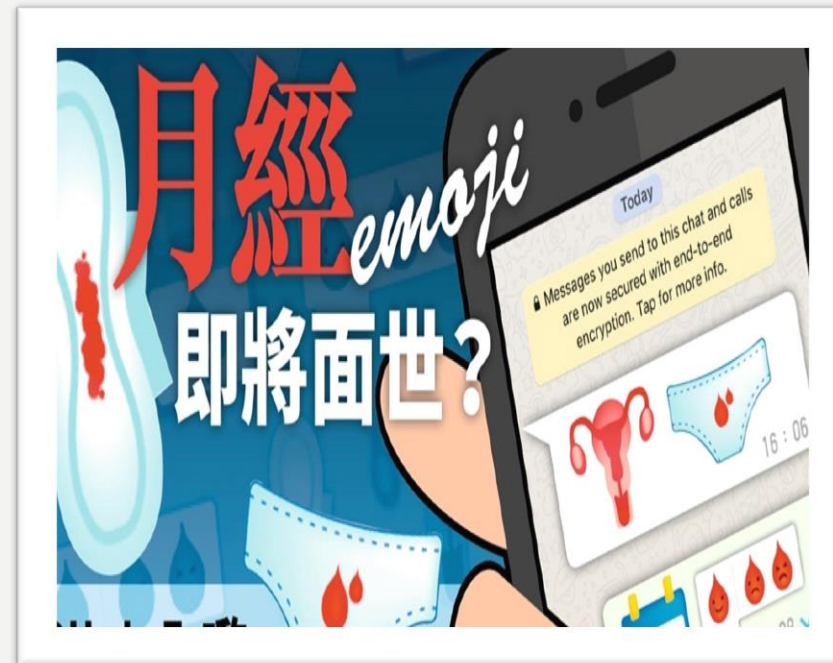
1.請寫出你們這組拿到的文章是談論哪個國家(或宗教)的?

2.這個國家或宗教關於月經的傳統、文化或習俗有哪些?請寫出一項

3.其中讓你們小組覺得最奇怪不解的事情是什麼?

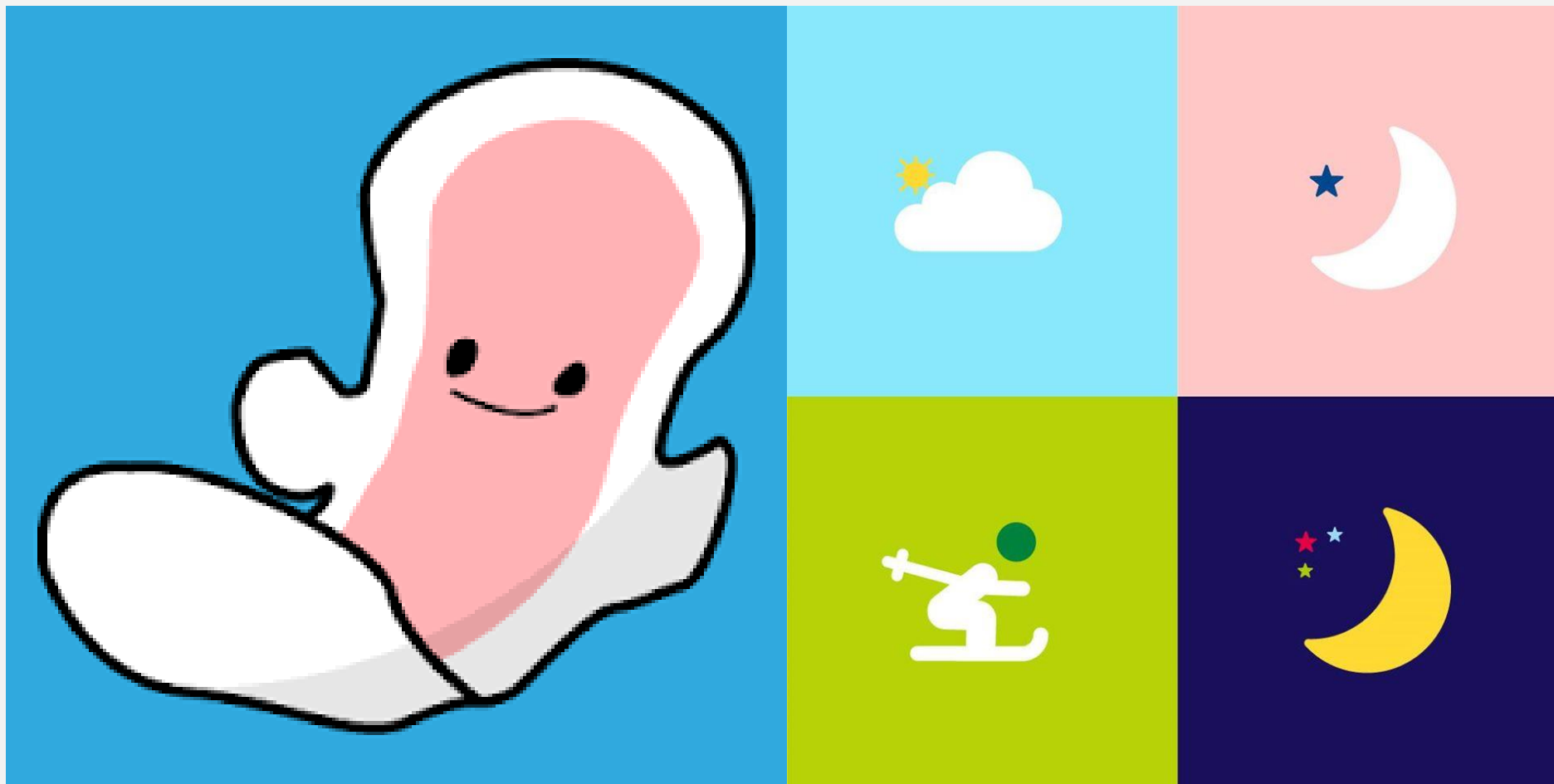
4.和自身的經驗相比，你的感受是什麼?

【活動四】使命必達



- 完成訪談學習單
- 請回家訪問媽媽、姐姐、或其他女性家人
- 關於台灣月經的傳統、文化、習俗

第二節 小紅的故事



迷思？ 誤解？

- 月經是「不乾淨」
- 月經是丟臉的，所以必須偷偷摸摸
- 月經來時不能入廟或拿香拜拜
- 月經來時什麼都不能做、不能碰，不然會觸怒神明



【活動一】月經到底是什麼？

日本超萌的月經解說

請認真看喔！



【活動二】你所知道的~月經

利用**心智圖**方式，整理出~你從影片理解的月經

- 試手氣，抽籤決定你們小組回答哪一題。
- 如果不小心忘記影片內容，快用平板查一下唄



READY

【活動三】我知道，我理解

1.
月經的定義

2.
月經的生理現象

3.
月經對生活上的影響

4.
月經的重要性

【活動四】 大家一起來卡~呼

Kahoot!

月來悅開心~小紅的故事



Player vs Player
1:1 Devices

Classic



Team vs Team
Shared Devices

Team mode

Game options





kahoot

kahoot計分方式

1. 正確性
2. 速度



注意 答題太快但是答錯直接0分

1. 先點開首頁的APP

KA

2. 輸入PIN碼



HO

3. 輸入組別

OT



月來悅開心~以<EYE>還<愛>後測



Player vs Player

1:1 Devices

Classic



Team vs Team

Shared Devices

Team mode

Game options



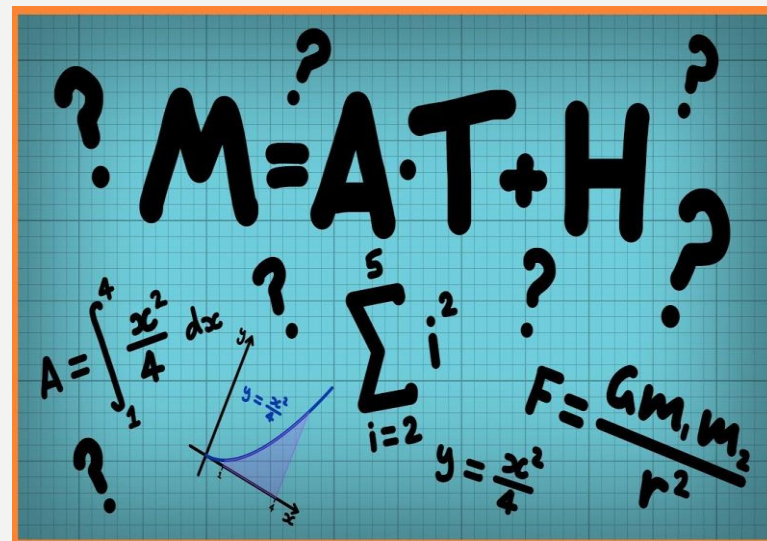
共有8題，各組把握機會

【活動五】用數學找答案，關懷你我她

- 桐妹的阿嬤今年**80**歲，她告訴桐妹她在**12**歲的時候就第一次來月經，每次她都有做紀錄，發現每次隔**28**天後月經就會再來，而且月經天數平均是**7**天，一直到她**52**歲那年就停經了，從此月經不再來。



【活動四-1】算一算



- (1) 桐妹阿嬤的月經一共來了幾年?
- (2) 月經周期佔阿嬤的生命的比例是多少
(請寫幾分之幾)?
- (3) 每月平均有7天的生理期佔阿嬤的月經周期
比例大約是多少(請寫幾分之幾)?

妳繳多少月經稅？

月經貧窮與世界稅率



原來，月經不簡單呀！

- 聯合國將**5月28日**定為世界經期衛生日
- 每次月經平均**5**天，且每**28**天為一個月經周期
- 女性有月經周期後，將近有**1/4**是在月經的生理期中度過的

你的想法是~

• 對於月經的~

• **迷思** ? **誤解** ?

依然還存在嗎?



【活動六】使命必達

- 完成訪談學習單
- 請回家訪問媽媽、姐姐、或其他女性家人
- 關於月經來的天數、身體狀況及感受



第三節 神力女超人



【活動一】 痛痛我不愛～痛感排序

- 排一排，你們認為哪一種最痛？
- 說一說，為什麼這樣排呢？



牙痛↵



生理痛↵



頭痛↵



腹痛↵



生長痛↵



摔傷痛↵

動動腦

- 請思考是否需要調整排序，並說出調整原因。
- <https://www.youtube.com/watch?v=utGs4u-jUoY>
- 男生親自體驗經痛！痛到跪下：
女生真辛苦 | 三立新聞網

信不信由你~

 日本瘋傳女生M痛程度表		
妳最痛去到哪個程度?	Lv.1 【徵狀】 <ul style="list-style-type: none">沒有痛楚 	【對應】 <ul style="list-style-type: none">不需任何對應 
	Lv.2 【徵狀】 <ul style="list-style-type: none">腹部有不適的感覺無法冷靜下來 	【對應】 <ul style="list-style-type: none">不要讓腹部受冷避免吃生理期不應吃的食物
	Lv.3 【徵狀】 <ul style="list-style-type: none">腹部有輕微痛楚 	【對應】 <ul style="list-style-type: none">在背部及腹部下方貼暖貼假如痛楚持續就要吃藥
	Lv.4 【徵狀】 <ul style="list-style-type: none">嚴重到像肚瀉時般痛 	【對應】 <ul style="list-style-type: none">假如痛楚持續就要去醫院
	Lv.5 【徵狀】 <ul style="list-style-type: none">因為過度疼痛發不出聲痛楚伴隨嘔吐腹部肌肉像被不停嘔打 	【對應】 <ul style="list-style-type: none">去醫院吧
	Lv.6 【徵狀】 <ul style="list-style-type: none">過度疼痛到一步也走不了視力變得模糊像有人不停踢妳的腹部肌肉 	【對應】 <ul style="list-style-type: none">去醫院吧
	Lv.7 【徵狀】 <ul style="list-style-type: none">像被鐵球連續擊中失神並找不到生存意義勉強保存意識 	【對應】 <ul style="list-style-type: none">去醫院吧

【活動二】 姐就是狂

- 洪荒之力~傅園慧打破禁忌 月事話題浮上檯面
<https://features.ltn.com.tw/japanese/article/breakingnews/1797557>



傅園慧出賽奧運400公尺混合接力賽失利，表情痛苦的她坦言因為月事來表現不佳，此話不僅打破中國的月事禁忌，也引發外媒報導與網友熱議。（法新社）

特質大解密

- 特質種類舉例

A. 正向特質卡: 勇敢、堅強、堅毅、不屈不撓

B. 負向特質卡: 沮喪、害怕、恐懼、害怕失敗、

怯弱..

話你說說看～我覺得

特質	事實	想法	我具備什麼特質
有毅力	傅園慧生理期間用洪荒之力游完	我覺得很厲害	

原來～我明白

- 女生月經的生理痛是這麼痛！
- 女性運動員展現正向的特質克服生理上的疼痛，獲得不凡的成就，實在令人佩服
- 不分男女，有所堅持，克服與生俱來的生理因素，自己的身體由自己作主

第四節 與女同行



【活動一】 楷模學習

- 他們為另一伴這麼做！
- 請問這些男性老師為什麼會這麼做？

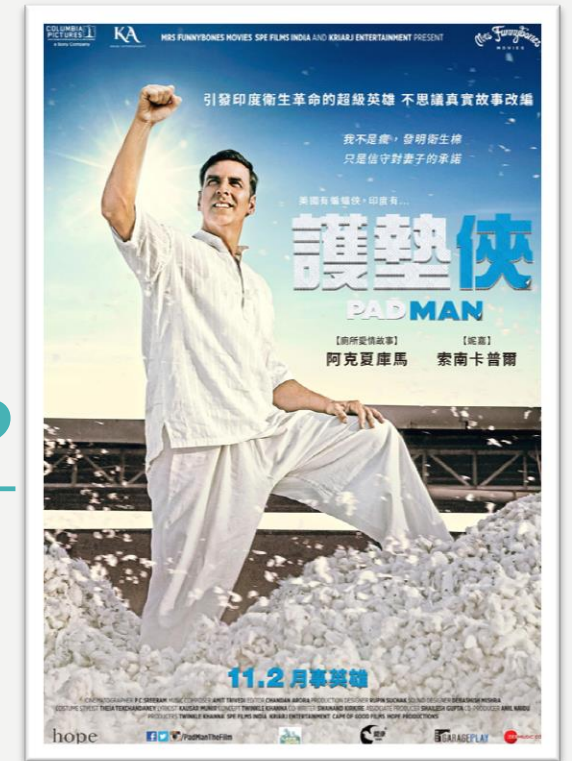


【活動二】：為愛努力

- 「護墊俠」的影片

<https://www.youtube.com/watch?v=Z4UBEm01xkI&feature=youtu.be>

男子被全村人視為瘋子，無奈遠走他鄉，
研究了衛生棉機器暢銷全國



【活動二-1】說說看

- 影片中，你看到了什麼？
- 分組討論，並每組請派一名同學上台分享

【活動二-2】有人這麼做～

- 啥～男生幫女生買衛生棉？
- https://www.youtube.com/watch?v=uZ__fOKvFB0

羅志祥代言衛生棉廣告

【活動三】：我的溫柔看得見

- 其實，你懂得我的心～
- 可以幫我這樣做～

【活動四】：將女心貼我心

- 我想對妳說~
- 發下愛心卡片，請學生將想對媽媽、姐姐、或是女老師、女同學等想做的貼心舉動寫出來
- 小組內發表，由組內互評選出一個最佳暖男女，參加組間票選活動

【活動四-1】：最佳貼心王

- 將各組推薦愛心卡片念出後，張貼在黑板
- 2. 每組發下3點，並寫上組別，進行小組互評，每組至多給一點。



頒獎~

我是最佳貼心王



第五節 以EYE還愛



【活動一】：為愛送暖

- 翻轉非洲女孩的希望－愛女孩布衛生棉!
- https://www.youtube.com/watch?v=Ny9K_y8Rg-o



在烏干達
女性用樹葉和樹枝
當衛生棉



【活動一-2】：為愛送暖

- 跨海援救非洲女孩 女高中生手作1000份布衛生棉 | 台灣蘋果日報
- <https://www.youtube.com/watch?v=pYxBwSV3iYU&t=2s>



【活動一-3】你有話要說

- 看完影片，你的想法是什麼？
- 分組討論，並請每組推派一名學生發表各組成果。



【活動二】 改變由你開始~

- 你/妳也可以為世界各地像東非、印度等地區的女孩做些什麼？
- 分組討論，並請每組推派一名學生發表各組成果

打開愛之<眼>，繞著地球跑

- 只要有心，集眾人心力，積少成多，就能讓愛繼續茁壯，
你/妳的小善舉就能改變世界

恭迎禧悅



月來悅開心

等你哟！



感謝您的聆聽與認真參與



打了个招呼啊！！
您来了，也不