

教育部 104 年度性教育（含愛滋病防治）優良教學模組
甄選活動

生命的樂章

—探索、感恩與尊重三部曲



報名組別：國小組

教師姓名：卓家意、劉怡真、湯家綾

學校名稱：臺北市濱江小學、臺北市忠孝國小

壹、設計動機與理念

「爸爸、媽媽，我是從哪裡來的？」每個人都曾經好奇自己是怎麼來到這個世界上的，這個問題也是國小低、中年級的孩子最常提及的，然而在保守的華人文化，孩子往往得不到答案，爸爸、媽媽不是敷衍帶過，就是丟下一句「你長大就會知道了！」然而，當孩子在對「性」或「生命」感到好奇時，我們應該怎麼去看待孩子的問題呢？

再者，就國小階段的教育現場，四至六年級(健體領域分段能力指標第二階段)的孩子正值青春前期或已經進入青春前期，在性教育課程設計上，容易找到教學的切入點，也較易引起孩子的共鳴。但相較之下，一至三年級(健體領域分段能力指標第一階段)的性教育教學則鮮少受到關注。因此，我們積極思考如何去設計一套有系統性且兼具趣味化的教學模組，希望能提供給低、中年級的現場老師們做為教學上的參考，而這也將是一項深具教育價值的任務與責任。

因此，本教學模組主題命名為「生命的樂章」，希望能透過美妙的課程音符來引導孩子一起探索、學習感恩與相互尊重。「首部曲~我從哪裡來」：希望帶領孩子一起探索「性」與「生命」的課題，認識生命的誕生過程，並瞭解身體特徵是遺傳的結果；「二部曲~小小記者會」：希望讓孩子體會媽媽生產的辛勞且心存感恩，並表達對媽媽的感恩行動；「三部曲~成長時光機」：希望引導孩子知道身體的發展順序，瞭解生長的個別差異，然後學習相互尊重與欣賞。



▲課程理念架構圖

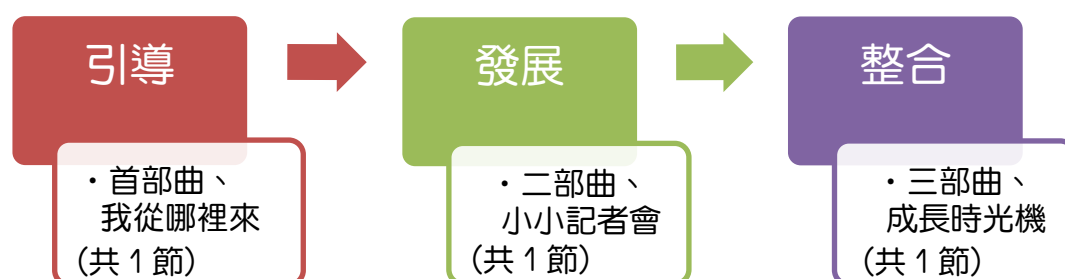
貳、教學對象：國小三年級學生

參、教學節數：3 節

肆、課程架構

活動名稱	教學目標	教學資源	節數	評量方式
首部曲、 我從哪裡來	1-1 認識生命的誕生過程 1-2 瞭解身體特徵是遺傳的結果	1. 「給家長的一封信」 2. 「生命的樂章」問卷調查 3. 「我從哪裡來」簡報 4. 「我從哪裡來」討論單 5. 「超級親子臉」學習單 6. 「最佳親子臉」獎狀 7. 「訪談注意事項說明」簡報 8. 「小小記者會」學習單 9. 「出生的紀念」提醒單	1	口頭評量 分組報告 作業評量
二部曲、 小小記者會	2-1 體會媽媽生產的辛勞並心存感恩 2-2 表達對媽媽的感恩	1. 「小小記者會」簡報 2. 「感謝媽咪」小卡	1	口頭評量 作業評量 實作評量
三部曲、 成長時光機	3-1 知道身體的發展順序 3-2 瞭解生長的個別差異	1. 「身體變變變」簡報 2. 「超級比一比」簡報	1	口頭評量 遊戲評量 自我評量

伍、實施流程



陸、能力指標與學習目標

能力指標	學習目標
健康與體育學習領域 【健康與體育領域】 1-1-1 知道並描述對於出生、成長、老	1-1 認識生命的誕生過程 1-2 瞭解身體特徵是遺傳的結果 2-1 體會媽媽生產的辛勞並心存感恩

化及死亡的概念與感覺。 1-1-3 認識身體發展的順序與個別差異。	2-2 表達對媽媽的感恩行動 3-1 知道身體的發展順序 3-2 瞭解生長的個別差異
--------------------------------------	--

柒、教學策略與方法

教學單元	教學策略與方法
首部曲、我從哪裡來	1.課前「給父母的一封信」建立良好親師溝通 2.進行「問卷調查」瞭解學生背景知識 3.採用「小組討論」交流經驗分享知識 4.利用「模型教具」輔助教學提高動機增進效果 5.辦理「票選活動」親子共學拉近親密關係
二部曲、小小記者會	1.設計「訪談活動」體會媽媽懷孕與生產的辛勞 2.連結「生活經驗」理解出生的喜悅與成長的祝福
三部曲、成長時光機	1.結合「圖片觀察」歸納知識與統整概念 2.融入「遊戲教學」活潑化教學

捌、教學活動設計

◎首部曲、我從哪裡來

學習目標	教學活動	教學資源	教學評量	備註
	壹、準備活動(5') 一、課前準備 (一)撰寫「給家長的一封信」【附件一】並於前一週發給學生轉交家長 (二)完成「生命的樂章」問卷調查【附件二】 (三)製作「我從哪裡來」簡報【附件三】 (四)設計「超級親子臉」學習單【附件四】 (五)製作「最佳親子臉」獎狀【附件五】 (六)設計「我從哪裡來」討論單【附件六】 (七)製作「訪談注意事項說明」簡報【附件七】 (八)完成親子臉大 PK 初選 (九)設計「小小記者會」學習單【附件八】 (十)製作「出生的紀念」提醒單【附件九】 二、引起動機 上次問卷調查結果公布：	「生命的樂章」問卷調查		

	(四)小結：老師提醒每個人身體的各項特徵都是遺傳的結果，不管自己長相如何，都是世界上獨一無二的個體。 參、綜合活動(7’) 一、教師統整 (一)勉勵學生對孕育生命的媽媽需懷有更多的敬意與感恩，並好好珍惜自己的生命。 (二)身體的各項特徵都是遺傳的結果，不管自己長相如何，都是世界上獨一無二的個體。 二、作業活動 (一)發下並交代「小小記者會」學習單作業。 (二)指導學生如何進行訪談，提醒訪談的注意事項。 (三)發下「出生的紀念」提醒單，請學生下次上課攜帶出生時或成長過程的紀念物品。 第 1 節課結束	「小小記者會」學習單 「訪談注意事項說明」簡報 「出生的紀念」提醒單		
--	---	---	--	--

◎二部曲、小小記者會

學習目標	教學活動	教學資源	教學評量	備註
	壹、準備活動(3’) 一、課前準備 (一)製作「小小記者會」簡報【附件十】 (二)課前回收「小小記者會」學習單 (三)準備「感謝媽咪」小卡 二、引起動機 (一)詢問學生訪問活動是爸爸接受訪問？還是媽媽接受訪問？ (二)詢問學生訪問父母時，有沒有倒茶水請他們喝，好好款款他們？ (三)詢問學生訪問總共花了多少時間？5分鐘？6-10分鐘？10分鐘以上？更久…？ 貳、發展活動(27’)			

2-1	一、真情大採訪 (一)Live 現場轉播 1.將事先收回的「小小記者會」學習單發給學生。 2.請學生上台分享「小小記者會」訪談爸爸或媽媽的內容。題目如下： (1)整個懷孕過程中，媽媽共胖了幾公斤？ (2)媽媽懷孕的時候，身體有什麼變化？ (3)媽媽懷孕的時候，有哪些辛苦或不方便的地方？(如：飲食上、穿著上、生活上或行動上……) (4)媽媽是自然產還是剖腹產？有沒有特別難忘的感受？ (5)爸爸、媽媽對當時剛出生的我有什麼期望嗎？ 2.過程中，老師穿針引線，適時向學生解釋名詞或釐清觀念。(如有些學生訪談內容會提及媽媽懷孕時胸部變大、腳會水腫、生產前陣痛……等等。) (二)媽咪謝謝您 1.老師統整媽媽懷孕時辛苦或不方便的地方。 2.老師請學生閉上眼睛，思考與體會媽媽懷孕及生產的辛勞，並勉勵心存感恩。	「小小記者會」簡報 「小小記者會」學習單	作業評量 口頭評量	
2-1	二、出生的紀念 (一)展示與分享 1.請學生將攜帶的出生時或成長過程的紀念物拿出來展示並跟同學們分享。 2.過程中，老師補充說明出生時或成長過程的紀念物所代表的意義。(學生攜帶的紀念物可能有出生時的腳印、手印、脫落的臍帶、胎毛筆、臍帶印章……等等。) (二)成長的喜悅 1.老師統整學生所帶來的紀念物項目。 2.老師說明生命的誕生與成長的過程是令人喜悅的，有著許許多多親人的祝福，這些紀念物品，或許並不貴重，但卻背後的意義與祝福才是最珍貴的。		口頭評量	

2-2	參、綜合活動(10’) ◎教師統整 (一)老師總結今天「小小記者會」與「出生的紀念」兩個活動，希望學生體會媽媽的辛勞，也能瞭解家人對我們成長過程中悉心的照顧與深深的祝福。 (二)發下「感謝媽咪」小卡，請學生寫下對媽媽的感謝，然後帶回家獻給最愛我們的家人。 第2節課結束	「感謝媽咪」小卡	實作評量	
-----	---	----------	------	--

◎三部曲、成長時光機

學習目標	教學活動	教學資源	教學評量	備註
3-1	壹、準備活動(5’) 一、課前準備 (一)製作「身體變變變」簡報【附件十一】 (二)製作「超級比一比」簡報【附件十二】 (三)準備皮尺、體重計 二、引起動機 1.老師詢問學生自己多大時會坐？會爬？會走？ 2.老師請學生分享自己成長過程中，有什麼特別或有趣的事情。 貳、發展活動(32’) 一、身體變變變 (一)老師播放「身體變變變」簡報，詢問學生有沒有發現我們的身體是先發展哪個部位？再發展哪個部位？請學生嘗試發表。(通常第一次學生無法正確回答) 1.三個月能抬頭(頭部) 2.七個月會坐(軀幹) 3.八個月能爬(手、腳) 4.十個月能用手拿東西(手) 5.一歲多會扶著走(腳) 6.三歲時會單腳站(腳) 7.五歲時能畫人型(手)	「身體變變變」簡報	口頭評量	

3-2	(二)老師再次播放簡報，請學生仔細觀察，並再次詢問學生發現身體發展的順序？ (三)老師公布答案，說明身體大致按照頭部、軀幹、四肢的順序發展，先從簡單的抬頭、翻身、坐、爬、站立、行走，最後再發展手部精細動作。 (四)小結： 1.雖然每個人發展的速度不太一樣，但大致都是按照頭部、軀幹、四肢的順序發展。 2.身體各部位會以不同的速度漸漸發展，功能也會變得更多、更完整。 二、超級比一比 (一)老師告訴學生接下來要進行一個有趣比賽，請學生一起來挑戰。 (二)老師分組並說明規則： 1.全班分成兩組。 2.每組各派 1 人到前面參加遊戲。 3.由 A 組隊員先選 <u>1 個數字</u>，再選 <u>1 個英文字母</u>。 4.兩組依照數字和英文字母的組合指示進行<超級比一比>。贏的一組獲勝得 1 分。 5.接下來，再換 B 組隊員選數字和英文字母。然後依此類推。 (三)比賽開始： 1.兩隊依序派出選手。 2.比的項目包括：頭圍、腰圍、身高、腕力、體重、柔軟度、手掌、平衡度、肩膀，共九項。 3.比賽前，各組推派出來的人都還不知道要比什麼項目，而且也不知道怎麼比。例如：可能要比「體重」，但卻抽到比「輕」，體重輕的人獲勝。或要比「身高」，但卻要比「矮」，身高矮的人獲勝。 (四)比賽結束，公布比分，宣布獲勝隊伍。 (五)請學生發表對於這個比賽的感想。 (六)小結：同班同學有的高、有的矮、有	「超級比一比」簡報 皮尺 體重計	遊戲評量	
-----	--	---------------------------------------	------	--

	的胖、有的瘦，這是因為每個人的生長發育狀況或速度不同，而這些生長發育狀況沒有所謂的好或壞。 參、綜合活動(3') 一、教師統整 (一)雖然每個人發展的速度不太一樣，但大致都是按照頭部、軀幹、四肢的順序發展。而且功能也會變得更多、更完整。 (二)每個人的生長發育狀況或速度不同，而這些生長發育狀況沒有所謂的好或壞。 二、作業活動 請學生填寫「學生能力檢核表」，自我評估自己這個單元一系列學習活動的學習情況。 第3節課結束		自我評量	
--	---	--	------	--

玖、教學成效分析

一、教師觀察回饋

(一)模型輔助教學，提高動機建立概念

學生對「人體妊娠模型」充滿好奇與學習動機，老師藉以解說一個月、兩個月、三個月、五個月及七個月大胎兒的成長情況，然後讓學生觀察模型，有助學生瞭解胎兒在媽媽子宮裡的生長情形。



▲老師利用妊娠模型進行教學



▲說明胎兒在子宮的生長情形



▲學生非常專心聆聽解說



▲不同大小的妊娠模型



▲學生對妊娠模型充滿好奇心



▲學生專注觀察妊娠模型

◎以上部分照片取自上課當天<凱擘大台北數位新聞>、<中嘉新聞>採訪報導畫面

(二)小組討論分享，共同學習相互成長

學習共同體強調「關注學生學習」，過程中以學生為主角，學生在課堂上進行小組討論，交流知識分享經驗，相互學習共同成長。例如：學生在既有的知識基礎上，進一步去思考與探索「為什麼媽媽的『子宮』可以讓寶寶在裡面漸漸長大？」



▲小組討論分享



▲交流經驗探索答案

(三)連結背景知識，搭設鷹架跳躍學習

上課前，老師利用「問卷」調查學生的背景知識，探討學生對「我從哪裡來」、「懷孕」以及「遺傳」概念的瞭解程度。課堂上，老師則透過「有效的提問」搭設學習鷹架，適時引導學生思考，引發學生「探究-思考-表達」的自主性學習。同時老師拋棄傳統式的講述，不再馬上給學生答案，而是引導學生主動思考與學習。

生命的樂章 問卷調查
班級：3 年 班 座號：30 姓名：吳新成

◎我們家有 2 個兄弟姊妹(包括你自己)：我是排行第 1 。

◎你知道你從哪裡來的嗎？
媽媽的肚子裡出來的囉！❤❤

◎你知道媽媽懷孕要幾個月嗎？
10個月！❤❤

◎大家都說你長得比較像爸爸還是媽媽？
我的像爸爸 弟弟的更像媽媽！❤❤

▲課前進行問卷調查

生命的樂章 問卷調查
班級：3 年 班 座號：26 姓名：陳正賢

◎我們家有 2 個兄弟姊妹(包括你自己)：我是排行第 1 。

◎你知道你從哪裡來的嗎？
從重要部位生出來的。

◎你知道媽媽懷孕要幾個月嗎？
十個月。

◎大家都說你長得比較像爸爸還是媽媽？
都有。

▲瞭解學生背景知識



▲老師搭設學習鷹架



▲學生「探究-思考-表達」

二、學生學習成效

(一)探索「性」與「生命」課題，認識生命誕生過程，瞭解身體與遺傳關係

第一節課「我從哪裡來」，學生觀察妊娠模型，認識生命的誕生過程，學習「子宮」與「產道」的名詞，並瞭解其所代表的重要意義；然後藉由「親子臉大PK」的初選與決選過程，發現自己與父母長相之間的關係，瞭解身體特徵是遺傳的結果。



▲老師介紹子宮與產道



▲學生觀察妊娠模型



▲全班一起參與「親子臉大PK」活動



▲學生熱烈參與初選投票



▲初選最高票入選者



▲初選第二高票入選者



▲親子臉大PK 決選投票



▲老師公布決選結果



▲決選第一名的學生與媽媽



▲老師頒發前三名獎狀

(二)體會媽媽生產辛勞，瞭解親人深情祝福，表達對媽媽感恩行動

第二節課「小小記者會」，學生上台發表回家訪談媽媽懷孕及生產的過程，藉以體會媽媽懷孕與生產的辛勞；也請學生展示分享所攜帶的出生時或成長過程的紀念物品，瞭解生命誕生與成長過程是令人喜悅的，其中有著許許多多親人的祝福，而這些紀念物品，或許並不貴重，但背後的意義與祝福才是最珍貴的；最後請學生寫下對媽媽的感謝，然後帶回家獻給最愛我們的家人。



▲小小記者會現場



▲學生發表訪問媽媽的結果



▲發現媽媽懷孕過程胖了 15 公斤



▲原來媽媽懷孕這麼辛苦



▲出生的紀念～出生時的腳印



▲出生的紀念～胎毛筆



▲出生的紀念～小帽子



▲出生的紀念～嬰兒衣服



▲出生的紀念～嬰兒時期照片



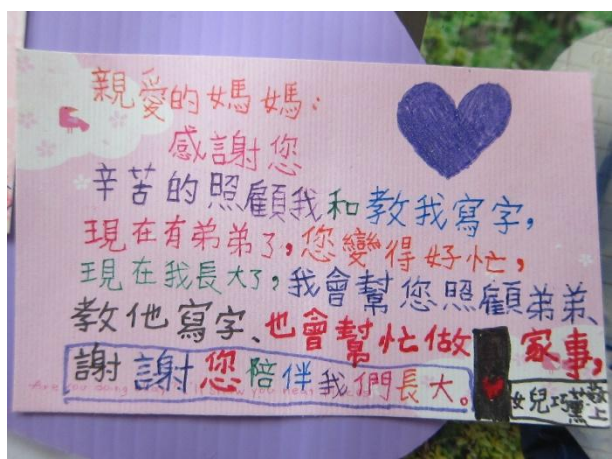
▲出生的紀念～小時候照片



▲出生的紀念～掉下來的乳牙



▲出生的紀念～學步鞋



▲感謝媽咪小卡



▲謝謝媽媽辛苦照顧我

★★★訪問爸爸、媽媽前，別忘了倒杯茶好好款待他們的辛苦喔！

※訪談時間：12月11日 ※地點：家裡

※受訪的人：☐爸爸 ☒媽媽

一、整個懷孕過程中，媽媽總共胖了14公斤

★★★訪問爸爸、媽媽前，別忘了倒杯茶好好款待他們的辛苦喔！

※訪談時間：12月12日 ※地點：家中客廳

※受訪的人：☒爸爸 ☒媽媽

一、整個懷孕過程中，媽媽總共胖了16公斤

▲訪問媽媽懷孕過程胖了幾公斤

二、媽媽懷孕的時候，身體有什麼變化？

肚子變大，身體變胖，胸會水腫，因為肚子變大的關係，所以吃東西容易飽，也容易餓，胸部也變大。

二、媽媽懷孕的時候，身體有什麼變化？

體重變重，肚子變大，雙腳因為水腫，也變大了。

▲訪問媽媽懷孕時身體有什麼變化

三、媽媽懷孕的時候，有哪些辛苦或不方便的地方？(如：飲食上、穿著上、生活上或行動上……)

不能穿太緊的衣服，必須穿寬鬆的衣服，而且睡覺的時候都要很多枕頭墊著肚。

三、媽媽懷孕的時候，有哪些辛苦或不方便的地方？(如：飲食上、穿著上、生活上或行動上……)

懷孕晚期出血，五個月開始產前運動，直到生產。

▲訪問媽媽懷孕時有哪些辛苦和不便之處

四、媽媽是自然產還是剖腹產？有沒有特別難忘的感受？

媽媽是剖腹產。生產完第一次下床因為傷口非常痛，需要家人扶著下床。

四、媽媽是自然產還是剖腹產？有沒有特別難忘的感受？

是自然產。我出生體重三千三百六十公克四十九公分，食量很大。

▲訪問媽媽懷孕時有沒有特別難忘的感受

(三)知道身體發展順序，瞭解生長個別差異，學習相互尊重與欣賞

第三節課「成長時光機」，透過觀察不同時期的圖片，讓學生去發現與歸納身體大致都是按照頭部、軀幹、四肢的順序發展，且身體各部位會以不同的速度漸漸發展，功能也會變得更多、更完整；再者透過趣味的遊戲競賽，瞭解班上同學有的高、有的矮、有的胖、有的瘦，是因為每個人的生長發育狀況或速度不同，而這些生長發育狀況沒有所謂的好或壞，進而能學習相互尊重與欣賞。



▲超級比一比～比腰圍大小(1)



▲超級比一比～比腰圍大小(2)



▲超級比一比～比腕力



▲超級比一比～比手掌大小



▲超級比一比～比頭圍大小



▲超級比一比～比柔軟度



▲超級比一比～比肩膀寬度



▲超級比一比～比平衡感

(四)學習能力檢核

在課程結束後，進行學生能力檢核，根據統計結果發現，全班學生在經過一系列課程學習後，有 70%認為認為自己的學習表現「優異」(90-100 分)，有 17%認為自己的學習表現「良好」(80-89 分)，有 10%認為自己的學習表現「尚可」(70-79 分)，有 3%認為自己的學習表現要「再加油」(60-69 分)。整體而言，約有八成五左右的學生對於課程的相關知識或觀念有基礎以上的認識與瞭解，約有一成五左右要再加強，其中對「身體發展的順序」不清楚的人數是比較多的，可以針對這個部分再對學生釐清指導。

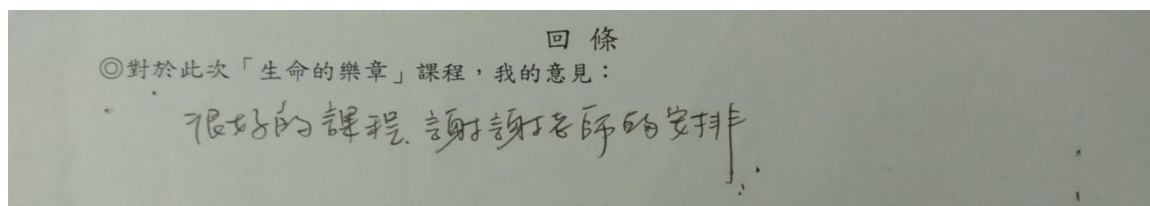
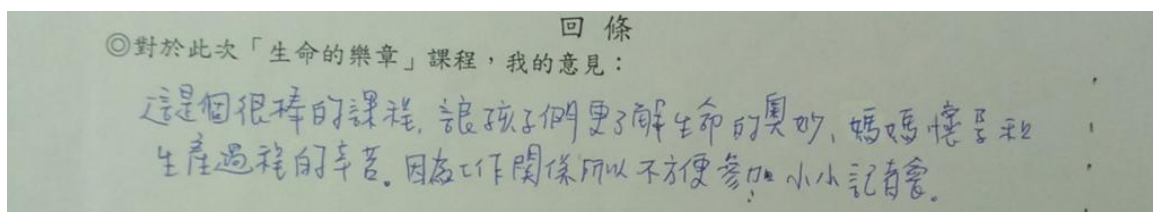
▼學生能力檢核統計表

檢核項目	學生自評			
	優異 (100-90)	良好 (89-80)	尚可 (79-70)	再加油 (69-60)
1.我知道生命的誕生過程(我從哪裡來?)	13	3	2	0
百分比	72%	17%	11%	0%
2.我能瞭解身體特徵是遺傳的結果	12	4	2	0
百分比	67%	22%	11%	0%
3.我能體會媽媽生產的辛勞並心存感恩	14	1	2	1
百分比	77%	6%	11%	6%
4.我能表達對媽媽的感恩	14	3	1	0
百分比	77%	17%	6%	0%
5.我知道身體的發展順序	10	4	2	2
百分比	56%	22%	11%	11%
6.我瞭解生長的個別差異	13	3	2	0
百分比	72%	17%	11%	0%
總計	70%	17%	10%	3%

◎全班 20 人，2 人請假，共 18 人進行學習能力檢核。

三、家長回饋意見

家長對課程的內容與安排表示認同與肯定，也感謝老師的用心，希望能藉此讓學生瞭解生命的奧妙，也能體會媽媽懷孕和生產的辛苦。



▲家長對課程的回饋意見

四、媒體採訪報導

(一)學習正確名詞，瞭解子宮與產道

凱擘大台北數位新聞：大部分做父母的，肯定有被孩子問過，自己是從哪裡來的？但礙於華人保守文化，家長往往難以啟齒，也讓小朋友對於性知識一知半解，台北市濱江國小就特別開辦性教育課程，希望能從小培養他們正確的觀念。台北市濱江國小曾經對三年級學生進行問卷調查，大多數只知道自己是「從媽媽肚子裡生出來」，或「從重要部位生出來」，對於子宮、產道等正確名詞卻相當陌生。此外，班上還舉辦「超級親子臉」比賽，讓同學投票誰的遺傳基因強，跟自己父母親長的最像。校方特別開辦這類課程，就是希望能培養孩子正確的觀念，讓性教育向下紮根。



▲<凱擘大台北數位新聞>採訪報導

影片網址：<https://www.youtube.com/watch?v=plQMcyCizB8&feature=youtu.be>

或參閱光碟<03 教學過程影片>

(二)觀察妊娠模型，性教育從小紮根

中嘉新聞：許多小朋友都相當好奇自己打從哪裡來，然而在保守的華人文化往往得不到答案，因此濱江國小在三年級的健康教育課堂中，透過模型與解說，告訴小朋友子宮與產道等正確名詞，讓正確的兩性教育從小紮根，也是對生命的尊重與感恩。



▲<中嘉新聞>採訪報導

影片網址：http://www.cdtv.com.tw/zh_TW/localnews_content/id/17454
或參閱光碟<03 教學過程影片>

拾、教學省思與建議

一、教學省思

(一)瞭解先備知識，舊經驗連結新學習

在面對「我從哪裡來」的教學議題時，許多老師常常還是會去找坊間的繪本做為教學參考，或者憑著過去自己的經驗，去跟孩子談一些老掉牙或不實際的內容，如：「送子鳥送來的」、「從石頭蹦出來的」……等，但重點是，這些內容都非孩子舊有的經驗與知識，因此，在課堂上談這些，其實意義不大。如能在課程開始前，先瞭解孩子的先備知識，針對孩子的舊經驗，去設計教學活動，以連結孩子的新學習，如此才有意義。

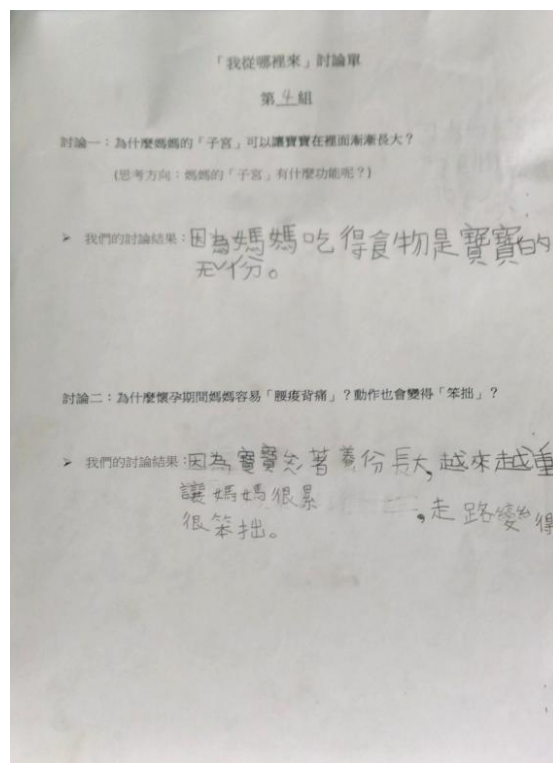
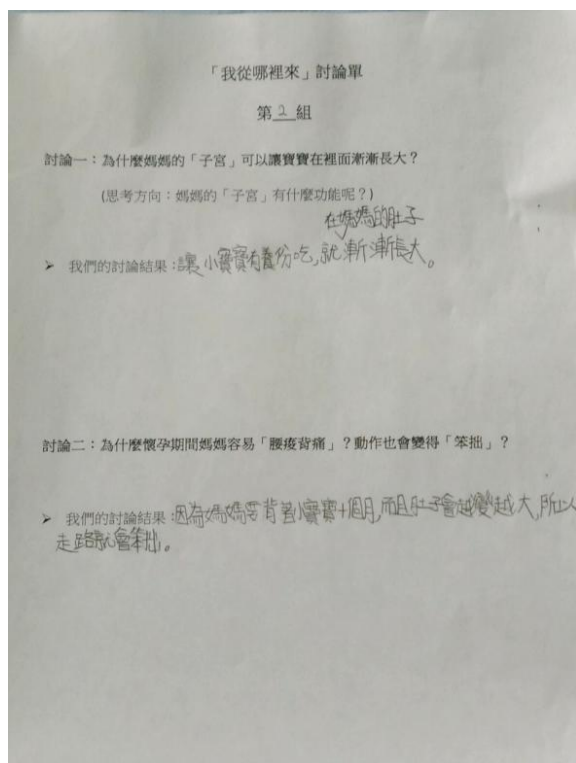
因此，課前我們做了問卷調查，發現學生對生命的起源已有初步認識，大多數學生知道是「從媽媽的肚子裡生出來的」，也有學生回答「從媽媽的重要部位生出來的」，因此，我們的教學起始點就不再是「送子鳥送來的」，也不是「從石頭蹦出來的」了。

▲課前進行問卷調查

▲瞭解學生背景知識

(二)翻轉教室風景，關注學習培養思考

日本佐藤學教授表示，學習是「關係與意義不斷編織」的過程。因此我們翻轉教室的風景，從過去注重老師的「教」轉向關心學生的「學」，從注重「分數」的追求轉向關心「思考」的培養。課堂上，老師引導提問，然後小組討論分享，藉由師生對話、傾聽、回饋與統整歷程，學生達成學習目標。



▲課堂上學生小組討論紀錄

(三)省思修正調整，建構低中年級典範

性發展從孩子出生即開始，孩子的好奇不會因為大人的逃避而消失，關鍵是大人準備好了沒？有沒有足夠的能力？能不能採取正確的做法？一起陪伴孩子去探索「性」或「生命」的課題呢！

在國小階段，四至六年級的孩子正值青春前期或已經進入青春前期，在性教育課程設計上，容易找到教學的切入點，也較易引起孩子的共鳴。但相較之下，一至三年級的性教育教學則較難找到教學的著力點。因此，我們希望能設計一套有系統又能且兼具趣味化的教學模組，然後在經過省思、修正與調整後，建構具有參考價值的低、中年級性教育教學典範。

二、教學建議

(一)調整教學活動流程，掌握節奏提高成效

有關第一節課「親子臉大 PK 決選」的流程，建議未來先將入選的親子照片用簡報一一秀出來，同時請學生仔細觀察，最後再讓學生進行投票。如此一來讓學生有再一次

觀察與思考的機會，效果會比較好，而且投票時也可縮短學生猶豫不決的等待時間。

(二)邀請媽媽擔任嘉賓，親子共學加深印象

除了每位學生的個別訪問作業外，希望未來還能與學生共同召開一個正式的記者會活動，邀請學生的媽媽至課堂上擔任這場「小小記者會」的嘉賓，與孩子分享自己在懷孕和生產過程的經驗，甚至如果可以邀請到正在懷孕的媽媽到學校，更可以大大加深學生的學習印象並提高學習效果。

拾壹、總結

晏涵文教授說，性教育是教導個人成為一個男人或一個女人的教育；美國「國家指導綱領任務委員會」也指出，性教育是個人終其一生追求認同、人際關係及親密行為的認知與形成正確態度、信念與價值觀的過程。當孩子對「性」或「生命」感到好奇時，不管孩子的年紀多大，我們都應該認真且誠懇地看待孩子的問題，並且與他們一起討論、「探索」答案，引導他們學習性教育「尊重」的核心價值，然後體察父母的養育、教育之情，也學習做一個懂得「感恩」的人。

拾貳、附件



附件一 給家長的一封信

給家長的一封信

健康教育老師：卓家意

親愛的家長，您好！

很高興能擔任貴子弟的健康教育老師，這學期健康課配合課本「生命的樂章」單元，加深加廣設計了一系列有關「生長、發展」的課程，並希望孩子能達到以下學習目標：

- 一、 我從哪裡來—認識生命的誕生過程，並瞭解身體特徵是遺傳的結果。
- 二、 小小記者會—體會媽媽懷孕與生產過程的辛勞，進而表達感恩行動。
- 三、 成長時光機—知道身體的發展順序和個別差異。

我們希望孩子能在成長的過程中，瞭解個體的生命來自於父母，並學習珍惜獨一無二的自己！當然我們也需要您提供對本課程的寶貴意見與合作，以期讓孩子真正獲益。

健康教育老師 卓家意 敬啟 104.11.5



回 條

◎對於此次「生命的樂章」課程，我的意見：

◎如果邀請您(媽媽)至課堂上參加「小小記者會」，與孩子們分享您在懷孕和生產過程的經驗，您是否有意願參加呢？

☐有意願 ☐暫無意願

◎現在家裡是否還有保存著孩子出生時的紀念物品呢？

- ☐手印或腳印 ☐脫落的臍帶(或製成臍帶印章) ☐胎毛(或製成胎毛筆)
☐嬰兒時期的小手套、小鞋子…等
☐其它：_____

三年____班 家長簽名：_____

生命的樂章 問卷調查

班級：____年____班 座號：____ 姓名：_____

◎我們家有____個兄弟姊妹(包括你自己)；我是排行第_____。

◎你知道你從哪裡來的嗎？

◎你知道媽媽懷孕要幾個月嗎？

◎大家都說你長得比較像爸爸還是媽媽？

生命的樂章 問卷調查

班級：____年____班 座號：____ 姓名：_____

◎我們家有____個兄弟姊妹(包括你自己)；我是排行第_____。

◎你知道你從哪裡來的嗎？

◎你知道媽媽懷孕要幾個月嗎？

◎大家都說你長得比較像爸爸還是媽媽？

附件三 「我從哪裡來」簡報

1

生命的樂章：
首部曲~我從哪裡來

臺北市濱江國小 卓家意老師



2

問卷調查結果

•題目1：你知道你從哪裡來的嗎？

答案	人數
從媽媽的肚子裡生出來的	19
從媽媽重要部位自然生出來的	1

3

•題目2：你知道媽媽懷孕要幾個月嗎？

答案	人數
十個月	15
八個月	1
五個月	1
不知道	2

4

•題目3：大家都說你長得比較像爸爸還是媽媽？

答案	人數
像爸爸	10
像媽媽	5
像爸爸也像媽媽	3
不知道	2

5

迎接新生命

•阿信的媽媽快要生小寶寶了，全家都充滿喜悅，等著迎接新成員的到來！（p8）



6

小寶寶出生之前在哪裡呢？



7

媽媽的肚子
媽媽的子宮
像溫暖的小房間 (p8)



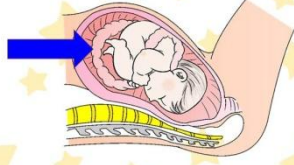
8

•為什麼媽媽的「子宮」可以讓寶寶在裡面漸漸長大？

小組討論

9

- 子宮會提供小寶寶養份讓他漸漸長大，子宮裡有一條神奇的帶子叫做**臍帶**，負責把養份傳送給小寶寶



10

媽媽真辛苦

- 在懷孕初期媽媽常會有噁心、嘔吐的感覺。這是因為「媽媽體內大量分泌一種東西，這種東西叫做『**荷爾蒙**』，它會讓媽媽產生噁心和嘔吐的現象」。
- 此外隨著胎兒漸漸變大，媽媽也容易**腰痠背痛**，動作也變得**笨拙**。
(p8)

11

- 為什麼懷孕期間媽媽容易「**腰痠背痛**」？動作也會變得「**笨拙**」？

小組討論

12

親子臉大PK

- 在大家的期盼下，小寶寶終於誕生了。
- 阿信說：「**寶寶**的眼睛像我和媽媽，又大又漂亮。」
- 爸爸說：「**寶寶**身上的許多特徵，例如：眼睛、鼻子的形狀，皮膚、頭髮的顏色，都是**遺傳**來的。」
(課本p9)

13

像**爸爸**

像**媽媽**

不知道

超級親子臉

你長得比較像爸爸？還是比較像媽媽呢？我們的身上有許多的特徵都是遺傳自爸爸和媽媽的喔！請你找一張親子合照的照片(跟爸爸或媽媽其中一人)並貼妥於下方表格中，我們將在班上進行「親子臉」票選活動，看看誰和自己的爸爸或媽媽長得最像唷！

4x6 相片黏貼處

家長	姓名： ☐ 爸爸 ☐ 媽媽(請勾選) 年齡：
自己	姓名： 年齡：

★學習單請於 11/25(三)前繳回，謝謝您★



附件五 「最佳親子臉」獎狀

獎狀

同學 參加賓

江國小三年一班舉辦的

「超級親子臉」比賽，

榮獲第三名，特頒此狀，

以茲證明。

中華民國104年12月4日

附件六 「我從哪裡來」討論單

「我從哪裡來」討論單

第__組

討論一：為什麼媽媽的「子宮」可以讓寶寶在裡面漸漸長大？

(思考方向：媽媽的「子宮」有什麼功能呢？)

➤ 我們的討論結果：

討論二：為什麼懷孕期間媽媽容易「腰痠背痛」？動作也會變得「笨拙」？

➤ 我們的討論結果：

附件七 「訪談注意事項說明」簡報

1

生命的樂章：
二部曲~小小記者會
採訪注意事項說明

臺北市濱江國小 卓家意老師



2

訪問的注意事項

※訪問爸爸、媽媽前，先倒杯茶給他們
※準備好你的筆、橡皮擦、學習單

※訪談時間：_____月_____日

※地點：_____

※受訪的人：☐爸爸 ☐媽媽

3

訪問題目

※自己紀錄訪問的內容，寫在學習單上面

- 一、整個懷孕過程中，媽媽總共胖了_____公斤
- 二、媽媽懷孕的時候，身體有什麼變化？

4

訪問題目

- 三、媽媽懷孕的時候，有哪些辛苦或不方便的地方？
(如：飲食上、穿著上、生活上或行動上……)
- 四、媽媽是自然產還是剖腹產？有沒有特別難忘的感受？
- 五、爸爸、媽媽對當時剛出生的我有什麼期望嗎？

※訪談共花了_____分鐘 參與者簽名：_____

小小記者會



班級：_____ 座號：_____ 姓名：_____

親愛的家長：

這次的作業要麻煩您撥出一點時間陪孩子完成，讓孩子能體會媽媽懷孕及生產時的辛勞並心存感恩。謝謝您！

親愛的小朋友：

你能夠體會媽媽懷孕及生產時的辛勞嗎？請你化身為小記者，訪問家人問題。



★★★訪問爸爸、媽媽前，別忘了倒杯茶好好款待他們的辛苦喔！

※訪談時間：_____月_____日 ※地點：_____

※受訪的人：☐爸爸 ☐媽媽

一、整個懷孕過程中，媽媽總共胖了_____公斤

二、媽媽懷孕的時候，身體有什麼變化？

三、媽媽懷孕的時候，有哪些辛苦或不方便的地方？(如：飲食上、穿著上、生活上或行動上……)

四、媽媽是自然產還是剖腹產？有沒有特別難忘的感受？

五、爸爸、媽媽對當時剛出生的我有什麼期望嗎？

※訪談共花了_____分鐘 參與者簽名：_____

附件九 「出生的紀念」提醒單

親愛的家長，您好：

本週五的健康教育課，我們設計了一個「出生的紀念-成長的喜悅」活動，要請孩子攜帶出生時或成長過程的紀念物品。如果家裡還有保存著孩子出生時或成長過程的紀念物品，例如：手印或腳印、脫落的臍帶(或製成臍帶印章)、胎毛(或製成胎毛筆)、嬰兒時期的小手套或小鞋子…等(擇一即可)，請你協助讓孩子帶至學校。但如果沒有或已經找不到，也沒關係。再次感謝您的配合，能與貴子弟一同學習與成長，是我的榮幸。

健康教育老師 卓家意敬上

親愛的家長，您好：

本週五的健康教育課，我們設計了一個「出生的紀念-成長的喜悅」活動，要請孩子攜帶出生時或成長過程的紀念物品。如果家裡還有保存著孩子出生時或成長過程的紀念物品，例如：手印或腳印、脫落的臍帶(或製成臍帶印章)、胎毛(或製成胎毛筆)、嬰兒時期的小手套或小鞋子…等(擇一即可)，請你協助讓孩子帶至學校。但如果沒有或已經找不到，也沒關係。再次感謝您的配合，能與貴子弟一同學習與成長，是我的榮幸。

健康教育老師 卓家意敬上

親愛的家長，您好：

本週五的健康教育課，我們設計了一個「出生的紀念-成長的喜悅」活動，要請孩子攜帶出生時或成長過程的紀念物品。如果家裡還有保存著孩子出生時或成長過程的紀念物品，例如：手印或腳印、脫落的臍帶(或製成臍帶印章)、胎毛(或製成胎毛筆)、嬰兒時期的小手套或小鞋子…等(擇一即可)，請你協助讓孩子帶至學校。但如果沒有或已經找不到，也沒關係。再次感謝您的配合，能與貴子弟一同學習與成長，是我的榮幸。

健康教育老師 卓家意敬上

親愛的家長，您好：

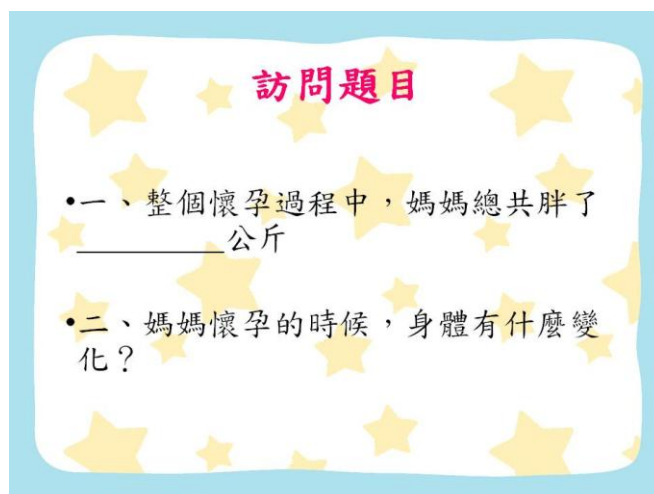
本週五的健康教育課，我們設計了一個「出生的紀念-成長的喜悅」活動，要請孩子攜帶出生時或成長過程的紀念物品。如果家裡還有保存著孩子出生時或成長過程的紀念物品，例如：手印或腳印、脫落的臍帶(或製成臍帶印章)、胎毛(或製成胎毛筆)、嬰兒時期的小手套或小鞋子…等(擇一即可)，請你協助讓孩子帶至學校。但如果沒有或已經找不到，也沒關係。再次感謝您的配合，能與貴子弟一同學習與成長，是我的榮幸。

健康教育老師 卓家意敬上

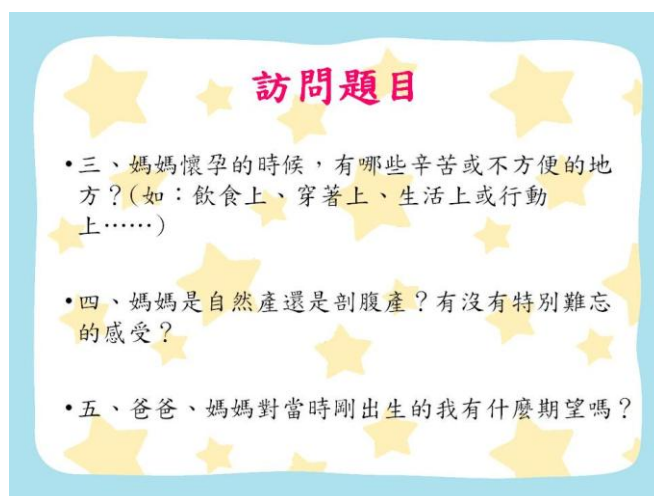
1



2



3



附件十一 「身體變變變」簡報

1 	2 	3 3個月能抬頭(頭部) 
4 7個月會坐(軀幹) 	5 8個月能爬(手、腳) 	6 10個月能用手拿東西(手) 
7 1歲多會扶著走(手、腳) 	8 3歲時會單腳站立(腳) 	9 5歲時能畫人型(手) 
10 • 雖然每個人發展的速度不太一樣， 但大致都是按照頭部、軀幹、四肢 的順序發展。 		

附件十二 「超級比一比」簡報

1 	2 	3 遊戲規則說明 • 全班分成兩組。 • 每組各派1人到前面參加遊戲。 • 由A組隊員先選1個數字，再選1個英文字母。 • 兩組依照數字和英文字母的組合指示進行<超級比一比>。贏的一組獲勝。 • 接下來，再換B組隊員選數字和英文字母。然後依此類推。																											
4 <table border="1"> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr> </table>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	5 <table border="1"> <tr><td>頭圍</td><td>腰圍</td><td>身高</td></tr> <tr><td>腕力</td><td>體重</td><td>柔軟度</td></tr> <tr><td>手掌</td><td>平衡感</td><td>肩膀</td></tr> </table>	頭圍	腰圍	身高	腕力	體重	柔軟度	手掌	平衡感	肩膀	6 <table border="1"> <tr><td>A</td><td>B</td><td>C</td></tr> <tr><td>D</td><td>E</td><td>F</td></tr> <tr><td>G</td><td>H</td><td>I</td></tr> </table>	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1	2	3																											
4	5	6																											
7	8	9																											
頭圍	腰圍	身高																											
腕力	體重	柔軟度																											
手掌	平衡感	肩膀																											
A	B	C																											
D	E	F																											
G	H	I																											
7 <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重	8 遊戲開始~ 各組請派出最強乙名出列 Ready go	9 <table border="1"> <tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>5</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>8</td><td>9</td></tr> </table>	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											
1	2	3																											
4	5	6																											
7	8	9																											
10 頭圍 眼睛上緣通過兩耳的長度 <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重	11 腰圍 以皮尺繞過腰部的長度 <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重	12 身高 從頭頂到腳掌的長度 <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											

13 腕力 比比腕力吧~ 看誰的力氣大! <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重	14 體重 面對現實~ 站在體重計上吧^^ <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重	15 柔軟度 站立姿勢~ 看誰的手掌可以碰到地板 誰柔軟度好! <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											
16 手掌 互相比一下吧^^ <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重	17 平衡感 閉眼~金雞獨立 看誰最久又最穩 <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重	18 肩膀 互相比一下吧^^ 不能比出高下就用皮尺 量一量~ <table border="1"> <tr><td>長</td><td>大</td><td>高</td></tr> <tr><td>短</td><td>輕</td><td>小</td></tr> <tr><td>矮</td><td>好</td><td>重</td></tr> </table>	長	大	高	短	輕	小	矮	好	重
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											
長	大	高																											
短	輕	小																											
矮	好	重																											
19 • 同班同學有的高、有的矮、有的胖、有的瘦，這是因為每個人的生長發育狀況或速度不同，而這些生長發育狀況沒有所謂的好或壞。 																													

拾參、參考資料

- 一、魔法青春旅程-4 到 9 年級性教育的第一本書(卓家意、湯家綾著，書泉出版社)
- 二、國民小學健康與體育課本第五冊(翰林版)
- 三、教育部國民及學前教育署國民中小學課程與教學輔導組健康與體育學習領域輔導群<超級比一比 身體對對碰>簡報