

檔 號：
保存年限：

新北市政府教育局 函

地址：220242新北市板橋區中山路1段161號21樓
承辦人：余泯蓁
電話：(02)29603456 分機2655
傳真：(02)29690187
電子信箱：AJ2662@ntpc.gov.tw

受文者：新北市立汐止國民中學

發文日期：中華民國110年10月22日

發文字號：新北教特字第1102004154號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：

主旨：調整新北市110年度執行友善校園學生事務與輔導工作「
校性別平等教育融入健體領域教學工作坊」為線上研習，
請轉知參加研習之教師，請查照。

說明：

一、續本局110年8月23日新北教特字第1101593268號函（諒達）辦理。

二、研習相關資訊：

(一)時間：110年11月3日(星期三)上午8時30分至下午4時30分。

(二)g o o g l e m e e t 會議室：
<https://meet.google.com/vkf-vzhe-xvb>。

三、本案若有需聯絡事項請洽：汐止國中紀淑真教務主任，電話：(02)26412065分機1101。

正本：新北市各市立國中

副本：

交換徵記
110/10/25 08:25

本案依分層負責規定授權業務主管決行

**新北市 110 年度執行友善校園學生事務與輔導工作
「性別平等教育融入健體領域教學工作坊」實施計畫
(1100930 修正_線上研習)**

一、依據

- (一)教育部 110 年度友善校園學生事務與輔導工作作業計畫。
- (二)新北市 110 年度執行友善校園學生事務與輔導總體工作計畫。

二、目的

- (一)充實教師性別平等教育之知能，協助教師瞭解 12 國教課綱性別平等內涵，並能將性別平等教育知能融入教學中。
- (二)鼓勵教育人員研發性別平等教育融入式教材，以素養導向教學設計提高教學效果，並透過教師同儕間學習，提升教師團隊的教學合作觀念。

三、辦理單位

- (一)主辦單位：新北市政府教育局
- (二)承辦單位：新北市立汐止國民中學

四、研習內容：

- (一)12 年國教性平實質內涵解析及性平融入領綱學習重點示例。
- (二)性平融入及素養導向教學與教材教法共備及實作。
- (三)研習課程詳如附件 1，參加研習人員應全程參加並核發研習時數 6 小時。

五、參加對象：

- (一)全市各國中及高中(國中部)任教健體領域教師，每校薦派 1 人。
- (二)本市國民教育輔導團性別平等教育議題小組輔導員(國中組)。

六、研習時間：110 年 11 月 3 日(星期三)08：30-16：30。

七、採線上研習方式辦理：

全程採 Google Meet 線上研習方式辦理，連結網址如下：

<https://meet.google.com/vkf-vzhe-xvb>

八、報名方式及注意事項

- (一)請於 110 年 10 月 28 日(星期四)前至校務行政系統-教師研習系統報名薦派。
- (二)研習當日本局同意核予薦派教師公假暨課務派代參加。
- (三)承辦學校無提供參加人員停車空間，請搭乘大眾交通工具前往。

九、經費來源：由教育局專款補助。

十、獎勵：承辦學校校長部分依「公立高級中等以下學校校長成績考核辦法」第 7 條第 1 項第 5 款之第 2 目，教師部分依「公立高級中等以下學校教師成績考核辦法」第 6 條第 1 項第 5 款之第 10 目予以敘獎，敘獎額度及人數依「新北市政府所屬各級學校及幼兒園辦理教師敘獎處理原則」附表第 2

項第2款，工作人員嘉獎1次以4人為限，含主辦1人嘉獎2次。教師部分由學校依相關規定辦理敘獎，校長部分函報本局辦理敘獎。

十一、本計畫奉准核可後實施，修正時亦同。

附件 1

**新北市 110 年度執行友善校園學生事務與輔導工作
「性別平等教育融入健體領域教學工作坊」課程表**

研習日期	110年11月3日(三)	
時 間	研習內容	主 持 人 (或主講人)
08：30~08：50	報到、領取資料	承辦學校
08：50~09：00	始業式	新北市教育局特教科 承辦學校校長
09：00~10：40	素養導向性別平等教育議題融入 健康教育教學(一)	教育部性別平等教育議題 中央輔導諮詢團教師 龍芝寧主任 (新北市立積穗國中主任)
10：40~11：00	休息~交流時間	承辦學校
11：00~12：00	素養導向性別平等教育議題融入 健康教育教學(二)	教育部性別平等教育議題 中央輔導諮詢團教師 龍芝寧主任 (新北市立積穗國中主任)
12：00~13：00	午餐~小憩片刻	承辦學校
13：00~14：40	性別平等教育議題融入體育課程 (一)	教育部性別平等教育議題 中央輔導諮詢團教師 范富強老師 (新北市立大觀國中教師)
14：40~15：00	休息~交流時間	承辦學校
15：00~16：00	性別平等教育議題融入體育課程 (二)	教育部性別平等教育議題 中央輔導諮詢團教師 范富強老師 (新北市立大觀國中教師)
16：00~16：30	綜合座談	教育局特教科

110學年度性別平等教育研習

性別和健康的相遇

議題融入素養導向教學

Heath

教育部性別平等教育輔導群諮詢委員
新北市積穗國中 龍芝寧



性別與健康的相遇，let's go!

- 1.性別平等教育議題教什麼？如何教？
- 2.教健康，也教性別
- 3.性平融入健教，好好教



《性別平等教育法》2004.06

第三章課程、教材與教學 【第十七條】

- 學校之課程設置及活動設計，應鼓勵學生發揮潛能，不得因性別而有差別待遇 → 積極差別對待
- 國民中小學除應將性別平等教育融入課程外，每學期應實施性別平等教育相關課程或活動至少四小時。
- 學校應發展符合性別平等之課程規劃與評量方式。

性別平等教育議題課程 → 融入+主題 → 課綱



積極性的差別待遇

我們要求的性別平等，是希望能消除對不同性別者（尤其是女生和非異性戀性取向者）的偏見、歧視及種種不公平的待遇，讓性別之間達到平等。這個變公平的過程，不是要把所有人都變得相同，才能得到相同的待遇，因為這意謂著某些人要把特殊的需求隱藏起來自行處理。如果不能在差異的基礎上保障每個人能得到公平的對待，就不是真正的公平。積極提供資源和機會等協助，讓不同性別者在實質平等的條件下發展。

性別議題-主題探究 方便 新風貌，你好我也好！

子題 1：齊頭非平等 看見設計的歧視

引言：

曉如和阿姨到國父紀念館欣賞戲劇表演，終場休息十五分鐘，曉如想上洗手間，卻發現女生廁所大排長龍，等待上廁所的人都已經排到門外的走廊了，眼看表演時間就要開始，阿姨帶著曉如去上男生廁所，曉如雖然覺得很尷尬，但是能順利上完廁所，覺得真舒服。她發現，男生廁所和女生廁所差不多大，女生廁所內有 8 間隔間，男生廁所內有五間隔間和五個小便斗，看起來空間大小的分配似乎很公平，但是想一想，平均一個女生上一次廁所要大約 3~5 分鐘，男生卻只要 1、2 分鐘就解決了，看似公平的分配廁所空間，對不同性別者的需求來說，實際上卻沒有達到真正平等的實質內涵。在日常生活中，也有一些空間，針對男女而有差異的設計和規劃，請觀察、思考及探討，表面上看起來公平的規劃，是否達成真正的平等？或者，什麼樣的空間規劃，才能符合實質的平等，也可以以一個空間規劃來試著說明看看。



「公用廁所」
卻被「性別」區隔
變得很不「公共」



提供安心如廁環境設備
「台中市政府及所屬各機關學校
建築物附設廁所設置及管理維護基準」

哪種廁所對性別最友善？性別友善廁所真的友善嗎？



第一種
不分性別男女共用廁所



第二種 男廁和女廁之外
設立一個「其他」的廁所



第三種 不分性別廁所
隔間按照坐便器來區分



性別友善廁所真的友善嗎？



第一種 不分性別男女共用廁所



▲性別廁所便斗距好近，男：尿不出來。

第一種性別友善廁所直接將男廁的標識換成男女公用標識，若先不考慮性騷擾、偷窺等安全問題，作為女生會害怕撞見男性造成尷尬，以及來自男性異樣的眼光；作為男生，在如廁時「強制」被異性看見，又何嘗不是一種性別暴力手段？不是男女一起上廁所就是「公共」，

「公共」的同時，也需要保留上廁所的「私密性」。

性別友善廁所真的友善嗎？



第二種 男廁和女廁之外
設立一個「其他」的廁所

跨性別者求職時被雇主要求
「不要在我們這裡上廁所，
不然其他人會不高興」



跨性別者最大的心願，就是
「在任何地方，都不必被質問
自己是男是女」。

第二種性別友善廁所是在男廁和女廁之外，設立一個「其他」的廁所，
結合無障礙廁所、親子廁所和跨性別者的需求，而修建成的「三合一廁所」，
裡面既有尿斗又有馬桶，使用者根據自己的需求來選擇。這種廁所的確方便了帶小孩
上廁所的父母、行動不便需要人協助的老人等。

但性少數族群卻依然需要通過「**檢查性別**」才能進入，
而「**其他**」二字更將他們推向了特殊的邊緣。

由**性別區隔**導致廁所喪失的「**公共性**」，並沒回歸，反而越走越遠。

性別友善廁所真的友善嗎？

性別友善廁所 All Gender Restroom



這是對所有人開放的廁所。

無論妳/你的生理性別、
性別認同或性傾向為何，
敬請安心、自在使用本廁所內設施。

Anyone can use this restroom safely,
regardless of gender identity or expression.

★國立成功大學製作★



這樣的好處是使用者只需按照坐便器的**功能性**來進行選擇，而非**性別**；如此一來，廁所既回歸了它本該有的「公共性」，又保留了上廁所的「私密性」。



性別議題-主題探究

子題 2：男當剛強 女需陰柔？男女特質大不同嗎？

引言：

每當開學選舉幹部時，風紀股長往往是大家既期待又怕受傷害的職務，因為要幫忙老師維持班上一天的秩序，譬如上科任課要登記講話的人、午休要處理在吵鬧的人…等，既要向老師負責又怕得罪同學，可說是吃力不討好。

特別是女生擔任風紀股長時，如果管得嚴格或是口氣稍為兇一點，往往都會被男生嫌太兇、很煩、太過分、管太多…等，有時候甚至會當面吵了起來。可是，當男生擔任風紀時，一樣都是嚴格、強硬的態度，大家反而不敢講太多，甚至覺得男生風紀股長很有威嚴。

一樣都是風紀股長，但是卻因為是男、女生，同學卻有不同的感受和態度，認為男生兇一點的特質是正常的，女生太嚴太兇的特質反而惹人厭，似乎有著男生理當威嚴、女生應當溫柔的刻板印象，這些對於男生女生特質的刻板印象，是否真是如此呢？讓我們來一起來討論看看吧！

主題範圍：「性別平等～男女是否大不同？」

小組主題：「為什麼總是她（他）—
積穗國中老師對班級幹部的考量」



主題簡介：多數老師對於班級特定職位的選取是否有性別的刻板考量，還是純粹以能力來安排？我們想要深入探討這個問題。

性別刻板→偏見→歧視

新北市積穗國中 龍芝寧

對於上面的結果我們有以下的分析：

股長	分析	結論
資訊股長	因為資訊負責電腦的相關事務，而現在接觸線上遊戲的男生較多，所以男生對電腦較熟悉。	男女比例差距高達約 77%
體育股長	由於要做粗活，像：搬器材、做示範等，而老師覺得男生普遍體力較好。	男女比例差 75%
學藝股長	因為老師覺得女生比較細心，做東西比較不會有疏漏，布置教室時也會有比較多點子，還有女生的手比較巧。	女男比例差 68%
副班長	要點名與送速報單，需要細心的女生來用。講話需要有公信力，而且也不能嬉鬧。	女男比例差約 31% 女男比例差約 20%
風紀股長	需要檢查掃地工作，在檢查教室環境時，需要比較細心的觀察力。而老師又覺得女生普遍比較細心	女男比例差約 37%
衛生股長	選擇的首要條件是領導力，而每班的人的特質又不一樣，剛好統計起來女男各佔一半。。	男女比例差不多是 1 : 1
班長	男女生各有選擇的理由，男生是數理好，可以計算。女生較細心，管理前才較不易丟失，所以男女比例差較小。	男女比例只差 3% 左右
總務股長		

表 4-1-2 幹部的分析 資料來源：組員黃聖宇製作

性別刻板→偏見→歧視

對於上面的結果，我們有以下的分析：

各科小老師	分析	結論
電腦	跟資訊股長一樣，都是接觸電腦較多，而男生普遍接觸電腦時間較長，對其操作較熟悉。	男女差距高達100%
生物&數學	基於性別刻板印象，會覺得男生數理好、女生文科好，老師可能也存著這種思想。	男女比例分別差31%和50%
英文&國文	剛好對到上文「男生數理好、女生文科好」。	女男比例分別是43%和56%
綜合	包括家政和童家，碰到需要裁縫和料理的部分較多，而「男主外，女主內」的刻板觀念可能還影響著老師。	女男比例差約40%
輔導	基於我們訪談的內容，綜合老師選擇的原因大多是看他做事認不認真，有沒有服務心等，而女生在老師眼中，大多被認為是比較細心的。	女男比例差到43%

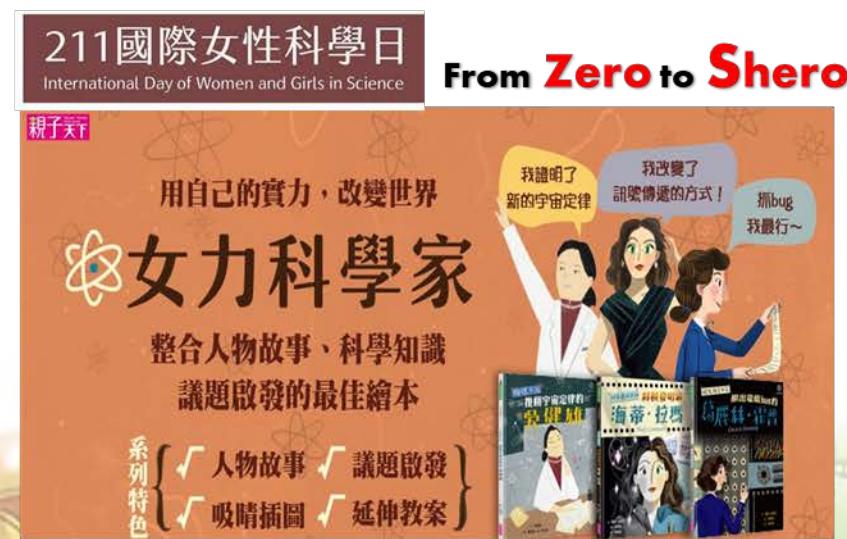
表 4-1-4 小老師的分析 資料來源：組員黃聖宇製作

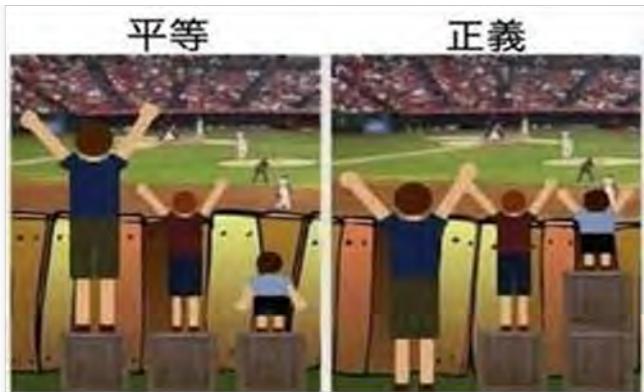
覺察性別區隔→省思、批判、行動

❖ 性別刻板：對不同性別者的性格、特質/ 角色過度類化及僵化的信念。

ex:老闆 / 祕書、家長會長、班長 / 副班長、校長 / 老師

❖ 性別偏見與歧視：對特定性別的負面評價

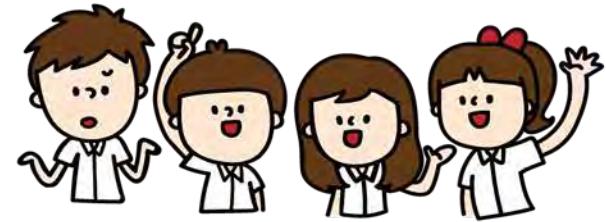




平等是讓差異被『積極對待』
給予孩子更多的協助

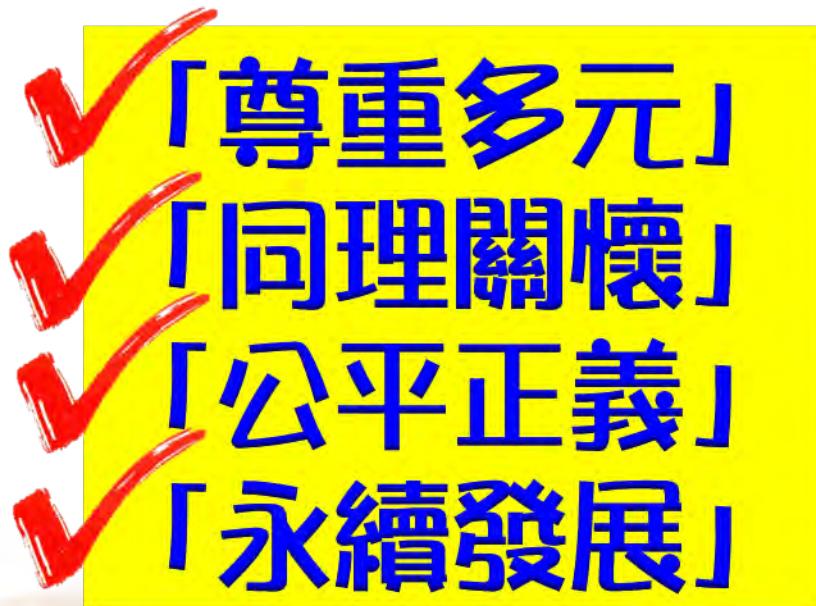
- # 女性專屬籃球場 / 打破球場獨佔性
- # 女性專用水道 / 安全無虞的環境
- # 增加女學生得分數 / 建立自信心
- # 增加女男同組及互動的機會

認知承認差異存在
提供在群體中參與機會
公平競爭環境中、確保平等結果



12年國教課綱 議題 知多少？

列為總綱19項議題符合



12年國教性平教什麼？

核心素養→學習主題→實質內涵

3989-1314

3面9項核心素養
→ 8項性平核心素養
→ 9項性平學習主題



→13項國小實質內涵+→14項國中實質內涵

8項性平核心素養

總綱核心素養項目	
A1 身心素質與自我精進	性(A1)尊重多元的性別氣質、性傾向與性別認同，以促進性別的自我瞭解，發展不受性別限制之自我潛能。
A2 系統思考與解決問題	性(A2)覺知生活中性別刻板、偏見與歧視，培養性別平等意識，提出促進性別平等的改善策略。
A3 規劃執行與創新應變	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。
B1 符號運用與溝通表達	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。
B2 科技資訊與媒體素養	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。
C1 道德實踐與公民意識	性(C1)關注性別議題之歷史、相關法律與政策之發展，並積極參與、提出建議方案。
C2 人際關係與團隊合作	性(C2)覺察人際互動與情感關係中的性別權力，提升情感表達、平等溝通與處理情感挫折的能力。
C3 多元文化與國際理解	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。

8項性平核心素養

肆、學習主題、實質內涵、學習目標、評量標準、核心素養對照表

對應之核心素養	肆、學習主題、實質內涵、學習目標、評量標準、核心素養對照表		國小中學教育
	教育階段 實質內涵 學習主題	學習主題	
性(A1)尊重多元的性別氣質、性傾向與性別認同，以促進性別的自我瞭解，發展不受性別限制之自我潛能。	性別氣質、性傾向與性別認同之多樣性	性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌 性 E2 覺知身體意象對身心的影響	性 J1 接納自我與他人的性傾向、性別特質與性別認同 性 J2 驟清身體意象的性別迷思
性(A2)覺知生活中性別刻板、偏見與歧視，培養性別平等意識，提出促進性別平等的改善策略。	性別角色、刻板印象、性別偏見與性別歧視之突破	性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視
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 性騷擾、性侵害、性霸凌之防治	性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道	性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權 性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題
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。	語言、文字等符號之性別意涵分析	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 J6 探究各種符號中的性別意涵及人際溝通中的性別問題
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。	科技、資訊與媒體之性別議題	性 E7 解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象	性 J7 解析各種媒體所傳遞的性別迷思、偏見與歧視 性 J8 解讀科技產品的性別意涵

9項性平學習主題

國小中性平實質內涵

8項性平核心素養

對應之核心素養	教育階段 實質內涵 學習主題	國民小學教育	國民中學教育
性(C1)關注性別議題之歷史、相關法律與政策之發展，並積極參與、提出建議方案。	9項性平學習主題  性別權益與公共參與	性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻 性 E9 檢視校園中空間與資源分配的性別落差，並提出改善建議	性 J9 認識性別權益相關法律與性別平等運動的楷模，具備關懷性別少數的態度 性 J10 探究社會中資源運用與分配的性別不平等，並提出解決策略
性(C2)覺察人際互動與情感關係中的性別權力，提升情感表達、平等溝通與處理情感挫折的能力。	性別關係與互動	性 E10 辨識性別刻板的情感表達與人際互動 性 E11 培養性別間合宜表達情感的	性 J11 去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力 性 J12 省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動
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。	性別與多元文化之國際面向	性 E12 了解與尊重家庭型態的多樣性 性 E13 了解不同社會中的性別文化差異	性 J13 了解多元家庭型態的性別意涵 性 J14 認識社會中性別、種族與階級的權力結構關係

13項國小性平實質內涵

14項國中性平實質內涵

best weapon

best weapon



最強武器→表達方式

modern man



新好男人

housewife



家庭主婦

self-image



自我形象

self-image



新北市積穗國中 龍芝寧

性別icon圖文解析

凸顯性別(男/女)差異

對應學習主題→實質內涵

生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重

性騷擾、性侵害與性霸凌的防治

性別權益與公共參與

性別角色的突破與性別歧視的消除

語言、文字與符號的性別意涵分析

性別權力關係與互動

身體自主權的尊重與維護

科技、資訊與媒體的性別識讀

性別與多元文化

德國柏林的設計師劉揚所繪製

看見性別差異→學習尊重多元



並非否定天生的性別差異，而是意識到許多現存的性別差異其實為後天社會所強化，而且同一性別的內部差異往往遠大於性別之間的差異。

我們是這樣長大的—社會建構

不管你現在是幾歲，我們每個人都不是憑空長到現在的。一開始我們受到家庭的影響，然後是學校和社會，而置身於現代社會，我們也從世界各國國際間接收到眾多訊息。這些都一點一滴地形塑著我們。

● 西蒙波娃(Simone de Beauvoir)

與其說性別是天生的，不如說是形成的



性別刻板的形成

性別區隔

小明是男生，上幼稚園要勇敢、不能隨便哭。



小華是女生，上幼稚園要小心、被人欺負了就哭著去找老師。



強化

男生不可以這麼愛哭！



不要哭了，不怪你。



性別刻板印象

男兒有淚不輕彈！



小明



小華



遇到事
哭就對了！

性別與健康—自殺死亡率

■ 男性自殺死亡率為女性的兩倍

2019年自殺粗死亡率

女 性

男 性

17.7

14.2

10.2

6.6

0.4

65歲以上

45-64歲

25-44歲

15-24歲

14歲以下

38.4

28.1

22.0

11.4

0.3

人/10萬人

健康教育課綱-學習內容

F.身心健康與疾病預防-b.健康促進與疾病預防

Fb-IV-2 健康狀態影響因素分析與不同性別者平均餘命健康指標的改善策略。

假如我是男生

我曾多次請小學生寫作文，男生寫假如我是女生，女生寫假如我是男生，該有多好啊！」經常有女生這樣寫道。但有位男生卻說，「假如我是女生，我先用各種的自殺方法死一百次再說。」

畢恆達，空間就是性別(2004)

假如...我是男/女生...

modern man



housewife



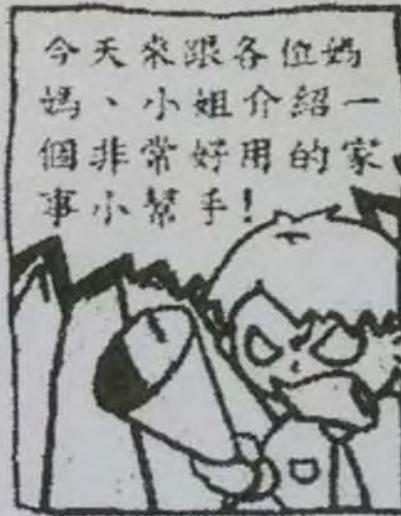
健康教育課綱-學習內容

E.人、食物與健康消費-b.健康消費

Eb-IV-1 媒體與廣告中健康消費資訊的辨識策略。

圖中是生活中常見的情境，請從性別角度，分別說明圖中隱含哪些刻板印象？提出理由？

(a)



(b)



(c)



(d)



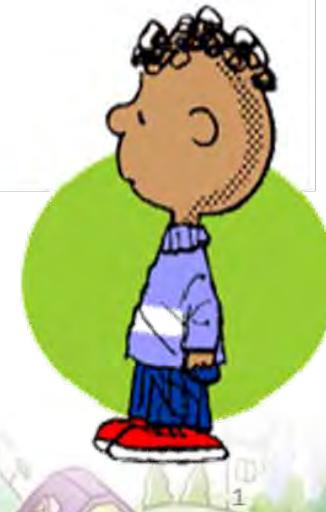
國中OO學校段考考題

106國中會考考題

15. 有學者認為廣告若傳達不適當的訊息，可能產生強化性別刻板印象的效果。下列廣告臺詞中，何者最可能會產生上述效果？

- (A)男女需求大不同，營養補充各取所需
- (B)健康活靈芝，孝順父母親的最佳選擇
- (C)體貼老婆的第一選擇，清淨牌洗衣機**
- (D)安康保全，守護全家人的平安與幸福

廣告改寫突破性別角色的刻板限制



Eleanor (艾莉諾) Roosevelt

羅斯福總統夫人

當被詢問及她對她的一生是否有
任何缺憾時，說…

--Gloria Steinem《內在革命》



「只有一項，我希望我漂亮一點。」

我活在「身體」裡，
「身體」活在社會裡

《我們的身體，我們自己》 Our bodies, Our Selves

❖ 「身體」是人之所有、一切之所在、一切從此出發。
可說是先有身體，才有自己，重要性不言而喻。

Men look at themselves in mirrors.
Women look for themselves. 《美貌神話》

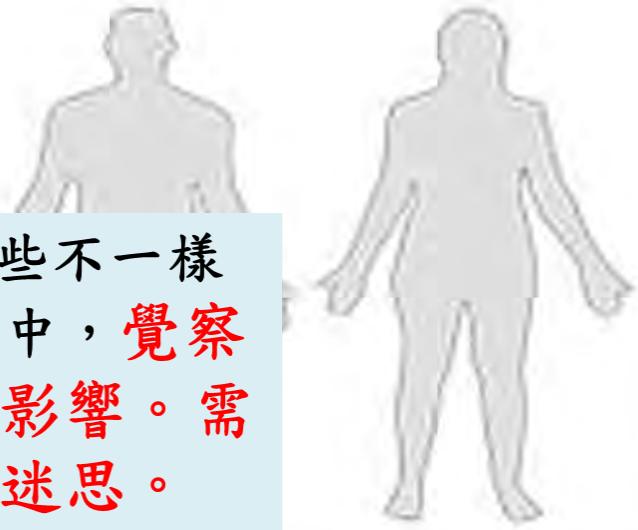


對自己的身體失去信心，

就是對自己失去信心」 《拯救奧菲莉亞》



- 健康教育課綱-學習內容
- E.人、食物與健康消費-a.人與食物
- Ea-IV-4 正向的身體意象與體重控制計畫。



➤學生思考實際和理想的體形，兩者之間有哪些不一樣的地方？與為什麼？等問題，從學習單的分享中，覺察到學生深受「女生瘦、男生壯」刻板印象影響。需要進一步逼引導學生釐清身體意象的性別迷思。

女性身體的規訓

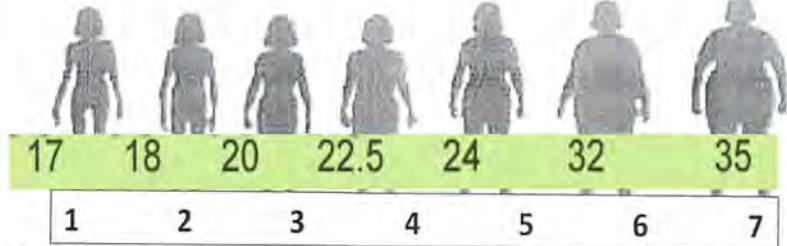
- 女生自尊(self-esteem，自我價值、自我接納程度)以及身體意象在國中時期降低最為明顯。
- 女學生承受的眼光與壓力：早熟、月經、胸部、身材、食量、身體舉止。

身體真相追追追

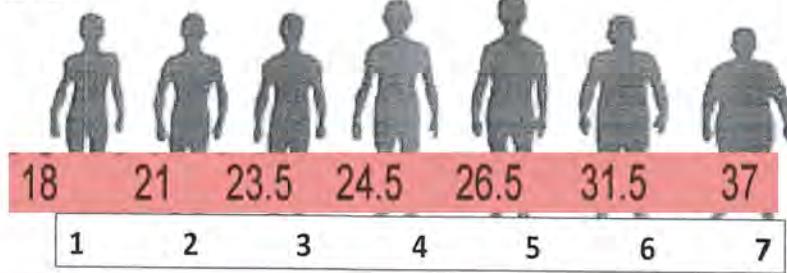
新北市積穗國中 龍芝寧

- ＜透過「身體真相」學習單，引導學生圈選出自己實際體型與理想體型，並思考：.你實際和理想的體形，兩者之間有哪些不一樣的地方？為什麼？
- ＜同學間分享學習單內容，你和同學的理想體型是否有受到性別影響呢？

女性



男性



1.我是 女生 男生

2.你覺得自己實際的體形是：2

3.你覺得自己理想的體形是：5

4.你實際和理想的體形，兩者之間有哪些不一樣的地方？為什麼？

現在太瘦了，想要在壯一點

搶救身體，愛自主

新北市積穗國中 龍芝寧

＜播放「明星整形」的影片，引導學生思考主角對自己的身體意象產生什麼問題？造成什麼影響？並總結：
最深刻的貶抑，莫過於貶抑與生俱來的身體。

終止肥胖歧視 你可以這麼說/這麼做

給大尺碼朋友的建議

你值得自我尊重，也應獲得他人尊重。

你目前的體重讓你看來強壯且美麗。

任何時間，不論你體重或體型如何，
你都能獲得成功、愛，以及快樂。

你永遠值得大家以禮相待，並可以
勇敢以正面自我形象面對他人。

不論你到哪裡，你有權獲得與你
體重、體型相符的住宿接待。

任何人的偏見，都不能妨礙
你的生活權益。

你可以教育那些對肥胖者有
偏執的人，且同時充權(
empower)自己。

你可以與非肥胖者共結盟友，
讓這世界對所有體型
的人都更友善。

製表／林以君 聯合報

給非大尺碼朋友的建議

大尺碼朋友不願在用餐或游泳時入鏡，
且不願與食物合照時，請務必尊重。

在服裝店請別說「這件是最大號的」、「
這件你穿不下」。

面試大尺碼朋友時，不要以身材判
定其能力，請以專業技能評估。

請試著用「大尺碼(Plus Size)」
，取代「胖」、「肥」、「過重」
等用辭。

你不喜歡因膚色、種族被歧
視，就不要以「肥胖」來歧
視其他人。

醫護人員若非必要，請不
要在公眾場合為大尺碼朋
友量體重。

老師們請讓你的學生把焦
點放在健康與自我尊重，
而非體重。

「流行音樂之王」
麥可傑克森Michael Jackson



霸氣說：音樂才華比贊肉更重要

女神卡卡暴肥
遭毒舌批評

嫌愛黛兒胖
張惠妹被訓哭

青春期的少男少女該如何學習適應與迎接自己身體的變化…



引導學生**真誠地和自己身體對話**，從親近自己身體的過程中，**感受到身體的美好與重要**，釐清身體意象的性別迷思偏見，有能力分析資訊、經驗、形成主張、引導結論、提出適當問題和發表具邏輯思考的意見，進而更加認識自己悅納自己，及尊重自己與他人的身體。

核心素養為課程發展之主軸(DNA)

* 核心素養需透過**跨領域/學科/議題**學習培養

領域學科透過

學習重點

落實核心素養



**學習主題
實質內涵**

**融入領域
學習重點**

生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重	性別角色的突破與性別歧視的消除	身體自主權的尊重與維護
性騷擾、性侵害與性霸凌的防治	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
性別權益與公共參與	性別權力關係與互動	性別與多元文化

性別平等教育議題**有機編織融入各領域學習重點，強調學科間轉化知識，不在添加知識。**

性平法施行細則【第十三條】

- 性別平等教育相關課程，應涵蓋情感教育、性教育、同志教育等課程，以提昇學生之性別平等意識。

教育部「性別平等教育法施行細則第13條修正草案」(108.4月2日)

教育部修正條文為「本法第17條第2項所定性別平等教育相關課程，應涵蓋情感教育、性教育、認識及尊重不同性別、性別特徵、性別特質、性別認同、性傾向教育，及性侵害、性騷擾、性霸凌防治教育等課程，以提昇學生之性別平等意識。」





性別與健康的相遇，let's go!

- 1.性別平等教育議題教什麼？如何教？
- 2.教健康，也教性別
- 3.性平融入健教，好好教



性別平等教育議題有機編織融入各領域學習重點，
強調學科間轉化知識，不在添加知識。

學習重點

性教育



學習主題
實質內涵

生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重	性別角色的突破與性別歧視的消除	身體自主權的尊重與維護
性騷擾、性侵害與性霸凌的防治	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
性別權益與公共參與	性別權力關係與互動	性別與多元文化

健康教育性教育教/學什麼？

第四學習階段(國中7-9年級)性教育學習內容

主題名稱	次項目	第四學習階段學習內容
D. 個人衛生 與性教育	b. 性 教 育	<p>Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健</p> <p>Db-IV-2 青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略</p> <p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度</p> <p>Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法</p> <p>Db-IV-5 身體自主權維護的立場表達與行動，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，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力</p> <p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷</p>

第3章 我的青春檔案

將學到的是

- 探討青春期會出現的變化。
- 學習適切的個人衛生保健技巧，促進青春期健康。



教學PPT 動畫

康軒版健體7上

因應SOP

男女第二性徵

青春期是人生中生長第二快速的時期，一般青少年約在10~12歲進入青春期，通常女性較男性早，而個人會隨著身心發展程度而有所差異。

生理層面，除身高與體重增加、皮脂腺分泌旺盛及長出青春痘外，隨著性激素分泌增加，同時身體會出現第二性徵與不同的改變(圖1-3-1)。接下來，讓我們一起認識青春期將會面對的發展與變化。

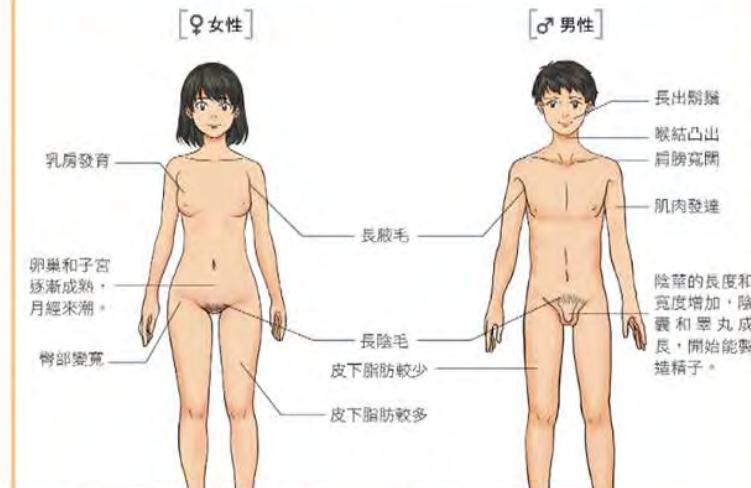
資訊站

激素

激素是指體內某一細胞或器官所產生的可影響體內其他細胞活動的化學物質。

青春期的身體變化示意圖

圖1-3-1



男孩經



文·呂素萍
圖·王聯

女孩經



文·呂素萍
圖·王聯



小美終於回信了！

答案是……「不願意！」

她說因為我的情書裡錯字太多……，

唉，真丟臉！

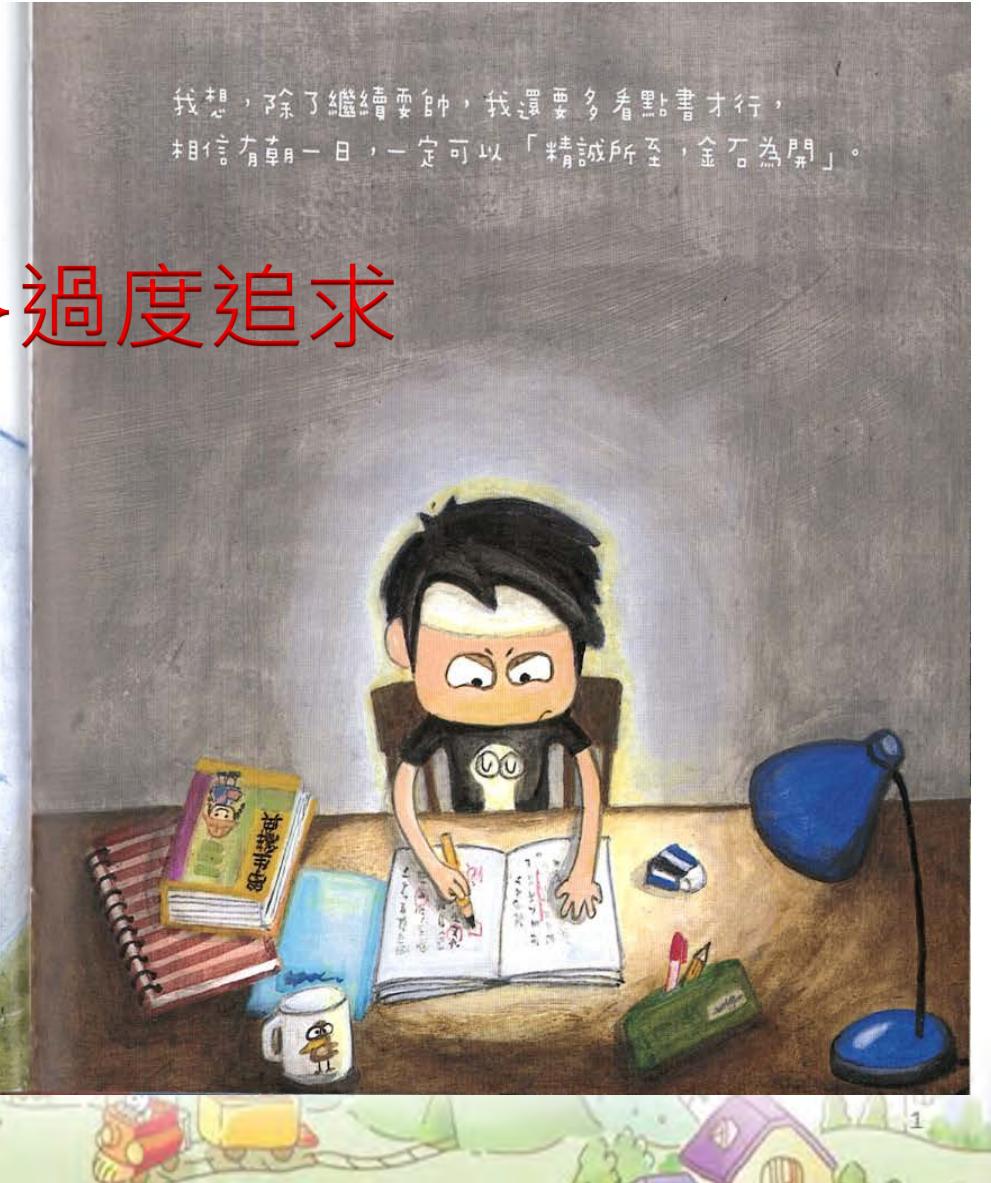
我想，除了繼續要帥，我還要多看點書才行，
相信有朝一日，一定可以「精誠所至，金石為開」。

男子氣概→過度追求

小美：

我很喜歡你，可不可以
請你當我的女朋友呢？
如果可以請打個勾，
不行的話打個叉。

X
12 號



接著，一大堆規矩也跟著來了。

阿嬤跟我說：「那個來，不能吃東西！」

媽女鳥說：「那個來，不能喝水！」

姐女子、姊姊說：「那個來啊，可以請假。」

最奇怪的是爸爸：

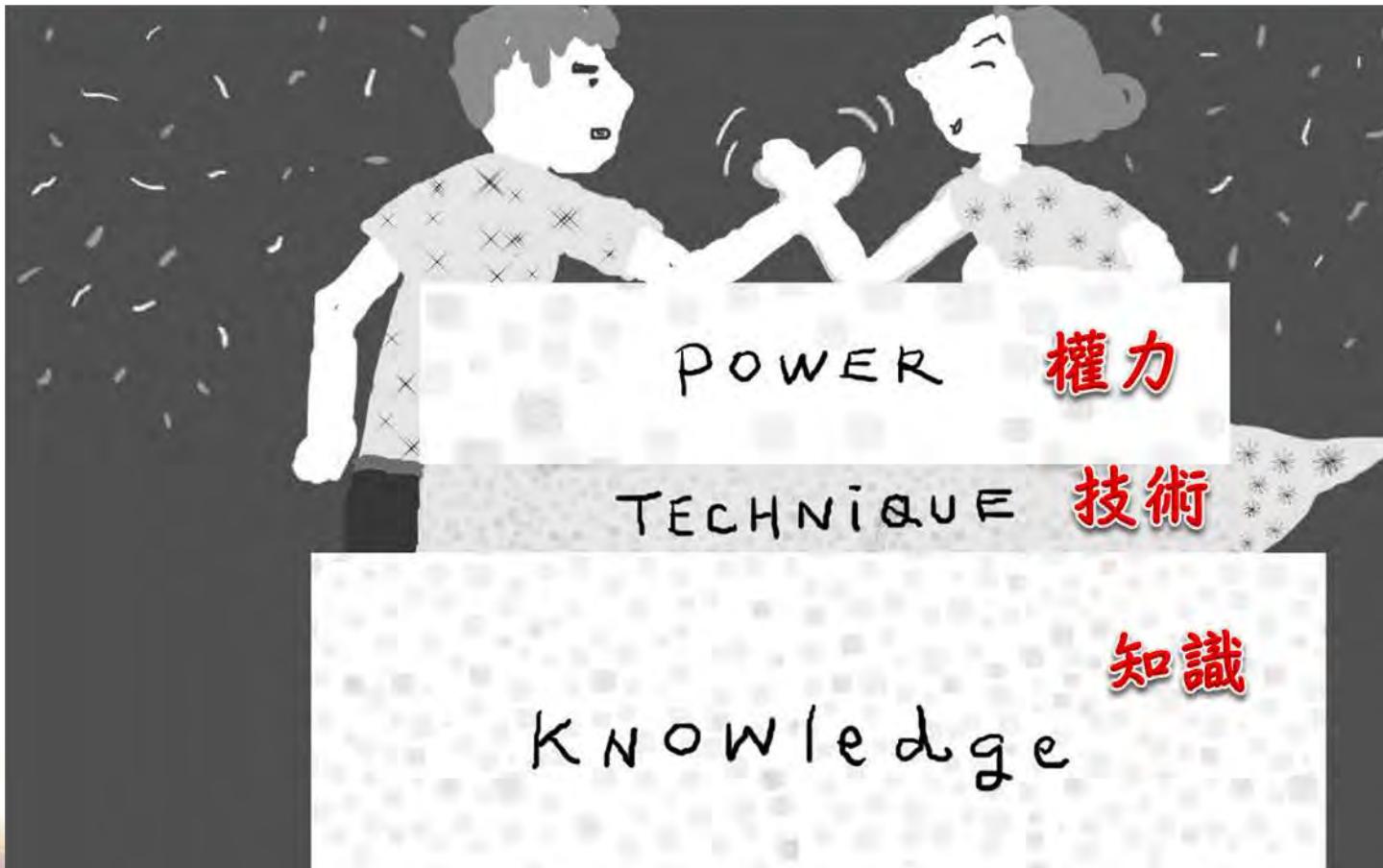
「那個來的時候，不能進廟裡喔！
還有，看到乩童要迴避，
否則附在他身上的神靈會退駕。」

女性生理偏見→汙名歧視

酷耶！
我一定要試試
我的超能力。



性教育層次—知識、技術、權力



她知道為了避孕和避病，安全性行為是必要的措施，而保險套是最好的選擇，這是知識層次；

知識

因此，她就去學習如何正確使用保險套，這是技術層次；

技術



這就是權力層次——在這個例子中，這是性別之間的權力。

權力

但這樣，並不保證她事到臨頭，一定會順利使用保險套，因為有可能——她的男伴拒絕了……

此時，事情如何進展，女孩與男伴之間會如何互動或協商，以得出最好的結果——安全自在地享受性？

協商與互動牽涉到雙方的權力，如果女孩雖然擔心懷孕，卻不敢堅持要求男伴戴上保險套；或是擔心自己無法滿足男伴，他將離她而去，這樣一想，她就有可能棄守原則，委屈自己接受一個品質不好的性。

請你／你再舉一個例子，說明性的三個層次。

性教育—青春期經期保健，課本教什麼？老師您教了什麼？



有知識？有技術？有權力？

臺灣生理用品免營業稅一讀通過



2020.10臺灣衛生棉等生理用品免營業稅立院一讀通過 | 谷
慕慕 - 月亮褲 (goodmoonmood.com)

衛生棉免費供應蘇格蘭率先全球通過法案！「月經貧窮」是什麼台灣月經稅有機會減免嗎

蘇格蘭議會日前通過「生理期用品免費供應蘇格蘭法」，規定政府與公設機關必須免費提供全國婦女生理用品，以終結「月經貧窮」問題。究竟「月經貧窮」是什麼？台灣討論過類似議題嗎？

建立時間：2020/11/26, 11 個日前更新



「月經貧窮」是什麼？

女性平均一生會有6至7年在經期中度過，但因生理用品價格高昂，以致女性可能在經濟上處於劣勢，或無法取得相關用品，進而出現「月經貧窮」(Period Poverty)的社會現象。



月經來只好退學 甚至被迫賣身

聯合國估計，在非洲約有1成的女孩因月經退學，原因包括學校欠缺合適的廁所、無力購買僅有進口貨的衛生棉等。也有女孩因父母太窮、買不起生理用品，被迫童婚或和擁有衛生棉的男性發生性關係。

[詳細內容](#)

性教育-青春期



《青春身體日記 Breasts Also Started As Small Things》

影片資訊：2004 | 法國、比利時 | 紀錄片 | Color | 29 min | 護 | 法語發音、中文字幕
社團法人台灣女性影像學會發行

【劇情簡介】

青春期，是人生中最頭痛的課程。

女孩面臨胸部發育、月經到來的尷尬時期，

男孩開始變聲、出現夢遺情形。

他們被迫在青春期學習自己身體的種種變化，

賀爾蒙的變化不僅讓青少年在生理上改變，

更在精神上悄悄發酵。

這些才十幾歲的青少男女，

到底該如何迎接自己身體的變化，

甚至學會如何去愛這個日益變化的身軀？



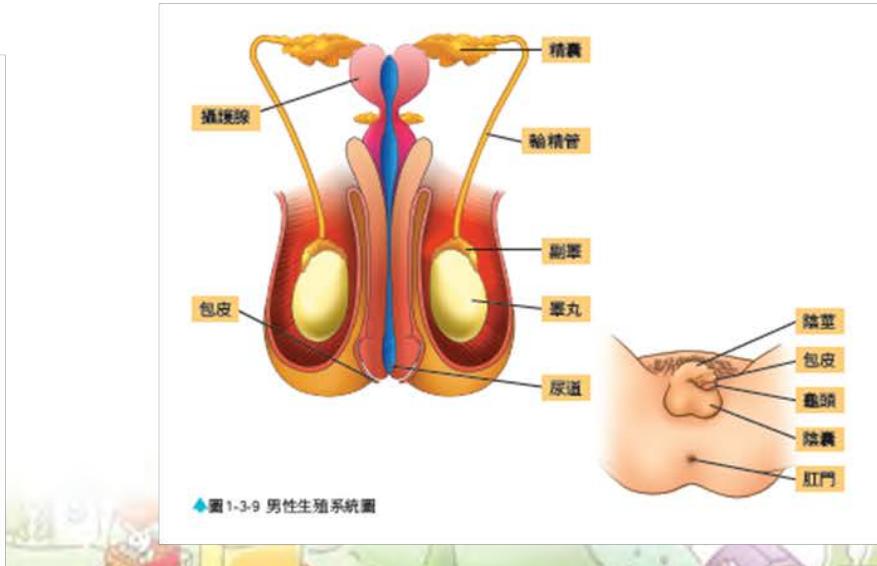
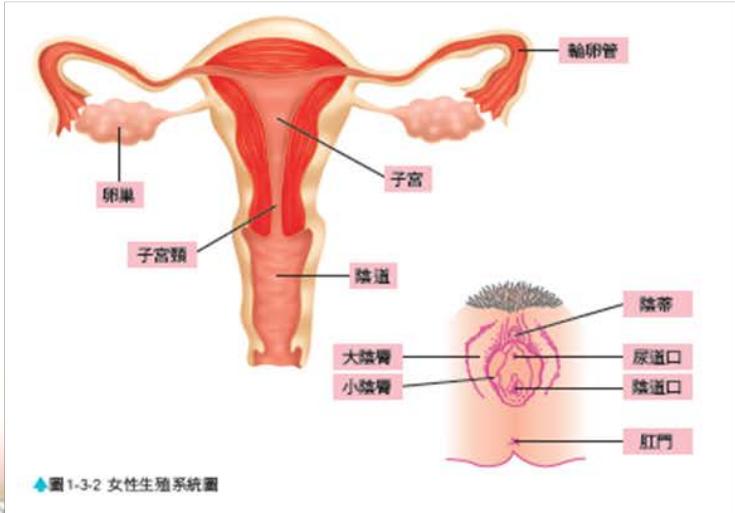
青春身體日記

第一層次 Facts	影片中，女孩/男孩對於青春期身體/性的發育，有哪些困擾？
第二層次 Feelings	影片中，女孩/男孩對於青春期身體/性的發育，心情是如何？
第三層次 Findings	你的學生面對青春期身體/性發育的困境是什麼？和影片中呈現相同/不相同？
第四層次 Future	對於你在性/性別教育教學的啟示是什麼？ (更加肯定或需要調整改變)



好個《青春身體日記》 -1

➤ 當學生正為青春身體苦惱時，翻開課本，學校往往只教了「**性器官**」生理解剖圖就進到「**生殖**」。



精子的童話

空間就是性別 畢恆達 (2004)

精子童話是極佳的科幻小說，描述精子是勝利英雄的故事。故事裡面，卵沒有主動選擇的能力，只是勝利者的獎賞。精子就像特洛依戰爭中的英雄一樣，在旅途中克服種種挑戰、擊敗敵人、與公主結婚，然後建立新的社會。

月經不只在俗民文化中代表不潔、不祥，在科學教科書中亦遭受負面對待。我們都以為生物學、醫學是客觀中立的科學，然而在教科書中，月經被視為是失敗、組織的死亡、是人類製造出沒有用的東西；而插畫把月經畫成混亂的形式，再配上停止、死亡、失去、剝奪、排除等字眼。

可是在相同的教科書中，男性生殖生理學就受到非常不同的待遇。描述精子的成熟過程是一段令人屏息的散文：「從前期精子細胞變成成熟的精子，那令人讚嘆的細胞轉型的機制，到目前為止仍然不確定……也許精子生成過程中，最令人感到驚奇的是它的數量：一個正常男人每天可以製造幾億個精子。」一本古典教科書《醫學生物學》中，其男／女，生產／破壞的對比最為清楚了：「當女人每個月只『脫落』一個配子（gamete）的時候，精小管卻每天『製造』數億個精子。」另一位女性教科書作者對精小管的長度感到讚嘆，因為如果將之伸展開來，從頭到尾「將會有三分之一英哩長」！她寫道：「這些結構每天生產百萬個精子細胞，……這項壯舉究竟是如何完成的？」

然而，這些教科書從不曾用此等熱誠來描述女性的生理過程。從醫學的觀點，月經並沒有像製造精子的令人讚嘆的過程中一樣，生產出有價值的東西。令人不解的是，沒有受精的卵子被視為多餘而浪費，那男性大量生產的精子為什麼不算？

為什麼科學家拒絕給女性身體一個正面的形象？科學語言給我們第一個線索。拿卵子和精子為例，令人訝異的是，卵子的行為是多麼的女性化，而精子是多麼的男性化。卵子大而被動，既不移動也不旅行，只是被動的在輸卵管中漂流。相對而言，精子小，是流線型的，而且非常主動。它運送基因給卵子，活化了卵子的發展機制，而且有速度性。精子的尾巴強壯而且充滿了動力，透過射精的強大力量，將精液推送到女性陰道的最深處。因此它們需要能量、燃料，才能夠像鞭打的動作一樣，鑽過卵子表皮而刺穿它。

有女性主義者提出，我們習於用「攻擊」、「刺穿」、「進入」等字眼來描述性行為以及精卵結合的過程，如果我們把這些字眼都改成「吸納」、「包容」、「裝入」等詞，就可以直接挑戰傳統的男主動女被動的性別刻板觀念。很多男人喜歡使用「男人是茶壺女人是茶杯、一個茶壺可以配好幾個杯子」的比喻；女性主義者也提出另一種比喻做為反制：女人是玻璃杯男人是吸管，杯子裡的吸管愛放幾根就放幾根。

破解精子的神話，可以讓我們了解科學家如何將其文化想像加諸於研究上，可以改善我們探索與了解自然的能力，避免將性別的社會習慣視為自然。其實我們經常用文化性別偏見來描述自然現象，然後卻又用生物學（天生自然）的觀點來合理化社會中的性別偏見。

陳月霞在《聰明母雞與漂亮公雞》書中，指出許多我們對於自然的強解。例如，我們習

慣用「殘花敗柳」形容失貞或受強暴的女子，但其實滿地的落花是雄蕊。另外，獅群裡的幼獅如果是母的，長大後就留下，如果是公獅，為防近親交配，成年後就遭逐出，然後進入其他獅群。母獅負責捕食，公獅保持警戒只是為了捍衛自己在獅群中的地位。「獅子王」的動畫片，在擬人化的過程中，硬把人類的男尊女卑強加在獅群身上，也違反了自然界的倫理。

陳月霞告訴我們，「事實上繁多動物的雌性，在族群裡皆扮演積極活躍的領導角色，只是在男性意識情結的作祟下，被以偏概全、避重就輕的誤導了。」

就連颱風這種自然界的天氣，也充滿性別意涵。颱風是台灣四大天然災害之首，過去並

沒有統一的名字。一九四七年美國駐關島的聯合颱風警報中心將北半球的颱風按英文字母順序排列幾十個女性名字，週而復始，輪流使用；南半球所發生的颱風，則用男性名字。一九七九年因美國婦女團體的壓力，將颱風名稱改成男女名字相間（亦即一男一女輪流）。二〇〇〇年之後，颱風名稱全部更換，編列為一四〇個，由世界氣象組織十四個颱風委員會成員國各提供十個，不再是慣用人名，而包括動物、植物、星象、地名、人名、神話人物、珠寶等各詞，且非按英文A至Z的排列次序。有趣的是，當颱風輪到女人名字的時候，它彷彿就具有女性化特質，例如報紙的新聞就有這樣的標題：「薇拉颱風柳腰輕擺……潑勁兒稍減」；反過來以男性命名的颱風就像個男人：「提姆發飆、台北市慘遭毀容」。

原來所謂客觀中立的科學與自然現象的描述，仍然脫離不了人類社會普存的性別價值。

►魔鏡 魔鏡

「鏡子，我夠美嗎？」

這是影片開始攬鏡自照的
女孩所唱的歌詞。

然而，少女日記展現的
卻總是害怕照鏡子，
只因為會越發看見自己缺點，
而更加不愛自己、
討厭自己的身體。

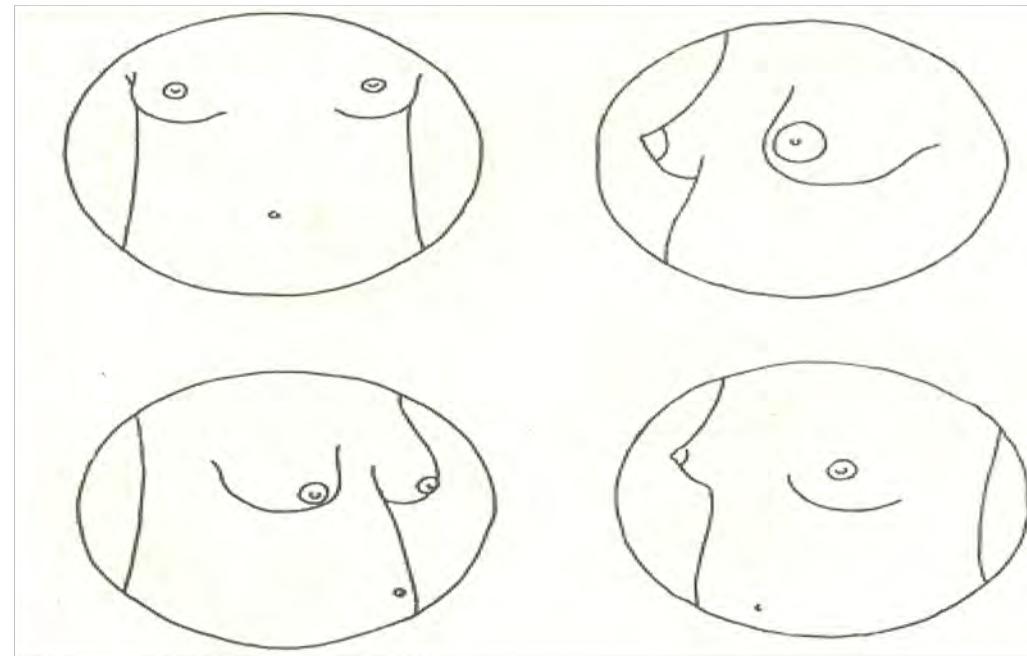


魔鏡、魔鏡，
誰是全世界
最美麗的人？

透過女孩們在三溫暖及拿著胸部圖案對戲的過程中，可以發現不管胸部大或小，似乎都不對勁。

有著大胸部的女孩抱怨自己在上彈跳課時成為大家的笑柄，而認為小胸部反而可愛；

或是女孩想要大胸部，卻不希望一直只被盯著胸部看。





身體伴隨我們一生，我們是感受
自己的身體？
還是審視它、批評它？

於是，時時得受社會單一美貌標準轟炸、評論的女孩們唱出心聲：
「希望你們看到真正的我、愛上真實的我。」

- 如何變壯卻又不能是胖？
- 如何長高卻不能太高？
- 如何美麗、吸引力，
卻又能避免危險與維持聲譽？

面對成長的中的身體，
男孩與女孩各有各的焦慮、難題與想望。



好個《青春身體日記》-3

當女生提到月經的不便時

少男的壓力與煩惱何在呢？

- 女孩模仿男生變聲的樣子，在旁的男生則附和變聲時令人尷尬的「變調」情境。

男生早上發現夢遺、或是受刺激突然勃起的困境。？

青春身體的種種不安與爆發情緒
只化約為字裡行間要背好記牢的
「月經」與「夢遺」，

而讓女孩男孩只能獨自摸索經歷這一切的身心變化。



好個《青春身體日記》-4

《青春身體日記》影片中的法國課堂和我們的經驗成為一個強烈對比，課堂中的討論張力十足。例如，男女學生互相對話、提問，不但有男女之間的對話，同性之間也不一定達成共識。

- 女生不解為什麼男生只會談性
- 男生覺得女生會互相談心，不像男生的談話只在證明自己是個男人
- 女生質疑為什麼不能穿著隨便
- 男女生辯論被稱讚與性騷擾之間有什麼不同。
- 拿著女生子宮的男生說從未想過女生的子宮這麼小
- 女生則覺得男生陰莖看來不怎麼美麗，陰毛也有些噁心



性別與健康的相遇，let's go!

- 1.性別平等教育議題教什麼？如何教
- 2.教健康，也教性別
- 3.性平融入健教，好好教



當女生提到月經的不便時

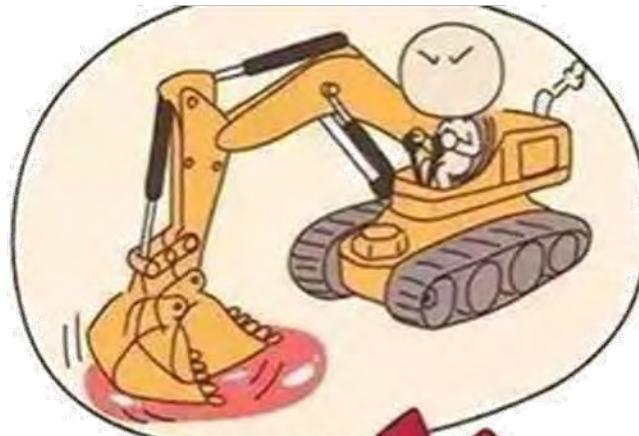
青春身體的種種不安與爆發情緒只化約為字裡行間
要背好記牢的「經期保健」嗎？

「我那個來了！」不論男女，都以非常隱晦的態度來面對女人的月經。月經除了帶給女性不適之外，卻在父權體制下對月經的隱晦、汙名與禁忌，間接讓女性對自己失去信心，甚至對自己的身體有自卑感。讓學生討論這些污名、禁忌的意識型態，讓學生正向看待自己的月經。

以「如果突然之間，男人有月經，那將會發生什麼事？」
進而讓男性去尊重和感同身受女性一輩子四、五百次的不舒服、不便的狀況。



英國研究把「女人的生產痛」量化成具體的疼痛指數，邀請了數位男人來體驗，許多男人體驗到一半就逃之夭夭，形容這種感覺「簡直比卡車碾過還要痛」→那經痛呢？請說說看...



魏如萱Waa-女人經痛時

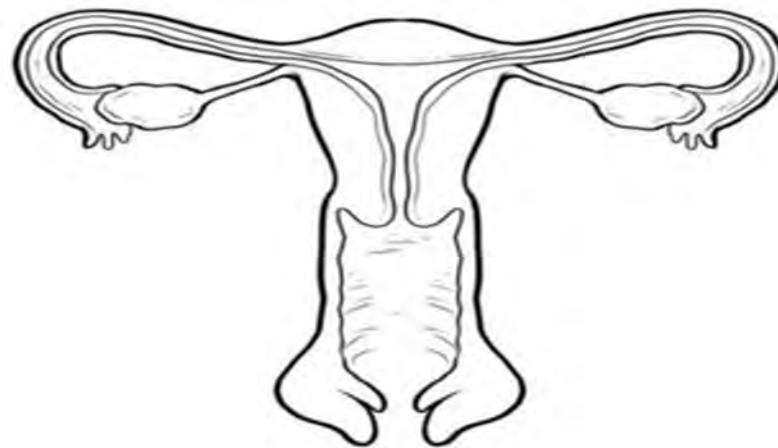


這種感覺雖然不像拉屎 but 却讓女生們痛的要死
一到這個時候 又要花錢買該死的衛生棉
這種感覺雖然不像拉屎 but 却讓女生們痛的要死
一到這個時候 惡劣的脾氣就會問題連連
女生真痛苦，男生最可惡。
大姨媽找碴，就像在跳肚皮舞呼呼呼~呼呼呼~
再過五天 煩惱不見後28天
哎呀我的天~女生世界，男生避諱。
that's ok~不要再我面前出現!!!
痛痛痛痛痛痛
這種感覺雖然不像拉屎~我不想拉屎毆毆~
痛痛痛痛痛痛 but 却讓女生們痛的要死..

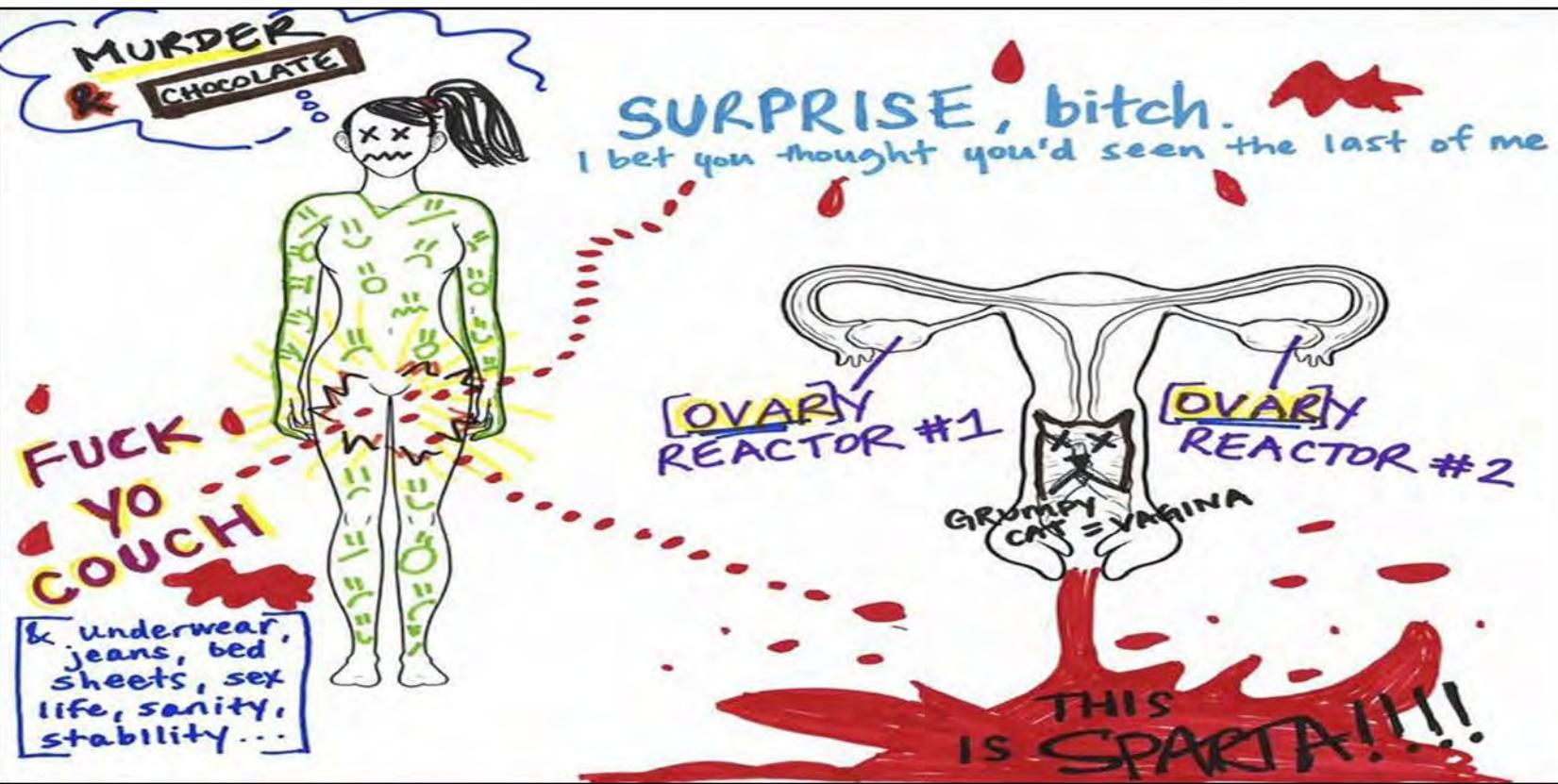
<https://www.youtube.com/watch?v=f8Q7Ngr3JJc>

如果請你把經痛具象化，你會怎麼唱呢？

如果請你把**經痛**具象化，你會怎麼畫呢？



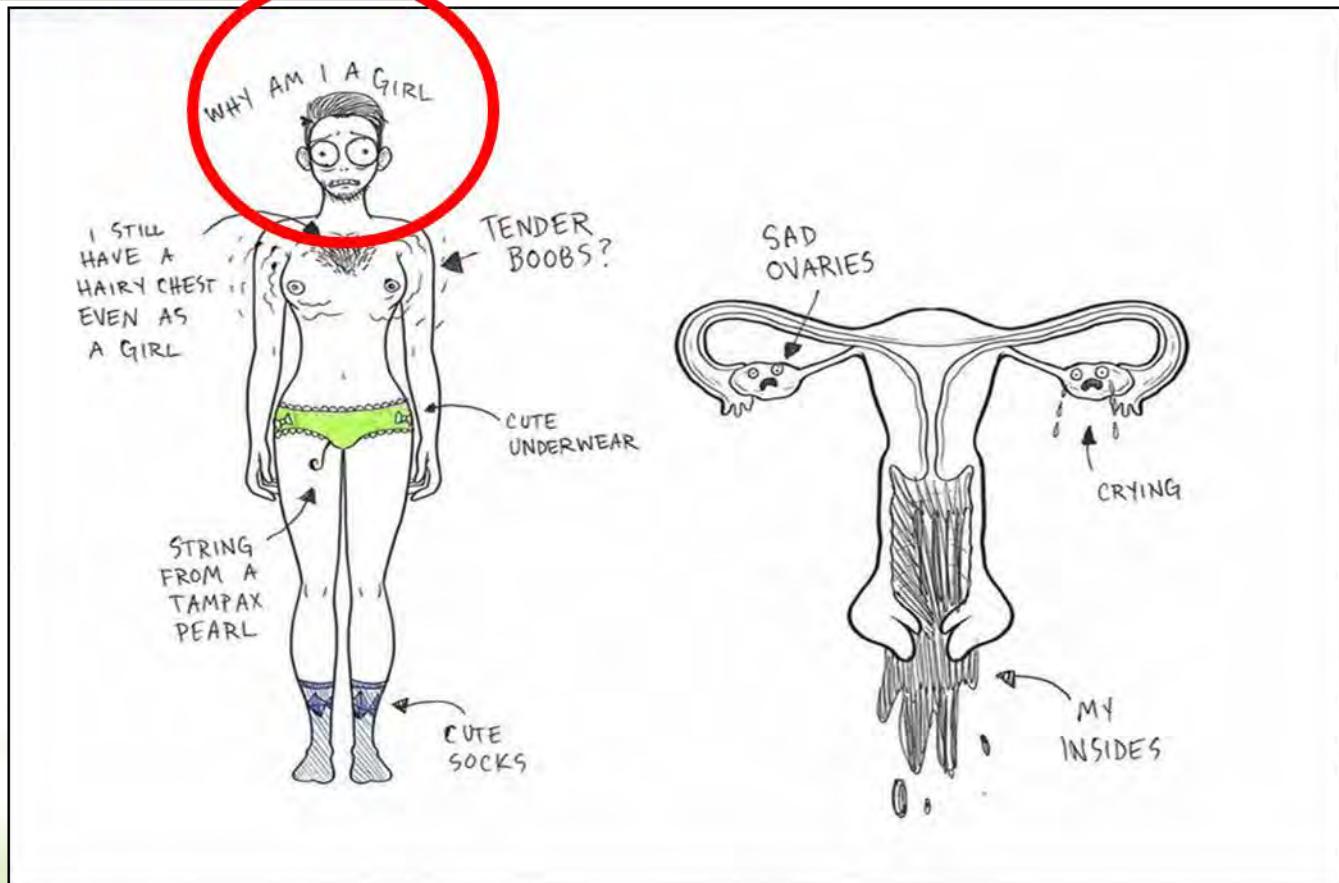
如果請你把經痛具象化，你會怎麼畫呢？



這一幅真是超級生動，將卵巢（Ovary）比喻成反應爐，有意想不到的強大威力！

如果請你把經痛具象化，你會怎麼畫呢？

而男人直接質疑...



學習單—女生

班級：_____ 姓名：_____ 座號：_____

三、大聲說出月經經驗

女性一生來經大約四至五百次，假如從十二歲開始有月經，大概要到將近五十歲的時候才會停經，若以五天去計算每次月經的長度，那就是說女性的一生，有六、七年的時間都與經血相伴。月經從青春陪伴到中年，幾乎比愛人還要纏綿緋側，但當我們談起月經，卻又是欲言又止溫溫吞吞的。

◎談談自己的月經經驗，如何開始、結束？有無不適、不便？如何解決？這段時間工作情形以及與家人關係如何？印象最深刻的是哪一段？

四、與自己的身體當好朋友

女生：寫一封信給自己，慶祝自己成長



學習單一男生

班級：_____ 姓名：_____ 座號：_____

三、大聲說出月經經驗

女性一生來經大約四至五百次，假如從十二歲開始有月經，大概要到將近五十歲的時候才會停經，若以五天去計算每次月經的長度，那就是說女性的一生，有六、七年的時間都與經血相伴。月經從青春陪伴到中年，幾乎比愛人還要纏綿緋側，但當我們談起月經，卻又是欲言又止溫溫吞吞的。

◎男性思考一下自己對月經的概念是…，自己遇見月經經驗是…？

四、與自己的身體當好朋友

男生：寫一封信給媽媽、姊姊，

月經期間如何幫助與祝福？

- 女生質疑為什麼不能穿著隨便
- 男女生辯論被稱讚與性騷擾之間有什麼不同。

【情境】隔壁的大姊姊平時喜歡穿短裙，聽說前幾天補習完要回家的時候，在巷口被一個陌生人衝上前偷襲摸了她的屁股。

- 那個壞人很可惡，可是大姊姊應該不要穿得這麼露，給別人性騷擾的機會。
- 大姐姐就是裙子穿這麼短，才會被陌生人性騷擾。
- 好女孩是不會被性騷擾的，大姊姊一定是有問題。
- 雖然她穿得很短，也不表示她就可以被性騷擾！

- 阿北凝視莉莉、家愛的胸部，說身材好，很豐滿！
→ 莉莉覺得高興～不介意
→ 家愛覺得不舒服、噁心



- (✓) 家愛有權可以表達自己不舒服的感受。
- (✓) 家愛不需理會阿北或莉莉的感受
- (✓) 阿北或莉莉無權否定家愛的感受。
- (✓) 阿北對家愛的行為是一種性騷擾。

「你當時穿了什麼？」比利時性侵受害者衣物展

「穿得太少才會被性侵」似乎是許多人在談論類似議題時會不斷出現的迷思，在2018年1月中，比利時出現一場希望可以打破這種想法的展覽。

「為什麼要露出身體部位？」
「你為什麼不穿多一點？」

<https://dq.yam.com/post.php?id=8767>



「避免男生想歪」 紐高校規範女生裙長惹議



制服裙給你甚麼感覺？紐西蘭近日因為裙長規範掀起一番論戰。
Photo: Beryl Chan

「裙子短影響男同學和教職員工作」

紐西蘭一所高中成了當地的焦點話題，位在奧克蘭市的韓德森高中(Henderson high school)女學生向當地媒體Newshub表示，她們被學校糾察隊攔下後被要求放長裙長，不聽的話就會被留校察看。

投訴的女學生杜朵(Sade Tuttle)談到，她覺得把裙子放長當然沒問題，但事後聽到副校長說這麼做是為了「不讓男同學想歪，並讓男性教職員有更好的工作品質」後，她感到無法接受。

杜朵說：「制服規範本身沒問題，但有問題的是校方，他們認為女體帶有性意味並令人分心，所以針對女學生進行規範。」

<https://dq.yam.com/post.php?id=5845>



DENIM DAY

丹寧日：為什麼這天要穿牛仔褲？

每年四月的最後一個周三

丹寧日 (Denim Day)

在這一天許多人會穿上牛仔褲發聲表達立場，

喚起大眾對性侵和性暴力錯誤觀念的關注

但你知道「丹寧日」
背後的故事嗎？



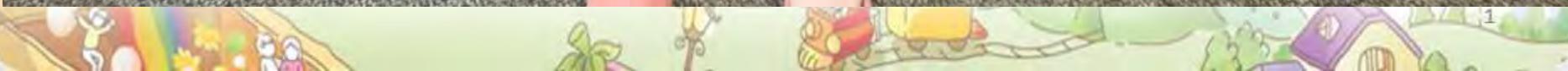
APRIL 26, 2017

#2017丹寧日

#only YES means YES

#沒有同意 就是性侵

only YES
means YES
沒有同意 就是性侵



only YES means YES

Wear jeans with a purpose
on April 25th

DENIM DAY 2018 TAIWAN

穿著由我 驚擾止步



一、突破性別限制的穿著——日本「#KU TOO運動」

因日本模特兒兼作家石川優實在網路上發文，敘述自己身為女性在職場需穿著難以行動的高跟鞋，大大影響工作成果，希望日本企業不要再要求女性穿高跟鞋，進而引發後來的「#Ku Too」運動。

我認為不應該以性別或穿著，判斷每個人的專業和外表。



巧玲

若聽到有人說：「我覺得女生應該穿高跟鞋比較好看，也比較專業。」我一定要表達：「穿高跟鞋不符合人體工學，對身體也有很大的傷害，還會影響生活上和工作上的品質。」



二、屏除男女刻板印象——國際「粉紅T恤日」

「粉紅T恤日」源自於加拿大一名高中男生，穿粉紅色衣服到校，被同學笑「娘」遭到霸凌，為聲援他，五十名同學一起穿粉紅T恤到校，讓霸凌者知難而退。此活動也獲得國內外響應。

「粉紅T恤日」讓我發現到，大家不自覺認定男女生是有區別的，例如：男生就該穿藍色衣服，不該穿粉紅色衣服。以性別角色定義他人，其實是刻板印象和標籤化。

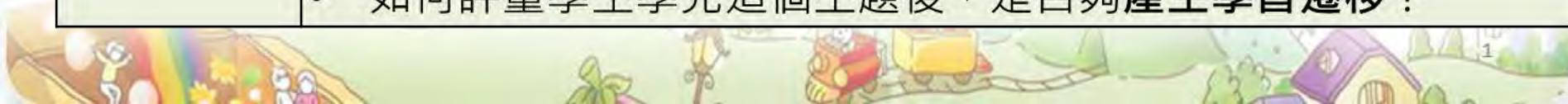


以後挑選衣服顏色，我也可以選擇粉紅色。

小朋

【素養導向課程發展】教材、教法、評量 三面向

項目	關鍵性問題
教材	<ul style="list-style-type: none"> 可培養哪些核心素養？ 對應何種學習重點(學習內容與學習表現)？ 可融入議題/跨科統整為何？ 呈現的情境脈絡、生活經驗是如何？
教法	<ul style="list-style-type: none"> 要如何引導學生在情境脈絡、生活經驗的探究、思考？ 要透過那些學習或教學策略，可幫助學生學習？ 要如何協助學生統整與應用所學，以解決日常生活的問題？ 要如何達成期望學生有具體實踐或利他作為？
評量	<ul style="list-style-type: none"> 如何評估核心素養的達成與否？ 透過什麼方法評量學生的學習過程(形成)與結果(總結)？ 預期學生可能的表現層次(等級)為何？ 如何評量學生學完這個主題後，是否夠產生學習遷移？



素養導向性別平等教育議題教學

1. 覺知問題
2. 理解知識
3. 習得技能
4. 建立價值
5. 實踐行動

循序引導學生習得的能力



素養導向的議題教學

1. 察覺社會現象
2. 探究與思考
3. 體驗與實作
4. 討論與對話
5. 解決問題

- 女生不解為什麼男生只會談性
- 男生覺得女生會互相談心，不像男生的談話
只在證明自己是個男人

承擔同儕間「誰才是真正的男人」的比較壓力。

附錄 3-1:Show Me Your Love 影片

「Show Me Your Love」

國、高中生性侵害防治影帶(內政部 2009)

時間：22 分鐘

劇情簡介

小強、阿斗、小威三位是 17 歲少年，對性充滿好奇與期待，小強對性有許多似是而非的觀念，並且認為自己是一位愛情高手，是阿斗與小威的愛情諮詢家。小威有一位女朋友婷婷—17 歲，小威在小強的刺激下想與女友發生進一步的性關係，但遭到女友拒絕，女友並搬出『苦瓜的滋味』來拒絕小威，小威最後向女友道歉。而阿斗也在小強的刺激下於網路上交到女朋友 COCO—15 歲，兩人發生性關係後女友懷孕，為避免觸法，兩人打算結婚。而小強最後則是發現自己得到性病，三人面對性行為抱持不同的觀點，但也有不同的下場。

影片來源：<https://www.youtube.com/watch?v=Bg4Z2EvKns4>



教材

- 可培養哪些核心素養？
- 對應何種學習重點(學習內容與學習表現)？
- 可融入議題/跨科統整為何？
- 呈現的情境脈絡、生活經驗是如何？

新北市積穗國中 龍芝寧



小強 17歲
小強交很多女朋友戀愛高手



阿斗 17歲
阿斗認識15歲女網友



小威 17歲
小威有交往的女朋友婷婷

生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重	性別角色的突破與性別歧視的消除	身體自主權的尊重與維護
性騷擾、性侵害與性霸凌的防治	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
性別權益與公共參與	性別權力關係與互動	性別與多元文化

主題名稱	次項目	第四學習階段學習內容
	D. 性教育	<p>Db-IV-1 生殖器官的構造、功能與保健及懷孕生理、優生保健</p> <p>Db-IV-2 青春期身心變化的調適與性衝動健康因應的策略</p> <p>Db-IV-3 多元的性別特質、角色與不同性傾向的尊重態度</p> <p>Db-IV-4 愛的意涵與情感發展、維持、結束的原則與因應方法</p> <p>Db-IV-5 身體自主權維護的立場表達與行動，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，色情的辨識與媒體色情訊息的批判能力</p> <p>Db-IV-8 愛滋病及其它性病的預防方法與關懷</p>

教法	<ul style="list-style-type: none"> 要如何引導學生在情境脈絡、生活經驗的探究、思考？ 要透過那些學習或教學策略，可幫助學生學習？ 要如何協助學生統整與應用所學，以解決日常生活的問題？ 要如何達成期望學生有具體實踐或利他作為？
評量	<ul style="list-style-type: none"> 如何評估核心素養的達成與否？ 透過什麼方法評量學生的學習過程(形成)與結果(總結)？ 預期學生可能的表現層次(等級)為何？ 如何評量學生學完這個主題後，是否夠產生學習遷移？

教學媒材_show me your love

觀賞影片

看見→省思→覺知→建構→行動

Show me your love

一、針對劇中人物來探討，讓我學到……

no	人名	讓我學到……
1	小強	
2	阿斗	
3	CoCo	
4	小威	
5	婷婷	

二、分享印象最深刻之對話或情節，以及你對此對話、情節的想法(50字)

1. 對話、情節之描述

2. 承上，對此對話、情節之想法

三、Show me your love—如果我談戀愛了，這部影片讓我知道、學習該如何證明愛對方呢？(50字)

小組討論與演練

協商達人Show

【小組討論】面對不想要的性邀約，可以運用什麼方法來進行協商，表達自己的立場，解決問題：

【情境一】

志明：我的朋友都和女朋友發生性行為，而且感情愈來愈好，我想我們應該也可以...

春嬌：可是我覺得性與愛不一樣耶！

志明：妳如果真的愛我，就應該給我啊。

春嬌：但我不想.....



1. 決定立場 清楚表達自己所想要的	<input type="checkbox"/>
2. 考慮推測 同理對方的想法	<input type="checkbox"/>
3. 協商前談判 再次肯定自己的意願	<input type="checkbox"/>
4. 初步協商 提出彼此可以接受的決定	<input type="checkbox"/>



「愛我就尊重」學習單

新北市積穗國中 龍芝寧

愛我，就要尊重我 年 班座號 姓名

【課後作業】不同的情境問題、對象，適用的協商技巧略有不同，更要注意協商溝通過程中口語與非口語的表達，也要清楚明確讓對方知道自己的意願與立場面對不想要的性邀約。

請根據學到的協商技巧，回應男/女朋友要求發生性行為的情境：

1. 「其他同學和男/女朋友都已經做過很多次了耶，難道你不愛我嗎？」

我的回答是—

2. 「我們都交往半年這麼久了，都沒做，那不是很奇怪嗎？」

我的回答是

3. 「我愛你，我希望完全擁有你，我也會因此而更愛你。」

我的回答是

由團體討論→學生個人學習表現



謝謝您的聆聽

附件：(白板)性平議題學習主題討論

女生粉色，
男生綠色，
顏色的刻板

女生用粉色
綠色用男生
/顏色性別刻
板/

男生頭髮比較短
，女生長頭髮，
認為這個會有既
定的性別尊重體
驗

女生可以化
妝/男生不能
化妝

男生不能輕
易訴苦，女
生可以示弱

男生不可以
哭/女生可以
哭

圖片中的禁聲、
眼淚，是對於性
別個性的刻板印
象，對應文字與
符號的性別的性
別意涵分析。

圖片中「男性不說話、女
性流淚」，性別意識是
「男生不說話給人一種威
嚴的感覺；女性流淚給人
一種柔弱的感覺」可以對
應到(1)性別特質、(2)性別
權力關係與互動，展現特
質的同時也間接展現出男
女性在社會中普遍的權力
地位關係

圖片中男生不說
話，女生流眼淚；
性別意識是男女
生吵架時的反應；
可以對應性別刻
板

傳統男性被要求要有陽
剛氣息，因此不能哭，
不能表達情緒，不能表
達脆弱，不然就是陰柔
，容易被攻擊。



生物性別、 性傾向、 性別特質 與性別認 同多樣性 的尊重	性別角 色的突 破與性 別歧視 的消除	身體主 權的重 視與維 護
性騷擾、 性侵害與 性霸凌的 防治	語言、 文字與 符號的 性別意 涵分析	科技、 資訊與 媒體的性 別議題
性別權益 與公共參 與	性別權 力關係 與互動	性別與 多元文化

女生做家事是家庭主婦，男生做家事是很摩登時髦，對應性別刻板與偏見

男生做家事照顧小孩就是新(好)男人，女生叫(家庭主婦)，不會覺得“好”，以及女生穿裙子照顧小孩

女生做家事是應該的，男生卻是新好男人。這對應到性別角色歧視的部分，也是刻板印象的一種。

男生做家事是新好男人，女生做家事是家庭主婦任內工作/性別角色的突破與性別歧視消除

男生做家事就是好棒棒/女生做家事就是很正常(刻板印象)

圖片中「稱做家事的男性為**Modern man**，稱做家事的女性為**Housewife**」，性別意識是「男性做家事是新的現況甚至是高尚的，女性做家事則是傳統上社會所賦予的期待」，可以對應(1)性別角色的突破與性別歧視的消除(2)性別權力關係與互動

男女一樣都能從事家事的工作，已經不局限於男主外女主內/性別認同與多樣性尊重

男人做家事是多幫忙，女人做家事是本職(刻板印象、權力關係)

女生是家庭主婦、男生做家事是新好男人，男生、女生都可以主內或主外，取決於本身擅長的事

男人做家務，是新好男人(因為傳統脈絡是女人的工作)，做不好也沒關係，做得好就太棒了；女人做家務是應該的(因為傳統脈絡是女人的工作)，做得好是應該的，做不好是差勁的。

男生做家事是新好男人，女生做家事則是盡本分，對應性別角色的突破與性別歧視的消除

會做家事的男人是新潮，女生刻板印象是應該

男人家事是時尚居家，女人家事是傳統偏誤

家事分工 / 英文稱呼/性別歧視

男生做家事是不可思議，女生做家事是天經地義；性別刻板和偏見

「家事」應是家中成員需要一起分擔的事情，然而，常說女性做家事是正常，男性是新好男人，為刻板印象，可對應性別與多元文化。

modern man



housewife



生理性別 ~
性傾向、性別特質
與性別認同
多樣性的尊重

性騷擾、性侵害與性霸凌的防治

性別權益與公共參與

性別角色的突破與性別歧視的消除

語言、文字與符號的性別意涵分析

性別權力關係與互動

身體自主權的尊重與維護

科技、資訊與媒體的性別識讀

性別與多元文化

女性容易以他人眼光審視自己，男性較不受此拘束（自我感覺有自信）

社會傳統文化的期待中，女性被壓迫為要關注自己的外貌，而且會因為外貌被打分數。另外，數位媒體提供給女性的審美觀，往往不健康也不正常。導致女性追求的都是很難達到的審美觀。

男生女生自我比較，會覺得別人比較好。

看到鏡子的自己(回不去了)

圖片的直覺就是女生要瘦，男生要福泰的形象

因影視名人的影響，而對自己的身體意象有認知偏差

男生常自我感覺良好，女生覺得永遠太胖_身體自主權

男人的胖不是胖，女人的胖就該瘦下來/身體自主權的尊重與維護

對身材的自我意識與期待不同，男生看了自己也許會想健身，女生也許會有刻板印象中年後會變胖

身體自主權的尊重與維護-鏡中的自己是胖的

圖片中兩性對於美的定義不同，女生永遠認為自己胖，男生比較不在意。認為這跟媒體的性別識讀有關，灌輸對於男女既定的「美」有不同的定義。

女生即使身材適中，但常覺得自己太胖，需要減肥控制體重。男生即使肚子突出，常會覺得自己身材剛剛好

女人對自己外表的評價更嚴苛（權力關係）

男生自我感覺良好，女生會看自己不滿意的地方

女生沒自信
男生自我膨脹/符號意涵

圖中「男性看自己覺得身材好，女性覺得自己身材偏胖」，性別意識是「男性對於身體意象大多為樂觀、正向、自我感覺良好；而女性對於身體意象則大多為負面、自我要求高」，可以對應「性別特質」

男性以及女性對於自我身體意象的看法迥異，男性常過度樂觀，感覺良好；而女性常在意外表而造成過度苛求。



生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重

性騷擾、性侵害與性霸凌的防治

性別權益與公共參與

性別角色的突破與性別歧視的消除

語言、文字與符號的性別意涵分析

性別權力關係與互動

身體自主權的尊重與維護

科技、資訊與媒體的性別識讀

性別與多元文化

青春身體日記

附件：(白板)性教育-青春身體日記討論

第三層次
Findings

你的學生面對青春期身體/性發育的困境是什麼？
和影片中呈現相同/不相同？

文山國中-學生對青春期身體結構困境與片中相同/但因性開放態度不同，比較不會出現(妳很辣，要跟我上床嗎？這類對話)，討論較難深入(因國中生基本知識不足)，高中生會好一些

孩子開始對於異性已有興趣，而對於性器官的名詞有比較明顯的反應(胸部、乳房、陰莖...)，甚至一些形容詞很有反應(很大、很長....)。主要來自於自我價值觀的不同，以及同儕之間的影響作用，也有部分是對於性教育的知識不足。-----五股國中

青春身體日記

第三層次
Findings

你的學生面對青春期身體/性發育的困境是什麼？
和影片中呈現相同/不相同？

女生對外在沒有自信，不論寒暖總穿著外套，男生在班上不得不加入討論性的話題

胸部尺寸帶來的困擾

青春身體日記

第四層次
Future

對於你未來在性/性別教育教學的啟示是什麼？ (更加肯定或需要調整改變)

教學上，除了認知上介紹生理結構上的不同、不同的生理反應、性教育相關知識，更會帶著去剖析環境因子帶給他們的價值觀影響是甚麼，包含為何自己會這樣想與別人其實怎麼想，如何尊重兩性相處的觀念。-----五股國中

文山國中-未來會加入影片中提到的一些概念(女生群聚時對身體構造的討論內容)，男生對身體構造的想法，男對女，女對男的身體結構及思考的迷思討論

西方孩子感覺上會比較將自己內心的疑慮及想法發說出來，而東方孩子比較害羞且似乎難以啟齒，往後課程設計中可朝給孩子能有自由抒發的管道或是發問的管道...或其他方式....

無論自己的
發育如何，
珍愛自己

青春身體日記

第四層次
Future

對於你未來在性/性別教育教學的啟示是什麼？
(更加肯定或需要調整改變)

青春身體日記

第四層次
Future

對於你未來在性/性別教育教學的啟示是什麼？
(更加肯定或需要調整改變)

新北110學年度性別平等教育研習

12年國教新課綱議題融入
健康與體育領域導讀與實作分享

分享人：范富強 新北市立大觀國中

性平！？

- 那跟我沒關係丫
- 我們是工具學科ㄟ
- 這跟會考無關一丫
- 阿！本來就是這樣ㄌㄟ
- 為性別而性別 ☹
- 反而加重性別刻板深化 ☺
- 現在性別已經很平等了ㄌ丫

主講人簡介

教育背景與經歷

教育部國民及學前教育署-中央課程與教學輔導諮詢團隊

新北市國民教育輔導團-性別平等教育議題輔導員

新北市立大觀國中教師

國立臺灣師範大學體育學系

學位論文 性別平等體育課程之行動研究 國立臺灣師範大學

性別平等教育融入著作

2010 「自以為是」？！我的性別教學省思札記 教育部性別平等教學經驗敘說入選作品輯

2011 促進女學生參予體育課活動策略 性別平等教育季刊 第53期

2015 性別平等創意籃球教學 新北市單元暨課堂教學設計彙編

2017 長髮與吹風機 - 談女學生在學校體育之運動處境 國家教育研究院《教育脈動》第9期

2017 性別平等健康促進之體育課程 新北市政府教育局

2018 『性平X體育』我的身體活動教學日記

2018 那一年我們異同上體育 性別平等教育季刊 第84期



現身情態 與 自我揭露

重大學術根據



- 像女孩那樣丟球：論女性身體經驗
- On Female Body Experience: "Throwing Like a Girl" and Other Essays
- 身體意象
- 現身情態的處境
- 觀看與被觀看

健體到健心

-從身體文化談性別平等教育融入實踐

骨
曲
豆
奇

Fit

誰被『政治』影響

政策影響課程規劃

- @撇開競技的枷鎖，回歸教學與運動參與的精神
- @公文辦什麼，學校就辦什麼
- @為何不能有新的想法，新的規則，新的模式。

*大隊接力為例：

- 1.『棒數』以該年級人數比例而定。每班30人，女男各12棒，甚至14棒。
- 2.『棒次』以女傳男、男傳女交錯進行
- 3.『圈棒數』固定下，學生隨意調整個人距離。

我的身體就是
『我的政治』

我的身體

誰做主？

何來性別意識？

性別是『後天』被社會所強化建構，透過時間經驗的累積，造成個體對於性別的印象。

性平政策的脈絡與實踐

- Title IX(1972)-聯邦法
- CEDAW(1979)-公約
- 性別主流化(1997)-政策
- 性別平等工作法(2002)-
- 平等平等教育法(2004)-
- 性騷擾防治法(2005)-
- 跟蹤騷擾防治法(2021)-

關 鍵

就是

執行

Physical culture **VS** Gender equality
IS
AND

無可取代是
個人身體素質

一起創造
無限多個退階動作

體育是人生的縮影

練習說出人生
最棒的故事

有個現象可能被遺忘了

2020年東京奧運會新增9個男女混合項目包括

桌球混合雙打 (mixed doubles in table tennis)

游泳4x100米混合接力 (4x100m medley mixed relay in swimming)

射箭混合團體賽 (mixed team event in archery)

田徑4x400米混合接力 (4x400m mixed relay in athletics)

柔道混合團體賽 (mixed team event in judo)

鐵人三項混合團體接力 (mixed team relay in triathlon)

射箭有 ‘三個男子射擊項目變為男女混合項目

大幅度提高了男女混合項目的數量。

東京奧運會的其他新增項目還包括：

男子和女子擊劍項目團體賽

場地自行車男子

女子麥迪遜賽 (the madison to the cycling program)

公園小輪車男子和女子自由式比賽 (freestyle BMX)

男子800米自由式和女子1500米自由式 (men's 800m and women's 1500m freestyle races)。

Entertainment

跨性別者參與奧運會

奧運的性別檢核影片

<https://www.youtube.com/watch?v=smVwuhR-zNI>

美國自由車變性選手

<https://www.ltsports.com.tw/article/118752>

跨性別參與東京奧運

<https://www.thenewslens.com/article/93588>

https://global.udn.com/global_vision/story/8662/5547355

彩虹運動會

<http://www.bauhinia.org/index.php/zh-HK/analyses/599>

台灣同志運動會

<https://www.facebook.com/LGBTsport.tw/posts/1169625753083222/>

誰該被關注

矩陣式系統規劃



最低有效劑量

在一起這麼難？

體育的性別權力關係

環境氛圍：教學關係、指導關係、助理關係

- 當我不舒服的時候，我沒辦法告訴你
- 這個環境我說不出我的意志
- 我以為沒什麼？其實是不對的！
- 我是為你好？辜負我的好意？
- 求好心切，直接碰觸學生
- 即使覺得沒什麼，老師也不應該碰觸學生
- 既使有先前告知，可以借物接觸身體嗎？

對身體自主權的表達：

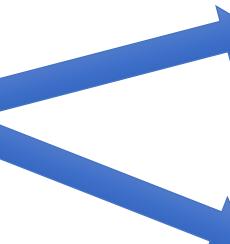
覺察 → 辨識 → 反應 → 行動

經常為了競技運動性別分離，所以學校體育也要性別分離？

在女男合班的體制中，綜合領域能讓女男一起參與課程，體育卻鮮少做到。

體育老師自己有無刻板印象，女男學生本來就有生理差異，所以在學習上也要性別分離嗎？

體育要改革？



教師要有內心自我揭露的歷程
發現及解決問題的能力

小小的改變
通常會有很好的效果

老師在體育課的性別意識？

- 性別的學習阻力在哪裡？（找出來）
- 如何引起女學生的學習動機？（提出具體策略）
- 討厭女男分離的分組方式！？（被觀看與被戲謔）
- 像女孩那樣跑步、丟球！？（娘炮ㄟ）
- 和孩子一起聊體育的可能性！？（主導權給學生）

平等是讓差異被『積極對待』
給予孩子更多的協助

#女性專屬籃球場 / 打破球場獨佔性

#女性專用水道及健身時段 / 創造安全無虞的環境

#增加女學生得分數 / 建立自信心

#增加女男同組及互動的機會

#教師投注更多時間給運動弱勢協助

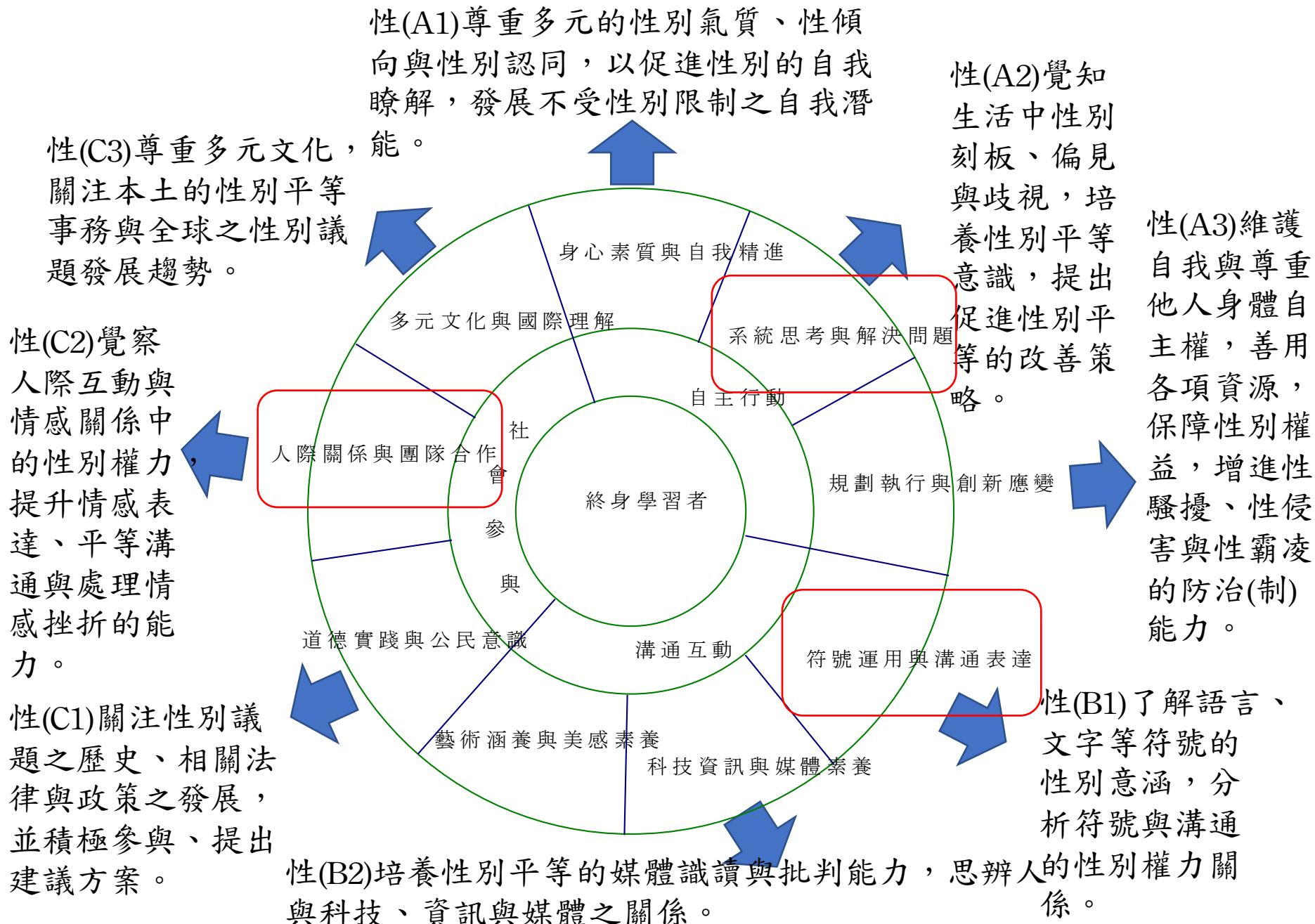
也有甚麼都不介意的女性存在

發展促進女性運動參與的運動策略

- 一、增加異性異質分組機會與互動
- 二、賦予女學生更多選擇的權力
- 三、教學應運用規則的改變及條件限制
- 四、善用隔網性運動項目
- 五、觀看運動類電影並分組討論
- 六、鼓勵表達參與活動的經驗成長與建議
- 七、體育課程設計應去除性別刻板印象
- 八、退階就是進化

性平融入的課程實踐

性平核心素養與總綱三面九項之對應



12年國教性平實質內涵解析（國小）

參考：議題融入說明手冊(國教院108.12定稿版) <https://www.naer.edu.tw/ezfiles/0/1000/img/67/39258456.pdf>

一、性別平等教育議題學習主題、實質內涵、核心素養對照表

核心素養	學習主題	實質內涵	學習主題說明
		國民小學	
性(A1)尊重多元的性別氣質、性傾向與性別認同，以促進性別的自我瞭解，發展不受性別限制之自我潛能。	1.生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重	性 E1 認識生理性別、性傾向、性別特質與性別認同的多元面貌。 性 E2 覺知身體意象對身心的影響。	旨在理解性別的多樣性，將從生理與心理兩個面向探討。國小階段能夠認知生理性別的差異、性傾向，覺察到不同的身體意象及悅納不同的性別特質。國中階段強調接納自我與他人的性別認同，並釐清身體意象中性別迷思。高中階段進一步突破性別多樣性的限制，並探究社會文化與媒體如何塑造性別迷思。
性(A2)覺知生活中性別刻板、偏見與歧視，培養性別平等意識，提出促進性別平等的改善策略。	2.性別角色的突破與性別歧視的消除	性 E3 覺察性別角色的刻板印象，了解家庭、學校與職業的分工，不應受性別的限制。	旨在瞭解性別角色的限制與破除相關的性別歧視。國小階段可以覺察性別角色的刻板印象 如職業、學校、家庭場域，國中階段進一步檢視相關場域中，有哪些因性別刻板而產生的偏見與歧視。高中階段在前兩個階段的基礎上，進一步提出因應與改善的策略。
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。	3.身體自主權的尊重與維護 4.性騷擾、性侵害與性霸凌的防治	性 E4 認識身體界限與尊重他人的身體自主權。 性 E5 認識性騷擾、性侵害、性霸凌的概念及其求助管道。	旨在瞭解身體的界限與自主。國小階段強調認識自己的身體界限，以及如何尊重他人的身體。國中階段進一步認識身體自主權的相關議題，在高中階段強調如何捍衛與維護自己與他人的身體自主權。 旨在瞭解性騷擾、性侵害與性霸凌。國小階段強調認識性騷擾等，並知道尋求救助管道。國中階段強調能夠運用資源去解決。高中階段則要知道相關權利與救濟管道。

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。	5.語言、文字與符號的性別意涵分析	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。	旨在分析語言、文字與符號的性別意涵。國小階段強調理解並使用性別平等的文字與語言。國中階段探究人際溝通中的各種性別符號。高中階段能進一步運用具有性別平等的語言與符號。
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。	6.科技、資訊與媒體的性別識讀	性 E7 解讀各種媒體所傳遞的性別刻板印象	旨在培養媒體中性別識讀能力。國小階段能夠解讀媒介的性別刻板印象，國中階段可以解析其中的迷思與偏見，在高中階段可以發展批判的能力，並尋求解決的可能辦法。
性(C1)關注性別議題之歷史、相關法律與政策之發展，並積極參與、提出建議方案。	7.性別權益與公共參與	性 E8 了解不同性別者的成就與貢獻。 性 E9 檢視校園中空間與資源分配的性別落差，並提出改善建議。	旨在瞭解性別相關的權益與公共參與。國小階段強調不同性別者的貢獻與成就。國中階段強調相關的法律權益與性別平等運動的歷史發展。高中階段強調主動參與促進性別平等的公共事務。
性(C2)覺察人際互動與情感關係中的性別權力，提升情感表達、平等溝通與處理情感挫折的能力。	8.性別權力關係與互動	性E10辨識性別刻板的情感表達與人際互動。 性E11培養性別間合宜表達情感的能力。	旨在瞭解性別人際關係與互動，及其中的權力關係。國小階段強調辨識與破除性別刻板的情感表達與互動，國中階段強調省思與他人的性別權力關係，培養平等互動的能力。高中階段進一步養成溝通、協商的能力，提升處理情感的挫折。
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。	9.性別與多元文化	性E12了解與尊重家庭型態的多樣性。 性E13了解不同社會中的性別文化差異。	旨在瞭解家庭型態的多樣性，國民小學階段可以針對不同社會文化中的性別文化意涵進行討論，國民中學階段可以連結至性別、種族與階級的交織，高中階段應拓展至國際趨勢，並與本地議題進行對話。

12年國教性平實質內涵解析（國中）

參考：議題融入說明手冊(國教院108.12定稿版) <https://www.naer.edu.tw/ezfiles/0/1000/img/67/741900424.pdf>

一、性別平等教育議題學習主題、實質內涵、核心素養對照表

核心素養	學習主題	實質內涵	學習主題說明
		國民中學	
性(A1)尊重多元的性別氣質、性傾向與性別認同，以促進性別的自我瞭解，發展不受性別限制之自我潛能。	1.生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重	性 J1 接納自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同。	旨在理解性別的多樣性，將從生理與心理兩個面向探討。國小階段能夠認知生理性別的差異、性傾向，覺察到不同的身體意象及悅納不同的性別特質。國中階段強調接納自我與他人的性別認同，並釐清身體意象中性別迷思。高中階段進一步突破性別多樣性的限制，並探究社會文化與媒體如何塑造性別迷思。
		性 J2 釐清身體意象的性別迷思。	
性(A2)覺知生活中性別刻板、偏見與歧視，培養性別平等意識，提出促進性別平等的改善策略。	2.性別角色的突破與性別歧視的消除	性 J3 檢視家庭、學校、職場中基於性別刻板印象產生的偏見與歧視。	旨在瞭解性別角色的限制與破除相關的性別歧視。國小階段可以覺察性別角色的刻板印象如職業、學校、家庭場域，國中階段進一步檢視相關場域中，有哪些因性別刻板而產生的偏見與歧視。高中階段在前兩個階段的基礎上，進一步提出因應與改善的策略。
		性 J4 認識身體自主權相關議題，維護自己與尊重他人的身體自主權。	
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。	3.身體自主權的尊重與維護 4.性騷擾、性侵害與性霸凌的防治	性 J5 辨識性騷擾、性侵害與性霸凌的樣態，運用資源解決問題。	旨在瞭解身體的界限與自主。國小階段強調認識自己的身體界限，以及如何尊重他人的身體。國中階段進一步認識身體自主權的相關議題，在高中階段強調如何捍衛與維護自己與他人的身體自主權。

分組 能促進中低程度學生 獲得更多學習機會

- 1.回歸學校體育的學習精神。
- 2.競技與健身的差異。
- 3.異性異質的加入，一樣可以進行的團隊競賽。
- 4.動不起來嗎？（土虱效應）的運用。
- 5.近距離觀摩，討論並立即改善。
- 6.我也可以跟厲害的人一起運動。
- 7.我可以帶領大家獲得更多。

瞭解體育課異性異質分組的**重要原則**

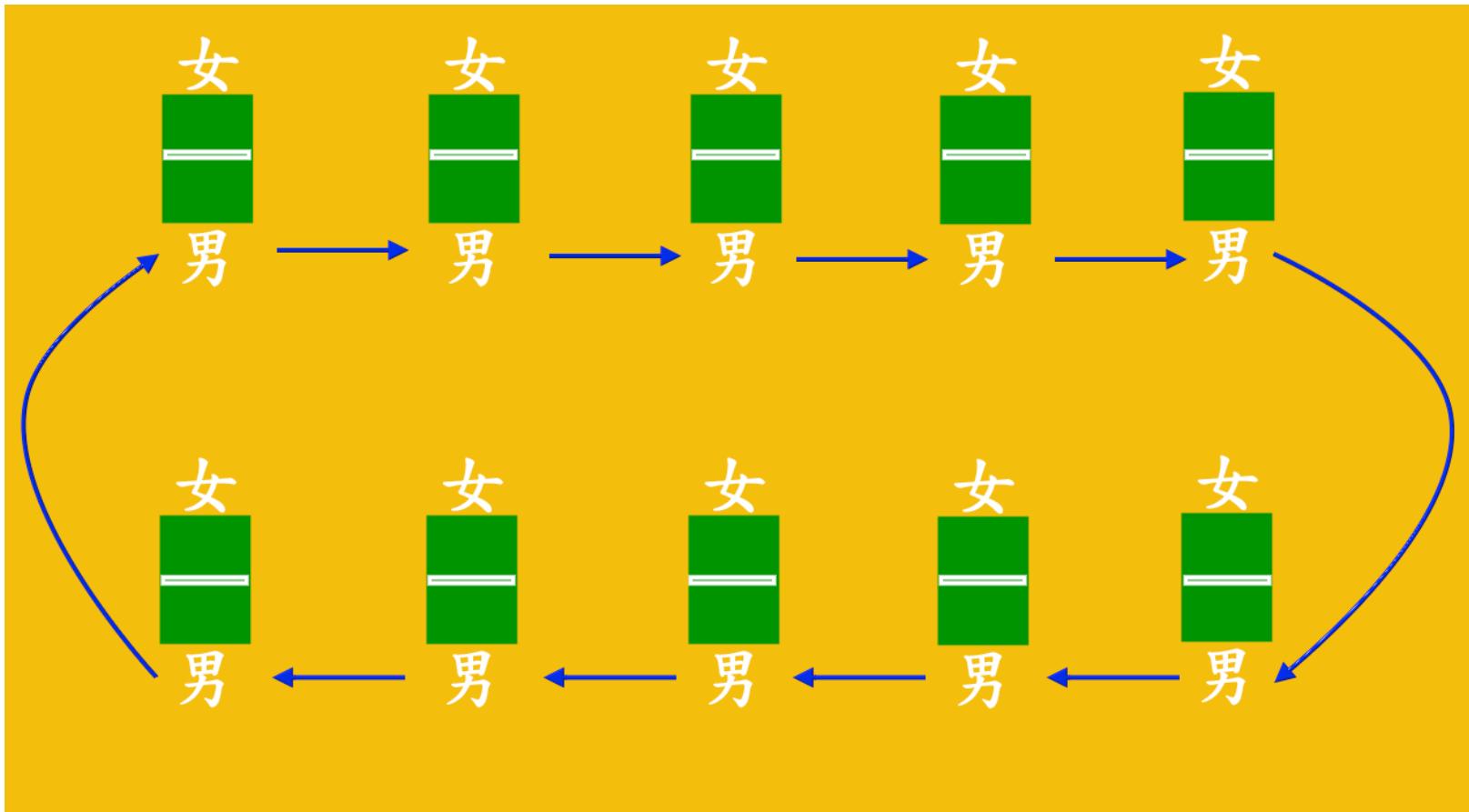
課程中：老師一定要全程在現場

1. 解決認知差異的爭吵
2. 防止惡意行為（排擠、身體接觸）
3. 規則立即性的微調
4. 加入訓練及遊戲歷程當中

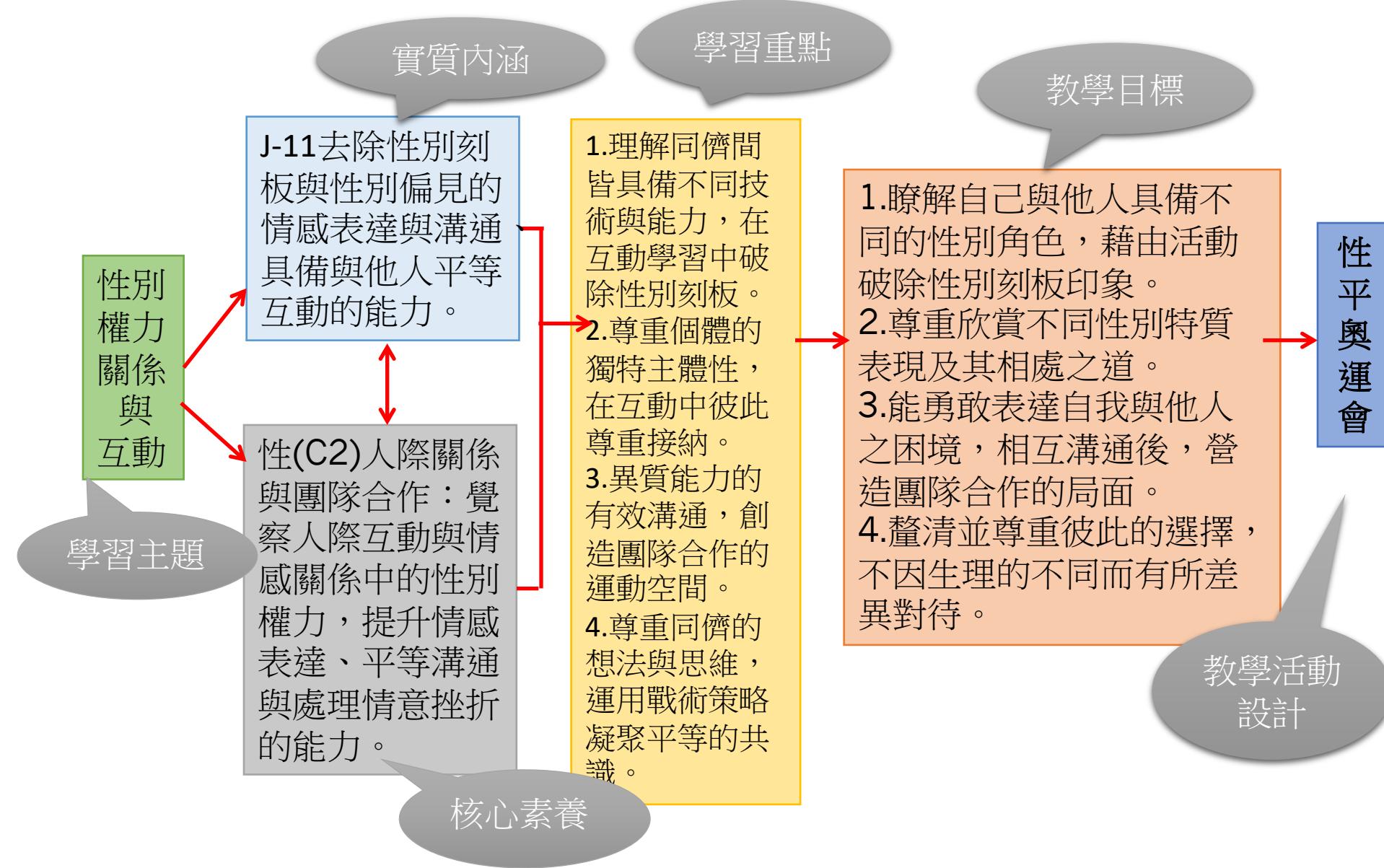
可是聽眾多半聽到是害怕的、擔心的、會有事的！

桌球 融入性平概念設計

透過輪轉換練習對象及混雙練習



性別平等教育「學習主題」課程教學設計分組實作示例



性別平等教育議題融入健康與體育示例 國中籃球

★性別權力關係與互動

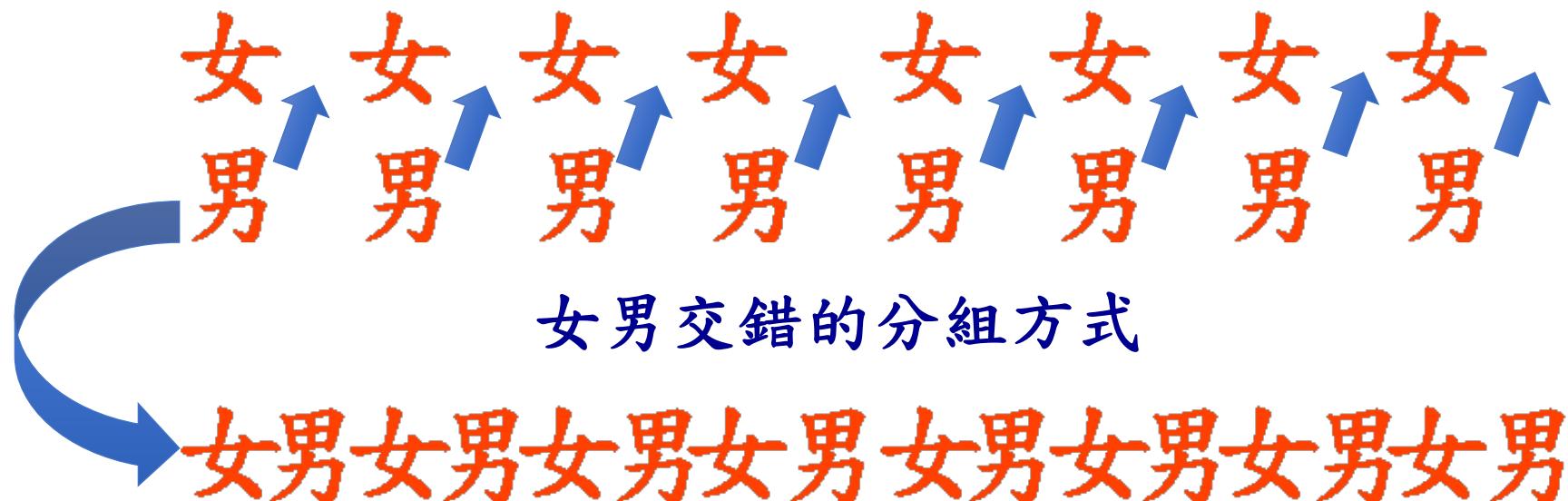
■規劃多元同（異）質分組合作學習及差異化教學模式：

J11 去除性別刻板 與性別偏見的 情感表達與溝通，具備與他人 平等互動的能力

J12 省思與他人的 性別權力關係，促進平等與良好的互動

男生排到女生排
空隙補滿

師



性別平等教育議題融入健康與體育示例_國中

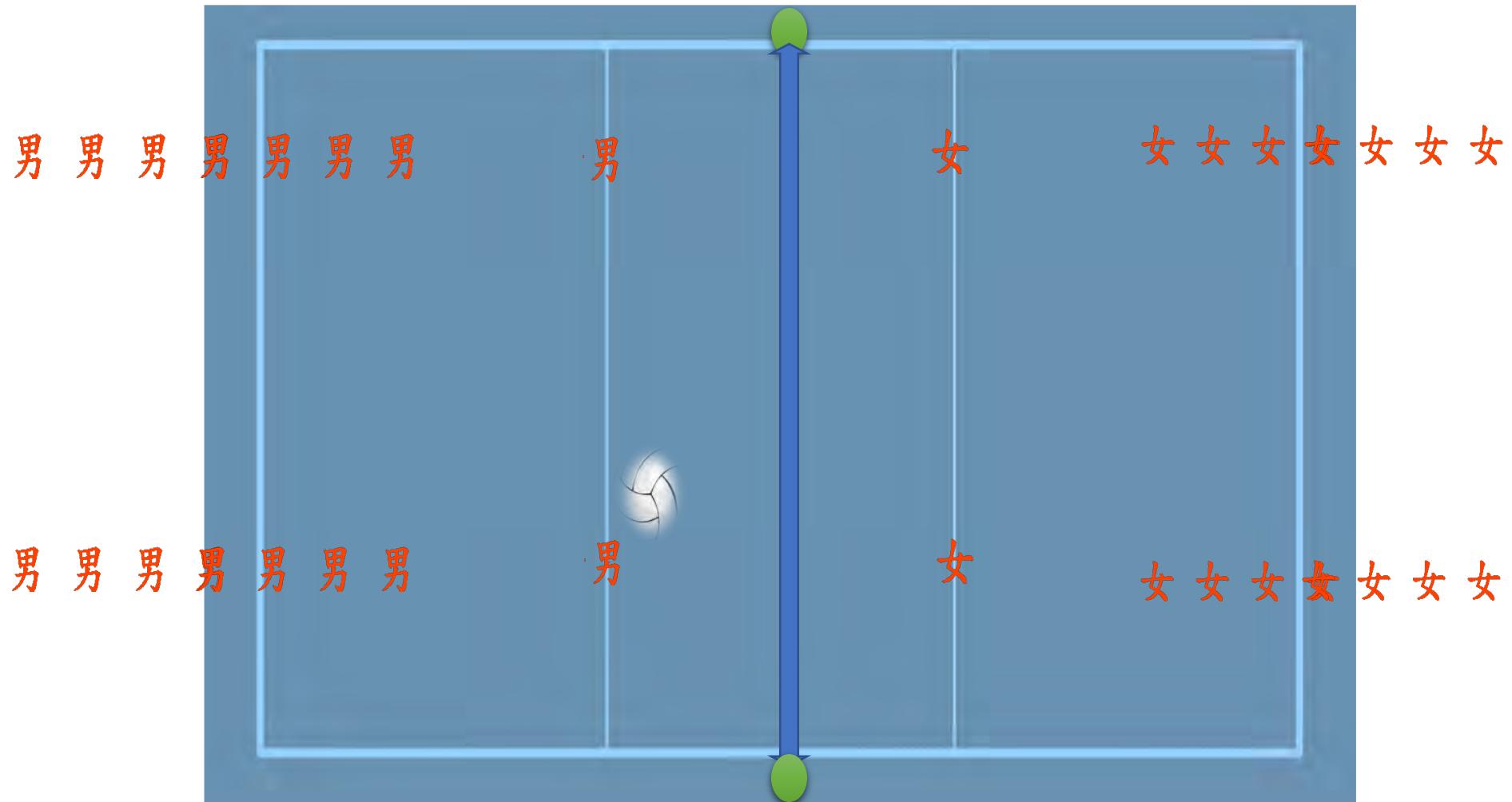
籃球半場四對四練習

修改籃球規則目的：

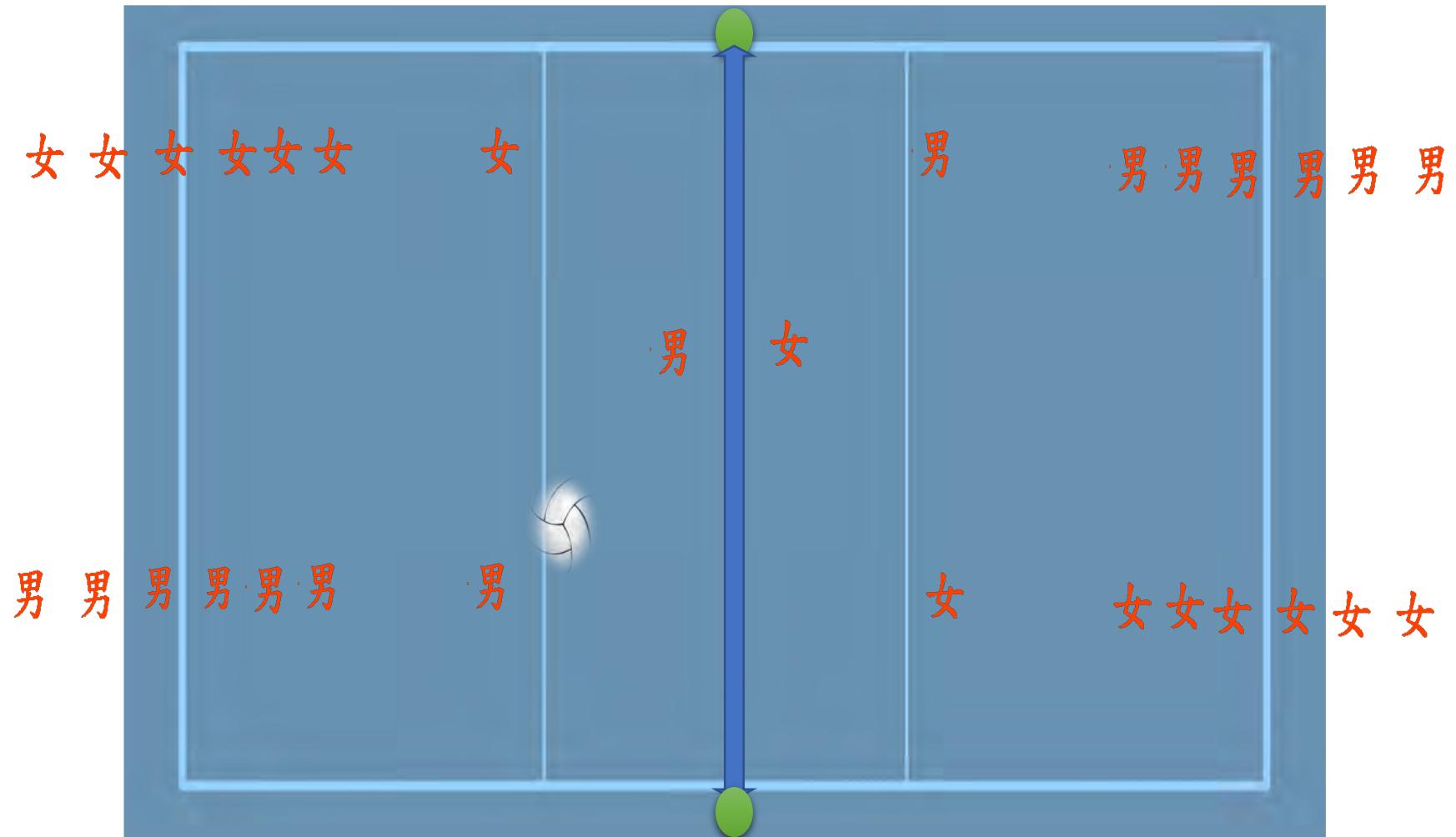
增加女學生運動參與及女男互動機會。

- 1.二女二男一隊，進行異質分組比賽。
- 2.傳接球：限定男傳女、女傳男機制，違者違例。
- 3.同性別防守，違者得分不算，視同違例。
- 4.禁止自三分線外單獨切入行為，違者得分不算，視同違例。

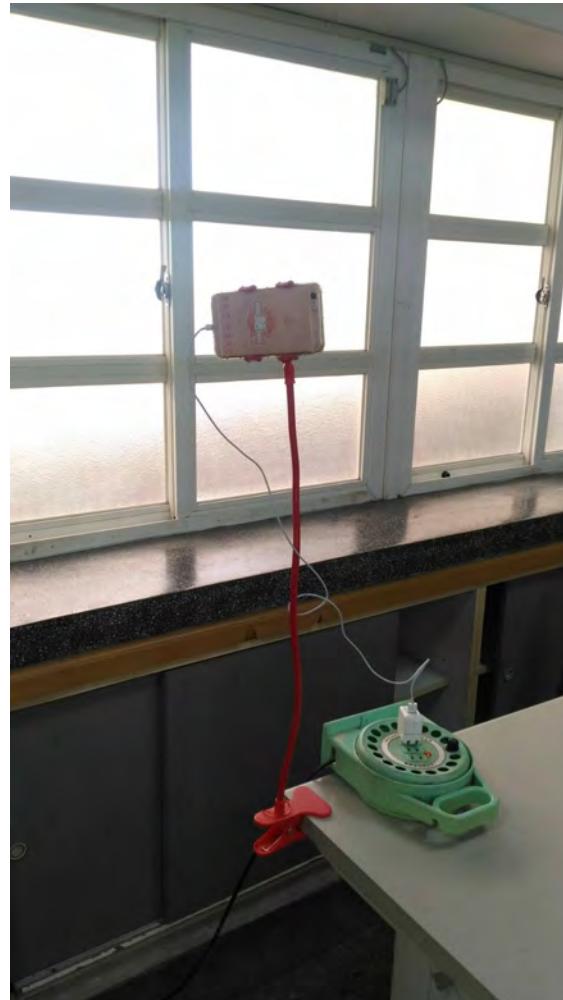
排球場二對二教學規劃及運用



排球場三對二教學規劃及運用



104學年度的故事.....



105學年度完整呈現.....



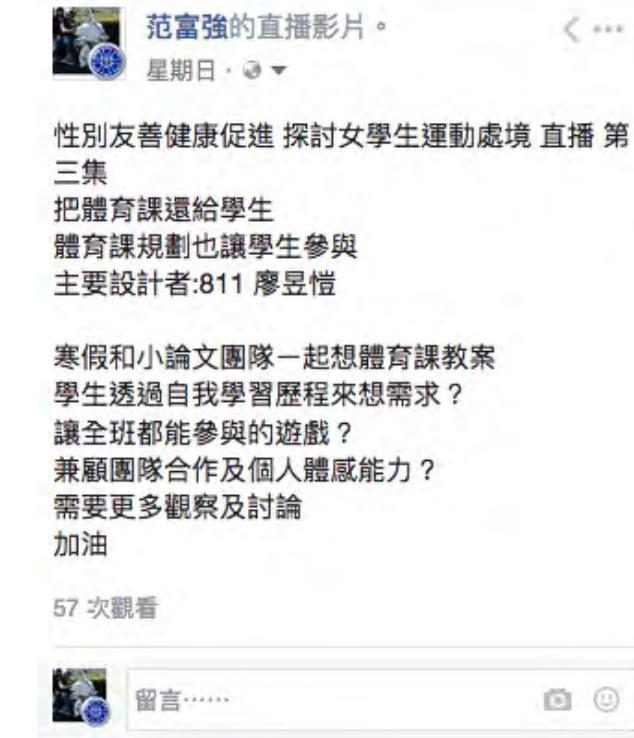
說

觀

議

106學年度....學生即是老師

• <https://www.facebook.com/profile.php?id=100000271755157>



107性別奧運會

<素養導向之大航海王團體戰>

設計理念			
現階段國中級的運動脈絡中，學生的運動背景及經驗都不同，學生過去所累積的運動技能也不同。我將透過生活情境中的道具，搖身轉變成教學的素材，讓無法掌握籃球場域的學生，都能迅速了解籃球基本戰術的意涵及具體方法。			
設計依據			
學習重點	學 習 表 現 學 習 內 容	1a-IV-2 分析個人與群體健康的影響因素。 1d-IV-2 反思自己的動力技能。 3a-IV-2 熟悉各項個人運動評量、技能。 3b-IV-3 熟悉大部份的「法規與批判」技能。 3d-IV-2 運用運動比賽中的各種策略。 3d-IV-3 善用思考與分析的能力，解決運動情境的問題。 4c-IV-2 分析與評估個人的適應能與運動技能，修正個人的運動計畫。	健體-J-A2 具備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。 性 A2 覺知生活中的性別刻板、偏見與歧視，培養性別平等意識，提出促進性別平等的改善策略。 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。 性 B1 解得語言、文字等符號的性別意涵，分析符號與溝通的性別權力關係。 健體-J-C2 具備利他及合群的知能與態度，並在體育活動和健康生活中發育相互合作與與人和諧互動的素養。 性 C2 覺察人際互動與情感關係中的性別權力，提升情感表達、平等溝通與處理情感挫折的能力。
議題融入	性別平等教育 實質內涵	J11去除性別刻板與性別偏見的情感表達與溝通，具備與他人平等互動的能力 J12省思與他人的性別權力關係，促進平等與良好的互動	學習目標
<p>◎透過異性異質分組的方法，讓不同運動脈絡學生能有機會互動且互惠下學習，達到性別平等體育課情境營造下，創造自發、互動、共好的境界。</p> <p>1. 透過『立體公仔』進行戰術說明戰術練習，讓所有學生迅速秒懂團體打法，再加上循序漸進地半場練習（1對1：2對2：3對2：3對3：4對4）方式，促使學生熟悉比賽環境及情境脈絡的學習。</p> <p>2. 女學生的能力（女力）被看見，女性透過分組能產生被積極對待下，運動技能方面能獲得具體提升。</p> <p>3. 課堂教學過程中的運動弱勢，能獲得良好的學習對待。</p>			
重要教學活動設計說明	健體-U-A2 性B1 學習目標 1、3  運用立體公仔說明基礎戰術運用，讓學生了解運動全貌，產生獨立思考及合作學習的思維	健體-J-C2 性A2 學習目標 2、3  透過男女同組進行學習，全班都動起來	健體-J-B2 性C2 學習目標 1、2、3  創造情境脈絡的學習，託付任務後產生困境，透過溝通解決問題

主題	女男互動分組輪轉練習
節次	
1	基本動作練習
2	2對1戰術練習
3	2對2戰術練習
4	3對2戰術練習
5	3對3戰術練習
6	4對4比賽

手機APP動作分析



關於分組

說明異性異質分組的重要原則

#課程中：老師一定要全程在現場

1. 解決認知差異的爭吵
2. 防止惡意行為（排擠、身體接觸）
3. 規則的微調
4. 加入遊戲當中

男 男	男 男	男 男	老 師	男 男	男 男	男 男
女 女						

分組微調（實力相近）

107說觀議.....



107說觀議.....

<https://www.youtube.com/watch?v=N4KSrlIGoQM>

<https://www.youtube.com/watch?v=N5r0F8OKVho>

體育X生物之跨領域教學（一）維管束的蒸散作用

- 時間：107年11月6日

體育：七年級基礎運球練習 生物：康軒版七上3-4；4-1；4-2；4-3

脈絡一：我將續3-4小腸對養份的吸收進行到植物養分輸送，透過植物的「維管束」及「蒸散作用」的歷程。

脈絡二：體育轉化人是「水」；球是「養份」，來進行跑動運球的變異練習。

- 教學活動：

器材：籃球+跳繩

場布：用跳繩擺出示意之植物根莖葉

活動：學生以one way 模式順著維管束移動，代表水只有一個方向透過蒸散作用排出；球則是回傳到下一位同學，代表著養分是可被循環利用。

體育X生物之跨領域教學（二）韌皮層與木質部的養分輸送



體育X生物之跨領域教學（二）韌皮層與木質部的養分輸送

時間：107年11月7日

體育：七年級基礎運球練習

生物：康軒版七上4-1；4-2；4-3

脈絡：植物的韌皮層、形成層、木質部概念中

以樹木的形成層的年輪做為運球移動的方向（蓄意大誤）。

風越大的時候蒸散作用越快，水的輸送會越快。

教學活動一	教學活動二
<p>全班持球圍成大圓圈 老師則透過口令方式決定蒸散作用的速度 1.球動人不動：速度轉化為風速，在轉化為養分（球）上拋高度。 微風上拋一米、涼風上拋二米、強風上拋三米、颱風上拋四米。 2.人動球不動：領袖喊左一就往左邊移動，接隔壁同學的球；喊右二就往右邊移動兩個位置，並且接右邊第二位同學的球。</p>	<p>1.學生由四排轉化排成耦哩偶愛個年輪同心圓 2.老師則透過口令方式決定蒸散作用的速度（跑步的速度） 3.人球都動：速度轉化為風速，在轉化為養分（球）跑步的速度。 微風邊走邊運球、涼風慢跑運球、強風快跑運球、颱風衝刺運球。</p>

體育X生物之跨領域教學（三）心臟循環系統

@脈絡一：植物是透過維管束進行養分運輸；變形蟲、草履蟲、水螅則透過擴散作用輸送養分；僅靠擴散作用無法快速供給各細胞養分排除廢物，人體是透過「循環系統」進行物質的運輸。

@脈絡二：透過心臟循環作用讓學生用變異球種來輸送紅血球、白血球及血小板的歷程

@脈絡三：將以靜脈血及動脈血決定學生運球輸送的順序。

@體育轉化：血液=人=血漿、球=血球

血液體型：紅血球最多、白血球最大最少、血小板最小（轉化成足球、排球、樂樂棒球）

@羽球場的四個邊界作為心室與心房，紅色代表充氧血；藍色代表缺氧血

@教學活動一

透過各種運球方式及數量及質量的變化來改變充缺氧血的狀態，分六區同步進行，因為整個心臟的循環是同步進行的。

分組：每區四人，女男平均，可互相觀摩討論

時間：一分鐘換區一次

1. 左心室到中線雙手快速交叉運足排球
2. 中線到右心房雙手同時拋樂樂棒球
3. 右心房到右心室雙手交叉同時拋接球
4. 右心室到中線兩人小組互相拋接球
5. 中線到左心房雙手快速同步運足排球
6. 左心房到左心室雙手快速不同步運足排球

體育X生物X性別之跨領域教學（四）心肺循環系統

生物脈絡：呈現心肺循環系統的流程（同步同時而非順序性）

體育轉化

血液：人=血漿、球=血球

血液體型：紅血球最多、白血球最大最少、血小板最小（轉化成足球、排球、籃球）

器材：轉化成足球、排球、籃球

場地：羽球場

@大跳繩圍為四個區域當作心室與心房

@黃色代表充氧血；綠色代表缺氧血

@地上鋪著大跳繩當路線

黃色代表「動脈」：需跑步傳接球（運球）並投籃做為養分的輸送。

綠色代表「靜脈」：進入左右肺泡要用肺泡球做高低手傳接球做為氣體交換的象徵。

方式：將以一男一女方式將三顆不同的質性的球，運送到心臟循環中。

我將試著讓學生能在心臟循環中跑起來

活動一：運球熱身

活動二：運球加投籃

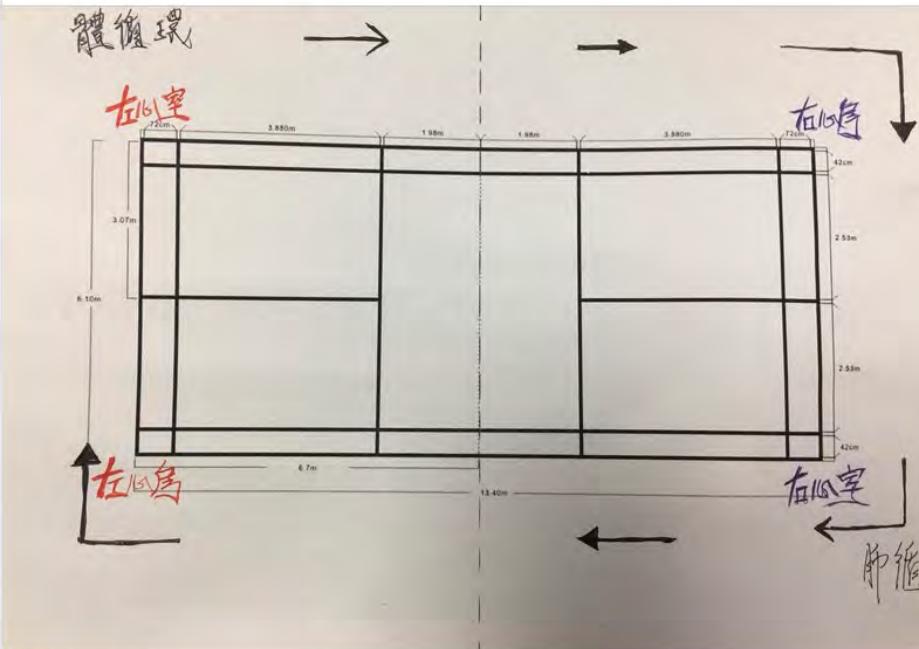
活動三：女男同組完成各關任務



范富強

11月12日下午4:56 · 人 ·

這樣行不通！
且心室要在下方
目標是全班一起跑
循環充氧及缺氧的歷程



胡家誠、Candy Hsu 和其他 13 人

1則留言



讚



留言



分享



Cherrie Feng 循環單元對學生的困難在於血管和心臟的連結方式以及充、缺氧血分布的情形，可以試著安排動脈、微血管、靜脈的路徑，用跑速模擬血流速度（也可以安排微血管的跑道最窄）。若受限於場地問題，倒不如可以讓學生跑到右心房、右心室時做一些無氧的運動，跑到左心房、左心室時做有氧運動。
你可以找生物老師們一起備課，把生物學落實在體育課中是不錯的跨領域課程

讚 · 回覆 · 2天

Cherrie Feng 已回覆 · 8則回覆



范富強 Cherrie Feng 有！這個我有想過，缺氧血在肺部散步運球或高低手傳接球；充氧血則是運兩顆球快跑

讚 · 回覆 · 2天

1

范富強 Cherrie Feng 感謝你在網路上跟我備課，今天已經找過幸蓉備課，明天再找幾個問題討論

讚 · 回覆 · 2天

1

Cherrie Feng 范富強 缺氧血是在肺的地方交換成充氧血，所以原本運一顆球模擬紅血球攜氧量少，出肺臟後就多加一顆球，虧你想得出來

讚 · 回覆 · 2天

范富強 Cherrie Feng 但是籃球是紅色！卻又最大顆！血球則是白血球最大！我打算用足球當白血球、排球當紅血球、網球當血小板

讚 · 回覆 · 2天

Cherrie Feng 范富強 我覺得可以讓學生模擬是血球，體型大的擔任白血球（通常全班人數不多）、體型偏瘦小的擔任血小板、中型體型的同學（最多數）擔任紅血球，而紅血球的工作是運送氧氣（就讓籃球來模擬氧氣分子）....只是這樣會不會有體型歧視的問題

讚 · 回覆 · 2天

范富強 Cherrie Feng 這讓我想到動畫「工作細胞」

讚 · 回覆 · 2天

范富強 <https://zh.m.wikipedia.org/zh-tw/工作細胞>



ZH.WIKIPEDIA.ORG

工作細胞 - 维基百科，自由的百科全书

讚 · 回覆 · 移除預覽 · 2天

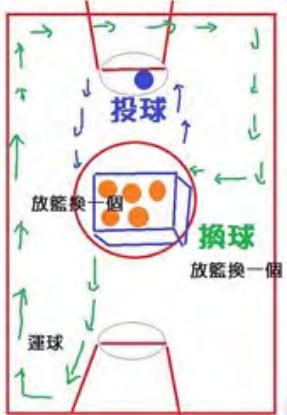
Cherrie Feng 我也是想這個啦

讚 · 回覆 · 2天

非同步的線上共備



Chaucer Sung 你看看這樣如何? 有運球(大循),有上籃(小循+換氣),換球(心交換)



2

讚 · 回覆 · 1天

范富強已回覆 · 1 則回覆



范富強 你這個很棒ㄟ，跑第一趟用一顆球(紅血球)；第二趟自己拿下一顆球(白血球)；第三趟再拿第三顆(血小板)；一個人就可帶著三顆球跑循環

讚 · 回覆 · 1天



范富強 我想用超長的大跳繩擺成課本的體循環及肺循環，然後讓學生同時跑動靜脈血的充缺氧(強度或難度變異)歷程

讚 · 回覆 · 1天



Chaucer Sung 建議分二階 第一階用同一種球(循環)，第二階才用三種球(循環+血球)

讚 · 回覆 · 1天



留言.....



Chaucer Sung 建議:一次活動一個概念,等建立後再逐步加上去
讚 · 回覆 · 9小時

1



范富強 Chaucer Sung
一節一概念
一星期兩概念..... 查看更多

讚 · 回覆 · 9小時



Chaucer Sung 不用特別一定要加上別科的概念 運動本身就是一件有趣的事 單純也是一種幸福

1

讚 · 回覆 · 9小時



范富強 我就是過慣了單純的教學'過度的制式 S O P ，我想做點改變

讚 · 回覆 · 1分鐘



范富強新增了 4 張相片 — 在 Ero 艷 ero ガレージ。

12小時 · 新北市 ·

...

兩週四堂跨領域融入性平

1. 維管束之蒸散作用
2. 韌皮層與木質部養份流動
3. 心臟循環
4. 心肺循環

關於這一連串「跨領域」教學省思

1. 一個人絕對跨不了，沒共備就不懂。
2. 自我生物「備課用書」不夠，可能理解錯誤，變成教錯或亂教。
3. 持續抱著備課用書不放，或許有新的融入方式或新的想法轉化到我的體育課。
4. 持續抓著生物老師不放，先說對生物的理解，再說要怎麼融入的流程。
有運動背景的老師會給你新的想法。
5. 不要臉得放在臉書及 YouTube，好朋友會給你他的想法。
6. 整合資訊加上實際操作，讓我覺得跨領域讓我跟受教班級建立新的
「教」與「學」的脈絡。
7. 對老師而言：我體育課變不無聊了，不再只有動作分析和異性異質互動
8. 對學生而言：我在體育課複習生物ㄟ，還同時學新的動作技能。
9. 對導師而言：會從聯絡簿發現，學生反應有趣體育課像在上生物。
10. 跨領域且融入性平是可以辦得到的。



▲ 圖 4-2 莖的示意圖

108....

體育課程與教學

性別平等范富強 - 2/28



1080911排球(公仔教學)共備說觀議之觀課

1



36:09

3



44:22



22:35

1080911排球(公仔
之說課

性別平等范富強

1080911排球(公仔
觀議之觀課

性別平等范富強

1080911排球(公仔
觀議之議課

性別平等范富強

109...軟硬兼施



1091225說觀議Part 3 IPAD版（飛盤觀課）

觀看次數：11次 · 2020年12月27日

0 分享 儲存 ...



體育說觀議課之(議課) 大觀國中范富強 (手機拍攝)

性別平等范富強



1091225說觀議Part 1 i pad版（飛盤說課）

性別平等范富強



1091225說觀議Part 1 手機版（飛盤說課）

性別平等范富強



1091225說觀議Part 2（性別說課）

性別平等范富強



1091225說觀議Part 3手機版（飛盤觀課）

性別平等范富強



1091225說觀議Part 3 IPAD版（飛盤觀課）

性別平等范富強



1091225說觀議Part 4（性別議課）

性別平等范富強



1091225說觀議Part 5（飛盤議課）

性別平等范富強

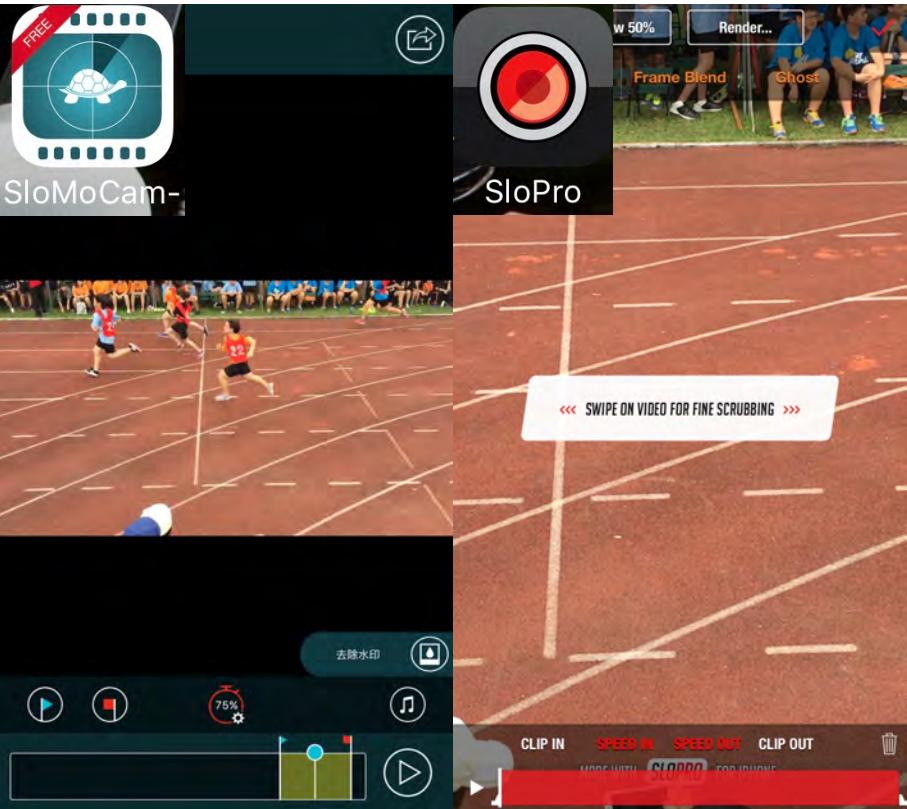
109... 從 TEAM SET

到 M Y S E T

- 第一階段：由老師帶退階動作
- 第二階段：學生自行設計屬於小組
『TEAM SET』
- 第三階段：製作大觀真人版
體能訓練影片（APP化）

走出校園的目標：能發展屬於自己的『MY SET』

A P P 動作分析



其實不使用 A P P
一般功能也辦得到

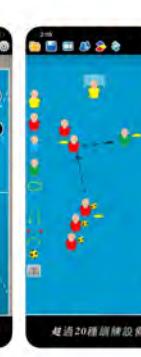
戰術APP



排球教練戰術板
戰術、陣容和訓練創造者
BLUELINDEN
4.7 (1,000 個評論)
免費：提供 App 內購買



的手球教練戰術板
戰術、陣容和訓練創造者
BLUELINDEN
4.7 (1,000 個評論)
免費：提供 App 內購買



的籃球教練戰術板
戰術、陣容和訓練創造者
BLUELINDEN
4.7 (1,000 個評論)
免費：提供 App 內購買



足球教練戰術板
戰術、陣容和訓練創造者

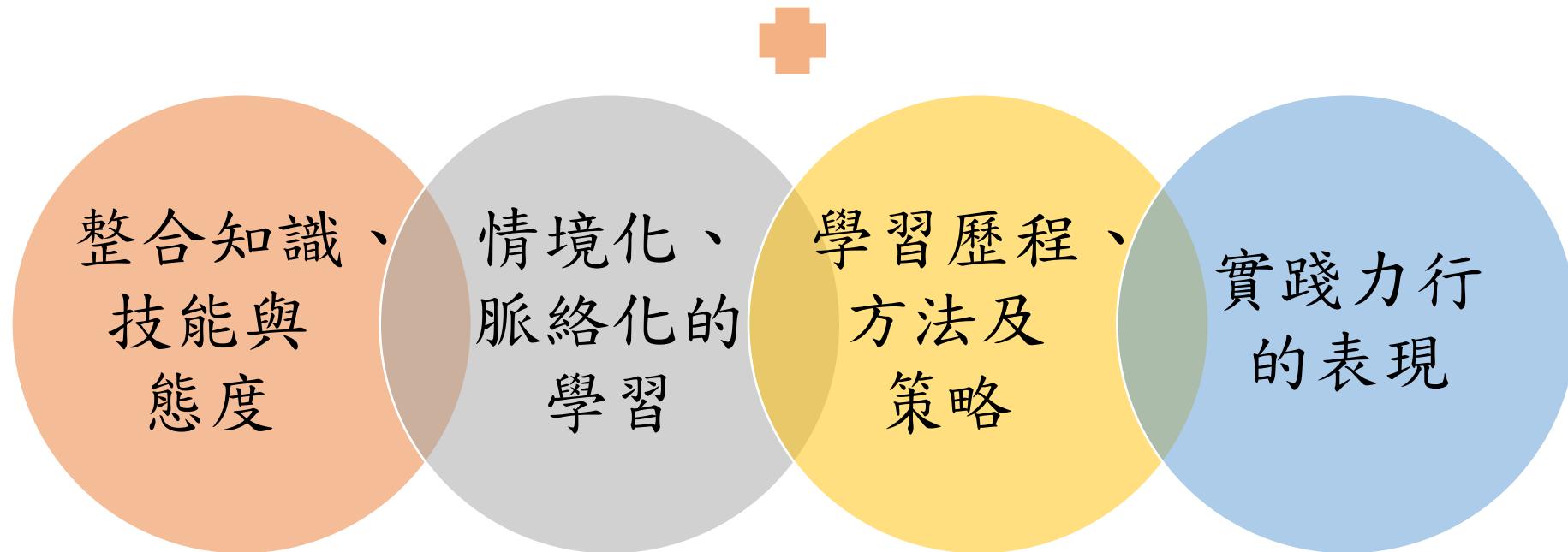
取得

App 內購買



素養導向教學的四大原則

參照各領域/科目之核心素養、學習重點



性別平等是一種 價值、觀點、關懷

且持續的發展、影響人類永續發展
性別意識應成為公民素養與國家發展的
基本價值基礎

性別是由生活中形成

- ◎ 人類社會處理人類身體的方式，這種「處理」對我們個人生活與集體命運所造成的種種後果。
- ◎ 不是簡單的差別或固定的分類；而是關係、界限、實踐、認同與形象，這些都是在社會過程中逐漸成形，然後存在於特定的歷史情境，再以深刻而經常矛盾的方式形塑個人的生活，而且還會隨著歷史抗爭與變遷而逐漸改變。
- ◎ 是由社會生活中形成，而不是先行於社會生活而存在

(R.W.Connell)

課程、教學與教材

(性平法第三章;細則第13、14、15條)

* 國民中小學除應將性別平等教育融入課程外，每學期應實施性別平等教育相關課程或活動至少四小時。

* 課程：學校應發展符合性別平等之課程規劃與評量方式。
相關課程：國民教育階段涵蓋情感教育、性教育、同志教育

* 教材：

編寫、審查、選用應符合性別平等原則；

內容平衡反映不同性別歷史貢獻及生活經驗呈現多元性別觀點

* 教法：

應避免性別偏見與歧視鼓勵學生修習非傳統性別學科領域

教師基本素養

性別平等意識

- 認同性別平等之價值
- 瞭解性別不平等現象及其成因
- 協助改善現況之意願

議題教育目標

◎知識、能力

理解性別的多樣性
覺察性別不平等存在的事實
社會文化中的性別權力關係

◎情感、態度
建立性別平等的
價值信念
落實尊重與包容
多元性別差異

◎行動、實踐

消除性別偏見與歧視

維護『性別人格尊嚴』與『性別地位』實質平等

融入之方式

透過本領域學習重點

與議題實質內涵

連結、延伸、統整、轉化

培養學生對議題

探究、思辦、實踐的能力



教室成為知識建構與發展的學習社群

結語

下等程就有長平歷，所成別教境，景性受困動。背到子及活者專察孩求程惠運動多能的的的運動上就子新大同場，孩出最不職態解造是在在情瞭創就師能關，以子教若相中可孩



