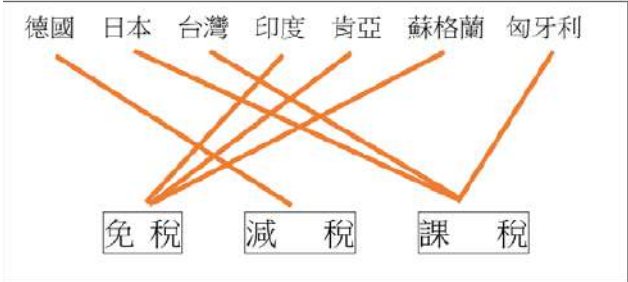


【附表一】

新北市穀保家商教師教學活動設計表

公開授課夥伴填寫

教學科目	健康與護理		設計教師	施宇書		
單元名稱	月經平權-珍愛自己	授課時間		113 年 5 月 10 日 第 6 節		
		授課班級		型一智		
教材來源	(育達)健康與護理 2		班級人數	34		
教材分析	內容	Aa-V-1 受孕、懷孕及胚胎發育。 Db-V-1 全人的性、自尊與愛的內涵。 Db-V-5 性病與生殖系統疾病的預防、保健及關懷行動的實踐與倡議策略。				
	評量	線上施測、作業單、教具操作觀察、小組討論報告				
核心素養 三面九項	自主學習	☒ 身心素質與自我精進 ☐ 系統思考與解決問題 ☐ 規劃執行與創新應變		健體-U-A2 具備系統思考、分析與探索體育與健康的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種體育與健康的問題。		
	溝通互動	☒ 符號運用與溝通表達 ☒ 科技資訊與媒體 ☐ 藝術涵養與美感素養		健體-U-B1 具備掌握健康訊息的能力，以進行健康有關的經驗、思想、價值與情意之表達，能以同理心與他人溝通並解決問題。		
	社會參與	☒ 道德實踐與公民意識 ☒ 人際關係與團隊合作 ☐ 多元文化與國際理解		健體-U-C1 具備體育與健康的道德課題與公共議題思考及對話素養，培養相關的公民意識與社會責任，主動參與有關的環保與社會公益活動。		
融入議題	☒ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 家庭教育 ☐ 生涯教育 ☐ 多元文化 ☐ 閱讀素養 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民教育					
	從「月經貧窮」與「月經汙名化」理解月經平權的必要，在同理月經的生理負擔之餘，能藉由共情來支持月經平權學習珍愛自己。					
融入四學	☒ 課前自學 ☒ 組內共學 ☒ 組間互學 ☒ 教師導學					
融入 專業英文詞彙	月經羞恥 (period-shaming) 月經稅(Tampon tax)月經貧窮(Period Poverty)					
學生學習 條件分析	已經學習婚前交往-交友、約會、戀愛、擇偶以及認識避孕等相關知識與技能					
教學方法	1. 講述法 2. 分組討論法 3. 問思教學法					
教學資源	胎兒發展 280 天、懷孕背心、胎兒發展掛圖、生命的第一年(DVD)					
教學目標	時間	教學流程及方法			教具	備註
一. 認知方面 1. 了解月經平權概念與意義 2. 了解月經稅的概念與意義 二. 技能方面 2. 學習表達倡議月經平權的方式	2	【引起動機】  1. 藉由提問法詢問學生知不知道這張圖代表什麼意思? 此為 SDGs 目標 5 圖示，代表實現性別平等(並賦予婦女權力) 今天我們要討論的就是關於性別不平權的其中一個			PPT、電腦投影設備、	

3. 察覺月經貧窮對身心的影響與迷思 三. 情意方面 4. 能觀察婦女月經現象並具備同理心給予協助。 5. 具備珍惜生命的態度。		項目 5 2. 線上前測:月經知識大挑戰 【發展活動】 5 活動 1：想一想什麼是只有女人要繳的稅？ 名詞解釋：月經稅 Tampon tax，指得是針對經期生理用品，包含衛生棉、衛生棉條、月經杯等產品課徵營業稅、商品增值稅或其他稅收。 5 活動 2：一輩子要花多少錢買生理用品？ 根據統計，初經年齡平均為 12 歲，停經年齡為 50 歲。女性一生約有 400 次月經。 一般女性的月經週期平均是 21 至 35 天，常見的月經週期是 28 天、月經期持續 4 至 7 天。 衛生棉需每 2~3 小時更換，避免感染。 一次經期約用 36 片衛生棉。 61 元(一天 9 片)x 4 天 x 400 次=97600 約 10 萬元 5 活動 3：什麼是月經貧窮？ 月經貧窮是指女性無法負擔月事所需生理用品高額的費用，導致出現生理疾病或影響到心理健康。 撥放影片(非洲婦缺衛生棉)引發同理心 並與我國 112 學年度開始教育部免費提供衛生棉新聞對比 5 活動 4：若沒有足夠的金錢購買生理用品，你會怎麼做？你認為月經貧窮對生理、心裡會有那些影響？ 生理疾病：可能引起陰道感染、子宮發炎、骨盆發炎嚴重甚至不孕 心理健康：憂鬱、焦慮甚至影響人際社交關係。 10 分組討論活動：月經稅學習單 採分組討論方式進行(6 人一組) 可使用手機上網查資料 5 分享時間：討論結束後，請同學上台分享任一國家針對月經稅的執行政策。 學習單答案參考： 	月經貧窮(影片)、女性生殖器官模型、我的身體(立體書)、女性月經生理用品教具、賽可斯桌遊 PPT、電腦投影設備、作業單	
--	--	---	---	--

	8	【總結活動】 撥放月經貧窮動畫 教師結論 月經是自然現象，生理用品是必要的花費。 除了要重視資源問題之外，也必須對月經這件事有更多的理解和認識當大家開始正視「月經」時，「月經貧窮」問題才有機會被解決。	PPT、 電腦投 影設備	
--	---	---	--------------------	--

【附表三】 新北市穀保家商 112 學年第 2 學期 教學觀察活動紀錄表

公開授課教師	施宇舒	科別 班級	時尚造型 科 一年 智班			
學習領域	健康與護理	學習 單元	第六單元幸福組曲 之月經平權-珍愛自己			
觀課時間	日期: 112 年 05 月 10 日 時間: 14 時 10 分至 15 時 00 分 第 6 節	活動 地點	☐ 教室 ☒ 專業教室 241 ☐ 操場 ☐ 其他			
領域	教學指標	充分 展現	大部 分展 現			
		部份 展現	未 呈現			
摘要敘述						
A 教學目標與課程設計	A1 設計具有結構的教學方案	☒	☐	☐	☐	課程設計能結合目前社會熱門的討論議題, 加課學習的深度或廣度
	A2 說明學習目標與學習重點	☒	☐	☐	☐	
	A3 與學生經驗結合及提供實務現場之經驗	☒	☐	☐	☐	
	A4 加入相關新知或融入議題教學	☒	☐	☐	☐	
	A5 符合學生程度呈現教材	☒	☐	☐	☐	
B 活用教學策略	B1 引起學生學習動機	☒	☐	☐	☐	透過 kahoot 31 年學生學習興趣, 能提出月經稅, 啟發學生思考各國狀況。
	B2 善於變化教學方式、調和學習活動	☒	☐	☐	☐	
	B3 運用多元教學媒體	☒	☐	☐	☐	
	B4 提出不同思維, 啟發思考	☒	☐	☐	☐	
C 良善溝通	C1 重視學生發言, 進行師生互動與瞭解	☒	☐	☐	☐	能適口引導學生狀況, 給予提醒
	C2 運用肢體語言, 增進師生互動	☒	☐	☐	☐	
	C3 口語清晰、音量適中	☒	☐	☐	☐	
	C4 教室走動或眼神能關照多數學生	☐	☒	☐	☐	
D 營造學習環境	D1 規劃符合課程的教學情境	☒	☐	☐	☐	有模型佐看, 協助學生更清楚明白課程講述
	D2 營造愉悅的班級氣氛並安排有助於學生學習的有趣氣氛	☒	☐	☐	☐	
	D3 建立並適時提醒良好的教室常規和程序	☒	☐	☐	☐	
	D4 適時增強學生的良好表現	☒	☐	☐	☐	
	D5 妥善處理學生偶發狀況或不當行為	☒	☐	☐	☐	
E 評量回饋運用	E1 充分呈現教學	☒	☐	☐	☐	將上課主題及重點書寫於黑板上, 促學生清楚明白學習重點
	E2 有效掌握教學時間	☐	☒	☐	☐	
	E3 設計多元評量, 提供學習單輔助學習	☒	☐	☐	☐	
	E4 評量個別學生表現及作品, 提供指導與回饋	☐	☒	☐	☐	
	E5 評估達成整體預期學習成效	☒	☐	☐	☐	
綜合評語	優點:	1. 雖使用 PPT, 仍能注意到黑板的使用, 讓學生明白今日學習要點。 2. 提供多元學習方式, 有模型、影片、APP 等, 讓學習不單調。				
	建議:	1. 可借用 PPT 遙控器協助操作, 避免令身乏術。 2. 影片可分段暫停播放, 以區分學習項。				
觀課教師簽名:	陳宜孝	公開授課教師簽名:	施宇舒			

【附表二】新北市穀保家商_112 學年第 2 學期 公開授課/觀課簽到表

公開授課教師	施宇書	科別班級	時尚造型科 一年智班
學習領域	健康與護理	學習單元	第六單元幸福組曲 之月經平權-珍愛自己
共同備課時間	日期:_113_年_5_月_08_日 時間:11 時 10 分至 12 時 00 分	活動地點	☐ 教室 ☒ 專業教室_241_ ☐ 操場 ☐ 其他_____
觀課時間	日期:_113_年_05_月_10_日 時間:14 時 10 分至 15 時 00 分 第 6 節	議課時間	日期:_113_年_05_月_17_日 時間:11 時 10 分至 12 時 00 分
參與者	簽到	參與者	簽到
施宇書	施宇書	施宇書	施宇書
陳宣孝	陳宣孝	陳宣孝	陳宣孝

(表格若不敷使用，請自行增減)

【附表四】

新北市穀保家商 112 學年第 2 學期教師公開觀課「教學省思」及活動紀錄

公開授課夥伴填寫

教學者	施宇書	教學時間	日期:113_年 05 月 17 日 時間:11 時 10 分至 12 時 00 分 第_4_節
教學領域	健康與護理	教學單元名稱	幸福組曲-全面的性-月經平權
一、此次教學的優點特色 1. ppt 與黑板版書兼用，指出學習重點。 2. 提供多元學習方式：模型觀察與操作、影片賞析與反思、線上施測與統整，學習不會單調。			
二、可以成長和改進的空間 1. 上課可使用 ppt 控制器，教學能更悠閒。 2. 影片可以分段或暫停，學習項目會更清楚。			
三、自我成長的規劃 1. 參與研習熟悉 AI, Monica, chatPDF, powtoon, Canva 等運用讓諮詢融入教學更多元更順暢。 2. 觀摩資深老師教學，他實之石可以攻錯，見賢得以思齊。			
觀課教師簽名: 陳宣孝		公開授課教師簽名: 施宇書	

四、備課照片：說明教案及觀課重點



五、觀課照片：女性生殖器官與月經週期



六、觀課照片：WHO 永續發展 17 議題



七、觀課照片：賽可斯桌遊活動



八、觀課照片：我的身體-立體書討論



九、觀課照片：女性生殖器官模型觀察



十、觀課照片：KAHOOT!測驗



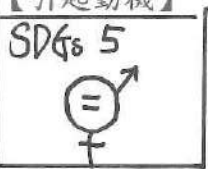
十一、議課照片：討論教學改進方針

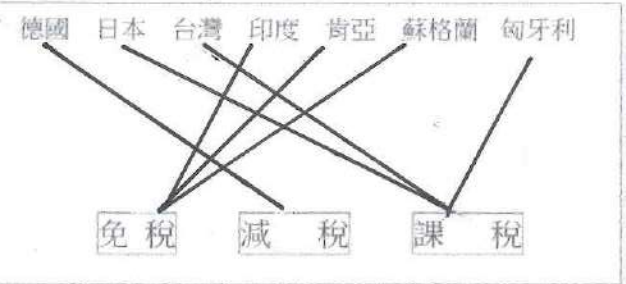


【附表一】

新北市穀保家商教師教學活動設計表

公開授課夥伴填寫

教學科目	健康與護理		設計教師	施宇書	
單元名稱	月經平權-珍愛自己		授課時間	113年5月10日 第6節	
教材來源	(育達)健康與護理 2		授課班級	型一智	
教材來源			班級人數	34	
教材分析	內容	Aa-V-1 受孕、懷孕及胚胎發育。 Db-V-1 全人的性、自尊與愛的內涵。 Db-V-5 性病與生殖系統疾病的預防、保健及關懷行動的實踐與倡議策略。			
	評量	線上施測、作業單、教具操作觀察、小組討論報告			
核心素養 三面九項	自主學習	☒ 身心素質與自我精進 ☐ 系統思考與解決問題 ☐ 規劃執行與創新應變		健體-U-A2 具備系統思考、分析與探索體育與健康的素養，深化後設思考，並積極面對挑戰，以解決人生中各種體育與健康的問題。	
	溝通互動	☒ 符號運用與溝通表達 ☒ 科技資訊與媒體 ☐ 藝術涵養與美感素養		健體-U-B1 具備掌握健康訊息的能力，以進行健康有關的經驗、思想、價值與情意之表達，能以同理心與他人溝通並解決問題。	
	社會參與	☒ 道德實踐與公民意識 ☒ 人際關係與團隊合作 ☐ 多元文化與國際理解		健體-U-C1 具備體育與健康的道德課題與公共議題思考及對話素養，培養相關的公民意識與社會責任，主動參與有關的環保與社會公益活動。	
融入議題	☒ 性別平等教育 ☐ 人權教育 ☐ 環境教育 ☐ 海洋教育 ☐ 品德教育 ☐ 生命教育 ☐ 法治教育 ☐ 科技教育 ☐ 資訊教育 ☐ 能源教育 ☐ 安全教育 ☐ 防災教育 ☐ 家庭教育 ☐ 生涯教育 ☐ 多元文化 ☐ 閱讀素養 ☐ 戶外教育 ☐ 國際教育 ☐ 原住民教育				
	從「月經貧窮」與「月經汙名化」理解月經平權的必要，在同理月經的生理負擔之餘，能藉由共情來支持月經平權學習珍愛自己。				
融入四學	☒ 課前自學 ☒ 組內共學 ☒ 組間互學 ☒ 教師導學				
融入 專業英文詞彙	月經貧窮(Menstrual frequency) 月經汙名化(Menstrual stigma) 月經平權(Menstrual equality)				
學生學習 條件分析	已經學習婚前交往-交友、約會、戀愛、擇偶以及認識避孕等相關知識與技能				
教學方法	1. 講述法 2. 分組討論法 3. 問思教學法				
教學資源	胎兒發展 280 天、懷孕背心、胎兒發展掛圖、生命的第一年(DVD)				
教學目標	時間	教學流程及方法		教具	備註
一. 認知方面 1. 了解月經平權概念與意義 2. 了解月經稅的概念與意義 二. 技能方面 2. 學習表達倡議月經平權的方式	2	【引起動機】  1. 藉由提問法詢問學生知不知道這張圖代表什麼意思？ 此為 SDGs 目標 5 圖示，代表實現性別平等(並賦予婦女權力) 今天我們要討論的就是關於性別不平權的其中一個		PPT、 電腦投影設備、	

3. 察覺月經貧窮對身心的影響與迷思 三. 情意方面 4. 能觀察婦女月經現象並具備同理心給予協助。 5. 具備珍惜生命的態度。	項目 5 2. 線上前測:月經知識大挑戰 【發展活動】 5 活動1:想一想什麼是只有女人要繳的稅? 名詞解釋:月經稅 Tampon tax, 指得是針對經期生理用品, 包含衛生棉、衛生棉條、月經杯等產品課徵營業稅、商品增值稅或其他稅收。 5 活動2:一輩子要花多少錢買生理用品? 根據統計, 初經年齡平均為12歲, 停經年齡為50歲。女性一生約有400次月經。 一般女性的月經週期平均是21至35天, 常見的月經週期是28天、月經期持續4至7天。 衛生棉需每2~3小時更換, 避免感染。 一次經期約用36片衛生棉。 $61 \text{ 元}(\text{一天}9\text{片}) \times 4\text{天} \times 400\text{次} = 97600 \text{ 約}10\text{萬元}$	月經貧窮(影片)、女性生殖器官模型、我的身體(立體書)、女性月經生理用品教具
	5 活動3:什麼是月經貧窮? 月經貧窮是指女性無法負擔月事所需生理用品高額的費用, 導致出現生理疾病或影響到心理健康。 撥放影片(非洲婦缺衛生棉)引發同理心 並與我國112學年度開始教育部免費提供衛生棉新聞對比 5 活動4:若沒有足夠的金錢購買生理用品, 你會怎麼做? 你認為月經貧窮對生理、心裡會有那些影響? <u>生理疾病</u>:可能引起陰道感染、子宮發炎、骨盆發炎嚴重甚至不孕 <u>心理健康</u>:憂鬱、焦慮甚至影響人際社交關係。 10 分組討論活動:月經稅學習單 採分組討論方式進行(6人一組) 可使用手機上網查資料 5 分享時間:討論結束後, 請同學上台分享任一國家針對月經稅的執行政策。 學習單答案參考: 	PPT、電腦投影設備、作業單

	8	【總結活動】 撥放月經貧窮動畫 教師結論 月經是自然現象，生理用品是必要的花費。 除了要重視資源問題之外，也必須對月經這件事有更多的理解和認識當大家開始正視「月經」時，「月經貧窮」問題才有機會被解決。	PPT、 電腦投 影設備	
--	---	---	--------------------	--

【附表三】· 新北市穀保家商 112 學年第 2 學期 教學觀察活動紀錄表

公開授課教師	施宇舒		科別 班級	時尚造型 科 一年 智班		
學習領域	健康與護理		學習 單元	第六單元幸福組曲 之月經平權-珍愛自己		
觀課時間	日期: 112 年 05 月 10 日 時間: 14 時 10 分至 15 時 00 分 第 6 節		活動 地點	☐ 教室 ☒ 專業教室 241 ☐ 操場 ☐ 其他		
領域	教學指標	充分 展現	大部 分展 現	部份 展現	未 呈現	摘要敘述
A 教學目標與課程設計	A1 設計具有結構的教學方案	☒	☐	☐	☐	課程設計能結合目前社會熱門的討論議題, 加深的學習的深度或廣度。
	A2 說明學習目標與學習重點	☒	☐	☐	☐	
	A3 與學生經驗結合及提供實務現場之經驗	☒	☐	☐	☐	
	A4 加入相關新知或融入議題教學	☒	☐	☐	☐	
	A5 符合學生程度呈現教材	☒	☐	☐	☐	
B 活用教學策略	B1 引起學生學習動機	☒	☐	☐	☐	透過 kahoot 31 學生學習興趣, 能提出月經稅, 啟發學生思考各國狀況。
	B2 善於變化教學方式、調和學習活動	☒	☐	☐	☐	
	B3 運用多元教學媒體	☒	☐	☐	☐	
	B4 提出不同思維, 啟發思考	☒	☐	☐	☐	
C 良善溝通	C1 重視學生發言, 進行師生互動與瞭解	☒	☐	☐	☐	能適時關照學生狀況, 給予提醒。
	C2 運用肢體語言, 增進師生互動	☒	☐	☐	☐	
	C3 口語清晰、音量適中	☒	☐	☐	☐	
	C4 教室走動或眼神能關照多數學生	☐	☒	☐	☐	
D 營造學習環境	D1 規劃符合課程的教學情境	☒	☐	☐	☐	有模型佐看, 協助學生更清楚明白課程講述。
	D2 營造愉悅的班級氣氛並安排有助於學生學習的有趣氣氛	☒	☐	☐	☐	
	D3 建立並適時提醒良好的教室常規和程序	☒	☐	☐	☐	
	D4 適時增強學生的良好表現	☒	☐	☐	☐	
	D5 妥善處理學生偶發狀況或不當行為	☒	☐	☐	☐	
E 評量回饋運用	E1 充分呈現教學	☒	☐	☐	☐	將上課主題及重點書寫於黑板上, 促學生清楚明白學習重點。
	E2 有效掌握教學時間	☐	☒	☐	☐	
	E3 設計多元評量, 提供學習單輔助學習	☒	☐	☐	☐	
	E4 評量個別學生表現及作品, 提供指導與回饋	☐	☒	☐	☐	
	E5 評估達成整體預期學習成效	☒	☐	☐	☐	
綜合評語	優點:	1. 雖使用 PPT, 仍能注意到黑板的使用, 讓學生明白今日學習要點。 2. 提供多元學習方式, 有模型、影片、APP 等, 讓學習不單調。				
	建議:	1. 可借用 PPT 遙控器協助操作, 避免全身乞求。 2. 影片可分段暫停播放, 以區分學習項。				
觀課教師簽名:		陳宜厚		公開授課教師簽名:		