

性別平等教育議題融入 特殊需求領域生活管理

課程
手冊



目錄

編者的話	02
------	----

序—手冊使用說明	03
----------	----

1. 自我照顧

01 飲食達人	04
02 模特培訓	16
03 如廁一把罩	27
04 清潔路上你和我	40
05 我喜歡	55

2. 家庭生活

01 模擬家庭(家人關係篇)	63
02 模擬家庭(財務篇)-扭轉乾坤	78
03 模擬家庭(居家環境整潔篇)-好「家」在，有你在	86
04 模擬家庭(休閒活動)	95
05 模擬家庭(家電與居家修繕篇)-最佳小「電」員	106

3. 社區參與

01 符號一把抓	113
02 交友網想曲	125

4. 自我決策

01 網路倡議	139
02 生涯規劃	154

附錄	167
----	-----

編者的話

《十二年國民基本教育課程綱要》業於103年11月28日發布，總綱乃課程與教學規劃實施的藍圖，以核心素養為課程發展的主軸，並將議題融入各領域，性別平等教育為其重大議題之一；自民國93年頒布《性別平等教育法》至今，教育界持續推動性別平等教育，以期建立友善之教育資源與環境；《身心障礙者權利公約》(CRPD)的人權模式為尊重多元，包容跟自己意見或立場不一樣的人，在性的議題方面，亦要尊重身心障礙者有性的需求，他們同樣需要符合其特性之性別平等教育，教育應提供適性的性別平等教育課程。

為提供教育工作者性別平等教育議題融入領域之參考，國立臺南大學性別培力及性平事件防治研究中心委請國立屏東特殊教育學校編擬《性別平等教育議題融入特殊需求領域生活管理課程手冊》，邀集校內外教育工作者，包含教師、心理師、語言治療師等參與編輯工作，並歷經多次共同討論及委員審查，逐步修正後完成。

《十二年國民基本教育身心障礙相關之特殊需求領域課程綱要》依身心障礙學生之個別需求，實施其中所訂之支持性課程，其中對就讀於特殊教育學校之特殊需求學生來說，培養其生活自理能力，融入家庭、學校與社區生活是極為重要的，進而達到表現自我決策的態度與行為，倡導個人權益並促進自我實現。從而本手冊以生活管理學習重點為主軸，以學習表現四個向度，包含〈自我照顧〉、〈家庭生活〉、〈社區照顧〉及〈自我決策〉為架構，以融入的方式對應性平議題之學習主題與實質內涵，產出十四個單元之教材設計。

本手冊所設定的教學對象為就讀於特殊教育學校之特殊需求學生，教育人員可參酌使用，使用時再視學生需求進行彈性調整，或許內容上仍有未盡之處，期盼各位教育先進及伙伴們不吝指導，讓特殊教育需求學生，都可以在生活教育中，提升其性平知能，落實尊重與包容多元性別差異，形塑友善的性平環境。

序一手冊使用說明

一、內容及架構

本手冊涵蓋《十二年國民基本教育身心障礙相關之特殊需求領域課程綱要》生活管理課程。內容包括生活管理四個向度的學習表現：自我照顧、家庭生活、社區參與及自我決策，並以融入的方式對應性平議題之學習主題與實質內涵。自我照顧向度五個單元、家庭生活向度五個單元、社區參與向度兩個單元及自我決策兩個單元，合計十四個教學活動示例，在示例中融入了性別平等教育七個議題學習主題，並對應高級中等學校議題實質內涵。

二、適用對象

本手冊所設定的教學對象為就讀於特殊教育學校之特殊需求學生，教育人員可依據學生的學習需求選取適當的單元或活動參酌使用，並依實際教學需求以加深、加廣、重整、簡化、減量、分解或替代等方式彈性調整。

三、內容要項

- （一）單元名稱：每個單元依據學習目標進行設計所發展出的活動名稱。
- （二）性平議題適切融入學習重點：單元內容所對應的性平議題學習主題與實質內涵。
- （三）領域學習重點：單元內容所包含的生活管理的學習重點。
- （四）學習目標：依據「性平議題適切融入學習重點」與「領域學習重點」轉化為學習目標，即課程要達成的目標。

本手冊另包含參考資料、書目、網站，附錄中有《十二年國民基本教育身心障礙相關之特殊需求領域課程綱要》、《十二年國民基本教育課程綱要國民中小學暨普通型高中議題融入說明手冊》，及《性別平等教育法》等，提供教育人員相關參考資源，藉以彈性調整或發展適合學生學習需求之適性教學活動，以增進教學品質及提升學習效益。

01 飲食達人

性平議題適切融入學習重點

議題

主題三：身體自主權的尊重與維護

學習主題

議題

性U4 維護與捍衛自己的身體自主權，並尊重他人的身體自主權。

實質內涵

領域學習重點

學習表現

特生1-sP-1 覺察及表達飢餓和飽足的生理反應。
 特生1-sP-4 表現合宜的用餐禮儀與協助餐後整理。
 特生1-sP-6 自我檢視並控制飲食行為和習慣。
 特生1-sA-3 選擇適宜的用餐場所與安全的飲食行為。

學習內容

特生A-sP-1 飲食需求的表達。
 特生A-sP-4 食物的認識。

學習目標

- 1.能理解每個人的飲食需求都不一樣，突破刻板印象造成的迷思。
- 2.能做出安全的飲食行為和習慣。
- 3.能表現基本的用餐禮儀，並不受性別限制。

飲食達人

主題簡介

主要將飲食的學習劃分為三個單元，分別為：飲食內容、飲食份量及用餐禮儀，並透過對自我飲食的認知，增進學生身體自主權的維護與尊重，本主題提到的身體自主權其內容：維護自己的健康、享受進食的權利以及管理自己的思考和行為。

單元一

健康飲食大集合（飲食內容）

設計 理念

首先說明飲食的目的是除了享受進食的樂趣之外，主要是讓身體舒適並維持功能以保持健康的生命活動。透過線上動畫影片，引導學生認識均衡飲食的重要性，期望學生能學習如何正確地選擇飲食內容，並增進安全的飲食行為和習慣。

活動 1-1

「食」在有道理

附件一

活動說明

透過九宮格的動態投擲活動，從遊戲中引導學生認識飲食的目的。此活動需準備九宮格字卡及黏巴球，並事先將九格寫上文字，其中三個為正確答案：保持身體舒適、維持身體健康和享受美食的權利，而其餘七格則由教學者彈性完成。活動進行時須先將每個的文字內容遮住後貼在黑板上，待學生投擲黏巴球丟至該格中才打開文字，並做討論。

活動內容

「食」在有道理活動示例。

金國王的環遊旅程

附件二

活動說明 接續上個活動認識飲食的目的之後，此活動藉由繪本動畫引導學生做討論，再透過學習單加強對健康飲食內容的認識，讓學生能思考均衡飲食對身體健康的重要性，並做出正確選擇。

活動內容 金國王的環遊旅程學習單示例。

單元 小結

透過飲食的目的及飲食內容的選擇，希望學生能理解飲食的真正意義並藉由均衡飲食增加對自身健康的幫助，及感受正確進食的感官樂趣。

參考資料：影片引自youtube
<https://www.youtube.com/watch?v=FY2pWLO8uEw>

“食”在道理活動～

九宮格丟球遊戲

使用九張A4的空白紙製作九宮格，並依序請學生投擲黏巴球，當丟中任一格時翻開文字，請學生們作答是否為飲食的目的，接著教學者透過答案的出現引導學生討論飲食的目的。



【正確答案說明】

保持身體舒適：

不吃東西會覺得肚子餓、疲倦等，吃得剛剛好會覺得很舒服，身體舒服就可以做很多事。

維持身體健康：

吃東西目的要維持身體機能，讓各器官正常運作發揮功能，維持生命的穩定。

享受美食的權利：

吃東西可以讓感官得到滿足，除了味覺之外，還有視覺、嗅覺的感官享受。

金國王的環遊旅程

看完了影片之後，一起討論下面題目並完成回答問題：

一. 金國王在影片的開始為什麼會氣色不佳，感覺身體沉重沒體力呢？
請在下列圈選出正確答案並塗上顏色。

睡太飽

吃太多糖果、餅乾和飲料

太久沒有拜拜

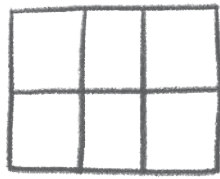
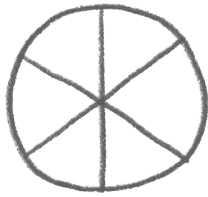
不再運動

飯都隨便吃

吃太多蔬菜

均衡飲食

二. 哪一個是影片中學到的均衡飲食圖示呢？
請圈出正確答案並討論其中差異。



三. 請試著列出均衡飲食六大類中的各兩種食物：

1. 全穀類：()、()

2. 蔬菜類：()、()

3. 水果類：()、()

4. 豆魚肉蛋類：()、()

5. 奶類：()、()

6. 油脂「與」堅果種子類：()、()



四. 當金國王恢復正確的均衡飲食後感覺怎麼樣呢？
請圈出正確答案。

恢復帥氣與身材

恢復脾氣與體重

五. 看完了影片之後，發現均衡飲食對身體的舒適與健康是非常重要的，
請討論自己有哪些正確的飲食及有哪些需要改進的地方。

設計
理念

在飲食份量選擇的部分主要分成兩個重點做介紹，第一部分為認識飢餓與飽足感，第二部分著重強調飲食份量沒有統一標準，每個人滿足的量是很不相同的，無法用單一標準做衡量，因此也須尊重他人有不同份量的需求。

活動
2-1

好飽寶 餓寶寶

附件三

活動說明

引導學生深入對自己飢餓與飽足感的認識，進而調整飲食的食量，期望建立每個學生具備安全的飲食行為和習慣，並理解每個人的感覺並不一樣。

活動內容

好飽寶餓寶寶學習單示例。

活動
2-2

我們不一樣

附件四

活動說明

說明飲食的份量與性別、年紀和身材等狀態無關，每個人的飲食份量是跟個人的需求與感覺有關，學習尊重自己與他人飲食份量的不同。

活動內容

我們不一樣學習單示例。

單元
小結

在飲食的份量這個單元，透過學習單的引導讓學生能覺察自己身體的感覺，增加對自我身體自主的掌握與維護，也期望能從中理解每人需要的不一樣而表現尊重，進而破除社會中的刻板印象。

好飽寶 餓我寶



■ 認識飢餓

一. 什麼是飢餓的感覺呢？

我們可以將飢餓的程度粗略地作以下區分，並透過生理的直接回饋知道自己餓不餓。

過度飢餓  持續胃痛	非常飢餓  胃不舒服	感覺很餓  肚子發出聲音	有點飢餓  肚子空空的感覺	完全不餓  感覺舒適
---	---	---	--	---

二. 什麼樣的飢餓狀態是比較健康及安全的進食時機呢？

生活中大多時候須保持不餓的狀況，才是身體最舒適的狀態。

而通常在第三階段（黃色區）也就是感覺很餓時，就應該進食了。換句話說，就是必須在自己肚子發出聲音時之前就要飲食，避免讓自己變成非常飢餓的狀態，因為會開始讓自己的胃部感覺很不舒服甚至胃痛喔！

■ 認識飽足

一. 什麼是飽足感呢？

飽足也是一種可以透過生理回饋而察覺的感覺喔！

雖然進食是一件好事，但吃得太飽其實也會讓人感到相當不舒服喔！讓我們一起來看看飽足感的簡單區分吧！

過度飽足  胃痛嘔吐	非常飽  胃不舒服想吐	感覺很飽  胃很撐吃不下	有點飽  開始不想進食	剛好飽  感覺舒適
---	--	---	--	--

二. 要讓自己維持怎樣的飽足感最為恰當呢？

飲食通常吃到剛好飽（藍色區）的感覺是覺得舒適的，若是有點飽（綠色區）則會開始不想進食，且我們須避免進食時讓自己感覺很飽（黃色區），也就是當開始感到胃很撐吃不下時，就已經超越自己的進食食量了，除了會讓自己很不舒服外，也會對自己的健康及外型有嚴重的影響。

三. 我的食量表：

想一想，通常你/妳的一餐要吃多少才會覺得有點飽（綠色區）而開始不想進食呢？

試著比較看看班上的老師和同學跟你/妳的食量表一樣嗎？

我的一餐食量表 （以常見餐點為例）

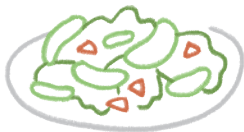


主食（小碗為例）：

飯類可以吃（ ）碗

麵類可以吃（ ）碗

其他：_____



配菜：

可以吃（ ）種

每種的份量約（半個拳頭大、一個拳頭大、一個手掌大）

其他：_____



湯品（小碗為例）：

清湯類可以吃（ ）碗

濃湯類可以吃（ ）碗

其他：_____

我們不一樣

一. 還記得從上一個活動中我們學習到了每個人飲食的份量會跟自我的什麼有關呢？請圈出正確答案。

飢餓感

超快感

飽足感

超有感

刺激感

二. 在現今社會中，會有許多不適當的刻板印象影響著我們的飲食份量，請將下列選項中，屬於錯誤的刻板印象打叉叉，正確地請畫圈圈。並試著討論原因與舉例。

生理性別 () 年紀大小 () 性別氣質 ()

個人需求 () 長輩要求 () 媒體型塑 ()

同儕評價 () 網路流量 ()



三. 請討論並完成以下是非題。

- 1.() 飲食份量是很個人的事情，不需要跟任何人比較。
- 2.() 我是男生如果吃的比女生少就太丟臉了，營養午餐時間我一定要吃到比隔壁的女生多。
- 3.() 阿祖喜歡看我胖胖的樣子，所以我要吃很多讓自己變胖逗阿祖開心。
- 4.() 妹妹每次都吃得比我多才覺得飽，真是貪吃鬼。
- 5.() 我可以依自我的需求與感覺決定自己的飲食份量。
- 6.() 網路頻道【千千進食中】的千千是我的偶像，我的目標是要吃得跟她一樣多，就算吃到吐也沒關係。

設計
理念

受限於傳統文化的影響，在用餐禮儀的部分往往女生被要求的程度多過於男生，因此希望利用此一單元的介紹讓學生們認識，合宜的用餐禮儀是人人該具備的表現，而不該受性別的影響，藉以打破傳統價值的刻板印象，並學習表現出安全有禮的飲食習慣。

活動
3-1

飲食好禮人

附件五

活動說明

利用學習單的引導，說明禮儀雖受所在文化的影響而有不同，但有些與自身的安全有關。「尊重自己」、「尊重他人」、「尊重食物」都是用餐的基本禮儀觀念。

活動內容

飲食好禮人學習單示例。

單元
小結

這個單元主要目的為加強學生們用餐時的基本禮儀，也期望學生們能理解禮儀是人人皆須具備的態度，甚至會影響到自己的健康安全。單元活動中透過拼圖的視覺提示，讓學生能主動學會用餐需表現的基本禮貌有哪些，並在共同討論的過程中引導學生舉出日常的實例，期望加深與生活的連結及應用。

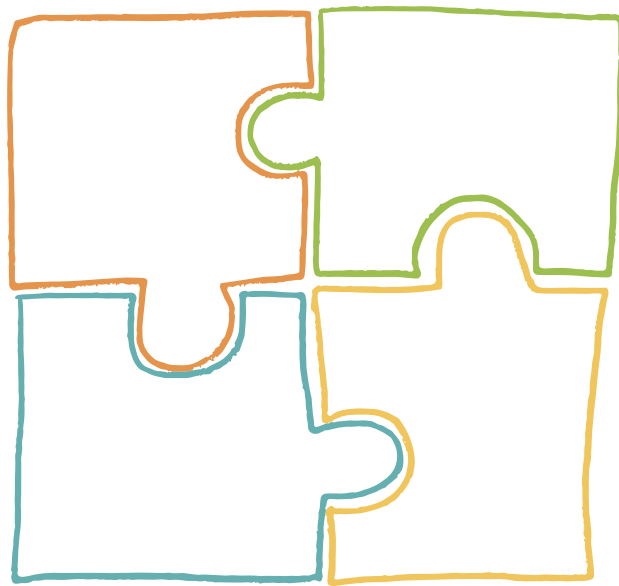
飲食好禮人

首先，飲食的禮儀跟各國的在地文化有關喔！

今天討論的內容以台灣的文化為主。

一起來看看為了追求健康飲食、維護環境衛生、及讓他人能舒適的與你／妳共餐，我們每個人都需要怎麼做呢？

用餐須注意的禮儀小拼圖



發出
聲音



餐後
收拾



坐姿
端正



咀嚼時
露出食物



盡情
聊天



咀嚼時
閉著嘴巴



狼吞
虎嚥



主題總結

飲食是人類生存最基本的需求，「飲食達人」的這一主題期望能讓學生在學習正確飲食的內容中，除學會捍衛自己的健康安全之外也學會尊重他人，因此主題的三個單元：飲食內容（健康飲食大集合）、飲食份量（吃多少 我知道）及用餐禮儀（處處有禮），參雜融入了「個體」對飲食有決定權的觀念，希望秉著追求健康的宗旨，能發揮自我身體自主權的權利，而做出安全的選擇與行為，進而達到人際的互相尊重，也間接破除了傳統的刻板印象。

02 模特培訓

性平議題適切融入學習重點

議題	主題一：生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重
學習主題	主題二：性別角色的突破與性別歧視的消除

議題 實質內涵	性U1	肯定自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同，突破個人發展的性別限制。
	性U2	探究社會文化與媒體對身體意象的影響。
	性U4	維護與捍衛自己的身體自主權，並尊重他人的身體自主權。

領域學習重點

學習表現	特生1-sP-7	表達穿著衣物的不適感並請求更換。
	特生1-sP-9	選擇適當場所並完成衣物穿脫與更換。
	特生1-sP-10	視天氣、場合、年齡、個人喜好，選擇適合的衣著。
	特生1-sP-19	隨時整理與保持儀容整潔。
	特生1-sA-5	選購適合自己的衣物。

學習內容	特生B-sP-2	衣物的認識。
	特生B-sA-1	衣物選購。
	特生B-sA-2	服裝禮儀。
	特生C-sA-3	簡易儀容裝扮的技巧。

學習目標

1. 認識衣物的類型與合適的氣候。
2. 根據場合與氣候選擇適宜的衣物穿著。
3. 學習並欣賞他人的穿著特色。

模特培訓

主題簡介

服裝儀容除了可以反映我們的風格及氣質，也是我們給別人的第一印象，進而影響人際關係。

因此，在生活管理層面，合宜的穿著成為重要的一環，運用過去已有的衣物穿著經驗，延伸至根據場合及季節條件，搭配合適的衣物，並思考個人與他人的喜好差異，尊重不同的裝扮，以達到具有個人特質的裝扮。

單元一

服裝大搜查

設計 理念

根據生活中常見的衣物類型，進行學習與討論，接著進一步結合氣候與不同情境場合，進行合宜穿著的搭配。

活動 1-1

我的更衣室

附件一

活動說明

穿衣服是日常生活中必備的技能，而衣服的搭配也是實現自我決策的展現，透過衣物類型的認識以及衣物特性，引導學生進行選擇及決策。

活動內容

直接使用實體衣物進行，學習上衣、褲子、外套、襪子以及鞋子的不同型態，並將實體衣物與圖像進行配對學習。

活動
1-2

氣候穿搭法則

附件二

活動說明 依據不同氣候選擇適合的衣物。

活動內容 使用先前所學的圖像，依據天氣或場所圈選搭配適合的衣物。

活動
1-3

「衣」起來拼貼

附件三

活動說明 使用圖片拼貼的方式，依據不同季節以及場合選擇適合的全身衣物。

活動內容 事先準備好大量的衣物圖或者給予產品目錄等方式，讓學生自行剪貼，也可以使用繪畫方式進行。

單元小結 | 第一單元從認識衣物類型入門。由於學生可能已有部分的生活經驗，教師可依實際情形進行內容調整。活動的設計是藉由學習到的衣物類型知識，來搭配不同的氣候與場合，並選擇合宜的穿著，教師在活動安排時可自行選擇多元的情境與天氣類型，讓學生有更多的嘗試與挑戰。

我的更衣室



背心



短袖



毛衣



長袖



短褲



長褲



薄外套



厚外套



襪子



運動鞋



涼鞋



拖鞋

氣候穿搭法則 ☁



炎熱夏天適合穿哪種上衣？



延伸討論：沒有列在上面的背心適合嗎？為什麼？



下大雨的颱風天適合穿哪種鞋子？



延伸討論：沒有列在上面的拖鞋適合嗎？為什麼？

"衣"起來拼貼 ㄊ



炎熱的夏天海邊



雨季中爬山

"衣"起來拼貼 ㄊ



冬天外出購物



秋天到無遮蔽遊樂園玩

設計
理念

在學習依據天氣及場合選擇合適的衣著後，透過觀察與學習，欣賞他人的穿著。

活動
2-1

家庭日常穿搭秀

附件四

活動說明 學校以外的生活，學生與家人的生活連結常常最為緊密，請學生分享與家人一起進行的休閒活動，以及自己與任何一個家人的穿搭。

活動內容 描述進行了什麼休閒活動，可使用照片或繪畫的方式說明自己與家人的穿著。

活動
2-2

我的衣服我做主

附件五

活動說明 透過欣賞不同衣物搭配，學習尊重他人的穿著。

活動內容 引用板橋高中開放男學生可穿裙子上學的事件，討論不同性別穿著上的刻板印象。

單元
小結

單元一中已經學習到不同氣候與場合的合宜穿著，在單元二除了嘗試延伸自身的穿著外，先由和家人共同參與的活動中引導學生去學習觀察他人的穿著，而教師若想選擇與其他對象進行活動（例如：同儕）也是可行的，只要讓學生有機會學習觀察他人穿著都是適合的活動。接著融入穿著的性別刻板印象，並結合相關的性別議題，讓學生能學習尊重他人的穿著選擇。

✧ 家庭日常穿搭秀 ✧

1. 假日的時候我和家人一起做了什麼活動？

2. 進行活動的時候你和家人分別穿了什麼？

我這樣穿

我的家人 這樣穿

3. 我為什麼選擇這樣穿？

我的衣服我作主



1. 圖片中有多少人穿著裙子？多少人穿著褲子？

2. 穿著裙子的是男生還是女生？穿著褲子的是男生還是女生？

你是如何知道他們分別是男生還是女生的？有沒有什麼性別刻板印象？

3. 延伸討論：



如果不看性別，只看下半身的穿著，他們這樣穿可以嗎？為什麼？

主題總結

生活管理中的「自我照顧」是相當重要的學習向度之一，透過「模特培訓」的主題設計和活動安排，讓學生充分的學習合宜穿著與欣賞他人的穿著，並透過性別刻板印象的融入，破除特定性別在穿著類型的限制，尊重他人的同時，也期待學生在獨立選擇時，更符合自身的喜好與需求。

03 如廁一把罩

性平議題適切融入學習重點

議題	主題三：身體自主權的尊重與維護	
學習主題	主題四：性騷擾、性侵害與性霸凌的防治	
	主題五：語言、文字與符號的性別意涵分析	
議題	性U4	維護與捍衛自己的身體自主權，並尊重他人的身體自主權。
實質內涵	性U5	探究性騷擾、性侵害與性霸凌相關議題，並熟知權利救濟的管道與程序。
	性U6	解析符號的性別意涵，並運用具性別平等的語言及符號。

領域學習重點

學習表現	特生1-sP-12	覺察並表達如廁需求，能自行或由他人協助前往廁所。
	特生1-sP-13	依個人需求選擇合適且乾淨的便器。
	特生1-sP-14	精熟如廁技巧，如攜帶衛生紙、穿脫褲子、擦拭、沖水、洗手等。
	特生1-sP-15	表現如廁時的禮儀。
學習內容	特生C-sP-1	如廁技巧。
	特生C-sP-2	如廁禮儀。
	特生C-sP-3	身體的清潔方式。
	特生C-sA-1	青春期的清潔衛生。

學習目標

- 1.能覺察並表達自身的如廁需求。
- 2.能依自身生理性別及需求選擇適合的廁所類型。
- 3.能學會不同便器類型，並依循正確的步驟如廁。
- 4.青春期不同生理性別的如廁需求及禮儀。

如廁一把罩

主題簡介

訓練身心障礙生的基本生活自理能力，向來是家長和老師關注的重點，如廁更是相當重要的項目，尤其是從原來包著尿布的狀態，轉換到使用便器的階段，覺察自身的如廁需求是很多身心障礙生需要克服的難關，更需要教師與家長耐心的引導；之後便是選擇合適的廁所類型，生理性別的差異以及大小號的不同則會影響選擇便器的結果，在引導學生了解身體自主權有相當重要的開端，並在之後教導維護自身並尊重他人身體自主權上有承先啟後的作用；做完選擇之後，依循著步驟使用便器，在日常生活中訓練精熟度，如廁禮儀的潛移默化，讓學生提升自身和他人上廁所的隱私及安全性；最後是青春期的學生，首要面臨的就是身體成長上的變化，尤其是高職的輕度障礙生，對於青春期懵懂的情況下，很容易在途中迷惘，如何引導學生維護自身及尊重他人身體自主權，並加入性騷擾、性侵害、性霸凌的觀念，是教師及家長的重要課題。

單元一

廁所大解密

設計 理念

學生在覺察自己有如廁需求後，需要前往廁所解決，在一般家庭裡廁所並沒有區分男廁女廁，大部分只有坐式馬桶，但在公共空間(學校、宿舍、車站等)的廁所會有男女的分別，學生需要因應自己的生理性別去選擇男、女廁，而公共空間的廁所標誌上並不相同，學生需要多看多記才能類化。除了男女廁之外，還有其他像是無障礙廁所這類無分男女，而是功能性為主的廁所，會增加學生在辨認廁所的難度，這是教師與家長需要從生活中隨機教學的重要課題。

活動
1-1

尋找廁所大作戰

活動說明 讓學生知道廁所的標誌，並知道學校中廁所的位置。

活動內容 使用學校的平面圖繪製成尋寶圖，讓學生知道廁所標誌的圖案，並在尋寶圖中繪製出來，由教師帶領學生在校園中尋找廁所在哪裡，以方便學生在校園走動時能知道廁所的位置。

活動
1-2

廁所標誌大揭密

附件一

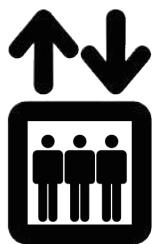
活動說明 讓學生知道廁所有分男女廁，需要依照生理性別去選擇廁所。

活動內容 一開始可先讓學生利用學校的廁所標誌選擇，亦可使用大賣場、百貨公司等公共空間的廁所標誌經驗，帶入學生的生活經驗，進而呈現不同廁所標誌圖案的圖卡讓學生進行類化。

廁所標誌大揭密

- 一. 今天志明跟媽媽到百貨公司去買東西，途中志明想要上廁所，但是百貨公司這麼大，廁所到底在哪裡啊？

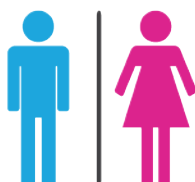
＊小試身手：生活情境中有許多標誌，到底哪個才是廁所的標誌呢？



- 二. 等到志明跟媽媽終於找到廁所在哪裡，志明又有新的難題了，廁所有分男生女生，志明應該要去哪邊呢？

＊小試身手：假設志明是男生，那他應該要去那邊？在標誌上指出來。
那志明的媽媽應該去哪邊呢？
如果是你，你應該要選哪邊呢？

為避免學生有類化困難，也可以先選用學校廁所的標誌。



常見的的女生廁所圖案：穿裙子、紅色

常見的男生廁所圖案：穿褲子、藍色

廁所的大藝術家

活動說明 在上一個活動中學生認識了公共的廁所標誌，讓學生歸納出一般廁所標誌的共通性，並引導學生思考一般廁所的標誌是否有性別刻板印象，如女生廁所圖案有穿裙子、男生廁所圖案有穿褲子等，那廁所標誌的設計在現代是否可以有更創新的想法呢？

活動內容 請學生思考設計出自己心目中符合現代性別平等意識的廁所標誌，女生廁所的標誌是否一定要是穿裙子，而男生廁所標誌是否可以有一些裝飾，請各位同學發揮自己獨特的創意設計，畫下你心目中最好看美觀的廁所標誌。

有愛～無礙～無障礙廁所

活動說明 學生認識以功能性為主且所有性別都可以使用的無障礙廁所。

活動內容 透過影片認識無障礙廁所的設計及使用並非針對特定性別，而是以使用者需求為考量，在認識無障礙廁所設計概念的同時，也能理解有需要者優先使用的原則。

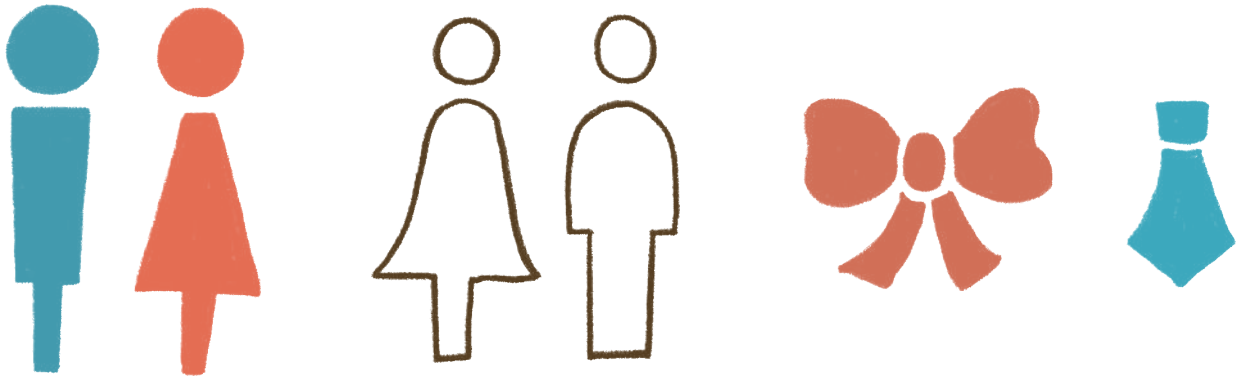
單元 小結

家庭環境中較少見到依據生理性別區分廁所空間的設計，隨著年齡與身體發展，進入青春期的學生若在學校或社區空間走錯廁所仍會引起誤會，對於認知功能嚴重缺損或無法分辨常見性別符號的學生，則能以無障礙廁所的標誌作為替代指標。以「無障礙廁所」作為指導辨識與選擇的替代學習方案。

參考資料：

無障礙廁所影片，引自https://www.youtube.com/watch?v=oBhkfl_OJXI

廁所的大藝術家



這些廁所標誌的共通點在上一個活動中同學們都已經找出來了，是不是看著就很單調呢？請學生思考設計出自己心目中符合性別平等意識的廁所標誌，要怎樣讓人能夠一眼就能認出廁所標誌而不要走錯呢？請各位同學發揮自己獨特的創意設計，畫下你心目中最好看美觀的廁所標誌。

男生

女生

設計
理念

廁所中含有各式各樣的便器，因應如廁需求正確的選擇及使用便器是本單元的教學重點，教師於本單元中除了帶領學生認識不同生理性別能使用的便器之外，亦應帶入廁所為隱私空間的概念，強調維護及尊重自己及他人的身體自主權。

活動
2-1

有愛～無礙～無障礙廁所

活動說明 讓學生知道校園及公共空間的廁所有著不同便器類型。

活動內容 教室教學時，教師使用圖卡說明，

女廁會出現的便器類型：

1.坐式馬桶、2.蹲式馬桶

男廁會出現的便器類型：

1.小便斗、2.坐式馬桶、3.蹲式馬桶

無障礙廁所會出現的便器類型：

1.坐式馬桶

實際帶著學生到學校的廁所觀察，並請學生觀察，之後講解三種便器不同的使用方式，小便斗-男生站著小號的便器；蹲式馬桶-男生大號、女生大小號的便器；坐式馬桶-最普遍出現的便器、男女生皆可大小號。

活動
2-2

「坐」好準備(坐式馬桶篇)

活動說明 最普遍的如廁訓練，坐式馬桶的如廁步驟。

活動內容 先讓學生看影片學習坐式馬桶的步驟，再使用字卡及圖卡排列「到廁所—選擇坐式馬桶—脫褲—排泄—擦拭—穿褲—沖水—洗手」可依照學生的程度選擇正向或反向學習鏈結，或是步驟簡化，如擦拭的步驟可以先讓教師助理員協助等，在如廁訓練的過程中，可以定時並增加實地演練的環節，以增加學習成效；蹲式馬桶除了男生尿尿之外，其餘步驟與坐式馬桶相同。

活動
2-3

對準靶心(男生尿尿篇)

活動說明 讓男生學習站姿小便的方式。

活動內容 先用影片讓學生觀看使用小便斗站姿小便的動作，並告知學生只有男生尿尿會用到小便斗，其餘如廁皆不會用到，「到廁所—選擇小便斗—脫褲—扶陰莖小便—抖尿—穿褲—沖水—洗手」在學習的過程中可利用防水玩具放在小便斗，或是在小便斗壁上貼紅心靶，幫助學生將尿液準確的排進小便斗裡。

單元 小結

一開始如廁訓練的時候，可以先從坐式馬桶開始，可與家裡的經驗連結，坐式馬桶也不需要分生理性別，大便也都會需要用到坐式馬桶，比較萬用，對於認知功能嚴重缺損的學生，建議坐式馬桶為優先考量，也多使用反向學習鏈結，讓學生從後面的步驟倒學回來，比較容易增加成就感。

參考資料：

真空吸盤站立小便斗，引自<https://www.youtube.com/watch?v=LCWjxJbw6J8>

設計
理念

學生面臨青春期所帶來身體上的變化，往往是教師與家長相當重視的課題，尤其在身體的清潔上很需要教師仔細地教導。除了如廁外，女性生理期間的盥洗清潔也相當重要，同時為避免學生間因對生理發展的好奇而引發性別事件，教師在教導的過程中要一再的宣導身體自主權的概念

隨著多元性別議題的擴大，性別友善廁所也逐漸在台灣普及，學生生活的學校及社區中都已漸漸能看到相關的設施及規劃，教師亦能於本單元中多方與學生討論性別友善廁所的目的及內容。

活動
3-1

怎麼會流血了??!!(女性生理期)

活動說明 讓學生認識月經的生理現象，並學習正確的面對及處理。

活動內容 透過觀看教學影片，了解生理期會出現的狀況及因應方式，並連結到生理期間自我照顧的策略及技巧，培養學生於生理期間良好的生活習慣。

影片討論「性別友善廁所」

活動說明 讓學生認識性別友善廁所及其由來，並讓學生討論性別及身體自主權議題。

活動內容 觀看影片「性別友善廁所」是怎麼出現的？，教師在觀看後向學生說明性別友善廁所的含意，「性別友善廁所，又稱為男女通用/共用廁所、男女共廁、家庭廁所、無性別廁所，其實是為了取消進入廁所的性別限制，不論是男性，女性、跨性別、任何性別的人帶著任何性別的孩子、需要幫助的人或長輩都可以使用。」理念很像之前介紹的無障礙廁所，但裡面不只有坐式馬桶，還有增加小便斗隔間，主旨是讓全部的人都能使用，不需要再有男生女生分別，引導學生討論性別平權及多元性別的議題；有許多縣市及學校也有在響應性別友善廁所的改造與建置，讓學生觀看影片「東吳性別友善廁所創造校園友善環境」，並讓學生思考自己是否有在哪些地方看過性別友善廁所，或是哪些地方需要設置性別友善廁所，引導學生討論性別平權相關議題。

單元 小結

進入青春後，如廁議題著重的面相不僅是技能的訓練，而是在如廁的同時也能重視身體隱私的保護，並進一步分析及討論廁所空間是否受到性別刻板的影響以及突破方式，進而深化性別平等與空間交織的可能性。

參考資料：

1.正確照顧女孩生理期 黃璫寧（許皓宜、蔡可欣）

引自：https://www.youtube.com/watch?v=hrm_nZCOYAw

2.【志祺七七】從「搶攻男廁」到「不分性別」，「性別友善廁所」是怎麼出現的？

引自：<https://www.youtube.com/watch?v=pJ0TVHWAETO>

3.新北市性別友善公廁設置原則

引自：<https://www.epd.ntpc.gov.tw/UploadFile/ecolife/20201113101507808665.pdf>

4.東吳性別友善廁所 創造校園友善環境/校園記者 廖宜脩、林軒妤

引自：<https://www.youtube.com/watch?v=0xj5pq9L-Vs>

主題總結

對於受限於認知或行動而影響如廁能力的特殊生來說，如廁能力的訓練從學前階段至國民教育階段都可能是生活管理領域的重點目標，除了在練習如廁時需要的技巧及對如廁設備的熟悉外，隨著學生身心發展，融入具備社會效度的如廁禮儀及性別概念更顯得格外重要。因此本主題透過如廁的技能、規範及空間探討讓每個學生的人格尊嚴不因障礙程度或性別受到限制。

04 清潔路上你和我

性平議題適切融入學習重點

議題
學習主題

主題三：身體自主權的尊重與維護

議題
實質內涵

性U4 維護與捍衛自己的身體自主權，並尊重他人的身體自主權。

領域學習重點

學習表現

特生1-sP-17 完整清潔身體各部位。
特生1-sA-11 選用適合自己的盥洗清潔及美容美髮用品。

學習內容

特生C-sP-5 個人清潔。
特生C-sA-2 個人清潔用品的選用。

學習目標

- 1.了解個人身體清潔的重要性並確實清潔。
- 2.能夠依據自己的需求，選擇適當的清潔產品。

清潔路上你和我

主題簡介

保持儀容的乾淨與整齊，是評估生活品質及參與社會的重要指標。提升對自己身體清潔的重視度，能依據自己的需求選擇適合自己的產品，擁有選擇的能力並針對目前不足的地方加以修正，對於特教生來說相當重要，如此一來能提升自信度及自我概念，在面對未來的挑戰時更有自信，進而融入社會當中。

單元一

清潔大哉問

設計 理念

服裝儀容決定了他人對我們的第一印象及看法，服裝儀容的乾淨與整齊也影響了自我概念，有檢視自身服裝儀容清潔的能力對學生來說更是融入社會生活的重要指標。

活動 1-1

整齊天使

附件一

活動說明

呈現同一個人的外表對比照片，請同學說出自己的看法；接著藉由一篇故事，從故事裡主角的狀況討論事件發生的可能原因及解決方式；最後請每位同學分享自己的一張生活照片，從照片中藉由討論並發表自己的想法，了解自己在他人眼中的形象，也了解到別人對於儀容在意的部分有哪些。

活動內容

整齊天使學習單示例(圖片對照、故事探討、生活照)。

我的清潔順序

附件二、附件三

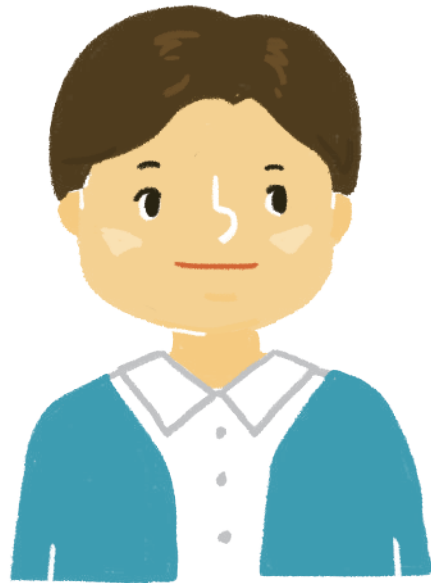
活動說明 透過學習單圈出自己的清潔重點部位，強調學生容易忽略的生殖器官的清潔，接著從中檢視自己清潔重點及順序是否需要調整或是加強。學生在課堂練習過後，可以透過回家作業，讓學生於家中實際練習並檢核，將課堂所學運用於生活情境當中。

活動內容 我的清潔順序學習單示例(清潔重點、生殖器清潔、洗澡順序、回家作業)。

**單元
小結** | 透過多元的學習方式(圖片、學習單、故事討論、回家作業等)，讓學生了解個人清潔的重要性及自己清潔的程度與狀況，有了基礎先備知識後，接著就能夠開始針對自己的膚質狀況，選擇適合的清潔產品。

✧ 整齊天使 ✧

請看以下圖片，在下方寫出你的想法



問：左邊這張照片讓我覺得

答：

問：為什麼會讓你覺得這樣？

答：因為...

問：右邊這張照片讓我覺得

答：

問：為什麼會讓你覺得這樣？

答：因為...

問：上面兩張圖片，他們是同一個人喔！

為什麼雖然他們是同一個人，但你卻有不同的看法呢？

答：



閱讀以下文章，試著回答問題，說出你的看法：

阿明就讀於特殊教育學校，是高職部一年級的學生。
他陽光開朗，擁有甜美的笑容，平常也喜歡打扮自己。

但他回家後，常常忘了洗澡就躺在床上呼呼大睡。
好不容易洗了澡，也是快速沖一沖就走出浴室，身體及頭髮上常常還有泡沫殘留。因為不愛洗臉與洗臉，他的臉上長滿痘痘，有時身體會散發出味道，平常在學校，下課時間很少同學會主動跟他說話，他覺得很納悶，但不知道原因在哪裡？

高一下學期，學校即將舉辦學生會長選舉，阿明想要參加競選，但沒有同學願意支持他……



問題1 閱讀完這篇文章，請說出你對阿明的看法？

問題2 為什麼很少同學會主動跟阿明說？原因在哪裡？

問題3 請問為什麼沒有同學願意支持他競選？

問題4 你認為阿明有什麼地方需要調整，讓自己更好更有人緣？

問題5 請問若沒有確實進行身體清潔，會對自己造成什麼樣的影響？

（試著從生理、心理、人際互動等各層面進行思考並分享）



分享自己的生活照，並欣賞他人的生活照。
聆聽別人的分享與回應，回答以下問題：

(若無生活照，可以請老師協助提供在校日常照片和同學分享)



試著說說看（別人眼中的我），並於下方寫下來：

- 問題1 從服裝來看，別人覺得_____
- 問題2 從儀容來看，別人覺得_____
- 問題3 是否同意別人對自己的看法？若不同意，請說出並寫下你的看法
同意 / 不同意，原因說明：_____
- 問題4 你覺得自己是否有像上述照片或故事當中主角的情況呢？
有 / 沒有，原因說明：_____

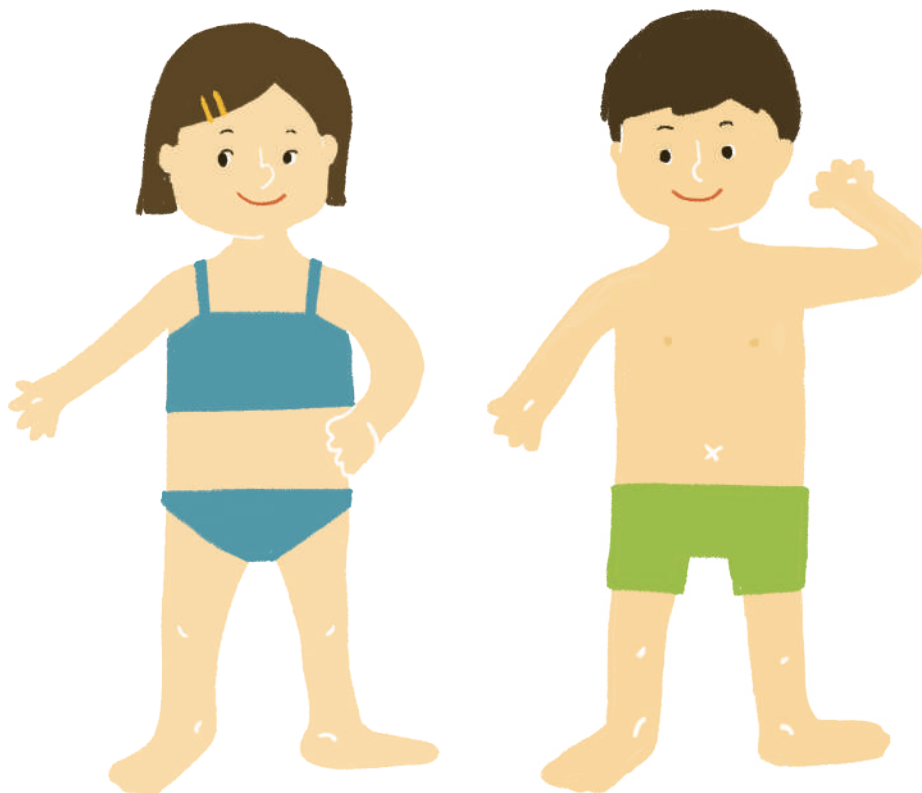
試著寫出別人在意與自己在意的地方，並於下方寫下來：

- 問題1 自己在意：_____
- 問題2 同學在意：_____
- 問題3 我和同學在意的地方，相同的地方在：_____
- 問題4 我和同學在意的地方，不同的地方在：_____
- 問題5 你覺得同學在意的地方是否會影響到你對自己的感覺或看法

我的清潔順序



請於下方圖案中，圈出自己的清潔重點部位。
並和同學討論看看是否有遺漏的地方？



回答下方問題並寫出答案：

問題

自己在清潔時，是否常遺漏了什麼部位沒有清潔？

答：有，遺漏的部分為_____ / 沒有。

老師有話要說

上面的圖片中，眼睛看的到的(衣服外面)及眼睛看不到的(衣服裡面)部分，

從頭到腳，從裡到外都要確實清潔！

衣服裡面包含生殖器官的清潔也都是清潔的重點。



隨著青春期的發育，我們的身體也開始產生變化，生殖器官的清潔是我們
在清潔身體時很重要的一環！它很重要卻也常常被我們忽略。若沒有清潔乾
淨，可能會讓我們的身體不舒服，散發出味道，甚至會感染喔！

以下是男生與女生的清潔順序，
這裡有很重要的清潔重點-每天都要清潔，保持乾燥。

✓ 男生生殖器清潔順序：翻下包皮->清潔包皮及龜頭->清潔完將包皮翻回
去->清潔陰莖及陰囊

✓ 女性生殖器清潔順序：清洗外陰部->清洗外陰唇->清洗小陰唇

回答下方問題並寫下來：

1.請問是否每天清洗？

有

沒有

2.看完清潔順序後，是否每個步驟都有做到？

有

沒有

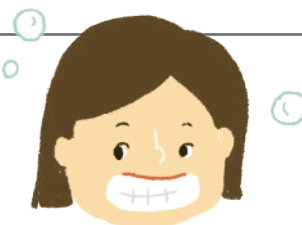
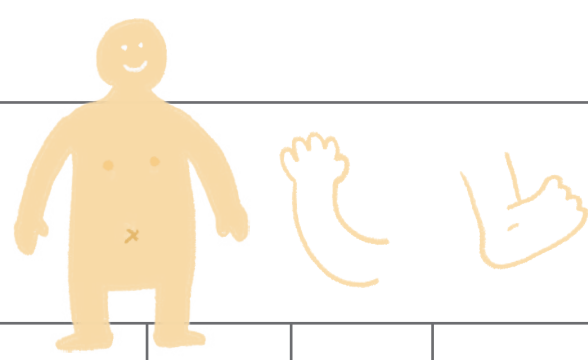
缺少的步驟是：_____

請於在 內寫下，自己的清潔順序，

如：(頭髮) → (臉部) → (胸部)

並檢視自己的清潔順序是否需調整及加強的部分。

我的清潔順序為何？請參考下方表格並寫下來：

 頭部			軀幹 				
頭髮	臉部	牙齒	胸部	背部	手腳	屁股	生殖器官

問題1 我的清潔順序分別是：

→ → → →

→ → → →

問題2 自己清潔順序是否需要調整？若需要調整，請說明原因

答：__需要_/__不需要_____。

因為_____

問題3 自己在清潔部分要加強的部分在哪裡？請說明原因

答：_需要加強的部分是_____。

因為_____

♡溫馨小提醒

可以先想想清潔完後，身體是否還有泡泡及味道當成指標喔，若還有泡泡或有味道（頭皮油耗味，生殖器有悶悶會癢的感覺）。代表沒有洗乾淨，需要再加強。



回家作業



請記錄一週洗澡狀況，
並於下方檢核表中打勾，檢查自己是否有確實清潔。

	頭部			軀幹				
	頭髮	臉部	牙齒	胸部	背部	手腳	屁股	生殖器官
星期一								
星期二								
星期三								
星期四								
星期五								
星期六								
星期日								

我有話要說，有想到的都可以寫在這裡：

☺ 溫馨小提醒

身體清潔完後一樣要檢查是否還有泡泡喔！
若還有泡泡表示還要再清潔一次！

設計
理念

透過分享與討論，讓學生從中激盪出更多不同的想法思維。在上一單元培養正確的個人清潔觀念後，接著就要進一步針對不同的需求，選擇適合自己的清潔、卸妝、護髮產品。擁有更多選擇的能力，並尊重他人選擇的能力，對於學生而言是相當重要的課題，如此一來才能更有自信面對未來不同的挑戰，培養問題解決的能力。

活動
2-1

膚質知多少？

附件四

活動說明

透過線上檢測的方式(若學生在線上檢測時需要協助，如：報讀、電腦操作等，請教師依學生狀況提供協助)，先了解本身的膚質狀況，才能針對自己的膚質狀況，選擇適當的產品，增加自我選擇的能力。

活動內容

膚質知多少學習單示例。

活動
2-2

選擇適合的清潔用品

附件五

活動說明

藉由實物分享自己平常所使用的清潔產品(洗面乳、洗髮精、沐浴乳)，透過自己與同學的分享，讓每位學生了解到每個人都有習慣使用的產品，接著討論選擇產品的考量因素有哪些？最後討論：若別人要求使用和他一樣的產品是否會同意？幫助學生思考自己是身體的主人，最重要的是教導學生要尊重別人的選擇，尊重他人身體的自主權。

活動內容

選擇適合的清潔用品學習單示例。

單元 小結

透過分享自己及他人的清潔產品使用習慣，讓學生學習到選擇的面相有很多種，應該要將不同的選擇面相考慮進去，才能找出自己最適合的產品，提升自我的認同。另外，也應教導學生，每個人都有選擇的權利，同時也要尊重別人的選擇。

膚質知多少？

現在請登入這個網站(<https://venus-skin.com.tw/skin-type-test/>)，
回答網站上的問題，進行肌膚檢測吧！

我的肌膚類型

油(痘)性肌膚

混和肌膚

中性肌膚

乾性肌膚

敏感性肌膚

請和同學分享自己肌膚檢測結果，並回答下列問題：

問題1 登入網站後，我的肌膚類型是？

答：_____

問題2 檢測結果是否符合自己的狀況？為什麼？

答：是 / 否，因為_____

問題3 和同學分享完後，同學的肌膚類型是？

答：_____

問題4 同學有覺得符合自己的狀況嗎？為什麼？

答：是 / 否，因為_____

問題5 同學有對於你的肌膚類型提出什麼看法或意見嗎？

答：_____

問題6 和同學討論的過程中，你是否會因為檢測的結果預測的不同或是別人的看法影響到自己的心情或想法？若有，是什麼原因？

答：是 / 否，因為_____

溫馨小提醒

每個人的膚質狀況都不一樣，不需要為了檢測結果和自己預想不同或是別人看法影響到自己喔！
自己是身體的最佳主人！
另外，也請同學尊重每個人的檢測結果，不需要給予他人任意的評論喔！

選擇適合的清潔用品

目前商店裡有各式各樣的洗面乳、洗髮精、沐浴乳，這些是我們常會使用到的產品，請檢視自己帶來的洗面乳、洗髮精、沐浴乳，

於下方寫下自己目前所使用的產品名稱、功效：

項目	洗面乳	洗髮精	沐浴乳
產品名稱			
功效			
是否符合自己的膚質狀況？			

請於下方寫下同學目前所使用的產品名稱及功效：

項目	洗面乳	洗髮精	沐浴乳
產品名稱			
功效			
是否符合自己的膚質狀況？			

選購洗面乳、洗髮精及沐浴乳產品時，
你們會考慮購買的因素有哪些？

問題1 自己選購產品時，會考慮購買的因素有哪些？答：_____

問題2 同學選購產品時，會考慮購買的因素有哪些？答：_____

問題3 你認為同學考慮的因素，會影響到你嗎？為什麼？答：_____

問題4 若家人或朋友建議要換成和他們一樣的產品，你是否會同意更換？

問題5 或是會根據自己的狀況選擇適合的產品？

答：是/否。因為_____

考慮的因素有膚質狀況、產品功效、價錢、電視廣告、明星代言等等很多原因喔！
你也可以想想看是否還有別的原因。

主題總結

個人的清潔與衛生習慣，會影響到自己的儀容與他人對於自己的外在形象，擁有乾淨整潔的儀容是與他人建立關係的第一步。

人際關係的建立與社會互動對於特殊生是個重要的學習課題，藉由課程設計，能讓學生習得重要觀念，增進自我概念與他人的認同，進一步幫助學生進行思考與思辨，擁有更多元且多面向的思考方式，並增進變通與包容性。

05 我喜歡

性平議題適切融入學習重點

議題 學習主題	主題一： 生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重
	主題八： 性別權力關係與互動

議題 實質內涵	性U1	肯定自我與尊重他人的性傾向、性別特質與性別認同，突破個人發展的性別限制。
	性U11	分析情感關係中的性別權力議題，養成溝通協商與提升處理情感挫折的能力。
	性U12	反思各種互動性別權力關係。

領域學習重點

學習表現	特生1-sP-24	認識身體構造、器官、常見疾病及症狀。
	特生1-sP-27	覺察並接受青春期之身心理變化。
	特生1-sA-10	處理青春期的身體變化及性需求。

學習內容	特生D-sA-1	青春期的身心健康。
	特生I-sA-4	親密關係建立、發展、結束過程中的風險與自我保護。

學習目標

- 1.了解自己的身體改變。
- 2.思考自身的人際關係與情緒。

我喜歡

主題簡介

人們有著各種相似的特質類別，例如體型、髮色、偏好的口味。但透過各種特質的組合，形成各自獨一無二的個體。隨著年齡的成長，學生也能察覺自身身心特質的變化。

透過課程，讓學生學習認識自己的成長，認識自己的變化，更加喜歡自己，對自己有信心。也讓學生學習辨識感情，發現自己的不同喜歡，能有足夠的技巧去與心儀的對象互動，也能有勇氣拒絕不舒服的互動，並理解安全的性行為，以及如何在性行為中自我保護。

單元一

我喜歡我自己

設計 理念

認識自己的特質，接納自己的樣子。

我喜歡我自己

附件一

活動說明 使用「我喜歡我自己」教材，進行圈選與回應。

活動內容

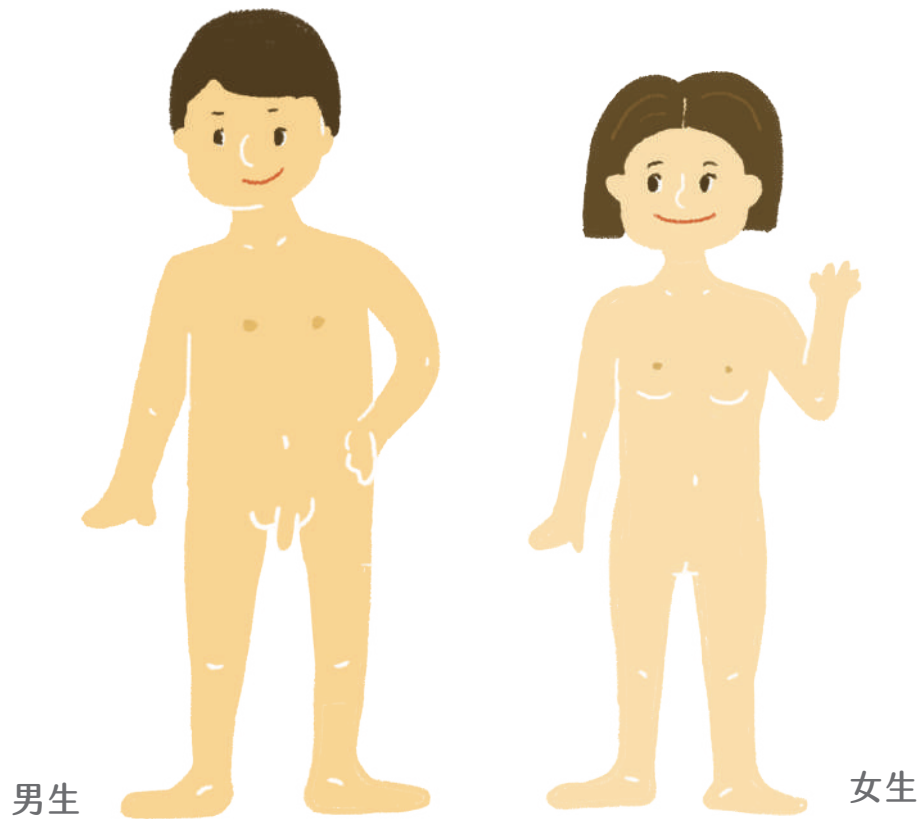
1. 「我的身體，是屬於哪種性別？」，讓學生檢視自己的性別，並由下面的選項中圈選自己目前的性別、圈選自己希望的性別、圈選自己對自己的性別是否滿意。並試著陳述能否改變性別，能否找到自己性別的優點。
2. 「我的人際關係也長大了」，讓學生檢視自己長大後，人際關係的變化，並由下面的選項中圈選自己人際關係的狀況、圈選自己對於自己人際關係的滿意狀況。並試著陳述能否改變人際關係，能否找到自己目前人際狀況的優點。
3. 「我的想法也長大了」，讓學生檢視自己長大後，與家人互動的變化，並由下面的選項中圈選自己親子關係的狀況、圈選自己對於自己親子關係的滿意狀況。並試著陳述能否改變親子關係，能否找到自己目前人際狀況的優點。
4. 「我的脾氣也長大了」，讓學生檢視自己長大後，情緒穩定度的變化，並由下面的選項中圈選自己負向情緒的狀況、圈選自己對於自己負向情緒的滿意狀況。並試著陳述能否改變情緒穩定度，能否找到自己目前情緒狀況的優點。

單元 小結

透過認識自己，才能夠檢視自己願意改變且能改變的地方，接納自己不能改變的地方，找出這些地方的優點，進而更愛自己。

我喜歡我自己

我的身體，是屬於哪種性別？



1. 我知道我的身體是？ 男生 女生

2. 我希望我的身體是？ 男生 女生

3. 我對我的身體的感覺是？為什麼？

很喜歡 有點喜歡 普通 有點不喜歡 很不喜歡

4. 我對身體的長大或改變是？為什麼？

很喜歡 有點喜歡 普通 有點不喜歡 很不喜歡

我的人際關係也長大了



1.我知道我的朋友數量是？ 變多 變少

2.我希望朋友數量是？ 變多 變少

3.我對我的朋友數量是？

很喜歡 有點喜歡 普通 有點不喜歡 很不喜歡

我的自尊心也長大了



1.我知道我被家人幫忙的次數是？ 變多 變少

2.我知道我和家人愉快聊天的次數是？ 變多 變少

3.我對我被家人幫忙的次數是？為什麼？

很喜歡 有點喜歡 普通 有點不喜歡 很不喜歡

4.這樣的變化你有什麼感受？你想改變嗎？為什麼？

我的脾氣也長大了



1.我知道我生氣的次數是： 變多 變少

2.我希望我生氣的次數是： 變多 變少

3.我對我生氣的次數是：

很喜歡 有點喜歡 普通 有點不喜歡 很不喜歡

4.這樣的變化你有什麼感受？你想改變嗎？為什麼？



我有一些跟別人一樣的地方，
我也有一些跟別人不一樣的地方，
我可以選擇
喜歡我現在的樣子。

主題總結

愛，是非常複雜的情緒反應及行為模式，透過這個主題，讓學生能夠先學會辨識自己，進而愛自己，提供自己足夠的自信。然後能夠進一步去愛別人，去發展親密的關係。而在發展關係的過程中，可能會碰到不愛自己或自己不愛的狀況，能夠有能力去解決或處理。也期待能學習在親密關係中，有能力預期後果並知道自我保護的重要性。

01 模擬家庭（家人關係篇）

性平議題適切融入學習重點

議題 學習主題	主題三：身體自主權的尊重與維護	
	主題四：性騷擾、性侵害與性霸凌的防治	
	主題八：性別權力關係與互動	
議題 實質內涵	性U4	維護與捍衛自己的身體自主權，並尊重他人的身體自主權。
	性U5	探究性騷擾、性侵害與性霸凌相關議題，並熟知權利救濟的管道與程序。
	性U11	分析情感關係中的性別權力議題，養成溝通協商與提升處理情感挫折的能力。
	性U12	反思各種互動性別權力關係。

領域學習重點

學習表現	特生2-sP-13	區辨隱私的場所和行為，並維護自己和家人的隱私權。
	特生2-sP-14	接受自己的性別氣質，保護自己並尊重他人的身體自主權。
	特生2-sP-15	辨識家庭暴力、性騷擾、性侵害、性霸凌等行為，並能自我保護及求助。
學習內容	特生I-sP-4	身體隱私與界限的認識與保護。
	特生I-sP-5	身體自主權的維護與尊重。
	特生I-sP-6	性騷擾、性侵害與性霸凌的認識。
	特生I-sP-7	家庭暴力的認識。
	特生I-sA-1	家庭成員間適當的互動方式。
	特生I-sA-3	性別多樣性的認識與尊重。
	特生I-sA-5	性騷擾、性侵害與性霸凌的防護及求助。
	特生I-sA-6	家庭暴力的自我保護與求助。

學習目標

- 1.了解並尊重社會中不同的家庭組成及性別多樣性。
- 2.能夠接受自己的性別氣質，並尊重他人。
- 3.能以適當的方式溝通或協調家庭中的衝突。
- 4.能夠區別隱私的場所和行為，並維護自己和家人的隱私權。
- 5.能夠保護自己並尊重他人的身體自主權。
- 6.能認識家庭暴力、性騷擾與性侵害，了解因應方式及求助管道。

主題名稱

模擬家庭(家人關係篇)

主題簡介

透過多元型態的家庭組成，除了讓學生認識自身的家庭樣貌外，也從中理解現代多元的家庭組成。藉家庭成員的個人特質及家庭動力的討論了解並尊重每個人的性別氣質，並能在遇到衝突時以適當的方式溝通或協調；同時討論家庭環境中與隱私有關的空間和行為，並維護自己和家人的隱私權；保護自己並尊重他人的身體自主權，了解關於家庭暴力、性騷擾與性侵害的求助管道，建立健康、親密的家庭關係。

單元一

我們這一家與未來的家

設計 理念

從〔幸福小鎮〕多元型態的家庭組合中，帶領學生逐一認識現代社會多元型態的家庭組合，理解家庭組成的模式並非單一，認識多元的家庭組成同時能尊重每個人的個人特質。

從本單元，讓學生察覺自身於家庭中的角色與定位，透過「模擬家庭」的活動設計了解學生對於家庭的想像，同時藉由發表讓學生練習表達對不同家庭型態的包容與尊重。

歡迎光臨幸福小鎮

活動說明 請教師逐一帶領學生認識幸福小鎮中的家庭型態。

幸福小鎮多元的家庭型態：

- (1)桃子家：桃子家有第一代-祖父母(阿公、阿嬤)、第二代-父母親、第三代-桃子及姊姊，共6個人組成的三代同堂家庭。
- (2)小欣家：小欣家有父母親、小欣、妹妹及寵物小白，共4個人組成的核心家庭型態。核心家庭的定義為一對夫妻及其未成年或未婚的子女；或僅有一對夫妻，尚未有子女的家庭，皆是核心家庭的樣態。
- (3)小雄家：小雄家有父母親及小雄，共3個人組成的核心家庭型態。
- (4)小浩家：小浩家有奶奶及小浩共2個人，為單親、隔代教養家庭。
- (5)小跨家：小跨的爸爸是外國籍、媽媽為本國籍，與小跨共3個人組成跨國婚姻家庭；亦是核心家庭樣態。
- (6)酷酷家：酷酷有兩個媽媽，是一個3個人的同性家庭。
- (7)小雪家：小雪家有爸爸、哥哥跟小雪共3個人，組成的單親家庭。
- (8)小速家：小速、小速媽媽，與小明、小明爸爸共組成4個人的重組家庭。
- (9)小英家：小英與自己心愛的喵喵一起生活，是一個單人家庭。

活動
1-2

我們這一家

附件二

活動說明 教師引導學生使用簡單形容詞來形容自己及家人的特質，給予分享的學生鼓勵及尊重。老師也可使用本學習單進一步讓學生發想自己未來的理想家庭。

活動
1-3

模擬家庭

附件三

活動說明 請學生分組，各組依據分配到的家庭型態，與同學一起為分配到的家庭命名。

請老師協助學生選擇家庭型態，依據選擇的家庭型態，與同組同學討論分別擔任家庭中的哪個角色，並針對該角色，設計出不同的人格特質、性別氣質；設計時老師應協助學生設計出成員的多樣性，並引導設計時不應侷限於對象之家庭角色及性別，讓學生了解性別或人格特質與家庭分工並無關聯，家庭成員彼此都要互相尊重並配合。

**單元
小結**

讓學生了解從家庭組成到每個人都是多元、獨特的，並應該尊重這樣的獨特性；另幫助學生了解家庭最重要也最珍貴的地方在於成員間的相互關愛與尊重。

歡迎光臨幸福小鎮

桃子家

三代同堂家庭



小欣家

核心家庭+狗狗



小雄家

核心家庭(獨生子)



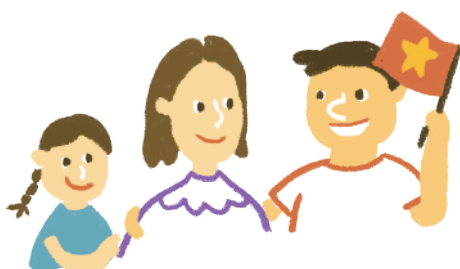
小浩家

隔代家庭



小跨家

跨國婚姻家庭



酷酷家

同志家庭+小孩



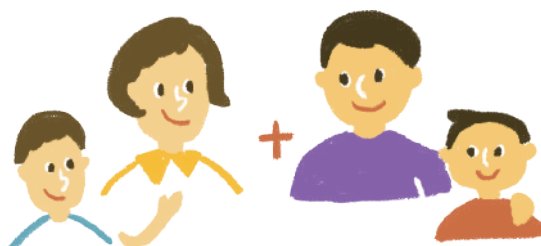
小雪家

單親家庭



小速家

重組家庭



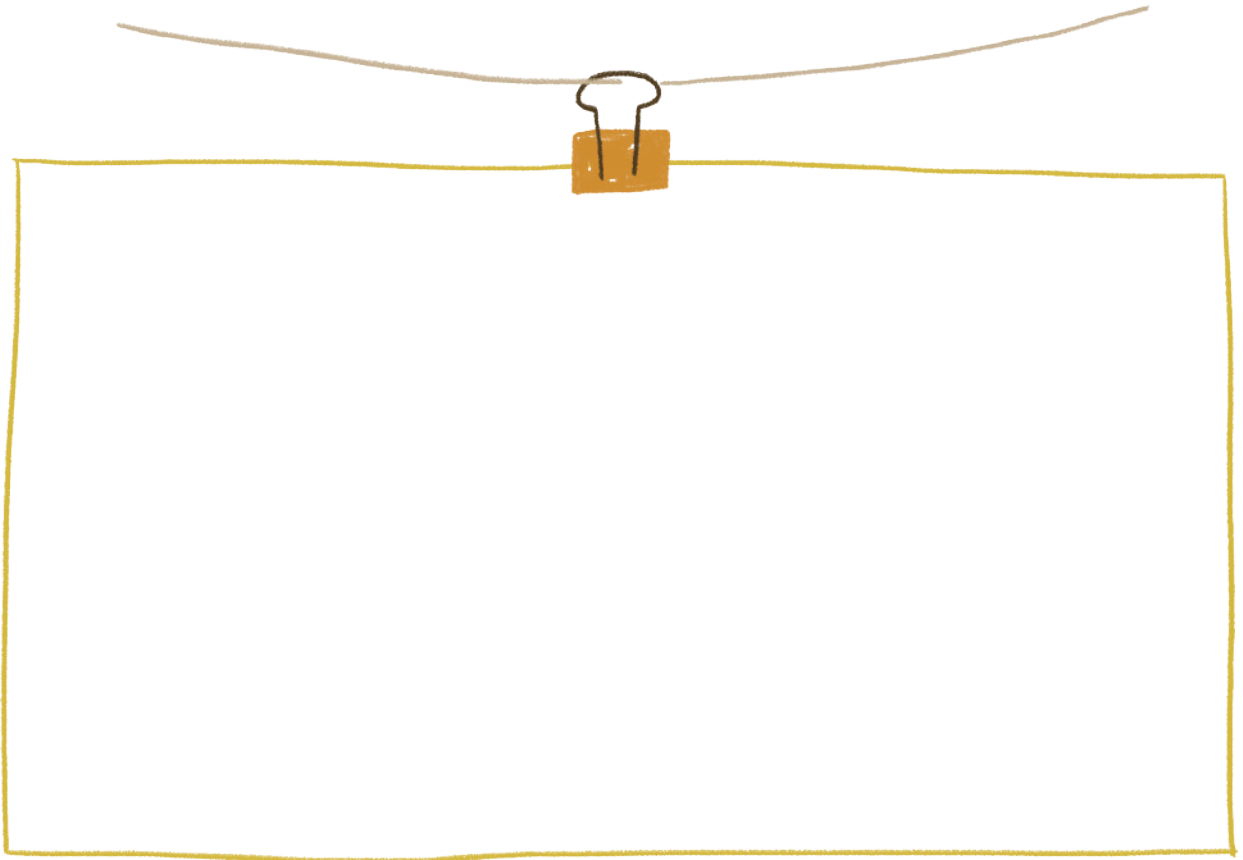
小英家

單身+喵喵



我們這一家

1.請畫出你家的家庭成員：



2.請用簡單幾個詞語形容你自己及他們的個性或特色：

 我是_____的。

 我的_____, 是_____的。

 我的_____, 是_____的。

 我的_____, 是_____的。

 我的_____, 是_____的。

 我的_____, 是_____的。

 我的_____, 是_____的。

 我的_____, 是_____的。

模擬家庭



家庭(組別)名稱：

成員：

我扮演的家庭角色：

我扮演的角色個性：

成員特色



同學姓名：
角色個性：

家庭角色：

同學姓名：
角色個性：

家庭角色：

同學姓名：
角色個性：

家庭角色：

同學姓名：
角色個性：

家庭角色：

設計
理念

透過遊戲，教導學生正確分辨隱私涵蓋的範圍，從地點到行為以及物品，維護自己及家人的隱私權。

活動
2-1

隱私對對碰

附件四

活動說明

教師先簡單介紹隱私的意思，教師列舉幾個場所，請學生分辨哪些是公共場合，哪些是私人場合，並說明原因；之後請同學畫出自己的家，區分不同地區的隱私性，哪裡是自己的，哪裡是公用的。

製作三個籤筒，裡面分別放置「地點」、「行為」及「物品」等有關詞語，一開始讓學生分籤筒抽取，進行分類（自己的、公開的），確認學生理解何謂隱私；之後讓學生同時抽取「地點」、「行為」兩個籤筒，並請學生判斷情境是否恰當。

活動內容

教材（學習單、籤筒及詞語）

在學習單上畫下自己的家，區分不同地區的隱私性，哪裡是自己的，哪裡是開放的；之後進行遊戲。

單元
小結

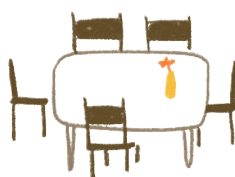
本單元建議依學生生活經驗調整，考量部分學生在家中可能沒有自己的房間，隱私對對碰學習單可以調整為畫出自己最常去的幾個地方（三～五個），再藉由籤筒「行為」、「物品」，進一步去探討，哪些場所相對來說是比較隱私的。



隱私對峙



畫下家裡的平面圖，
並用不同顏色的筆標註哪裡是自己的，哪裡是開放的。



籤筒詞語

地點	行為	物品
車站	唱歌	手機
教室	聊天	錢包
廁所	脫衣服	家裡鑰匙
客廳	寫作業	粉筆
廚房	上廁所	電視
你的房間	洗澡	電風扇
百貨公司	吃東西	鉛筆
夜市	滑手機	日記
浴室	看電視	教具
加油站	喝水	飲水機
餐館	跳舞	抹布

設計
理念

藉由生活故事及學生生活情境進行分享結合，從中引導學生面對家庭的衝突時解決的方式。

活動
3-1

家家有本難念的經

附件五

活動說明

閱讀生活故事後，進行故事的延伸討論，教師協助學生了解故事中角色均有不同的個性，因此所發生的衝突和解決方式也會不同。

單元
小結

在活動中，讓學生了解每個人的性格特質與其扮演之家庭角色及性別無關，尊重每個家庭成員的個人特質並學習在遇到衝突時，能夠用更妥善的方式處理。

家家有本難唸的經

生活故事

阿湘今年16歲，爸爸平常不愛說話，但個性溫和，阿湘幾乎沒看過爸爸生氣的樣子，而媽媽靜不下來，時常表達對家人的關心或擔心，也將家人照顧得無微不至。阿湘身材高挑，是個活潑開朗的女孩，她從小就喜歡運動，在跟爸爸一起去看過現場的籃球賽之後，她更是瘋狂地愛上了打籃球，她希望將來可以當一個籃球選手，所以加入了學校的球隊，每天都很認真地練習。

可是每次她練球回家，媽媽總是不開心，媽媽告訴阿湘「女孩子就應該打扮得漂漂亮亮、文文靜靜的，像你長得這麼高，將來去當模特兒多好」。

阿湘一開始裝作沒聽到，後來有幾次忍不住，跟媽媽吵了起來，媽媽非常生氣，甚至要逼阿湘退出球隊，相反地爸爸認為不是每個高挑的人都應該去當模特兒，而是要憑藉自身的興趣，致力於自己未來的目標。



問題討論

1. 你覺得媽媽為什麼希望阿湘退出球隊？
2. 如果你是阿湘，你會聽媽媽的話退出球隊嗎？
3. 如果不想退出，你可以怎麼解決？

綜合討論

1. 你覺得自己的父母和故事中阿湘爸爸的個性一樣嗎？
2. 你覺得自己的家人與故事中哪位角色個性相似？
3. 你在家中，有跟家人發生過類似的家庭衝突嗎？你是怎麼解決的？

設計
理念

觀看家庭暴力防治宣導影片，講解關於家庭暴力、性騷擾、性侵害的意涵，讓學生能自我保護，並了解相關求助管道。

活動
4-1

我會保護自己

附件六

活動說明

學生在教師引導下觀賞家暴防治宣導影片，透過影片內容認識家暴包含肢體暴力和精神暴力，並在學習單的輔助下，認識性騷擾和性侵害的差異，破解家庭暴力迷思，提醒學生遇到危險的求助管道。

活動內容

觀看下列影片並搭配學習單進行。

(1) 影片(一)：長庚兒少保護微電影裂縫篇

影片(二)：長庚兒少保護微電影重生篇

影片(三)：【夫夫劇場】弟弟被強迫脫內褲檢查，女孩穿這件衣服被性侵害 I was in this dress while got assaulted.

(2) 觀賞影片(一)至9分40秒、影片(二) 2分2秒至5分51秒、影片(三)至10分40秒。

(3) 教師搭配影片(一)解釋家暴型態包含肢體暴力和精神暴力；搭配影片(二)及影片(三)說明性騷擾和性侵害的定義及差別。並提醒學生家暴及性騷擾、性侵害是每個人都有可能遇到的事情，引導出求助管道的認識，一起完成學習單上的問題。

單元
小結

透過觀賞影片及完成學習單，讓學生能了解相關知識，並從中學習如何保護自己。

我會保護我自己



- 1 如果家豪爸爸沒有打他，
只是每天都說家豪「跟垃圾一樣沒有用」或是用三字經罵他，
請問這樣算家暴嗎？

答案

- 2 請問第二個影片中表哥對信翰做的事情是性騷擾還是性侵害？

答案

- 3 請問第三個影片中叔叔對妮妮做的事情是性侵害還是性騷擾？

答案

- 4 請問只有男生或只有女生會被性侵害嗎？

答案

- 5 請問只有男生或只有女生會被性騷擾嗎？

答案

- 6 請問若你遇到類似影片中的狀況，你可以撥打哪些電話？

答案

- 7 請問若你遇到類似影片中的狀況，除了打電話之外，你還可以怎麼做？

答案

主題總結

每個人的家庭組成、家人性格或有不同，但每個家庭中，都應該有愛和尊重。學生能學習尊重他人、欣賞自己，發生衝突時，懂得用不同的方式化解，遇到危險時，知道如何保護自己並求助。

影片資源引用說明：

長庚兒少保護微電影－裂縫篇

<https://www.youtube.com/watch?v=OFHv1yFF1MY&t=638s>

長庚兒少保護微電影－重生篇

https://www.youtube.com/watch?v=_HQA0tF9zk8&t=639s

【夫夫劇場】弟弟被強迫脫內褲檢查，女孩穿這件衣服被性侵害

I was in this dress while got assaulted. | 夫夫之道 FuFuknows

https://www.youtube.com/watch?v=R2VaM0zL_bE&t=636s

02 模擬家庭(財務篇)-扭轉錢坤

性平議題適切融入學習重點

議題	主題八：性別權力關係與互動
學習主題	主題九：性別與多元文化

議題	性U12 反思各種互動性別權力關係。
實質內涵	性U13 探究本土與國際社會的性別與家庭議題。

領域學習重點

學習表現	特生2-sP-1	妥善保管個人財物並避免遺失。
	特生2-sP-2	建立簡單的儲蓄行為。
	特生2-sP-5	記錄個人日常生活收支，購物前衡量自身財力與實際需求。
	特生2-sA-2	規劃日常生活的費用及收支管理事宜。

學習內容	特生E-sP-3	塑膠貨幣與行動支付的認識與使用。
	特生E-sP-4	消費與儲蓄。
	特生E-sA-3	個人預算、收支與管理。

學習目標

- 1.對金錢有正確概念，並能有收支及管理的能力。
- 2.能規劃分配自己擁有的金錢，做出購物計畫。
- 3.能了解不同性別角色只要家中一份子都可參與家庭消費與儲蓄。

模擬家庭(財務篇)-扭轉錢坤

主題簡介

特教學生透過各領域學習，在逐漸適應學校生活的同時，也應建立未來獨立生活之技能，培養其生活管理能力，無論未來學生們前往一般職場就業、或是至小作所、庇護工場、養護機構等地方安置，財務問題與食衣住行息息相關，培養特殊學生日後在職場、社區、社會等任何場域對金錢有正確概念，並能有收支及管理的能力。

單元一

理財，「財」知這樣來

設計 理念

學生於舊有的生活經驗中習得以金錢購買物品的能力，下階段希望能進一步要求學生了解家中的財務狀況、收入來源，並能夠衡量需求規劃分配，於消費前列出購物清單。

活動 1-1

財源滾滾來

附件一

活動說明 引導討論家中經濟來源、家庭成員與購物習慣。

活動內容 本活動為使學生了解家中經濟情況、收入來源，可延伸探討家庭成員構成，並分享各家庭成員扮演的角色及地位是否會因性別有所影響，建議以引導討論來鼓勵學生發表想法。

活動說明 建立學生對收入及支出的概念，並規劃分配支出。

活動內容 以生活中食衣住行不同面向帶學生認識各項支出，請學生規劃一日花費所包含的項目後，分配各項活動的支出畫成圓餅圖。本活動除教導學生建立分配收入的觀念，也進一步探討每位學生在支出分配中的差異，並引導討論是否與不同性別有關。

**單元
小結** | 特教學生對家中的經濟情況有更深入了解後，增加自身財務管理的概念，因學生來自不同家庭背景，也可討論因性別、家庭、成長經驗所產生的差異。

財源滾滾來

生活故事

每天放學時，俊俊的爸爸跟媽媽會一起來接他回家，他們在家裡附近的工廠上班。回家後，俊俊會幫忙洗碗跟倒垃圾，家事由他和爸爸、媽媽一起分工合作完成，雖然很辛苦，但可以幫忙家人，所以俊俊從來不覺得累。

在假日時，媽媽會給俊俊零用錢，獎勵他平時的貼心幫助。最近爸爸的生日快要到了，他把一半的零用錢存下來買生日禮物，準備在當天拿出生日禮物給他一個驚喜。



讀完這則故事後，請說說看俊俊家裡的主要收入來源是誰？
並請各位同學分享看看家裡的情況。



俊俊家中的家事是誰負責的？各位同學家中又是怎麼分配家事呢？
有沒有哪位家庭成員負責最多家事？如果有，說說看為什麼呢？



俊俊把零用錢存下來買生日禮物，你有沒有零用錢？
怎麼規劃使用呢？

理財一把罩



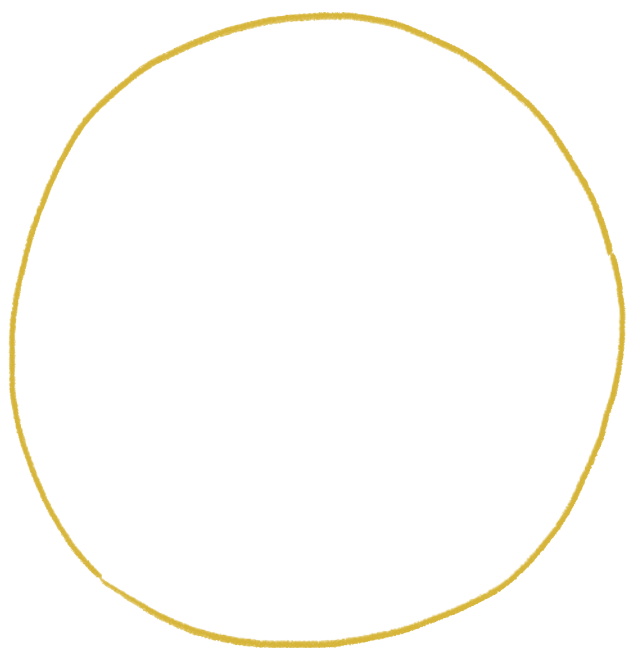
在我們的日常生活中，食、衣、住、行及休閒興趣皆與金錢有關，
請各位同學想想每天的生活，有哪些事情是需要花費金錢的呢？
這些支出又是多少呢？

食	衣	住	行	休閒興趣
如：早餐 \$45				

列出生活中的各項支出後，有沒有哪一項是你花費特別多的？

如果現在給你一千元，你會怎麼分配這些花費呢？

請畫出來後與同學們討論看看。



1. 將各項金額的支出畫在圓餅圖中。
2. 與同學分享你的財務分配。
3. 討論看看，你和同學列出來的項目有沒有什麼不同，這些差異和性別有沒有相關呢？

**設計
理念** | 學生了解金錢收入與支出概念後，
在消費時能進行有系統的規劃。

**活動
2-1****購物大挑戰**

附件三

活動說明 模擬購物情境，請學生在購物前列出購買清單。

活動內容 老師依學生居住之社區生活情境，模擬讓學生購物之商店（如：便利商店、超市、大賣場）並請學生依照家庭需求列出購物清單。

請每位同學分享購物清單，教師進一步引導每個清單所列待購項目的差異，與學生的家庭成員、組成及性別是否有關。

**單元
小結** | 以列購物清單的方式，讓學生能有不浪費的概念，檢核是否完成購買各項物品，在未來生活時能更有效率的完成購物，並透過討論每個同學清單物品的不同，延伸探討各種不同的家庭構成。

購物大挑戰

生活故事

瀚瀚是剛升上高二的學生，和姊姊、媽媽一起生活。

在假日時，媽媽會帶著他和姊姊一起去逛大賣場，購買需要的生活用品及食材。這天，負責列購買清單的姐姐請瀚瀚一起完成這個任務，他們列下許多要購買的東西，比如：牙膏、肥皂、衛生棉……等。

媽媽很高興瀚瀚能幫忙，決定晚上煮火鍋獎勵他，請瀚瀚完成一份火鍋食材的購買清單，瀚瀚開心的接下這份工作，心裡充滿期待。

請你幫忙瀚瀚列出
火鍋食材購買清單：

1 豬肉片 

2 毛巾 

3 襪子 

4 貢丸 

5 高麗菜 

6 金針菇 

7 電腦遊戲 

8 豆腐 



在我們的日常生活中，常常需要出門買東西，如生活用品、食物飲料、休閒遊戲，購買前列出清單，可以幫助我們更有效率的購物，請按照老師給的題目，完成屬於你的購物清單：

的購物清單：



請跟老師同學分享你列好的購物清單。

想想看，為什麼每位同學所列的物品會不一樣呢？

主題總結

特教學生培養生活中金錢的正確概念，於未來能更好銜接其獨立生活，了解收支、儲蓄及管理金錢，都是極為重要的知識。

因每個家庭的經濟來源、管理者皆不相同，在家庭中難免出現分工不均或性別刻板印象，教師可利用此機會適時引導學生探究社會的性別與家庭議題。

03 模擬家庭(居家環境整潔篇)- 好「家」在，有你在

性平議題適切融入學習重點

議題	主題二：性別角色的突破與性別歧視的消除
學習主題	主題八：性別權力關係與互動

議題 實質內涵	性U3	分析家庭、學校、職場與媒體中的性別不平等現象，提出改善策略。
	性U11	分析情感關係中的性別權力議題，養成溝通協商與提升處理情感挫折的能力。

領域學習重點

學習表現	特生2-sP-6	維持個人物品與環境的整齊清潔。
	特生2-sP-7	正確使用環境清潔用品，並從事簡單的家務清潔工作與資源回收。

學習內容	特生F-sP-3	清掃工作的技能。
	特生F-sP-4	垃圾分類與資源回收。
	特生F-sA-1	居家物品的擺放與收納。

學習目標

- 1.了解居家場域，並能規劃清潔工作。
- 2.能將居家場域劃分，搭配不同家庭成員列出分工表。
- 3.能規劃較為私人的生活空間，進行清潔工作。

模擬家庭(居家環境整潔篇)- 好「家」在，有你在

主題簡介

生活管理領域中，環境清潔為特教學生一門重要課題，為培養學生獨立生活之能力，於本課程中應結合相關認知與大量技能練習，使學生在學習中了解到維持自身生活環境整潔的重要性。

為利未來學生們銜接社會後，具備此能力，應教導學生於日常生活中的各個場域之環境清潔整理能力。

單元一

清潔高手

設計 理念

學生於學校習得各項清潔技能，希望能讓學生於家中時，利用此些技能整理居家環境，為此須了解家中環境、安排清潔工作。

活動 1-1

居家整潔一把抓

附件一

活動說明 學生了解自身居家環境後，能找出合適的清潔工作。

活動內容 本活動讓學生對居家環境有更深入了解，引導學生分享家中的清潔工作，進一步探究清潔工作是否會因不同家庭角色有所差異。

活動說明 學生針對家中不同環境，列出清潔工作。

活動內容 前一個活動中，由老師引導家庭環境的不同後，請學生以自己居住的環境思考，可以進行哪些清潔工作。

**單元
小結** | 清潔工作對於學生未來生活至關重要，建議透過大量練習訓練清潔技能，結合學生畢業後可能會面臨到的場域，了解工作方法、環境空間、擬訂可行的工作計畫。於課程中適度引導學生討論於掃除工作中工作內容之分配，進一步探究性別權力議題。

居家整潔一把抓 ✨

生活故事

假日時，茵茵會幫忙媽媽整理居家環境，把家裡每個角落都打掃乾淨，讓全家人能有整齊舒服的居住空間。但茵茵最近發現，當她在掃地時，弟弟總是在客廳看電視，爸爸在一旁看報紙，打掃完後，茵茵滿頭大汗，累得腰都酸了。

茵茵思考為什麼會這麼累呢？她發現如果星期一到星期五可以做些簡單的清潔，家裡的灰塵就會少很多；弟弟平時沒有垃圾分類的習慣，倒垃圾時總是很辛苦；大家用完東西隨手亂放，常常會找不到。

聰明的茵茵決定跟全家人討論，把家中的清潔工作平均分配，並且製作清潔工作表，透過大家分工合作，一起讓家中的居住環境更加舒適！



讀完這則故事後，請說說看茵茵家裡主要在做清潔工作的人是誰？
你覺得茵茵的爸爸跟弟弟應不應該一起打掃家裡？



分享看看你家裡的清潔工作是如何分配呢？



如果你是茵茵，會怎麼安排清潔工作表？請跟著老師一起列列看。

時間 ⌚	工作項目

清潔我最行👍✨

我們在學校學習了許多清潔技能，

請思考看看，在家中有什麼清潔工作是你能夠幫忙的呢？

請將它列出來。



**設計
理念**

居家清潔工作包羅萬象，學生依照時間分配工作，並與家人分工合作一同維持環境整潔。

**活動
2-1****居家整潔人人有責**

附件三

活動說明 能區分家中環境，並與家人共同分配區域，列出自己負責區域的清潔工作表。

活動內容 請學生列出家中各個場域，並試著將場域的清潔工作分配給不同家人，針對自己所負責的居家區域能列出清潔工作表，以期更有效率的執行並檢核。

**活動
2-2****分工合作守護家庭**

附件四

活動說明 學生能規劃家中屬於較私人的居家場域，並進行清潔工作。並結合兩個活動，讓學生畫出家中環境，把分配好的工作表填入畫中。

活動內容 請學生畫出自己房間內的家居擺放及物品，規劃清潔工作，教師進一步引導學生分享，討論每位同學房間的差異之處。另在家庭環境工作圖畫裡討論，是否每位成員工作平均分配、有沒有特定區域哪位成員工作量較高。

**單元
小結**

居家清潔的工作繁瑣，與空間及家庭成員皆有關係，可以此引導學生討論各種家庭型態、構成之間的差異性。

居家整潔人人有責



居家環境我知道

家，是大家共同生活的地方，有些人家庭成員有爸爸媽媽、爺爺奶奶、兄弟姊妹，有些同學家裡可能是社工、老師與同學，他們給了我們溫馨成長的地方。

因此對於居家環境，大家都應該付出心力共同守護維持，讓「家」永遠溫暖安心。

請你想想看，你所居住的地方有哪些區域？

列出來後，試著幫家中的成員分配工作，一起合作維持居家環境整潔吧！



你居住的地方有哪些區域呢？請試著列出來：



你的家庭成員有哪些人呢？



與同學分享，說說看大家住的環境與家庭成員有哪些不一樣？

分工合作最團結

在共同生活的家裡，每個人都應該為家庭付出心力，分工做家事可以讓環境變整潔，也讓彼此感情更好，請以列出的居住區域與家庭成員，試著製作一份居家清潔分工表，並寫寫看預計在哪一天打掃，並說說看你為什麼這樣安排：

日期	負責人	打掃區域
例：星期一	爸爸	後陽台

家庭中的每個人都有擅長的家事，大家分工合作，一起維持家中整潔！

分工合作 守護家庭



居家環境中，除了幫公共區域的清潔，私人區域也要隨時維持乾淨整齊，怎麼規劃利用空間以及擺放家居物品都非常重要，請你畫出自己的房間，並與老師、同學分享。



主題總結

學生習得日常生活清潔整理能力，並藉由教師帶領學生討論每個家庭的不同之處，讓學生能思考在家事分配上是否有性別不平等的現象，探究如何改善，更可延伸探討社會中的性別權力議題。

清潔能力除技能上需精熟，在認知和情意向度也應有更深更廣的學習，教導學生了解自身家庭情況、列出工作表，學習如何應用工作表有效率的工作及檢核成果，也期望學生能類化至除家庭外的生活場域。

04 模擬家庭(休閒活動篇)

性平議題適切融入學習重點

議題	主題一：生理性別、性傾向、性別特質與性別認同多樣性的尊重
學習主題	主題六：科技、資訊與媒體的性別識讀

議題	性U2	探究社會文化與媒體對身體意象的影響。
實質內涵	性U8	發展科技與資訊能力，不受性別的限制。

領域學習重點

學習表現	特生2-sP-12	培養對休閒活動的認識與興趣。
	特生2-sA-5	從事安全的個人和家庭休閒活動。

學習內容	特生H-sP-1	休閒活動的認識。
	特生H-sP-2	休閒活動的選擇。
	特生H-sA-2	邀請他人共同從事休閒活動的技巧。

學習目標

- 1.依個人興趣做休閒活動的選擇，並尊重他人的喜好。
- 2.進行公共場所的休閒運動時，能尊重自己和他人對器材的使用。
- 3.能了解不應性別侷限個人的休閒活動選擇。

模擬家庭(休閒活動篇)

主題簡介

主要透過媒體素材的例子及對休閒活動的認識與體驗，引導學生依自己的興趣選擇合適的活動並懂得尊重他人的選擇，且不管在從事任何休閒活動時，都能夠維護自己和他人對活動空間及器材的使用權。

單元一

依興趣選擇活動

設計 理念

從現實的例子中，初步了解每個人能依自己的「興趣」選擇休閒活動，接著提供選擇休閒活動的條件作為參考，在不刻意強調性別的條件下，引導學生思考休閒活動的選擇不需受限於性別。

活動 1-1

選我所愛，愛我所選

附件一

活動說明

從常見的影音媒體中透過他人的例子，引導學生去理解休閒活動的選擇可以遵從自己的興趣，不須過度在意外在的評價或眼光，每個人做選擇時都可勇於傾聽自己的內心，並從活動內容中討論大眾社會文化的性別刻板印象。

活動內容

選我所愛，愛我所選學習單示例。

選擇活動的條件

附件二

活動說明 在上個活動介紹了他人的例子之後，接著引導學生討論選擇休閒活動除了「興趣」的條件之外，還有哪些條件呢？並透過討論學習單中的四項條件後，請學生思考其他的可能，並於活動中留意學生的回答，引導學生選擇休閒活動時不因性別而受到限制。

活動內容 選擇活動的條件學習單示例。

單元小結 | 清潔工作對於學生未來生活至關重要，建議透過大量練習訓練清潔技能，結合學生畢業後可能會面臨到的場域，了解工作方法、環境空間、擬訂可行的工作計畫。於課程中適度引導學生討論於掃除工作中工作內容之分配，進一步探究性別權力議題。



選我所愛，愛我所選



1

（Netflix連續劇）如蝶翩翩

欣賞劇集片段後並討論，劇中的主角老爺爺熱愛芭蕾，在不顧外人眼光及家人的反對之下而努力學習芭蕾舞…

圖片引自marie claire

<https://www.marieclaire.com.tw/entertainment/tvshow/55889?atcr=a54035>



2

（自由時報電子報新聞）「花藝男神」力拚國際賽金牌
花藝國手吳柏翰打破傳統的性別刻板印象，依個人喜好選擇自己喜歡的花藝當興趣…

圖片截自自由時報電子報

<http://news.ltn.com.tw/news/politics/breakingnews/213042621>



3

（youtuber頻道）電獺少女-女孩的科技日常
一群對科技有興趣的女生，在自己的頻道裡介紹各種有趣的科技小物、手機、筆電還有周邊，誰說喜歡資訊科技是男生獨有的權利呢？



電獺少女

女孩們的科技生活點點筆記
agirls.aotter.net

4

（大人物）英國跳水王子Tom Daley展編織才華！
英國的跳水王子除了是專業的運動員之外，也是編織高手喔！他說織毛線讓他心情放鬆，是除了練習跳水之外，花最多時間從事的活動喔！

圖片截自大人物

<https://www.damanwoo.com/node/95251>



選擇活動的條件



你知道除了興趣之外，選擇休閒活動的條件可能有哪些呢？

請在課堂中試著討論以下條件並舉例。



選擇會讓自己覺得舒服與開心的活動。

舉例說明：



把自己該做的事都做好了以後才進行。

舉例說明：



活動範圍必須安全，而且不能干擾他人。

舉例說明：



天氣的好壞決定要進行室內或是戶外的運動。

舉例說明：

想一想並寫下來，還有什麼是可能要考慮的條件呢？



設計 理念

教學者以簡單分類的方式做休閒活動的介紹，並提供適時的機會讓學生們適度體驗，以增加學生們在討論的過程中，思考是否與自己興趣相合的機會。

活動 2-1

認識家庭室內休閒活動

附件三

活動說明 將家庭室內的休閒活動劃分為靜態與動態，並簡單說明靜態與動態的內容，接著介紹各種常見的休閒活動，並適時讓學生能親身體驗。

活動內容 認識家庭室內休閒活動學習單示例。

活動 2-2

認識戶外休閒活動

附件四

活動說明 如【活動2-1】的方式，將戶外的休閒活動劃分為靜態與動態，在介紹各種休閒活動的同時，可結合課程讓學生有體驗的機會。

活動內容 認識戶外休閒活動學習單示例。

單元 小結

此單元藉由介紹各種休閒活動的認識與體驗設計，目的除增加課程多元性與學習的趣味之外，在教學設計上也延續著之前單元的脈絡，以不受性別限制的精神進行，教師亦可對學習單中帶有刻板印象的休閒活動額外補充實踐及突破的方式。

🏠 認識家庭室內休閒活動 🎨🎵

在家裡可以做的**靜態休閒活動**有：

1. 不會耗費體力的活動。
2. 大多活動可以坐著完成。
3. 可以自己一個人進行，也可以和他人一起做。

畫畫



看書



聽音樂



打電腦



桌遊(大富翁、下棋等)



看電視



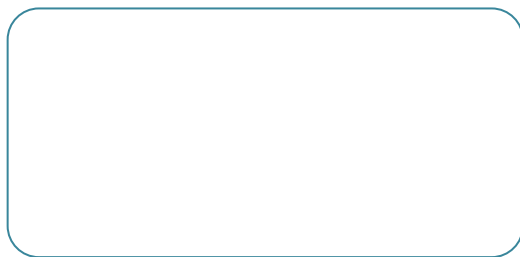
唱歌



玩玩具



其他：



在家裡可以做的**動態休閒活動**有：

1. 會進行身體的活動。
2. 需要用到比較多體力。
3. 可以自己一個人進行，也可以和他人一起做。

Switch健身環



伸展運動



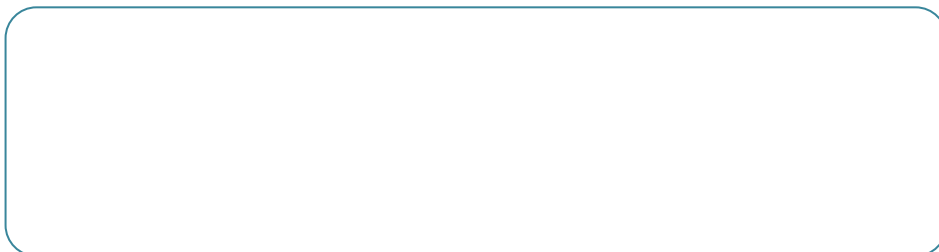
有氧運動



休閒運動



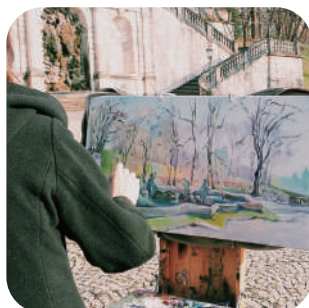
其他：



認識戶外休閒活動

靜態休閒活動：

寫生



攝影



看風景



野餐



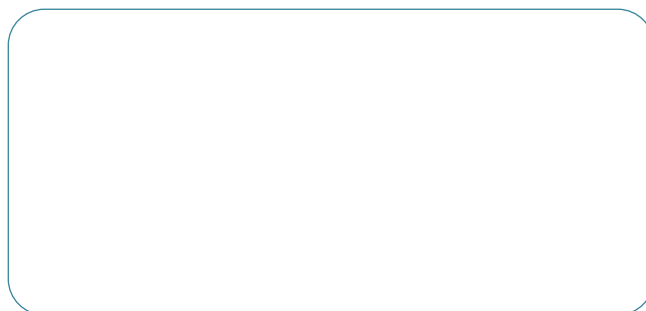
看表演



釣魚



其他



動態休閒活動：

散步



遛狗



爬山



慢跑



球類運動



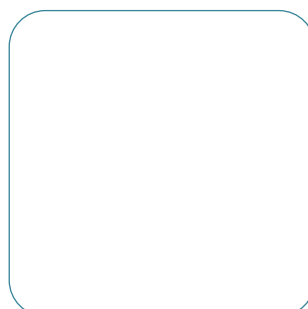
騎腳踏車



露營



其他



設計
理念

引導學生在進行休閒活動的同時，能遵守對於休閒空間及設備的使用規範，並能積極參與各類型休閒活動。

活動
3-1

遇到衝突怎麼辦呢？

附件五

活動說明

教學者以演練的方式引導學生討論進行休閒活動時，若是遇到空間與器材的衝突該如何處理，並提供兩個解決辦法：(1)邀請對方一起玩，(2)討論使用規則。

活動內容

空間器材的共享與互相尊重學習單示例。

單元
小結

在第三單元中，透過休閒活動中衝突情境的討論，讓學生熟練問題解決技巧，並類化至其他情境中，藉以瞭解人際互動中相互尊重的重要性。

遇到衝突怎麼辦呢？

空間器材的共享與互相尊重

在進行休閒活動時，如果遇到空間器材衝突別擔心，

我們可以透過理性的方法來解決問題：

方法一 邀請對方一起玩

演練一：子瑜週末的時候跟著家人到戶外運動，這時候子瑜拿出了準備好的足球想要練踢球，可是子瑜的弟弟也很想玩，但是只有一顆足球怎麼辦呢？



方法二 討論輪流方法

演練二：零九想在家中最大的空間客廳練習伸展運動，但是零九的媽媽想要利用客廳做無氧運動，兩個人都想使用相同的空間，該怎麼辦呢？



想一想並討論，還有其沒有其他的好方法呢？



主題總結

本主題以休閒活動的選擇與實踐，引導學生自我選擇與決策不需受性別限制，並透過實際練習休閒活動情境中可能引發的互動議題，強化在捍衛自身權益時也應該尊重他人的原則。

05 模擬家庭(家電與居家修繕篇)- 最佳小電員

性平議題適切融入學習重點

議題 學習主題	主題二：性別角色的突破與性別歧視的消除
------------	---------------------

議題 實質內涵	性U3 分析家庭、學校、職場與媒體中的性別不平等現象，提出改善策略。
------------	------------------------------------

領域學習重點

學習表現	特生2-sP-8	安全使用個人及家中物品或家電。
	特生2-sP-9	辨識家中潛在危險處並注意自身與門戶安全。
	特生2-sP-10	處理家中損壞物品並注意自身安全。
	特生2-sA-4	完成家庭常見的維護及修繕工作。

學習內容	特生G-sA-1	家電用品的使用與維護。
	特生G-sA-2	家用修繕工具的使用。
	特生G-sA-3	意外事件的處理。

學習目標

- 1.了解家電用途與功能。
- 2.購買家電時之注意事項。
- 3.能正確使用家電，並於電器損壞時循正確管道尋求協助。
- 4.了解家電的使用與維護是每位家庭性別成員的責任。

模擬家庭(家電與居家修繕篇)-最佳小電員

主題簡介

主要透過媒體素材的例子及對休閒活動的認識與體驗，引導學生依自己的興趣選擇合適的活動並懂得尊重他人的選擇，且不管在從事任何休閒活動時，都能夠維護自己和他人對活動空間及器材的使用權。

單元一

小電員訓練營

設計 理念

家中有各種各樣的電器，學生了解家中電器的種類與用途，可正確使用並妥善保養。

活動 1-1

電器大考驗

附件一

活動說明 引導討論家中有那些電器。

活動內容 本活動為使學生了解家電種類，請學生分享家中電器，老師可藉此詢問每項家電的功能，並討論這些家電的使用者，比如廚房家電是否多為媽媽使用，電腦是否多為爸爸使用，延伸探討家庭中是否有性別刻板之議題。

活動 1-2

挑選心家電

附件二

活動說明 購買家電時的注意事項。

活動內容 學生在購買家電時，應注意購買檢驗合格的產品，並確認是否附上保證書，於使用電器前應詳細閱讀說明書。

困難排除沒問題

附件三

活動說明 遇到電器故障時，能循正確管道尋求幫助。

活動內容 電器故障時，應先關閉電源並拔除插頭，檢查電器外觀是否有損壞、插頭有無異狀，如沒有特殊狀況可嘗試重新開機，若有破損或重新開機也無法排除故障，則向家人告知並尋求幫助。

**單元
小結** | 從生活中家電的認識，到學習有智慧地挑選家電，讓學生從生活中出發，衍生與家庭使用者的性平議題。

電器大考驗

家電知多少

各位同學，你有沒有發現日常生活中，我們常使用到各式各樣的電器用品？

比如在家中，我們會使用：電鍋、電視、冰箱、電腦……等等。

請你回想看看，你最常使用的家電是什麼？並試著回答下列問題。

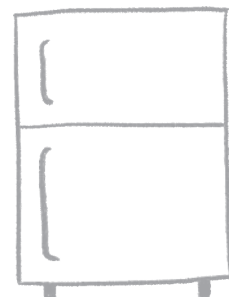
- ① 家中有許多電器用品，請回想看看你的家裡有哪些電器呢？



- ② 請分享你最常用的電器，以及這項電器的用途。

- ③ 請列出家中常使用的電器，並想想看平時是誰在使用這些它們呢？

例子：媽媽	電鍋



- ④ 每個電器有不同用處，可以洗衣煮飯，也可以提供休閒遊戲，請你思考看看，用來協助家事的電器有哪些？
休閒活動能使用的電器有哪些？
- ⑤ 承上題，是否會發現某種電器都是固定某位家庭成員在使用？或是大家都會一起用到呢？請跟著老師一起想想看，為什麼會有此狀況？
- ⑥ 看看老師播放的電器廣告，廚房電器廣告主角通常是女生，你覺得為什麼會這樣？思考看看在家中是否也有類似情形？你覺得有沒有能改變的地方？

挑選心家電

當我們購買電器前，若能注意以下幾點，就能買到較為安全的電器，大大增加使用年限，並能更加安心的使用！



購買家電時，應購買標示檢驗合格的產品。



應考量自身需求購買適合的家電，可以向店員詢問家電的功能與使用方式。



檢查家電產品內，是否附有保證書與使用說明書。



購買家電後，應於使用前詳細閱讀使用說明書，並熟知使用注意事項。



排除困難沒問題

家電搶救大作戰

除了老師教導過的安全用電外，當我們在使用電器用品時，如果發現物品故障，我們能怎麼做呢？

第1步 電器故障時，請先關閉電源、檢查插座處是否有異狀。

🔍 無異狀 → 第2步

⊗ 有損壞 → 告知家人，尋求幫助



第2步 檢查電器外觀是否有破損，電線、插頭處是否有損壞。

🔍 無異狀 → 第3步

⊗ 有損壞 → 告知家人，尋求幫助



第3步 確認插座、電線、電器外觀均無損傷，嘗試重新開機。

🔍 成功開啟電器，並能正常使用 → 狀況排除

⊗ 重新開機後，仍有故障 → 告知家人，尋求幫助

主題總結

家庭中電器種類繁多，與學生生活息息相關，除了讓學生能正確使用外，於購買、維護到後期修繕都需要有基本概念。家電用品的用途不一，使用者也不相同，教師可藉討論電器與使用者間的關聯進一步引導出是否存在家庭性別刻板印象或不平等現象，於修繕篇章時也可討論修繕電器等工作中，男女比例是否有所差異，進一步延伸至職業中存在之性別議題。

01 符號一把抓

性平議題適切融入學習重點

性平議題 學習主題

主題四：性騷擾、性侵害與性霸凌的防治
主題五：語言、文字與符號的性別意涵分析

性平議題 實質內涵

性 U5 探究性騷擾、性侵害與性霸凌相關議題，並熟知權利救濟的管道與程序。
性 U6 解析符號的性別意涵，並運用具性別平等的語言及符號。

領域學習重點

學習表現

特生3-sP-2 認識社區環境與資源。
特生3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。
特生3-sP-6 能描述自己所在的位置。
特生3-sA-2 依需求善用社區資源。

學習內容

特生K-sP-2 社區環境與資源的認識。
特生K-sP-3 社區活動的參與。
特生K-sP-4 社區危險情境的辨識與防範。
特生K-sA-1 社區資源與設施的運用。

學習目標

- 1.能認識社區中常見的標誌及商標。
- 2.能察覺標誌及商標中隱含的性別意涵。
- 3.能使用社區中的標誌及商標表述自身的所在位置。

符號一把抓

主題簡介

帶領學生認識社區中常見的標誌及商標等符號，在認識社區資源時的同時，思考其中隱含的性別意涵，理解性別刻板印象及性別不平等的現象。在認識完社區符號後，應用這些社區中常見的標誌及商標，練習表達自己於社區中的所在位置，並可應用至危險情境（如跟蹤騷擾、尾隨）的應對方式。

單元一

認識符號

設計 理念

挑選社區中常見的標誌及商標，並將之分成標誌及商標兩個面向帶領學生學習及討論。

活動 1-1

社區中的機關標誌

附件一
附件二

活動說明

挑選醫院、學校、警察局、消防局、郵局、廁所、停車場、無障礙標誌（教師可依據學生真實情況增刪）進行教學，認識社區中常見的符號並透過指認、配對的教學活動熟練，並針對其中「廁所」的符號進行性別刻板印象的討論。

活動內容

各符號學習單示例、廁所標誌學習單示例。

社區中的商標

附件三
附件四

活動說明 挑選社區中的便利商店、速食店、量販店、美妝店、加油站、飲料店等常見商標(教師可依據學生真實情況增刪)進行教學，認識社區中常見的商標並透過與性質做配對的教學活動熟練，藉以認識社區中各項可應用的資源，而正處青少年時期的學生對於運動品牌非常感興趣，透過認識運動品牌商標的演進，了解運動、文化與性別的關係。

活動內容 各商標學習單示例、運動品牌學習單示例。

單元小結 | 單元一主要在認識社區中常見的符號，包含標誌及商標，教師可依據真實學生的生活經驗進行教學內容的增刪。而在兩個教學活動中，以廁所的性別符號及運動品牌的商標察覺消費中的性別進行性平議題的融入，讓學生在學習社區符號及認識社區資源的同時，能學習性別平等議題。

社區中的機關標誌



學校



醫院



車站



警察局/派出所



消防局



加油站



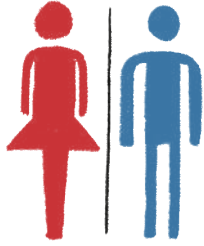
天橋



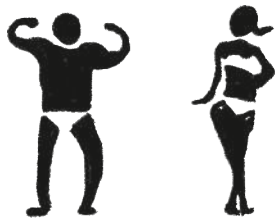
廁所



無障礙標誌



男生一定要用藍色？
女生一定要紅色嗎？



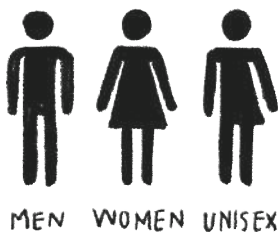
男生一定要壯碩嗎？
女生一定要苗條嗎？



女生一定要擦口紅戴項鍊嗎？



不管是男生還是女生，
在廁所都要注意自己的隱私，
也不能侵犯他人的隱私。



你覺得這些標誌分別代表給誰使用的廁所呢？

社區中的商標



麥當勞



全聯福利中心



中油加油站



寶雅



屈臣氏



郵局



家樂福



50嵐



停車場



7-11便利商店



全家便利商店



運動用品店

運動品牌知多少

在1930年代以前，僅有少數的運動項目開放給女性參加，直到今日男生女生都可以自由地參與運動，是靠著前人努力爭取的成果，而各位同學平常有沒有注意過自己腳上穿的運動鞋，是哪個品牌的呢？

品牌的商標都有自己的故事，其中許多品牌的涵義都有著重要的精神與價值，讓我們一起來認識看看並且自行設計新的品牌吧！

運動品牌商標

商標故事

重新設計看看吧！



這個勾其實不是勾，代表的是希臘神話勝利女神NIKE舞動的翅膀，同學們覺得像翅膀嗎？試試看在右邊重新設計一雙翅膀吧。



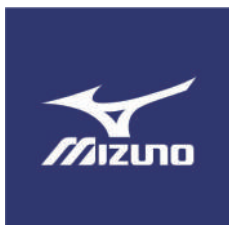
三條紋的愛迪達標誌代表山區的形狀，同時也有實現挑戰、成就未來和不斷達成目標的願望，是不是很值得我們學習呢？試試看在右邊設計一座你心目中的山吧！



Kappa這對男女背靠背而坐，因為 Kappa 相信男性和女性可以共同分享運動的樂趣，象徵性別平等、時尚與活力！試試看在右邊設計你心目中男生女生一起運動的樣子吧！



主打跑鞋的PUMA品牌圖案以奔跑飛速聞名的獵豹為主，躍起的獵豹表現出企業核心，超越自己。試試看在右邊設計一種包含你心目中最快速的動物品牌吧！



美津濃的標誌代表的是世界上跑得最快的鳥，象徵運動的人像一隻高速奔跑的鳥一樣自由，試試看在右邊設計出一種你覺得運動中的人像是什麼樣子吧！

設計
理念

在第一個單元中的兩個活動是以認識社區中的標誌及商標為主，本單元即建立在此先備知識下，引導學生透過觀察周遭環境中的標誌及商標，練習表達自身所在的位置，並且能更進一步將表達自身位置的技能應用至因應性騷擾或性侵害的情境中。

活動
2-1

介紹我的社區

附件五

活動說明

使用帶有〔單元一〕介紹的標誌、商標的街景圖片，可真實至學生生活的社區拍照，或是利用GOOGLE MAP街景圖片練習，讓學生從圖片中找出可以表達自身相對位置的符號訊息。找出圖片中的文字訊息後，便可以請學生介紹這些標誌及符號代表的是哪些機關或場所，功能是什麼？可以在這裡做哪些事？藉以連結符號及社區資源的關係。

活動內容

教材（學習單、籤筒及詞語）

在學習單上畫下自己的家，區分不同地區的隱私性，哪裡是自己的，哪裡是公用的；之後進行遊戲。

教師自編街景圖片示例。

我要往哪走

活動說明 在活動2-1時以對社區中號誌及商標的認識應用至表達所在位置為教學重點，而在活動2-2則將重點進階至面對特定的情境時，可以善用對符號的認識讓自己免於危險情境，因此教學重點會在於選取合適的行進方向或庇護場所。使用圖片或是自製圖片呈現社區街景，並搭配情境詢問學生應該往哪個場域移動比較適合。

活動內容 我要往哪走學習單示例。
(教師可依據不同的教學主題或學生生活經驗自行增修問題及圖例。)

單元 小結

單元二有別於單元一強調對符號本身的認識及熟悉，在單元二期望學生能將對符號的理解應用至社會情境，除了使用社區資源的情境（如：消費、就醫、交通）外，在這裡也適切地融入了性騷擾及性侵害防治的主題，將對於社區中符號的應用延伸至危險情境的應對方式，在培養學生運用符號來認識及使用社區資源的同時也能具備保護自己的能力。

介紹我的社區

試著用標誌描述一下你的位置吧！

寶雅、麥當勞



711、學校標誌



我要往哪走？

想一想，在社區中遇到下面的狀況應該去哪裡尋求幫忙？

- 1 下公車後有人一直尾隨我。
- 2 在路上遺失錢包的時候。
- 3 在路上被狗咬到，傷口在流血。
- 4 想跟家人一起去買生活用品可以去哪些地方？
- 5 路上有陌生人一直要拿飲料要給我喝。
- 6 想要寄包裹給外地的朋友時。
- 7 走在路上突然肚子很痛想上廁所。



主題總結

「符號一把抓」的主題主要是連結了生活管理中「社區參與」的向度，對學生來說多樣性的社區資源常因資訊上的受限而無法取用，因此透過以符號的方式來介紹社區資源的種類及功能，降低文字理解的難度，同時融入性平教育對符號的意涵進行批判，而社區資源的介紹也回應學生的休閒興趣，以運動品牌的商標融入性別與運動文化的關係，進而察覺媒體、消費及廣告對身體意象的影響。並且在對符號熟悉後，將符號應用至真實的社會情境，藉以連結使用資源的方式，同時融入性平教育中面對危險情境的應對方式。

圖片來源：

1. 新北市政府交通局(網址：<https://tcdgis.ntpc.gov.tw/public/teach.aspx>)
2. 中華民國汽車駕駛教育學會(網址：<http://www.wang5218.com/123128/AS013/TWG/003/C038/3/0.htm>)
3. 康培士英語
(網址：https://compass.pixnet.net/album/photo/307480193-65_handicapped-accessible-facility-%E7%84%A1%E9%9A%9C%E7%A4%99%E8%A8%AD%E6%96%BD)
4. 維基百科
(網址：<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E4%B8%AD%E8%8F%AF%E6%B0%91%E5%9C%8B%E8%AD%A6%E5%AF%9F%E5%88%86%E5%B1%80%E5%88%97%E8%A1%A8>)
5. 維基百科
(網址：<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%87%BA%E5%8C%97%E5%B8%82%E6%94%BF%E5%BA%9C%E6%B6%88%E9%98%B2%E5%B1%80>)
6. 麥當勞(網址：<https://www.facebook.com/mcdonalds.tw/>)
7. 中華黃頁網路電話簿(網址：<https://www.iyp.com.tw/088882819/?gopc=1>)
8. 維基百科(網址：<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%8F%B0%E7%81%A3%E4%B8%AD%E6%B2%B9>)
9. 夢時代
(網址：<http://www.dream-mall.com.tw/Brand/Details/f1657930-1bb5-40cd-99dd-90c489fb03bb>)
10. ATT 4 Fun(網址：<http://www.att4fun.com.tw/fashion-in/Ad6ZT91ur3QScUqf>)
11. 維基百科(網址：<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E4%B8%AD%E8%8F%AF%E9%83%B5%E6%94%BF>)
12. 家樂福(網址：<https://www.facebook.com/carrefour.tw/>)
13. 50嵐(網址：<https://m.facebook.com/50%E5%B5%90-%E4%B8%AD%E5%8D%80-760302430756464/>)
14. 維基百科(網址：https://zh.wikipedia.org/wiki/File:7-eleven_logo.svg)
15. Gavin's Logo Library(網址：<http://gavinslogolibrary.blogspot.com/2013/02/familymart-logo.html>)
16. 1111商搜網(網址：https://trade.1111.com.tw/Comp_Info.aspx?vNo=144740)
17. Crazypng(網址：<https://tw.crazypng.com/222.html>)
18. 維基百科(網址：<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E6%84%9B%E8%BF%AA%E9%81%94>)
19. Kappa(網址：<https://www.freelogovectors.net/kappa-logo-ai-file/>)
20. Pngset(網址：<https://pngset.com/download-free-png-ywkyd>)
21. 美津濃(網址：<https://www.mizuno.tw/>)

02 交友「網」想曲

性平議題適切融入學習重點

性平議題	主題六：科技、資訊與媒體的性別識讀
學習主題	主題八：性別權力關係與互動

性平議題	性 U8 發展科技與資訊能力，不受性別的限制。
實質內涵	性 U11 分析情感關係中的性別權力議題，養成溝通協商與提升處理情感挫折的能力。
	性 U12 反思各種互動性別權力關係。

領域學習重點

學習表現	特生3-sP-3 認識及避免常見的危險情境。
	特生3-sP-6 能描述自己所在的位置。
	特生3-sA-1 能處理自身所遇的意外事件。
	特生3-sA-3 辨識各種詐騙行為及避免受騙。
	特生3-sA-4 因應不同的危險情境，採取適當的措施。

學習內容	特生I-sP-4 身體隱私與界限的認識與保護。
	特生I-sP-5 身體自主權的維護與尊重。
	特生I-sA-4 親密關係建立、發展、結束過程中的風險與自我保護。
	特生I-sA-5 性騷擾、性侵害與性霸凌的防護及求助。
	特生K-sA-3 各種詐騙行為的認識與防範。
	特生M-sP-1 自我倡導的認識。
	特生M-sP-2 自我覺察。

學習目標

1. 建立正確的網路交友觀念，提升自我價值。
2. 能於建立、發展、結束親密關係時具自我保護意識。

交友「網」想曲

主題簡介

透過帶領學生認識網路交友常見之案例，並說明網路交友背後有關隱私、詐騙及性騷擾有關的法律議題，最終培養學生能在建立、發展或結束親密關係時具有自我保護的知能，並運用於生活中。

單元一

網路交友首部曲

設計 理念

引導學生建立自己的交友檔案，瞭解個人特質與優點的同時，並設定交友目標，以培養正確的交友方式。

活動 1-1

建立自己的交友檔案

附件一

活動說明 建立自己的交友檔案，選定1-3個個人特質，藉由學習單讓學生瞭解自我特質，並建立自信交友檔案。

活動內容 建立交友檔案學習單示例。

建立交友目標

活動說明 建立交友目標，讓學生跳脫外貌長相等，以個人特質去認識、結交朋友，並藉由學習單試玩友好匹配度。

活動內容 建立交友目標學習單示例。

**單元
小結** | 了解自己是進行人際互動的第一步，只有彼此真誠相處、瞭解才是最好的交友方法，而網路交友充滿風險，教師亦可透過學習單中的小問卷及課堂上的互動，進一步了解學生在網路交友的狀況。

建立交友檔案

姓名：

自我介紹：

請在左邊格子裡畫出自己的樣子！

請圈選1-3個人特質（也可以在空白處新增）

善良	樂觀	親切	禮貌
孝順	聰明	謙虛	有趣
可愛	慷慨	獨立	勤奮
隨和	沉穩	直率	勇敢

網路交友小問卷



請問你是否有使用過交友軟體/網站？ ☐有 ☐沒有



請問你有網友嗎？ ☐有 ☐沒有

-請問在什麼地方認識的？



你會怎麼形容/介紹你的網友？

建立交友目標

請圈選3-6個你喜歡的特質（也可以在空白處新增）

善良	樂觀	親切	禮貌
孝順	聰明	謙虛	有趣
可愛	慷慨	獨立	勤奮
隨和	沉穩	直率	勇敢



網內交友配配看：

請填上班上你想結交朋友的姓名：

請先填上自己的喜歡特質列表，再填上對方的個人特質，最後將相同的特質進行連連看。



我喜歡的特質

的特質



每串聯一條線匹配度為33%，你們串聯_____線，



總計友好匹配度為_____%。

設計
理念

透過數位性別暴力的認識，帶領學生討論網路交友時與隱私、詐騙及性騷擾相關法律議題。

活動
2-1

交友防護牆

附件三

活動說明

在網路交友過程中，對方不一定會使用自己的真實照片，亦會透過文字包裝、圖片美化等方式，讓我們陷入迷戀的假象，而在這樣的關係中可能一不小心就會暴露自己過多的隱私及訊息，透過學習單中故事的討論，引導學生建造一道保護自己的防護牆。

活動內容

交友防護牆學習單示例。

活動
2-2

認識數位性別暴力

附件四

活動說明

請老師帶領學生認識數位性別暴力。

活動
2-3

面對危險處理機制

附件五

活動說明

透過學習單的故事案例，模擬在網路交友中遭遇數位性別暴力時該如何面對危險、我們可以如何處理，並從中學習相關法律知識。另外補充iWIN網路防護機構的資訊，老師可以操作網路申報頁面，讓學生知道申報的過程簡單且保護個人隱私，學習保護自己的措施與求助資源。

活動內容

面對危險處理學習單示例。

交友防護牆

隱私與風險的對決

小美渴望透過交友軟體認識朋友，從中遇到小恩。每一次對話時小恩都非常想知道小美家地址，稱是要送小美禮物用。

除此之外，還反應交友軟體不好用會遺漏訊息，想要直接加Line好友或是交換連絡電話，有時候會跟小美說要玩猜猜你在哪的遊戲，要求小美自拍以及拍攝所在處附近的照片等。



隱私與風險連連看

家中地址

Line

手機/家裡電話

自拍照片

住家附近照片

照片遭到對方濫用並威脅。

對方知道自己的聯繫方式後，瘋狂騷擾。

暴露家中位置，導致壞人得以入侵日常生活中。

情境演練：陷阱太極拳圈一圈

1.對方：我想送禮物到你家，你可以給我你家的地址嗎？

A.謝謝你！可是我家人說不能隨意收人家東西。

B.好啊！我家的地址是……。

2.對方：交友軟體好卡可以直接加你line聊天嗎？

A.可是我的很正常耶，要不等我們認識深一點再說吧！

B.好啊！我的Line ID：XXXX。

3.對方：我好喜歡你！可以拍我喜歡的照片給我嗎？

A.謝謝你欣賞我！我只有軟體上自我介紹的照片。

B.好啊！要拍怎樣的照片給你呢？

4.對方：我們可以視訊聊天嗎？

A.可是我們才剛認識沒多久，之後再說吧！

B.好啊！（立馬開啟視訊鏡頭。）

數位性別暴力

- 定義：係指「透過網路或數位方式，基於性別之暴力行為。即針對性別而施加他人之暴力或不成比例地影響他人，包括身體、心理或性之傷害、痛苦、施加威脅、壓抑和剝奪其他行動自由等。」
- 類型：網路跟蹤、惡意或未經同意散佈與性/性別有關個人私密資料、網路性騷擾、基於性別貶抑或仇恨之言論或行為、性勒索、人肉搜索、基於性別偏見所為之強暴與死亡威脅、招募引誘、非法侵入或竊取他人資料、偽造或冒用身份。
- 教育部防治－避免數位性暴力【五不】防護守則：
 - 1.不違反意願：不可強迫他人拍攝或傳送影像。
 - 2.不聽從自拍：不要聽從引誘拍攝自己的影像。
 - 3.不倉促傳訊：傳送訊息及影像前應再三確認。
 - 4.不轉寄私照：收到他人的私密照，轉傳即違法。
 - 5.不取笑被害：取笑或檢討被害人是更大的傷害。
- 教育部防治－遭遇數位性別暴力【四要】防護守則：
 - 1.要告訴師長：比起獨自面對，師長可提供更多協助。
 - 2.要截圖存證：有明確的證據，有效將歹徒繩之以法。
 - 3.要記得報警：不只為了自己，避免更多無辜受害者。
 - 4.要檢舉對方：就算是假帳號，讓管理者依規定處理。

交友危險處理 1

暗藏的深淵

案例故事：

小玉在網路上認識小華，每天都會固定時間聊天，在相處過程中小玉覺得彼此不但興趣相同，連個性都很合得來，慢慢地越來越信任小華，並且把他當作真心好友。

只是小華最近一直要求小玉單獨出門碰面，在小玉婉拒幾次後，小華覺得很生氣便威脅小玉，要把前天偷偷錄製兩人私密視訊的影片傳送給小玉的同學小明。小玉不相信私密視訊的影片被錄下來，依然拒絕出門和小華碰面，沒想到小華真的把偷偷錄下影片還把它傳給了小明。

現在小玉覺得痛苦，一是懊惱自己太過信任小華，不知道他會將視訊影像盜錄留存，二是小華將影片傳給小明後，小明竟然把影片傳送給其他人還上傳至網路空間，造成小玉不敢再去學校。

1. 如果你是小玉，故事中我們可以注意哪些事情？

- ☐ 無論網路認識深淺，不要聽從引誘拍攝自己的影像。
- ☐ 不任意留下個人資料（姓名/電話/身分/地址/學校單位）。
- ☐ 要告訴師長：比起獨自面對，師長可提供更多協助。
- ☐ 要截圖存證：有明確的證據，有效將歹徒繩之以法。
- ☐ 要記得報警：不只為了自己，避免更多無辜者受害。
- ☐ 要檢舉對方：就算是假帳號，讓管理者依規定處理。

2. 請問小明有無法律責任？

- ☐ 又不是小明拍的，只是轉傳並上傳沒關係。
- ☐ 有法律責任。

法律及處理知識小學堂

- 小華涉及刑法妨害電腦使用、妨害秘密與恐嚇罪。
- 小明轉傳、上傳他人不雅影像，觸犯《刑法》第235條。
- 發生個人不雅影像遭人上傳網路空間，師長/家長應儘速協助學生向iWIN網路防務機構舉報，請iWIN聯絡各網路平台，將影像下架。

【網址：<https://i.win.org.tw/>】

交友危險處理2

信任的危機

案例故事：

假設故事發展不一樣，小玉答應和小華單獨碰面，並且約在小華家。

見面後小華和網路上一樣有趣，讓小玉漸漸卸下心防，原諒小華威脅的事情。

結果小玉喝下小華準備的飲料後，陷入暈眩狀態，被小華拍下惡意的私密照。

1.如果你是小玉，故事中我們可以注意哪些事情？

- ☐ 不單獨碰面，可以攜伴同學、朋友一起前往。
- ☐ 見面地點要選擇明亮、人多、交通方便且自己熟悉的公共場所。
- ☐ 若網友藉口更改地點為他家或偏遠、偏僻的地方，不可答應。
- ☐ 不喝來路不明的飲料，離座後不再碰之前未食用完飲料/食物。
- ☐ 出門一定要告知家人目的地、陪同同學、朋友是誰及聯繫方式。

2.銜接前述故事，被小華拍下的小玉私密照片，傳送給你，並威脅你若不轉傳分享給其他人，就要對你不利，你應該怎麼做？

- ☐ 好吧！雙手投降乖乖配合照做。
- ☐ 立即告知師長！

3.假設時空倒退回小玉初始碰面小華的那刻，小玉應該要謹記哪些網路交友防護守則呢？

- ☐ 網路交友風險多，應匿名並保護個人隱私等資訊。
- ☐ 網路交友虛假多，應謹慎小心不輕易信任他人。
- ☐ 網路交友誘惑多，應回歸自身交友初衷不受騙。

設計
理念

培養學生面對網路上的人際關係時，能具有自我保護的知能。

活動
3-1

建立正確的網路交友關係

附件六

活動說明 透過學習單再次讓學生進行正確觀念圈選，以正確建立、發展網路交友關係。

活動內容 正確網路交友觀念學習單示例。

活動
3-2

網路交友面面觀

附件七

活動說明 在網路上找到知心朋友或是親密伴侶是件開心的事情，但是在交友的過程中也有許多需要多加留意的地方，如何面對不同的情境做出正確的決定是每位同學都要練習的課題。

活動內容 正確網路交友觀念學習單示例。

單元
小結

透過學習單的圈選複習單元一、二的內容，先釐清基礎觀念，再帶領學生討論如何好好的結束一段關係。

正確網路交友觀念1

正確觀念九宮格

如果正確，請在格子裡畫圈圈。

遇到危險找師長	獨自赴會不畏懼	個人隱私不分享
隨意轉傳沒責任	匿名互動保個資	視訊蕪露好身材
見面攜伴保安全	身家調查全都給	飲食留心全身退



正確網路交友觀念2

1.網路交友過程中，請圈選正確的相處方式：

欣賞優點	相處自然	分享生活

2.若遇到危險人物，請圈選正確的做法：

遇到危險找師長	獨自承受身心苦	偷偷隱忍寶寶苦

3.面對感情淡了，請圈選正確的結束做法：

和平分手	直接封鎖	分手祝福
避不見面	冷靜沈澱	恐怖報復

主題總結

隨著科技日新月異，網路交友與網路安全已成為不容忽視的議題。透過這主題規劃的「三部曲」，從親密關係中的不同階段，以故事案例探討各種可能發生的情境，並聚焦於面對不同危險情境的應對方式，教學過程中，教師也可以依據學生在校經驗適時提醒學生第一時間求助管道的重要性。

01 網路倡議

性平議題適切融入學習重點

性平議題 學習主題	主題六：科技、資訊與媒體的性別識讀 主題七：性別權益與公共參與 主題八：性別權力關係與互動
--------------	---

性平議題 實質內涵	性U7 批判科技、資訊與媒體的性別意識形態， 並尋求改善策略。 性U8 發展科技與資訊能力，不受性別的限制。 性U12 反思各種互動性別權力關係。
--------------	--

領域學習重點

學習表現	特生4-sA-7 參與和自身權益相關的活動，並表達意見。 特生4-sA-8 爭取自我表達、決定或行動的機會。 特生4-sA-10 願意持續付出時間與心力，充分發揮優勢。
------	--

學習內容	特生M-sP-1 自我倡導的認識。 特生M-sA-1 自我倡導的實踐。 特生M-sA-4 自我實現。
------	--

學習目標

- 1.能認識網路發言管道的種類。
- 2.能分辨錯誤的網路發言並使用合適言論。
- 3.能尋求合適的網路管道替自己爭取權益。

網路倡議

主題簡介

因應資訊時代的來臨，學生在網路擁有多元表達意見的方式，也能透過各種管道爭取自身權益，網路的發言雖然方便但仍有其限制。本主題希望透過引導學生逐步討論各個主題，在熟悉網路發言管道的同時，能更加謹慎地使用及辨識網路禮儀，同時訓練學生於網路上主動表達意見，落實自我實現。

單元一

網路發言的管道

設計 理念

隨著智慧型手機的普及，常見學生透過網路來進行社交活動及觀賞影音媒體，因此本單元因應自我倡導的概念將課程內容聚焦在網路中的人際互動，認識各類常見的社群軟體及使用上的特色。

認識網路發言管道

附件一

附件二

活動說明 透過學習單中認識常見的網路社群軟體，並依據學生使用習慣及生活經驗，帶領學生認識其常用功能及特色。

活動內容

- (1)詢問學生手機使用狀況：
 - A.是否有網路？
 - B.都用手機做哪些事？
 - C.有使用哪些社群軟體？
 - D.是否曾經在網路發言過？
- (2)說明網路發言的管道
 - A.社群軟體：臉書、社團、抖音、Instagram。
 - B.留言區：youtube、google、新聞連結、評論區。
 - C.專用信箱：市長信箱、總統信箱、教育部信箱等。
- (3)示範使用信箱表達意見。
 - A.討論想對話的對象。
 - B.打開介面連結信箱。
 - C.說明可留言的位置。

認識網路發言管道1



1 常見的網路社群媒體：

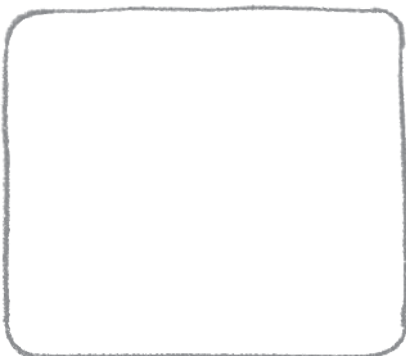
工具圖標			
工具名稱	FaceBook FB、臉書	Instagram IG	Line
常見使用功能	發表心情記事 商家打卡 上傳照片 互相按讚 參加社團	發表心情記事 發表限時動態 上傳照片 互相按愛心	家人/朋友聯繫 參加群組 參加社群
 請問你有使用過嗎？	☐ 有使用 ☐ 沒有使用	☐ 有使用 ☐ 沒有使用	☐ 有使用 ☐ 沒有使用
 你經常使用的功能？			

2 網路發言工具：

除了常用的社群網站外，觀看影片常用的Youtube以及網路搜尋工具Google也都是經常使用的網路工具，除此之外你還有使用什麼工具呢？

請繪製它的圖標並介紹你經常使用的功能：

請繪製圖標



經常使用的功能：

認識網路發言管道2



1 公家機關發言管道：

部門名稱	縣/市長信箱	教育部信箱	總統信箱
管理事項	居住縣/市大小事	教育大小事	國家大小事
請運用Google搜尋工具找尋這些信箱，並填上信箱地址：			
如果是你，會透過信箱反應什麼事情呢？			

2 校園中的發言管道：

除了公家機關的發言管道，在我們就讀的學校中，有無類似的發言管道呢？現在讓我們利用網際網路工具，一起去尋找並記錄下來吧！

1.使用google搜尋工具，搜尋學校網頁，並截圖：

2.請仔細瀏覽學校網頁，寫下學校信箱/其他發言管道：

3.你會想寫信告訴學校什麼事：

設計
理念

雖然在網路上的發言快速又可以匿名，但不代表不需要為自己的言行負責，網路上時常見到不適當的言論，造成他人不舒服，透過本單元設計，引導學生辨識及避免不當的言論，以落實友善的網路環境。

活動
2-1

網路發言紅綠燈

附件三
附件四

活動說明 先進行學生個人網路發言經驗分享，再利用學習單中的案例分享與討論，搭配法律知識講解，讓學生理解到網路雖是虛擬，但仍要尊重他人並且受現實法律所約束。

活動內容 (1)詢問學生網路留言狀況

- A. 是否在網路跟朋友/同學聊天？
- B. 曾經於新聞連結下留言的經驗。
- C. 曾經於網路上與他人產生不愉快？

(2)請教師先講述【言論自由】定義後，再搭配學習單。

- A. 請教師講解【言論自由】定義。
- B. 尊重網路發言案例。
- C. 為自己負責-發表錯誤言論、隨意散佈圖片、照片與影像。

聯合國《公民權利和政治權利國際公約》第19條

- 一. 人人有保持意見不受干預之權利。
- 二. 人人有發表自由之權利；此種權利包括以語言、文字或出版物、藝術或自己選擇之其他方式，不分國界，尋求、接受及傳播各種消息及思想之自由。
- 三. 本條第二項所載權力之行使，負有特別責任及義務，故得予以某種限制，但此種限制以經法律規定，且為下列各項所必要者為限：
 - (一) 尊重他人權利或名譽；
 - (二) 保障國家安全或公共秩序，或公共衛生或風化。

單元 小結

了解學生網路發言常見的模式，並引導學生分辨網路中不當的發言樣態，透過案例模擬理解不當發言對他人造成的傷害，並能討論如何避免不當留言的方法。

網路發言紅綠燈 1

案例故事－尊重網路發言

小明經常關注網路新聞，並會使用新聞底下討論區，發表個人看法，這陣子小明注意到網路上大家都在討論有關於同志婚姻議題，小明本身是支持同志的，在看到反對的言論後，小明為了反擊對方，開始留了許多攻擊性言論以及私訊威脅對方。

綜合討論



請針對小明以下行為，正確的請塗綠色、錯誤的塗紅色：

公開對方私人資訊	發表自己的意見	號召網友攻擊反對方
和反對方互相謾罵	在網路上 搜尋議題的資訊	對他人留言攻擊
聆聽反對方的意見	私訊威脅反對方	與反對方約出來談判



請問你認為小明的作法是正確嗎？為什麼？



面對網路上意見不同的對方，我們可以怎麼做？

法律知識停看聽

1. 小明使用攻擊性言論，可能有涉及毀謗他人名譽問題：

- (1) 《刑法》第309條-公然侮辱罪：公然侮辱人，處拘役或九千元以下罰金。
- (2) 《刑法》第310條第2項-加重誹謗罪：意圖散布於眾，而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者，為誹謗罪，處一年以下有期徒刑、拘役或一萬五千元以下罰金。
散布文字、圖畫犯前項之罪者，處二年以下有期徒刑、拘役或三萬元以下罰金。
- (3) 上述兩項為告訴乃論的犯罪：由被害人提出告訴表示追究，檢察官才能偵查、法院才能判決。
- (4) 《民法》第184、195條：侵害他人名譽權，應負《民法》第184條、第195條侵權行為損害賠償。

2. 小明若涉及威脅恐嚇問題：

- (1) 《刑法》第305條-恐嚇危害安全罪：以加害生命、身體、自由、名譽、財產之事，恐嚇他人致生危害於安全者，處二年以下有期徒刑、拘役或九千元以下罰金。
- (2) 此條非告訴乃論犯罪，無法撤回案件。

網路發言紅綠燈2

1. 案例故事：為自己負責

小華平時就是一個愛開玩笑的人，與小花為情侶關係，經常以取笑小花為樂，覺得這樣是在逗小花開心。但是小花並不這麼認為，小花覺得那樣針對身材、外貌、行為動作的玩笑，都像惡意的攻擊讓人受傷。

這一天，小華將小花的私密照片透過line傳送給小明，小明看了之後又再轉傳至班級群組，並且公開評論小花的外貌與身材，讓小花十分難受且感到不舒服，因而決定提告。

綜合討論



根據以下行為，正確的請塗綠色、錯誤的塗紅色：

小華取笑小花	小明公開評論 小花的外貌與身材	小華帶小花去遊樂園 為了逗他開心
情侶之間 互相尊重包容	小花勇敢表達 自己的意見並且提告	小華知道小花很難過 之後就不再取笑他
小華傳送小花的 私密照片給小明	小明收到照片後 趕快刪掉	小明轉傳照片 到班級群組



請問小華的行為是否正確？應該負什麼責任？



請問小明的行為有無責任？



如果你是小花，你會怎麼處理？

法律知識停看聽

1. 《刑法》第310條:意圖散布於眾,而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者,為誹謗罪,處一年以下有期徒刑、拘役或一萬五千元以下罰金。
2. 《刑法》第310條:意圖散布於眾,而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者,為誹謗罪,處一年以下有期徒刑、拘役或一萬五千元以下罰金。第315條之1第2款妨害秘密罪:處以3年以下有期徒刑、拘役或30萬元以下罰金。
3. 《刑法》第310條:意圖散布於眾,而指摘或傳述足以毀損他人名譽之事者,為誹謗罪,處一年以下有期徒刑、拘役或一萬五千元以下罰金。規定18歲以下為未成年人,因此由法院少年法庭法規依少年事件處理法規定,裁定諭知保護處分,如訓誡、假日輔導、保護管束、勞動服務、安置、感化教育等處分。
4. 《民法》規定未滿20歲且未結婚者為限制行為能力人,應與其法定代理人連帶負損害賠償責任。

設計
理念

自我倡導與自我實現的限制在於多數學生對於爭取自身權益的途徑或管道不熟悉，面對不公平或不舒服時能表達自己是重要的，本單元聚焦於發聲管道的篩選及認識，並鼓勵學生表達自己意見及爭取權益。

活動
3-1

我有話要說！

附件五

活動說明

(1)詢問學生不公平對待的經驗

- A.有曾經遭遇不公平對待的經驗嗎？
- B.會害怕與校內師長、校長講述個人想法嗎？

(2)學校可以表達個人訴求的管道

- A.列舉校內單位教師/行政人員的負責事項
- B.說明哪些事項可跟上述哪位人員反映
- C.搭配單元一介紹校內意見箱位置或網路發聲的管道
【若無設置可以臨時設置班級意見箱。】

(3)為自己勇敢發聲-倡議

- A.銜接第1點從與學生互動中擬定主題，或開放性問題。
【建議主題：找尋校園危險空間；並搭配校園危險地圖進行教學，蒐集之學生訴求得提供學校總務單位參考。】
- B.請學生討論訴求的內容。
- C.請學生說明自己的訴求。

(4)為自己勇敢發聲-執行與回饋

- A.請教師協助學生投入校內意見箱。
- B.請教師、負責校內意見箱同仁，進行回信動作。
- C.請學生表達為自己發聲的感想。

單元 小結

從學生的經驗中，找尋適合反映意見的主題，並讓學生自己表達訴求內容，例如找尋校內危險空間或男女廁比例等主題，便可同時進行性平與空間的議題融入，除了達到自我倡導的概念外更能透過反覆練習增加學生表達意願及技巧。

我有話要說

1.姓名

2.班級

3.意見內容

(若為投訴內容請詳述時間、地點，如果有其他參與人請協助詳述)

4.希望處理方式：

主題總結

資訊時代的來臨，學生在透過網路接觸社會的同時也暗藏著許多陷阱及危機，本主題希望透過「網路發言的管道」、「錯誤的網路發言」、「為自己發聲」等三個單元的課程內容，讓學生在活用網路帶來的便利時，同時能透過合適的管道，表達自身意見及替自己爭取權益，進而落實自我實現。

02 生涯規劃

性平議題適切融入學習重點

性平議題	主題二：性別角色的突破與性別歧視的消除
學習主題	主題四：性騷擾、性侵害與性霸凌的防治
性平議題	性U3 分析家庭、學校、職場與媒體中的性別不平等現象，提出改善策略。
實質內涵	性U5 探究性騷擾、性侵害與性霸凌相關議題，並熟知權利救濟的管道與程序。

領域學習重點

學習表現	特生4-sP-3	能自行設定目標。
	特生4-sP-5	能反省自己的行為與學習表現。
	特生4-sP-6	能自我激勵。
	特生4-sA-3	能表達對生涯規劃的想法，並與他人討論。
	特生4-sA-4	執行自訂的目標並檢核結果。
	特生4-sA-5	省思先前做決定的結果，必要時加以調整。
	特生4-sA-7	參與和自身權益相關的活動，並表達意見。
	特生4-sA-9	肯定自己的能力與表現。
	特生4-sA-10	願意持續付出時間與心力，充分發揮優勢。
學習內容	特生L-sA-1	自我生涯規劃的技巧。
	特生L-sA-2	目標的執行與檢核。
	特生L-sA-3	複雜問題的解決策略。
	特生L-sA-4	自我回饋。
	特生M-sA-1	自我倡導的實踐。
	特生M-sA-2	自我效能。
	特生M-sA-3	自我增強。
	特生M-sA-4	自我實現。

學習目標

1. 付諸行動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。
2. 瞭解進行生涯規劃時，應以個人人格特質、價值觀、能力、興趣做為主要考量，而非受性別限制。
3. 欣賞不同性別者在各種領域中的出色表現與特殊貢獻，做為未來生涯發展參考典範。

生涯規劃

主題簡介

透過探索家庭、社區及社會中的職業種類，配合學生實習職場經驗，引導學生在職業探索的同時，能突破職業與性別關係的刻板框架，並透過撰寫個人履歷表的方式擬定個人職涯規劃。

單元一

三百六十行，行行出狀元

設計 理念

以職業認識為主題，從社會中收斂至家庭生活中，讓學生認識各類職業與性別之間的關係；若學生有實習課程，也可以實習職場的職業內容，提供更貼近學生經驗的職業認識。

活動 1-1

認識各行各業

附件一

活動說明

透過職業圖片，認識社會中的各行各業，教師可依據學生不同的生活經驗呈現不同的職業種類。

活動內容

認識各行各業學習單示例。

活動
1-2

認識親友們的職業

附件二

活動說明 在認識常見的各行各業後，請學生依據問卷表格，透過調查及訪談的方式認識身邊親友的職業，以更了解該職業的相關內容。

活動內容 認識親友們的職業學習單示例。

活動
1-3

實習工作分享

附件三

活動說明 當學生有職場實習的經驗後，便能針對學生的實習工作進行學習分享，邀請學生介紹自己的實習工作內容與心得，加深對特定職業的認識。

活動內容 實習工作分享學習單示例。

單元 小結

單元一主要在認識社會中的各行各業，並進一步訪談或認識生活周遭的職業。教師可依據學生生活經驗進行教學內容刪減，提供學生更多元的職種認識。

認識各行各業



1 我的職業是



2 我的職業是



3 我的職業是



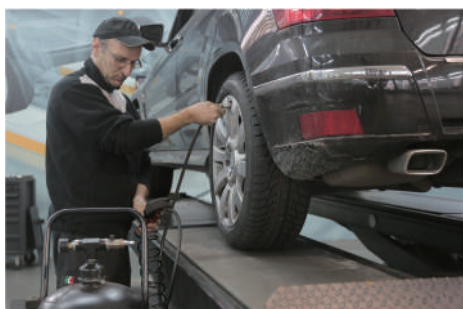
4 我的職業是



5 我的職業是



6 我的職業是



7 我的職業是



8 我的職業是

認識親友們的職業

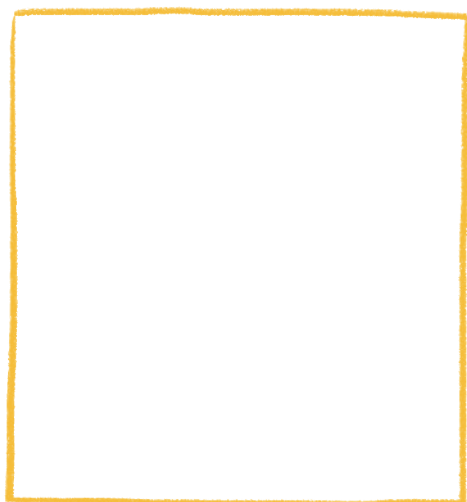
認識了社會上各行各業後，現在回到熟悉的生活圈中，

身邊的人們都是什麼職業呢？

讓我們當起記者，為大家詳細的報導這些職業內容吧！



請採訪一位家人並介紹他的職業



請畫上他工作的樣子

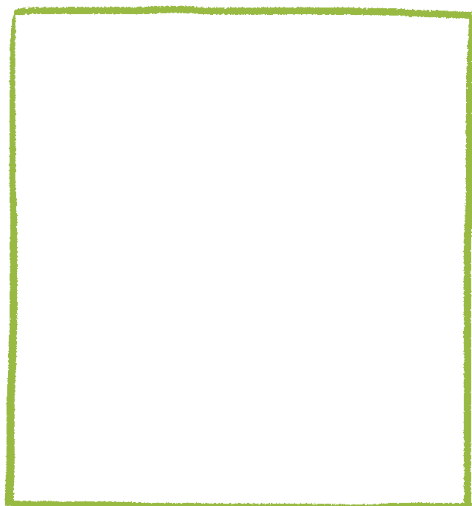
姓名/稱謂：

他的職業名稱：

這個職業的工作內容：



請採訪一位親朋好友並介紹他的職業



請畫上他工作的樣子

姓名/稱謂：

他的職業名稱：

這個職業的工作內容：

實習工作介紹

- 姓名：
- 實習職業名稱：
- 實習工作場域名稱：
- 請介紹工作內容：
- 最喜歡的工作內容：
- 最討厭的工作內容：



設計 理念

在單元一認識了各種職業後，本單元則進一步探討職業中的刻板印象以及職場性騷擾。

活動 2-1

職業的性別刻板印象

附件四

活動說明

藉由學習單探討每一個職業背後應該具備的專業技能，並了解技能無關性別，以此突破職業與性別間的刻板印象。

活動內容

職業的性別刻板印象學習單示例。

活動 2-2

找尋自己的興趣

附件五

活動說明

從職業的性別刻板印象活動中，我們可以發現選擇職業其實不受限於性別，重要的是個人興趣，以及是否具備專業技能。本活動將透過「個性九宮格」，引導學生探索職業興趣與方向。

活動內容

找尋自己的興趣學習單示例。

單元 小結

本單元從職業技能與學生興趣去發展職涯規劃，反思職業中的性別刻板印象，期待學生能從個人特質、興趣與能力來選擇自己未來想從事的職業。

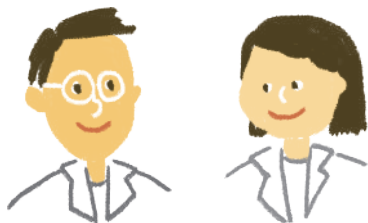
職業的性別刻板印象



請把以下職業及常見的性別圈起來，你覺得為什麼？

醫生

為什麼？



廚師

為什麼？



我們一起來思考這些職業最重要的條件。



你認為擔任醫生最重要的條件是什麼？



你認為擔任廚師最重要的條件是什麼？



我們來思考看看，職業一定要限制性別嗎？

找尋自己的興趣

職業興趣大探索

1 個性九宮格

平時你最喜歡的休閒活動？_____

圈選符合你個性的九宮格：

2 探索職業條件九宮格

請圈選你認為擔任【門市服務】應具備的個性九宮格

跟你的個性九宮格重疊幾個呢？_____個。

是你喜歡的職業工作嗎？ 喜歡 / 不喜歡。

透過個性九宮格可以幫助我們擬定自己的職業選擇，
可以多嘗試配對看看其他幾個職業哦！

設計
理念

前面單元聚焦於學生的職涯探索，本單元將帶領學生製作個人履歷表，同時從求職過程中辨識危險情境及應對方法。

活動
3-1

製作個人履歷表

附件六

活動說明 帶領學生填寫學習單，履歷表內容可依照教學內容進行調整與增減。

活動內容 製作個人履歷表學習單示例。

活動
3-2

職場就業停看聽

附件七

活動說明 職場新鮮人在求職時，容易因經驗不足，誤判誇大不實的徵才廣告。本學習單希望藉由情境題，引導學生辨識危險及因應方式，維護自身工作權益。

活動內容 職場就業停看聽學習單示例。

單元
小結

本單元進入到求職階段的演練，先引導學生製作屬於自己的履歷表，再透過活動3-2的練習，在討論工作權益的同時，也反思隱藏在職場中的性騷擾議題。

製作個人履歷表

請貼一張你最喜歡的個人照片

- 1 我的姓名：
- 2 聯絡資訊：
- 3 我的學經歷：

- 4 我希望的工作內容：



職場就業停看聽

求職時有需多陷阱，一不小心可能就踏入了圈套！

現在我們一起來看看以下情況，

正確請打○，錯誤請打×。

1. () 依零今天面試時，對方要求先扣押正本證件。
2. () 傑倫今天上班時發現，有位同事經常被主管叫到辦公室，一問之下才發現，原來主管都會趁大家不注意時候，觸摸同事的腰部、臀部。
3. () 延續上一題，傑倫後來請同事找機會留下證據。
4. () 里奧那多發現面試地點非常偏僻，還是在沒有告訴任何人的情況下就自己出發了。
5. () 在工作群組中，阿另因為覺得有趣就轉傳了黃色笑話與多張裸露照片。
6. () 茵生在面試前，先上網搜尋相關資料，對這份工作與公司有初步了解。
7. () 伯恩到公司的第一天，雇主拿出了一張「契約書」請他簽名，伯恩很開心能獲得這份工作，看都沒看就直接簽名了。
8. () 老闆昨天跟凱莉說下個月開始加薪，但是有條件，必須要陪老闆單獨出去玩三天兩夜。
9. () 池城每天上班都非常準時，認真處理負責的工作內容。
10. () 富珍這個月每天都加班2小時，但他領薪水的時候發現，老闆都沒給他加班費。由於同事都對他很好，於是他就摸摸鼻子算了。
11. () 珊迪的老闆在得知珊迪懷孕後，私下約談珊迪，請珊迪自己主動離職。
12. () 麗莎工作時因為機械故障受傷，但公司卻不願意支付任何醫藥賠償。

主題總結

生涯規劃是每個人的課題，引導學生探索職業性向時，不設限學生的可能性，並融入性別刻板印象與性騷擾議題，同時瞭解職場相關權益救濟的管道與程序。

附錄

項次	名稱	連結
01	《十二年國民基本教育 身心障礙相關之特殊需求領域課程綱要》	
02	《十二年國民基本教育課程綱要 國民中小學暨普通型高中議題融入說明手冊》	
03	《性別平等教育法》	



性別平等教育議題融入 特殊需求領域生活管理

課程 手冊

發行人：潘文忠

總編輯：呂明蓁

副總編輯：林千惠、張蓓莉

召集人：國立屏東特殊教育學校 許弘憲

副召集人：國立屏東特殊教育學校 尤建捷

編輯群：國立基隆特殊教育學校 李家昀

國立南投特殊教育學校 王柏元

國立嘉義特殊教育學校 林澤洋

國立臺南附屬啟聰學校 林岳慶

國立屏東特殊教育學校 王端毓、李雅萍、林均諳、陳宛萱

郭佑慈、楊雅茵、蘇子寧

（以上排序依學校由北至南）

封面設計：日晒設計印務所 胡筱琪

美術編輯：日晒設計印務所 胡筱琪

指導單位：教育部國民及學前教育署

承辦單位：國立臺南大學性別培力及性平事件防治研究中心

出版年月：中華民國111年2月

著作財產權人：教育部國民及學前教育署