

公視兒少教育資源網-人權教案設計徵件

一、設計理念

你能想像有些女性經期來臨時，無法上學嗎？

有些人相信月經會帶來不潔的厄運跟死亡的訊息，女性只要生理期來，不分年齡，都必須隔離在一小間獨立的「月經小屋」，有些女性甚至只能跟家畜一起睡在牛棚。這是尼泊爾女性的生活。

在台灣呢？光是經期的不便，仍有許多傳統禁忌一樣限制著女性的行動。

二、教學流程

活動一：它來了

請學生反思自己的生命經驗，如何稱呼經期引起動機，看見同學間不同的想法，進一步請學生看見名稱下隱含的歧視。為什麼不能直接說出來？為什麼要隱晦的表達？這些換句話說是否有我們未察覺的問題？

活動二：月流浪

透過牌卡襯托出台灣女性經期的生活環境，對比尼泊爾女人蜷著身體發抖在月經小屋忍耐腹痛，連個避寒的暖被都不敢奢求。她們只能依靠乾糧度日，她們不能洗澡，環境惡劣，身邊沒有任何一雙願意觸碰她們的手。

活動三：月經就來吧

請學生回到自己生活情境中思考，當我們身旁的女性，無論是媽媽、姊姊或是同學，每一個女性經期來時，我們能做到哪些事情？請學生在活動中集思廣益，並期許學生能在生活中實踐，讓生活也能產生正向改變。

三、教學設計與流程

領域 / 科目	社會	設計者	許喬鉸、許庭鉸
課程名稱	月經那本難念的經	實施學校	桃園市平鎮區南勢國小
實施年級	六	教學節次	3 節，120 分鐘
實施日期	6/1	預計實施日期	6/1
設計依據			
總綱核心素養	<p>A2 系統思考與解決問題 具備問題理解、思辨分析、推理批判的系統思考與後設思考素養，並能行動與反思，以有效處理及解決生活、生命問題。</p> <p>C1 道德實踐與公民意識 具備道德實踐的素養，從個人小我到社會公民，循序漸進，養成社會責任感及公民意識，主動關注公共議題並積極參與社會。</p>		
領綱核心素養	<p>社-E-A2 敏覺居住地方的社會、自然與人文環境變遷，關注生活問題及其影響，並思考解決方法。</p> <p>社-E-C1 培養良好的生活習慣，理解並遵守社會規範，參與公共事務，養成社會責任感，尊重並維護自己和他人的人權，關懷自然環境與人類社會的永續發展。</p>		
學習重點	學習表現	<p>1b-III-3 解析特定人物、族群與事件在所處時間、空間脈絡中的位置與意義。</p> <p>1c-III-1 評論社會議題處理方案的優缺點，並提出個人的看法。</p> <p>2a-III-2 表達對在地與全球議題的關懷。</p> <p>3c-III-1 聆聽他人意見，表達自我觀點，並能與他人討論。</p>	
	學習內容	<p>Aa-III-4 在民主社會個人須遵守社會規範，理性溝通、理解包容與相互尊重。</p> <p>Af-III-1 為了確保基本人權、維護生態環境的永續發展，全球須共同關心許多議題。</p> <p>Bc-III-2 權力不平等與資源分配不均，會造成個人或群體間的差別待遇。</p>	
議題融入	議題	人權教育	
	學習主題	<p>人權的基本概念</p> <p>人權與責任</p> <p>人權與生活實踐</p>	
	實質內涵	<p>人 E1 認識人權是與生俱有的、普遍的、不容剝奪的。</p> <p>人 E2 關心周遭不公平的事件，並提出改善的想法。</p> <p>人 E6 覺察個人的偏見，並避免歧視行為的產生。</p>	
教材來源	自編教材		
教學設備/資源	平板、大屏幕、投影機、學習單、牌卡。		
使用的公視影片	《下課花路米 生理期很不爽》		
學習目標（至多 5 項即可）			

1. 能說出對於生理期的想法。
2. 能說出尼泊爾少女面臨生理期的想法。
3. 能寫出協助正在經歷生理期的人之方法。
4. 能聆聽他人發言並正向友善進行溝通。

學生活動設計		
教學活動內容及實施方式	時間	備註
<p style="text-align: center;">活動一-「它來了」</p> <p>一、進行「它來了」活動</p> <p>1. 教師發下平板，請學生將想法記錄在 Slido 上。</p> <p>(1) 你會如何稱呼「它」(月經)?</p> <p>(2) 如果你月經來了，你會擔心什麼事情?</p> <p>二、師生共同小結:</p> <p>1. 月經對我們來說是很正常的生理現象，但為什麼我們不能直呼其名，需要賦予它許多不同的暱稱呢?</p> <p>2. 一個女生定期會遇到的時刻，有可能不舒服、有可能不方便，那在其他國家的女生是否能跟我們一樣有衛生棉、月亮褲等高科技產品?還是會有不同的遭遇呢?</p>	20 分	
<p style="text-align: center;">活動二-「月流浪」</p> <p>一、進行「月流浪」活動</p> <p>1. 活動規則說明:</p> <p>(1) 一組 3 個人，每人平均發下牌卡。</p> <p>(2) 拿到牌卡之後可以掀開牌卡，但不可以讓其他人看見。</p> <p>(3) 兩兩相同的牌卡可湊對丟出。</p> <p>(4) 牌卡中有一張終極牌「X 驅逐」，最後一位同學拿到終極牌，遊戲結束，其餘同學平安、順利通過經期。</p> <p>2. 活動牌卡說明:</p> <p>(除了 X 卡，一張牌卡影印各兩張，一副牌共 25 張)</p> <p>01: 有溫暖的床可以睡覺</p> <p>02: 有乾淨的馬桶可以使用</p> <p>03: 有乾淨的浴室跟淋浴設備可以清潔</p> <p>04: 有熱騰騰的早餐可以吃</p> <p>05: 有營養滿分的午餐可以吃</p> <p>06: 有豐盛美味的晚餐可以吃</p> <p>07: 可以坐在教室安心上課</p> <p>08: 可以在學校跟朋友聊天</p> <p>09: 可以在家裡使用手機看同學的動態消息</p> <p>10: 可以在家裡使用平板看影片</p> <p>11: 可以換乾淨舒服的衣服</p> <p>12: 可以搭公車、捷運到各個地方玩</p> <p>X: 被驅趕至月經小屋</p> <p>3. 師生共同討論:</p> <p>(1) 從剛才的活動中，你發現什麼?</p> <p>(2) 從剛才的活動中，你有什麼感受?</p> <p>(3) 拿到終極牌「X 驅逐」的同學，你有什麼感受?</p>	20 分	
	10 分	

<p>(4)請再次詳閱牌卡內容，如果你是牌卡情境裡的角色，你願意接受嗎?為什麼?</p>		
<p>4. 教師播放影片，說明真實世界的情況: 恥辱、嫌惡、恐懼... 尼泊爾女孩的惡夢 https://www.youtube.com/watch?v=Xcw5X9ZbEaw</p>	5 分	
<p>5. 請學生拿出平板，進行資料蒐集，將看完影片的想法記錄於 6W 學習單中:</p>	15 分	
<p>(1)Who: 什麼樣的尼泊爾少女需要被迫離開? (2)What: 尼泊爾少女發生什麼事情?會經歷什麼情況? (3)When: 尼泊爾少女生什麼時候要離開家? 什麼時候才可以回家? (4)Where: 尼泊爾少女被迫要去哪裡? 環境狀況如何? (5)Why 尼泊爾少女為什麼被迫離開? (6)How: 要如何避免這樣的情況發生?</p>	5 分	
<p>二、師生共同小結:</p> <p>1. 想想看，以上的牌卡你覺得代表什麼意思呢? 卡牌象徵經期來臨時遇到的環境跟情況，拿到 X 驅趕卡牌的學生表示需要到月經小屋度過經期的尼泊爾女孩，牌卡無法湊對的情況象徵人生將比別人還要慢，也象徵被拖到的人生進度。</p> <p>2. 你認為女性經歷生理期時，台灣跟國外有什麼差異? 在台灣，我們大部分的人可能會擔心經血因為活動不小心露出來，但對尼泊爾的女生來說可能還要擔心會不會因為月經小屋的惡劣環境而喪失性命。因為臨時避難棚並不避難，多是半開放空間，冷且狹窄，隨時還得提防地上是否有毒蛇或動物接近。</p>	25 分	
<p style="text-align: center;">活動三-「月經就來吧」</p>		
<p>一、進行「月經就來吧」活動</p>	15 分	
<p>1. 播放影片:【下課花路米】同理心大考驗 完整版線上看 生理期很不爽 EP03 https://www.youtube.com/watch?v=XNDp_tpCUfw</p> <p>2. 將全班分組，進行小組討論。</p> <p>3. 小組討論題目:生理期是女性自然的生理現象，也是反應出身體健康狀態的關鍵指標。至於痛經，則是月經的副產物，我們看完影片知道生理期可能會帶來的困擾跟不舒服。 想想看，未來你可以如何幫助同學、家人一起面對生理期?</p> <p>4. 活動時間 3 分鐘，想出越多方法的組別即可獲得教師額外獎勵。</p>	5 分	
<p>二、師生共同總結:</p> <p>每個文化在面對性別問題有不同的表現方式，然而在認識文化的多元性時，我們不妨也可以進一步思考其合理性、適切性，透過他人的世界反觀自己身處的環境是否有進步的空間。</p>		

雖然我們只是小學生，但可以透過自身開始進行小小的改變，世界將會有大大的不同。

教學成果與心得分享：

1. 教學成果：

- (1)本教案設計須使用平板設備，請教師事前準備好，並確認學生會使用 Slido 功能，以提高教學順暢度。
- (2)本教案有包含牌卡設計，教師須先依照班級人數列印下來，遊戲玩法類似於抽鬼牌，可依照抽鬼牌的解說方式帶學生了解玩法，以提高教學順暢度，另，牌卡內容教師可自行增加情境，增加學生學習趣味。
- (3)本教案內容涉及女性生理自然現象，教師可依照班級學生表現、對生理期的基礎認識、尊重做個別深入的健康教育、性平教育說明，讓課程能順利進行，避免因學生性平意識不足、身體界線認知不足，流於管秩序、提醒學生勿開玩笑.....等情況。
- (4)本教案透過學習單可看見學生對尼泊爾少女的處境，表示難過跟氣憤，希望能夠改變現況的積極度。
- (5)本教案透過月經就來吧活動，可以看見學生腦力激盪的過程，無論性別，都能盡力想出許多具體的建議，例如：幫忙買衛生棉、不要有異樣眼光、如果同學不舒服就讓他休息等實際協助方案，相信生活中友善的氛圍會漸漸擴大。

2. 心得分享：

(1)教學設計者一-許喬鉸：

同樣身為女性，回顧自己的生命歷程從名稱到使用衛生棉需要遮遮掩掩，不斷到現在，我們看似能夠多一點坦然跟自在談論經期，但在其他國家，仍有不同的文化脈絡影響著女性的行動。國小正值懵懂探索性與身體的階段，無論性別都應該用健康跟平等的目光去認識月經。本堂課可以看見學生從對月經露出謎樣微笑到最後可以想出十幾項行動方案，或許我們難以在短期之內看見社會的改變，但在討論與行動方案的實踐，相信慢慢可以讓影響力產生在我們所愛的人、周遭的夥伴身上。

(2)教學設計者二-許庭鉸：

「那個」、「生理期」、「不方便」這些深耕蒂固在女性生命經驗中的語詞，是女孩們之間共同的默契與密語，卻也常常成為同儕間玩笑的源頭。隨著學生步入青春期，身體開始出現成長的變化，也對於這些變化產生困擾與困惑，因此也想藉著這次教案讓學生更加了解月經議題，並透過國際視野了解不同處境的女孩所遭遇的問題，並進而提出行動方案，落實素養導向的學習。在教學過程中，可以發現一開始女學生對於這個月經議題有較高的掌握與敏感度，男學生則傾向先備知識不同而有較多的提問與困惑。當學生開始了解不同國家面對月經時，有各式作法時，也紛紛提出想法與回饋，這些

都是課程中最精彩而珍貴的部份，班上學生經過這堂課後也更能夠體貼周遭同學的不便，進而關心彼此，提供需要的協助。

其他參考資料：

1. 文章資料：

【性別觀察】尼泊爾女人，一個月一次的流放

<https://womany.net/read/article/12597>

2. 影片資料：

(1) 恥辱、嫌惡、恐懼... 尼泊爾女孩的惡夢

<https://www.youtube.com/watch?v=Xcw5X9ZbEaw>

(2) 《下課花路米 | 同理心大考驗 | 完整版線上看 | 生理期很不爽》

https://www.youtube.com/watch?v=XNDp_tpCUfw

3. 論文資料：