

「青春啟航」活動教學計劃與目標

◎ 12 堂 活動內容規劃與目標

堂	活動名稱	活動內容	活動目標	性平教育能力指標	綜合活動學習領域之能力指標
1	青春號	師資介紹 前言 相見歡—課前問卷體 驗活動—解繩索 主 題活動—課程介紹訂 定公約	●認知：學生能了解青春期的變化。 ●情意：學生願意正視青春期會遇到的難題。 ●行為：學生能在青春期遇到難題時，尋求好的資源來幫助自己。		1-3-1-3 接納他人合理的想法與意見。 1-3-2-1 從參與各項活動中，探索自己在團體中的角色或表現行為。
2	珍我島	體驗活動—你我大不同 反思活動—我的全人都獨特 主題活動—我是有價值的人	●認知：學生能知道每個人都是獨一無二、有價值的。 ●情意：學生願意看重與接納自己。 ●行為：學生能正向看待自己的生命。	1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 1-4-5 接納自己的性別特質。	1-3-3-2 發現自己的興趣與專長。 1-3-4 覺察自己的壓力來源與狀態，並能正向思考 1-3-4-1 覺察自己常見的壓力來源。 1-3-4-3 發現自己面對壓力來源的想法或感受。 1-3-4-4 覺察正向或負向解讀壓力來源，及其與正負向情緒的關係。
3	巴迪鎮	暖身活動—你的需要我懂 繪本欣賞—有什麼毛病 繪本欣賞—延伸討論 反思活動—我愛我自己宣言	●認知：學生能了解青春不同性別的身心變化與發展歷程。 ●情意：學生能接納青春期的改變。 ●行為：學生能寫出青春期所引發的變化，並能接納自己的獨特發展。	1-3-1 認知青春不同性別者身體的發展與保健。	1-3-1-2 以真誠態度、實例來表達對他人的讚美。 1-3-2-1 從參與各項活動中，探索自己在團體中的角色或表現行為。 1-3-5 覺察生命的變化與發展歷程 1-3-5-1 發現生命的變化，如青春期的生理與心理變化。 1-3-5-2 發現生命的發展歷程。
4	虹之島	暖身活動—編織夢想藍圖 主題活動—小心地雷 反思活動—讓夢無礙	●認知：學生能了解每個人的生命都是有意義與目的。 ●情意：學生願意建立有夢想與目標的人生。		1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色 1-3-3 探究自我學習的方法，並發展自己的興趣

			●行為：1.學生能擬定期待達成的夢想與目標。 2.學生能說出如何避開障礙達成夢想。		與專長 2-3-1 規劃個人運用時間、金錢，所需的策略與行動 2-3-2 分享自己適應新環境的策略
5	幻影城	暖身活動—腦筋會轉彎 主題活動—影片—那些年，記得當時年紀小 反思活動—剛柔並濟的現代人	●認知：學生能覺察一般人對於性別特質、興趣、職業等有哪些性別刻板印象，無須把他人性別化。 ●情意：學生能用正向的眼光看待並接納自己與他人的各種特質。 ●行為：學生能接納與尊重不同性別與特質的人。	1-3-4 理解性別特質的多元面貌。 1-3-5 認識不同性別者的成就與貢獻。 1-4-5 接納自己的性別特質。 2-3-1 了解家庭與學校中的分工，不應受性別的限制。 2-3-9 了解人人都享有人身自主權、教育權、工作權、財產權等權益，不受性別的限制。	1-3-1-1 舉例說明周遭他人的特色或優點。 1-3-1-2 以真誠態度、實例來表達對他人的讚美。 3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效的處理人際互動的問題 3-3-2 覺察不同性別者的互動方式，展現合宜的行為 3-3-3 尊重與關懷不同的族群
6	美的冒泡王國	暖身活動—友伴關係知多少 反思活動—我是多好的朋友？ 主題活動—什麼是真愛？ 延伸活動—當與告白相遇時	●認知：學生能了解友伴關係的發展是有其階段與歷程的。 ●情意：學生願意更多預備自己，先發展自我的生命、品格、人際關係，而非急於進入戀愛關係。 ●行為：學生能分辨什麼是真愛。	2-3-5 辨別不同類型的情感關係。	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色 1-3-2-1 從參與各項活動中，探索自己在團體中的角色或表現行為。 1-3-2-2 比較自己與他人在團體中角色的異同。 3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效的處理人際互動的問題
7	媒完媒料樂園	暖身活動—我們受媒體影響多少？ 主題活動—媒體辨識高手菁英班 延伸活動—拒絕媒體毒害撇步	●認知：學生能知道媒體如何影響人的價值觀。 ●情意：學生願意戴起過濾眼鏡，檢視媒體好與壞。 ●行為：學生能拒絕並逃離負面媒體。	1-3-2 認知次文化對身體意象的影響。 1-4-2 分析媒體所建構的身體意象 2-3-6 釐清性與愛的迷思。 3-3-1 解讀各種媒體所傳遞的性別刻板化。	4-3-1-1 透過各種觀察與體驗活動，探索周遭環境的潛藏危機。 4-3-1-3 透過問題與討論，擬定可用的策略解決周遭環境的危機。
8	賽克斯島	暖身活動—解開性的迷思	●認知：學生能了解性的價值與意義。	2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程	1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中

	(Sex)	主題活動—我能健康面對性衝動 延伸活動—性傳染病大哉問	● 情意：學生願意用健康的態度面對性。 ● 行為：學生能有效解決性衝動，避免混亂性關係。	中有平等表達的權利。 2-3-6 釐清性與愛的迷思。	的角色 1-3-5 覺察生命的變化與發展歷程 4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險
9	皮格能西村 (Pregnacy)	暖身活動—寶寶看世界 繪本欣賞與問題討論—依莉的娃娃 反思活動—三思而行	● 認知：學生能明白青少年懷孕帶來的影響 ● 情意：學生願意保護自己、尊重生命、並避免發生青少年性行為。 ● 行為：學生能說出青少年懷孕所產生的影響，以及如何避免。	2-3-4 尊重不同性別者在溝通過程 中有平等表達的權利 2-3-5 辨別不同類型的情感關係。 2-3-6 釐清性與愛的迷思。	1-3-5-2 發現生命的發展歷程。 2-3-3-3 分享改善與家人相處的經驗與方法。 2-3-4-1 說明並演練獲得各種社會資源及支援系統的資訊與方法。
10	普坦遜半島 (Protection)	暖身活動—呆呆熊與仙人掌 主題活動(一)約會安全快選快答 主題活動(二)青春啟航拒絕拳	● 認知：1. 學生能了解在約會互動中如何保護自己。 2. 學生能知道即使在被侵害後，自己的價值不會改變，仍然珍愛生命。 ● 情意：學生願意在生活中，運用方法保護自己身心不受傷害。 ● 行為： 1. 學生能應用方法，拒絕關係中的試探與誘惑。 2. 學生能應用方法拒絕性騷擾與網路交友的試探。	2-3-2 學習在性別互動中，展現自我的特色。 2-3-7 同理與關懷受到性騷擾或性侵害者。 2-3-10 瞭解性別權益受侵犯時，可求助的管道與程序。 2-4-9 善用各種資源與方法，維護自己的身體自主權。	2-3-2-2 從各種活動中覺察自己面對新環境的適應策略與想法。 3-3-2-1 與不同性別者相處時，能發現自己與其特質的異同，並尊重其差異。 3-3-2-2 省思不同性別者的互動方式，提出改善的策略。 4-3-1 探討周遭環境或人為的潛藏危機，運用各項資源或策略化解危險
11	美麗極海灣 (Marriage)	暖身活動—婚姻知多少？ 主題活動—真愛一世情 反思活動—憧憬的浪漫婚姻	● 認知：學生了解美好婚姻是值得等待的。 ● 情意：學生願意預備自己，在未來建立美好的婚姻。 ● 行為：學生能設定出婚姻適合的人、事、時，預約未來美好的婚姻。	2-3-5 辨別不同類型的情感關係。	3-3-1 以合宜的態度與人相處，並能有效的處理人際互動的問題 3-3-2 覺察不同性別者的互動方式，展現合宜的行為
12	維特市 (Wait)	暖身活動—青春馬卡龍 主題活動—別急著吃棉花糖 反思活動—幸福 Yes！Go！ 延伸活動—後測問卷	● 認知：學生能明白課程中所學到的信念。 ● 情意：學生願意從現在開始預備自己，發展成熟的成人。 ● 行為：學生為自己未來的幸福設立目標。		1-3-2 參與各項活動，探索並表現自己在團體中的角色 1-3-3-1 探究自我學習的方法。 2-3-1 規劃個人運用時間、金錢，所需的策略與行動

活動安排說明：

- ◎ 建議在國小六年級或國中一年級進行青春啟航活動。
- ◎ 建議完整青春啟航活動教學之執行至少需安排 12 堂課（每堂課至少需 40 分鐘）；配搭學生本，學生學習效果會更好。

預算說明：

1. 學生本 航行日誌 一套 90 元，20 套以上每套優惠價 60 元，內含日誌一本、手環一份、寶藏貼紙一份。



2. 活動費 預估每班 300 元。內含小獎品及教具。