

南 投 縣 仁 愛 鄉 法 治 國 民 小 學 112 學 年 度
五 年 級 彈 性 課 程 【 生 命 教 育 、 性 別 平 等 教 育 】 教 學 活 動 設 計

教學設計名稱	千萬別上當！--- 快樂做自己		
學 程	國小	原設計者	台中市江美玲
領域類別	綜合	主題(議題)	建構媒體識讀能力
教學方式	繪畫、蒐集、發表、討論、觀察、音樂冥想、學習單	使用教具	彩色筆〈紅、黑〉報紙、海報、白板、白板筆、廣告單、錄音機、CD〈阿爾卑斯的自由天空〉
適用年級	小五一國中	教學建議 時間	本教案之教學時間為 160 分鐘。
相關學習領域	語文、藝術人文、綜合、健康		
教學目標	<p>一、了解學生對自己身體的覺知與概念。</p> <p>二、指導學生了解身體意象是社會的產物，其建構是多方面的，受家庭、環境、他人、媒體、文化所影響。</p> <p>三、不受廣告操弄：引導學生破除美的迷思。</p> <p>四、不作美形奴隸：引導學生要改變不滿意的身體時，應把握「不危害健康」的原則。</p> <p>五、Say Thanks To Your Body：指導學生感激自己擁有身體及健康。</p> <p>六、引導學生對自己身體以更具建設性、更積極及更有創意的思考來看待。</p>		
相關能力指標	<p>1-3-6 學習獨立思考，不受性別影響</p> <p>1-4-2 悅納自己的性別角色，培養個人的價值觀</p> <p>3-2-3 主動探索媒體中的性別角色偏見</p> <p>3-3-5 批判並分析資訊媒體中性別迷思概念</p> <p>3-3-6 主動探索青少年文化和身體意象（例如：身材、體型、服飾等）的關係</p>		
評量方式	形成性評量		

教 學 設 計 內 容

【第一節】：40分鐘

●準備活動：學生事前準備一張個人照片。

●發展活動：

- 一、請小朋友將自己的照片貼在學習單上。
- 二、在學習單上依序寫下自己對自己身體各部位的感覺或看法。
〈頭、身體、手臂、腰、大腿、小腿、體型、身高〉。

~~~~~第一節結束~~~~~

### 【第二節】40分鐘

●準備活動：老師揭示名模海報，與學生討論名模之「美」。

●發展活動：

一、「美」是社會產物

〈一〉與學生討論他們對身體的覺知、概念以及所依據之標準

〈為何覺得自己太胖/瘦？以誰為標準？〉

〈二〉請學生出示所蒐集的「俊男美女」海報，並發表他/她們心目中「俊男美女」所具有的特徵。

〈三〉分組討論身體形象的觀念來自何處？〈電視、電影、報紙、漫畫、動畫、網路……

二、環肥燕瘦，各領風騷

〈一〉和學生討論「美」的定義古今中外皆有不同。

~~~~~第二節結束~~~~~

【第三節】40分鐘

●準備活動：老師揭示報章雜誌之各種廣告單、學生事先蒐集母親節廣告單。

●發展活動：

一、不受廣告操弄〈20分鐘〉

〈一〉老師揭示報章雜誌之各種廣告，並請學生出示蒐集的母親節廣告單。以5W1H的思考方法，和學生討論廣告單推銷什麼？會在哪些場合看到廣告？如何打動消費者？廣告是否屬實？目的何在？對誰有好處？

〈二〉和學生討論：化妝品公司、減肥產品銷售者、服飾店、珠寶商、廠商……等，利用人類愛美的心理，會以哪些手段來促銷產品？〈不斷在各種媒體打廣告、名人、年輕、身材好、標準化的美〉

〈三〉與學生討論：媒體不斷出現與型塑的「標準身材」對大眾造成哪些影響。〈失去信心、花冤枉錢、損失健康〉

〈四〉分組討論：一般人為了使自己更符合「美」的潮流，會如何改變自己？〈整形、染髮、穿耳洞、減肥、抽脂、喝消脂茶、燙睫毛、穿戴名牌、擦生髮水……〉

〈五〉與學生討論：一般人為了「好看」及「標準身材」所採取的作為，如何影響健康。〈如：飲食失調所引起的暴食症或厭食症、豐胸時植入物破掉、不易去掉的刺青、長期穿高跟鞋引發腳趾外翻及永久性肌肉肌腱萎縮、怕曬黑而不從事戶外活動、…〉

二、拒作美形奴隸〈20分鐘〉

〈一〉學生發表自己會為了「好看」採取哪些作為。

〈二〉與學生討論：如何在外表上做合適的修飾。

〈乾淨、整齊、無臭味、合乎年齡、合乎地點、合乎活動、樸素、適度修飾〉

〈三〉聰明的選擇：與學生討論要「健康、樂活、長壽」或為了追求「好看」而導致「憂鬱、短命」。

~~~~~第三節結束~~~~~

## 【第四節】40分鐘

### ● 綜合活動〈40分鐘〉

一、繪本教學—《你很特別》

二、Say Thanks To Your Body：以中國大陸四川省大地震為例，說明生命的珍貴。

三、以音樂及冥想的方式，帶領學生感恩擁有健康及身體。

四、指導學生對自己身體各部位發展具有建設性、積極及創意的思想。

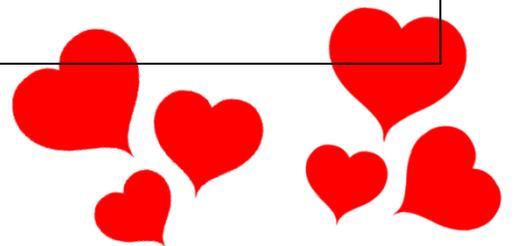
~~~~~第四節結束~~~~~

快樂做自己學習單

五年 班 號 姓名：_____

◎請貼上自己的照片或畫出自己的畫像。並依序寫下自己對自己身體各部位的感覺或看法。

| | 我的感覺或看法 | 我很滿意或我想改變 |
|------|---------|-----------|
| 我的髮型 | | |
| 我的皮膚 | | |
| 我的身高 | | |
| 我的體型 | | |
| 我的手臂 | | |
| 我的眼睛 | | |



「你很特別」學習單



五年 班 號 姓名：_____

◎你覺得自己生命中有沒有☆和●呢？請你想一想從小到現在有誰曾給過你印象深刻的☆或●呢？請你填在下表中。

| 來源(誰給的) | 給☆或是● | 得到這個貼紙的原因 |
|---------|-------|-----------|
| | | |
| | | |
| | | |

◎生活中有些事物可以用●貼紙和☆貼紙來打分數；有的則不需要，因為「我就是我，要肯定自己愛護自己」。請你分辨下面的事物，可以用●貼紙和☆貼紙來打分數的請打√，不需要評分的請打◎。

| 項目 | 打√或打◎ | 項目 | 打√或打◎ | 項目 | 打√或打◎ |
|------|-------|-------|-------|------|-------|
| 我的身高 | | 我的服飾 | | 我的容貌 | |
| 我的實力 | | 我的努力 | | 我的才能 | |
| 我的興趣 | | 我的膚色 | | 考試成績 | |
| 我的家人 | | 我住的地方 | | 我的體重 | |

◎書中的胖哥都只有得到灰點點，其實那是因為胖哥有許多的優點都還沒被發現，小朋友請你能幫忙想一想，胖哥還有哪些優點呢？你能告訴胖哥嗎？

