



嘉義市港坪國小 六年二班
嘉義市特殊教育學校 小學部



嘉義特殊教育學校

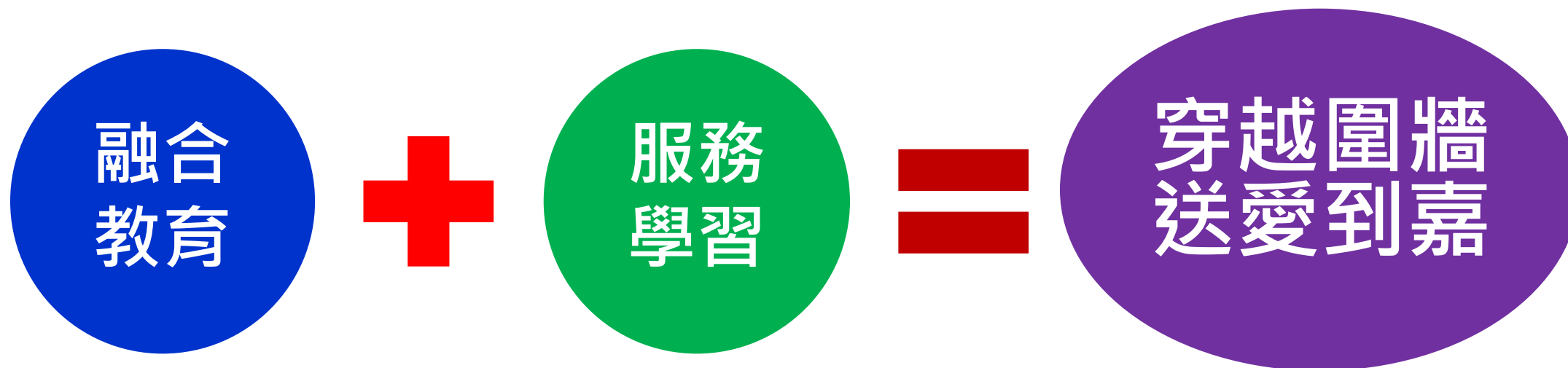
港坪國小

兩校僅有一牆之隔
是有形的圍牆，也是無形的心牆

photo by 刀疤郎

穿越圍牆・送愛到嘉

- 特教生是我們的同學，他們需要的**不是同情，而是同理心**。
- 希望和特教同學能成為平等、互惠、共成長的學習夥伴，**運用創造力及行動力來設計改變課堂學習的風景。**



我們的公益行動模式

- **從學習到實踐**-公益行動的核心是讓學生不只是「學習者」，更是「倡議者」。
- **正面的影響力**-讓這項公益行動對個人、學校、家庭、社區創造正面的影響力。

學生倡議

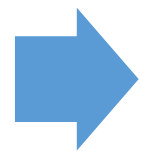
成長任務

實踐行動

尊重共榮

課程實踐三階段

理解體驗



共學合作



公益行動



課程實踐

- **運用共學與合作策略**來幫助特教學生理解性別平等相關概念
 - 例如:**用簡單語言解釋身體自主權、示範如何表達拒絕等**。
- **減少抽象概念**:用具體例子來說明「身體自主權」
- **使用視覺輔助**:圖像式情境討論、情緒圖卡
- 提供**多感官學習方式**:角色扮演、實作活動
- **「學習夥伴」機制**:在課堂活動中互相協助。
- 讓特教學生也能一起參與，如繪畫、手工製作，為性教育宣導活動貢獻自己的力量。

活動一：我的身體，我做主！

- **目標：**

- 讓特教學生了解自己的身體屬於自己，學習表達「可以」或「不可以」。
- 分辨「好碰觸」（如擁抱、握手）與「壞碰觸」（如強行擁抱、侵犯行為）。

- **材料：**

- 「身體地圖」圖卡（標示身體部位，如頭、手、肩膀、私密部位等）。
- 表情符號卡（開心、生氣、害怕、困惑）。
- 「好碰觸 vs. 壞碰觸」圖片。

活動一：我的身體，我做主！

- 討論「**身體自主權 & 健康與不健康的接觸**」
- 想要跟大家交朋友，但**太熱情的肢體接觸**，反而惹得大家都不高興！
- 一起學習 **換位思考** -即使是善意的觸碰，也要顧慮**身體主人的感受**
- 想要向朋友表達友好、想要親近喜歡的人- 有沒有什麼更好的表現方法呢？
- 從「同理別人的感受」來聊聊，學習掌握「觸摸的分寸」吧！
- 觀賞影片 https://www.youtube.com/watch?v=j_9XPJcgMMY

活動一：我的身體，我做主！

- 討論「**身體自主權 & 健康與不健康的接觸**」
- 觀賞影片後，學習夥伴一起討論及練習



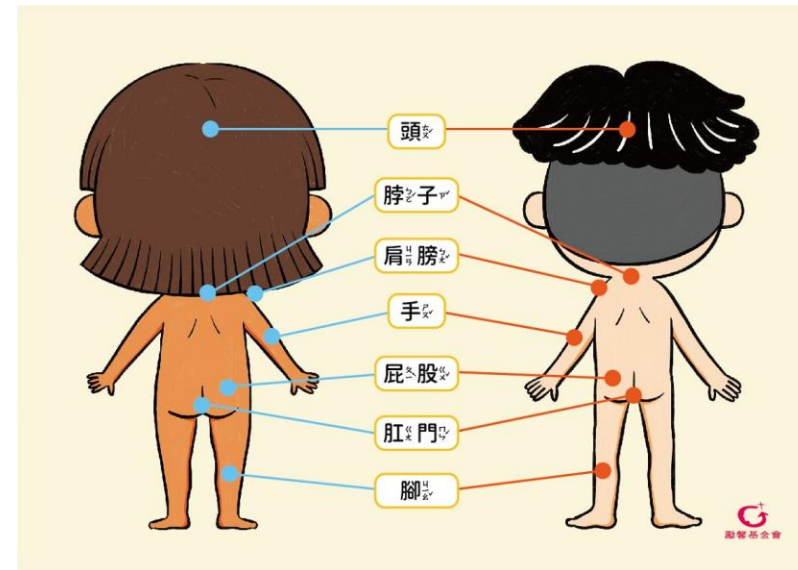
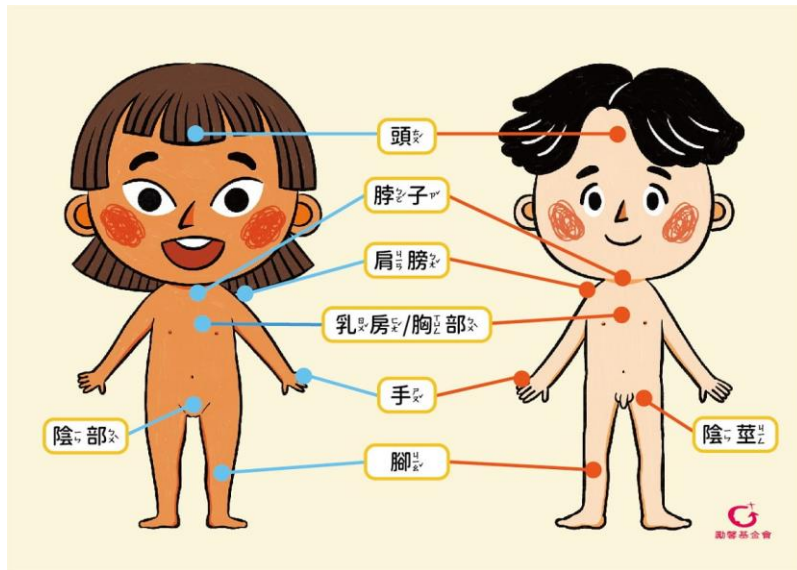
活動一：我的身體，我做主！

- 觀賞影片後，學習夥伴一起討論及練習
- **身體自主權及身體界線-好碰觸 vs. 壞碰觸**



活動一：我的身體，我做主！

- 用圖片介紹身體部位，強調「**這是你的身體，你可以決定誰可以碰你**」。
- 介紹「好碰觸」與「壞碰觸」，讓學生表示感受。



圖片取自勵馨基金會 <https://www.goh.org.tw/>

活動一：我的身體，我做主！

- 學習夥伴一起討論及練習區分「好碰觸 vs. 壞碰觸」
- 各種情境模擬~普通班學生與特教學生互動及回饋



活動二：這樣說OK嗎？

- 討論「協商 & 拒絕技巧」
- 觀賞影片後，學習夥伴一起討論及練習
- **角色扮演練習**-學生輪流表達自己的界線，並用手勢（比出停止）或語言說「不可以」。



活動二：這樣說OK嗎？

- 觀賞影片後，學習夥伴一起討論及練習
- **角色扮演練習**-學生輪流表達自己的界線，並用手勢（比出停止）或語言說「不可以」。



活動三、青春的秘密

- 認識基本的性健康知識，如青春期的生理變化、月經、夢遺、清潔護理等。
- 青春的秘密，是現實中許多性侵案件的縮影
- 根據衛福部的數據統計，在0到6歲的性侵案件中，有78%的加害者是兒童們所認識的人，而隨著被害人的年紀越小，屬於家內性侵、熟人性侵的發生比例就越高，他們可能是孩子們的老師、保母、祖父母、同居人甚至是父母自己。
- 讓孩子擁有**提防陌生人的危機意識**只是基本，而實際上我們也應該告訴孩子，**任何讓自己不舒服的觸碰都是不對的**，必須要拒絕！

活動三、青春的秘密

- 用**故事情境**讓孩子將自己代入角色，就是**練習表達**的好方法之一。
- 觀看青春的秘密影片：
 - <https://www.youtube.com/watch?v=vT4x3xQD89I>
 - 如果你是春春，你會怎麼做呢？
 - 如果有了難以開口的秘密，你可以跟哪個信任的家人說呢？
- **引導夥伴透過模仿跟演練來熟悉主動開口表達！**
跟夥伴說一聲：「不論發生了什麼事，你都可以跟老師說，老師都會保護你！」，給夥伴願意勇敢表達的滿滿安全感

活動三、青春的秘密



- 學習夥伴一起來認識「青春期」
- **共讀月經繪本:王子脫魯記**
 - <https://www.youtube.com/watch?v=4z8Cg2v57dk>



- 你想過嗎？如果灰姑娘因為要換衛生棉而必須提早離開舞會怎麼辦？湖中女神一直泡在水裡，生理期來不會有問題嗎？人魚公主長出雙腳之後，有沒有人教她月經要怎麼處理？.....
- 讓學生跟著主角魯國小王子，一同認識月經的各種知識，正確學習健康教育，男孩女孩一起學習

活動三、青春的秘密

- 介紹青春期的生理變化：
- 如「胸部變大、聲音變低、長鬍子」。
- 讓學生分享自己觀察到的變化，減少焦慮感。



活動三、青春的秘密

- 觀看「青春期」相關影片及討論
- 從「經」開始、健康喜悅
 - <https://www.youtube.com/watch?v=D6st6JviYZQ>
- 初經教育
 - <https://youtu.be/KaUyxHvq72o>
- 青春健康家-衛生棉的使用
 - <https://www.youtube.com/watch?v=eTFNF8Rt8nQ>



具體可見可操作的教具

活動三、青春的秘密



活動三、青春的秘密

- 介紹青春期的生理變化，讓學生分享自己觀察到的變化，減少焦慮感。



右圖取自南一五年級健康課本



活動三、青春的秘密

- 女生回饋月經相關問題
- 暖男說:在媽媽經期時，他會倒溫開水或糖水給媽媽、幫忙做家事



狀況 ③ 月經生理痛怎麼辦？

- 月經是青春期到來的重要標誌之一，是女性因荷爾蒙分泌影響而令子宮週期性的排出血液。
- 在月經期間，若有疼痛的現象，可以多休息、放輕鬆，或是熱敷下腹部，減輕腹部的疼痛。
- 若疼痛影響生活作息，或經血量過多伴隨頭暈、心跳快等症狀，應立即就醫，有需要時亦可按照醫師指示服用止痛藥。

我的生理期剛開始，每個月的時間不穩定，讓我覺得好困擾。



狀況 ④ 月經週期不規律怎麼辦？

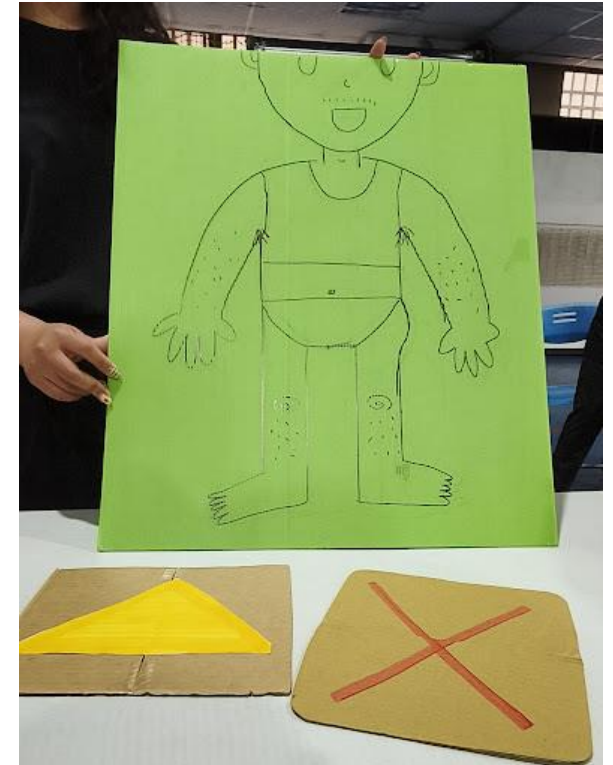
- 每個女生的月經週期都不同，通常間隔 28 ~ 35 天，且月經剛來的前兩年週期較不規律。
- 月經週期會受情緒、壓力、疾病及過度疲勞影響。
- 若月經週期超過三個月或持續時間超過 10 天以上，應該就診。



• 資料取自 五年級健康與教育教材 (南一出版社)

活動四：學習檢核闖關遊戲

- 感謝**嘉義大學特教系**的學生協助設計闖關遊戲活動
- 1. 由學生穿戴人體部位板，讓特教學生來貼貼看，判斷哪些部位是可以碰觸？那些是個人私密部位，不能讓其他人碰觸。
- 2. 設計題目後放入簽桶，由特教生抽籤回答問題。



活動四：學習檢核闖關遊戲

- 介紹活動方式



- 摸摸看你有喉結嗎？



活動四：學習檢核闖關遊戲

- 由學生穿戴人體部位板，讓特教學生來貼貼看，判斷哪些部位是可以碰觸？那些是個人私密部位，不能讓其他人碰觸。



活動四：學習檢核闖關遊戲

- 由學生穿戴人體部位板，讓特教學生來貼貼看，判斷哪些部位是可以碰觸？那些是個人私密部位，不能讓其他人碰觸。



活動四：學習檢核闖關遊戲

- 抽題目，請特教生回答問題



喉結一定是女生比較突出嗎？



屁屁可以讓別人摸一下嗎？

在「國際月經日」宣導融合性平教育



在「國際月經日」宣導融合性平教育



學生的反思日誌

日期: 4/24
活動: 月經課程
夥伴: 子健、宜均、羽熏、語彤、芝雲、芮希、家勇、香芸

事實
今天的課程是月經, 這個主題也對嘉特生很重要, 月經是每個女生都會來的, 只是早和晚, 夢遺就不一定了。

感覺
今天我們有看一個影片, 就是男生體驗用衛生棉, 還要一直加5cc的汁, 讓他們感受一下女生生理期的感覺。

發現
看影片的時候, 我發現嘉特生們都被影片給吸引了呢! 雖然他們可能聽不懂或看不懂, 至少我們都已經有給很多影片介紹了。

未來
今天很開心, 可以上月經和夢遺的課程, 不僅可以讓嘉特生知道月經的重要性, 也讓他們知道很多知識等等。

護墊 日用 夜用

月亮杯 衛生棉條

日期: 114.4.10(四)
活動: 性平課程
夥伴: 嘉特: 史子龍、鄭君怡、周宥朋
港坪: 林亭雅、羅謙柔

Facts事實: 今天我們到復健館的三樓進行這次性平課程的第一次上課。我今天印象最深刻的是我們看了一個動畫, 裡頭的叔叔對主角中的小象動手動腳, 老師問我們要怎麼辦的時候, 因為那時我和夥伴討論了好幾個答案, 例如: 噴叔叔辣椒水、打113或告訴學校的老師、校長、主任等自己「信任」的人。

Feelings感受: 我嘗試用那些遇到性騷擾的人們的心理想想, 如果那些人對我做了不好的事情, 我一定會覺得很傷心, 認為自己已經跟普通人不一樣, 沒有未來了。這時候, 就會非常需要朋友、家人的安慰。所以如果我們身邊的人被人性騷擾, 我們該做的, 就是陪在那個人身邊, 安慰他。 Good! 同理心!

Findings發現: 我認為自己在這堂課裡, 扮演的是「陪伴者」和「教導者」的角色, 因為我陪伴了嘉特的夥伴, 也教導他們什麼動作是可以的, 什麼動作是不可以, 並教他們如何表達自己「不想要」。像是手比叉。

Future未來: 下次服務學習, 我們要繼續進行性平的課程, 我已經在期待了呢! 一起努力, 讓生活更美好。 Good!

日期: 114.4.24(四)
活動: 青春期活動宣導
夥伴: 嘉特: 子龍、君怡、宥朋
港坪: 我、謙柔

Facts事實: 今天一樣是上性平課程, 不過今天和上次不一樣, 今天是上青春期的課程。今天先說女生會來的「月經」, 老師讓我們看了幾個影片, 我印象最深刻的是有一個男生體驗女生來月經的感覺的影片。再來介紹男生會來的「夢遺」, 也讓我了解到男生為什麼會來夢遺。

Feelings感受: 今天看了一個男生體驗女生來月經的影片, 我認為這非常重要, 因為如果男生沒有親自體會過, 不會知道女生來月經的感覺, 就只能靠想像的。今天在上課時, 我覺得是新奇的, 因為我以前沒有聽過那麼多關於「夢遺」的事。

Findings發現: 今天的服務學習後, 我發現: 不管是男生還是女生, 來生理期的時候, 都需要別人的關心。

Future未來: 上完今天的課後, 我會去注意身邊的女生, 如果她不舒服, 我可以幫她。 Good!

學生的反思日誌

日期: 114 / 4 / 10

活動: 上性騷擾給嘉特生

夥伴: 宜均、子健、立翔、語彤、芝蜜、芮希、家賓、香芸

事實

今天我們港坪的同學，要給嘉特生們介紹性騷擾，和要怎麼拒絕還有方法。下次要上衛生棉。



感覺

今天的課堂很好，不僅能讓嘉特生知道什麼是性騷擾和怎麼拒絕，也能讓我們複習。



未來

今天的性騷擾課很有趣，也很有價值，下次我們要上月經，今天的性騷擾課程拒絕的方法我覺得要撥打113保護專線向警察提申訴，等下次的月經主題吧！

發現

今天芝蜜在復健館時莫名的咳嗽，我看向老師，老師就說：「在教室都不會，在這就會」，我覺得她好像沒有很聽話，所以她就又咳了，還點我去幫她拿衛生紙，我要拿時，老師說不要理她，我覺得應該是小小逞罰她。

拒絕性騷擾

勇敢說「不」

Good!

日期: 114 / 4 / 24 (四)

活動內容: 與嘉特生一起聽宣導

夥伴: 港坪: 陳宜均、阮子健、顏瑜彤
嘉特: 芝蜜、湘芸、芮希、家賓

反思內容:

事實:

今天與上次一樣，和嘉特小夥伴走完操場後，就到3F復健館聽老師介紹有關女生的月經、男生的夢遺與青春期的有關的宣導，我們也與夥伴互動，帶他們理解。

發現:

其實有些特教小夥伴反應很快，能應對老師的問題給回答，老師在問嘉特小夥伴時，他們的反應也都很有趣，自己也是學到了許多知識。

感受:

感覺很多嘉特小夥伴學會了，因為他們基本上都答對了，也意外發現我們班有其他暖男？其實我蠻期待男生體驗女生月經來時，各個都有什麼反應，就看老師安排啦！

未來:

今天除了學到了月經，也學到了一些關於夢遺的知識，畢竟我是女生，自然較少涉略到有關夢遺的知識，感謝老師，讓我更進一步了解夢遺。

日期: 114 / 4 / 24 (四)

活動內容: 與嘉特一起聽宣導

夥伴: 港坪: 陳宜均、阮子健、顏瑜彤
嘉特: 芝蜜、芮希、湘芸、家賓

反思內容:

事實:

今天與嘉特小夥伴走完操場後，就到復健館3F聽老師介紹有關身體界線的宣導，我們也與夥伴互動，跟他們說如何拒絕別人的碰觸。

發現:

在跟夥伴互動的過程中，最大的困難點就是他們剛開始還在聽你講話，但突然就分心，把頭轉向別的地方，叫回來以後又分心了，所以過程斷斷續續，蠻辛苦的。

感受:

其實也不知道嘉特小夥伴有沒有聽懂，因為我問他：「我可以碰你嗎？」，他的回覆是盯著我看，或許我的話對他來說還是難以理解。

未來:

我覺得我還可以再把話說得簡單明瞭一些，或許下次他就聽懂了，再多加一些肢體動作可能更好理解。

很棒的策略，有你陪伴真好！

Good!

參考資料

- 小紅帽月經教育線上資源 <https://withred.org/resource>
- 五年級健康與教育教材 (南一出版社)