

# 110 年度

## she can 青春期生理教育校園公益專案實施計畫

### 壹、前言

青春期中青少年，對於身體的變化總是無所適從，然而，青春期的生理衛教知識在臺灣的教學過程中，卻是許多老師認為最棘手的議題。而在成長期中的女孩們，除了課業上的壓力外，生理期的各種身體狀況，也是她們煩惱的問題，生理期延遲、生理痛或者是身體外觀上的改變，青少年們常常害羞不敢啟齒，不敢詢問老師或是家長，不知道有許多的生理變化是正常並且正向的，我們希望幫助孩子學習用正面的態度去對待，不再覺得害羞。

she can 青少年青春期生理教育推廣實施計畫，期望能夠提供教師資源，推廣青少年生理期教育，以現有教學教材為主，發展出一套符合教師需求的補充教材，期能幫助老師在教導生理期相關知識時，以更多元並充滿樂趣的方式帶給學生不同面向的生理知識，讓學生勇敢面對生理期身體上的變化，理解它並接受它，不需覺得畏懼或害羞，以積極正向的態度去擁抱長大的自己，不要為自己設限！才能努力實現夢想的過程中，看見越來越好的自己。

### 貳、目的

- 一、提供教師實施生理期健康教育課程時，能夠有更多的資訊及資源使用於教學。
- 二、設計專屬教案及教學手冊、月經桌遊教具，she can 特製紀念包（會後寄送）加強學生經期衛教知識之學習。

### 參、辦理單位

- 一、主辦單位：財團法人遠見·天下文化教育基金會、金百利克拉克股份有限公司台灣分公司
- 二、執行單位：遠見天下文化出版股份有限公司 未來親子學習平台
- 三、協辦單位：臺中市立龍井國民中學

### 肆、參加對象及辦理方式

- 一、參加對象：臺中市公私立國中(含補校)健康教育課程授課教師，及對

課程主題有興趣之教師。

二、參加人數：每所國中至少 1 名額，敬請派員參與。

三、活動日期：110 年 8 月 18 日（星期三）

15 時 00 分至 17 時 00 分(14 時 45 分開始線上報到)

四、辦理方式：線上會議系統 Google Meet

五、報名方式：

(一) 請至 <https://lihil.cc/WTR93>

(二) 報名截止日期：110 年 8 月 6 日（星期五）前。

六、錄取原則：以報名先後次序排列，額滿為止。

#### 伍、課程內容

時間	內容主題	主講人
14：45～15：00	報到	
15：00～15：05	活動引言/開場影片	主持人
15：05～15：10	專案說明/專案推動	金百利克拉克/遠見天下文化
15：10～15：30	教案分享 <b>【暢遊經期冒險28天】</b>	第一套月經教學教具設計者 <b>胡芷寧 老師</b>
15：30～15：50	月經教育分享 <b>【小紅帽的50/100月經教育計畫】</b>	小紅帽組織特派講師 <b>謝佳欣 教育社福總監</b>
15：50～16：10	教學經驗分享 <b>【學姐的月經日誌】</b>	月經教育永遠的大學姐 <b>李美玲 老師</b>
16：10～16：30	專題演講 <b>【月經！我有問題】</b>	特聘講師 專業婦科醫師 <b>陳保仁 醫師</b>
16：30～16：40	交流Q&A	金百利克拉克代表&講師
16：40～16：55	互動遊戲 <b>【月經知識大PK】</b>	主持人&全體教師
16：55～	紀念合影	全體教師

陸、活動網站：KOTEX 女孩私密社團-陪你面對經期大小事

<https://parenting.cwgv.com.tw/topic/2020kotex/index.html>