

# 2024 年 she can 青春生理教育校園公益專案 實施計畫

## 一、計畫緣起：

在臺灣的教學過程中，青春生理衛教常被視為棘手議題。青少年面對身體變化時常感到迷惘，特別是女孩，除了學業壓力外，生理期的變化也可能從生理轉為心理憂慮。因此，「she can 青春生理教育推廣實施計畫」旨在協助教師面對此一挑戰。

此計畫將提供教師相關資源，提供豐富且多元的教學方法，導引學生了解、接受生理期的變化，並以正面態度面對成長。本次更提供了月經平權議題教案，協助課堂倡議，打造可以說出口的月經校園，此計畫冀能鼓勵學生自信地接受自身的變化，並勇敢追求夢想。5

## 二、計畫目的：

1. 協助教師更順利進行生理期健康教育課程，提供豐富資訊方法與教學資源，強化教師教學效能。
2. 設計專屬經期衛教教案及教學手冊、月經桌遊教具，正向強化學生經期衛教知識。
3. 設計月經議題課堂討論教案，師生可跨性別討論，帶動校園正向改變。

## 三、辦理單位：

1. 指導單位：教育部國民及學前教育署
2. 主辦單位：財團法人聯合報系文化基金會、好讀周報、聯合學苑、金百利克拉克股份有限公司台灣分公司
3. 執辦單位：聯合報教育事業部、聯合線上

## 四、參加對象：

1. 對象：各縣市公私立國中健康與體育領域授課教師，及對經期生理衛教課程主題有興趣之教師。
2. 人數：每所國中至少 1 名額，敬請派員參與。
3. 場次：報名時選擇參與場次，每場提供 3 小時研習時數  
(1)113 年 8 月 5 日（星期一）下午 13:30~16:30（13:30 開始報到）  
(2)113 年 8 月 13 日（星期二）下午 13:30~16:30（13:30 開始報到）

五、辦理方式：以 Google Meet 線上會議系統進行。

六、報名方式：每場上限 250 名，若滿額則依報名順序通知。

報名表單：

(1)113 年 8 月 5 日（星期一）<https://forms.gle/1bhLzex3kEWRwjJ38>

(2)113 年 8 月 13 日（星期二）<https://forms.gle/srLNaMW8tGzdGVKh8>

1. 活動網頁：<https://event.udn.com/kotex/teacher2024>
2. 錄取原則：依報名順序，若接到報名後無法參與請務必通知主辦單位以利候補，使資源發揮最大效益。
3. 限量教學資源領取：依報名先後，任一場全程參與（簽到簽退）、一人限領一份，會後擇期寄送。

## 七、課程內容：

## 2024 教案 Plus 青春生理用品改版攻略、課堂話題再升級！

shecan 歡迎你，適合所有健教老師

月經教育新手：生理教育教案包，你的生理衛教起手式，上手輕鬆！

資深健教教師：深入探討月經教育，解鎖月經課堂延伸社會文化話題！

研習與教案同時升級！

今年「she can 青春生理教育專案線上研習營」，將提供教師有趣、互動性高的「she can 青春生理教育教案包」，從使用到拋棄的生理用品歷程，提供去除月經汙名化、月經貧窮等議題教案。

- 新版教案設計與課堂使用
- 邀請專業師資經驗分享
- 提供醫學與文化等觀點

[場次一]

日期／時間	8月5日(週一)
13:30~14:00	報到
14:00~14:15	開場(致詞、計畫簡介)
14:15~14:20	現場互動(經期知識王)
14:20~14:50	<b>教案分享</b> <b>男老師的月經課 -</b> <b>從 She Can, He Can 到 We Can!</b> 看見差異，尊重同理，生理期不僅是女生的事！ 跨越歧視與汙名化，帶給孩子全面全新的學習！  王君豪老師 • 臺北市瑠公國中 • 臺北市國中健康與體育領域輔導團兼任輔導員
14:50~15:35	<b>教學經驗分享</b> <b>月來悅好 -</b> <b>月經教育進化史</b> 從生命與社會觀點探究月經旅程！ 近 30 年生理現象與文化層面探索！  黃蕙欣老師 • 臺北市金華國中 • 教育部中央課程與教學諮詢團隊教師  <b>愛女孩 -</b>

	<p><b>聊月經行動把愛傳出去</b> 月經是 50% 人的事，希望 100% 人都了解的事。 月經貧窮和月經不平等議題的思與動。</p> <p>童致維老師 • 新北市立桃子腳國中小</p> <p><b>《月經，安啦！》</b> <b>月經教育與創作展</b> 課堂外的月經教育： 親師生協力打造「月經安心小屋」 教學、展覽、遊戲、國際倡議的月經平權實踐</p> <p>劉冠伶老師 • 高雄市新上國小教師 • 高雄市國教輔導團性平教育議題輔導員</p>
15:35~16:15	<p><b>專題演講</b> <b>烏烏陪你聊月經懂身體</b> 烏恩慈醫師 • 禾馨婦產科診所 主治醫師 • 曾任臺大醫院婦產部住院醫師/總醫師</p>
16:15~16:25	<b>【問答與討論】</b>
16:25~16:30	大合照

[場次二]

日期／時間	8 月 13 日(週二)
13:30~14:00	報到
14:00~14:15	開場(致詞、計畫簡介)
14:15~14:20	現場互動(經期知識王)
14:20~14:50	<p><b>教案分享</b> <b>月事升級的經期冒險 -</b> <b>打造自在安心的青春教育</b> 教案設計者倡談 she can 教案 2.0 升級版 遊戲式班經適合班上各種青春少男少女</p>

	<p>胡芷寧老師</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 新北市鶯歌國中</li> <li>• she can 青春期生理教育教案設計者</li> </ul>
14:50~15:35	<p><b>月經校園分享</b></p> <p><b>誰打開潘朵拉的盒子-</b> <b>談變化中的校園生理教育</b></p> <p>校園生理教育的歷史與轉變 家庭社會衝撞磨合下的生理教育</p> <p>李美玲老師</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 臺北市敦化國中</li> <li>• 臺北市國中健康與體育領域輔導團兼任輔導員</li> </ul> <p><b>月經平權與國中校園的邂逅-</b> <b>策略與省思</b></p> <p>社會正義下校園的月經平權實踐。 共融環境、更包容與平等的學習型校園。</p> <p>林泰安校長</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 臺北市中正國中</li> <li>• 教育部課程與教學輔導組諮詢委員</li> </ul> <p><b>師生同行的成長必「經」之路-</b> <b>圖書館在性平推動扮演的角色</b></p> <p>圖書館與多處室共同打造的月經倡議實踐校園。 知而起而行高三生帶領下的小六月經衛教宣導。</p> <p>陳念雯老師</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 新竹市曙光女中圖書組長</li> </ul>
15:35~16:15	<p><b>專題演講</b></p> <p><b>月經：理論、思潮與行動</b></p> <p>黃韻如教授</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 臺灣大學醫學系擔任專任教授</li> <li>• 國立臺灣大學醫學院解剖暨細胞生物學研究所博士</li> </ul>
16:15~16:25	<b>【問答與討論】</b>
16:25~16:30	大合照