

学校禁毒和
预防艾滋病
教育教师指导丛书

主编 尚云 王鹏 周铨

禁毒和预防艾滋病 教育教师指导

普通院校版



丛书主编 周本贞 戴江明 骆寒青

 高等教育出版社

学校禁毒和预防艾滋病教育教师指导丛书

丛书主编：周本贞 戴江明 骆寒青

禁毒和预防艾滋病教育教师指导

(普通院校版)

主 编：尚 云 王 鹏 周 铨



高等教育出版社

内容提要

本书提出基于生命观、生存观和生活观的禁毒和预防艾滋病教育,整合了云南省在禁毒和预防艾滋病教育中的先进经验,建构了优化的内容结构,设计了符合一线教师实施教育教学的范式,提供了最新的禁毒教育和预防艾滋病教育研究成果及资料,重点阐述了根据教材如何运用各种教育方式、方法、手段,使学生正确认识禁毒和预防艾滋病,改变学生的态度,有效掌握禁毒和预防艾滋病的技能、技巧及能力,突出了实用性、操作性和指导性。

本书共分三单元12节内容,教师通过学习这些内容和教学方法能够更好地指导学生了解生命的意义和重要性,掌握艾滋病和毒品的危害性,主动抵制毒品,积极控制和预防艾滋病。

图书在版编目(CIP)数据

禁毒和预防艾滋病教育教师指导:普通院校版/尚云,王鹏,周铨主编.—北京:高等教育出版社,2009.7

(学校禁毒和预防艾滋病教育教师指导丛书/周本贞,戴江明,骆寒青主编)

ISBN 978-7-04-026749-5

I. 禁… II. ①尚…②王…③周… III. ①禁毒—中国—高等学校—教学参考资料②艾滋病—预防(卫生)—高等学校—教学参考资料 IV. D669.8 G479 R512.910.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第094246号

策划编辑	杨利平	责任编辑	丁燕娣	封面设计	张志奇
版式设计	范晓红	责任校对	姜国萍	责任印制	韩 刚

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
总 机 010-58581000

经 销 蓝色畅想图书发行有限公司
印 刷 中原出版传媒投资控股集团
北京汇林印务有限公司

开 本 787×1092 1/16
印 张 7
字 数 150 000

购书热线 010-58581118
咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landraco.com>
<http://www.landraco.com.cn>
畅想教育 <http://www.widedu.com>

版 次 2009年7月第1版
印 次 2009年7月第1次印刷
定 价 15.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换。

版权所有 侵权必究

物料号 26749-00

编写组委员会

学校禁毒和预防艾滋病教育教师指导丛书

组委员会主任：罗崇敏

副主任：罗嘉福 董一凡

编委：李炳泽 雷涛 曾继贤

卢宇辉 杨丽 杨必俊

姚勇 王永全 徐忠祥

杨国良 何开喜 罗文

常锡光 周本贞 戴江明

骆寒青

禁毒和预防艾滋病教育教师指导用书（普通院校版）

主 编：尚 云 （云南师范大学）
 王 鹏 （昆明冶金高等专科学校）
 周 铨 （云南医学高等专科学校）

副 主 编：马 纳 （云南师范大学）
 沈 毅 （云南师范大学）
 蒋凌月 （云南警官学院）

编 委：（按姓氏拼音排序）
 高 俊 （云南民族学院）
 李 霞 （云南警官学院）
 龙 榕 （云南医学高等专科学校）
 苏 伟 （云南医学高等专科学校）
 邬 江 （云南大学）
 张 燕 （云南师范大学）

总 序

毒品和艾滋病是严重危害人类健康的公共卫生问题和社会问题,严重影响了众多国家的社会和经济稳定。在中国,艾滋病已出现从高危人群蔓延至普通人群的趋势,感染率急剧上升。2003年资料显示,在全球范围内艾滋病已经夺去了至少2000万人的生命,每年新增感染者约500万,其中一半是15~24岁的青少年,平均每天约6000名青少年感染艾滋病病毒。对青少年进行禁毒和预防艾滋病知识教育已刻不容缓。

众所周知,在目前尚无有效疫苗的情况下,预防艾滋病最有效的手段就是宣传教育。青少年是开展禁毒和预防艾滋病教育的重要目标人群,而学校又是对青少年进行禁毒和预防艾滋病教育的主要阵地。帮助青少年掌握预防毒品、预防艾滋病的知识与技能,形成良好的行为习惯和文明健康的生活方式,避免感染艾滋病的危险行为,是学校教育的重要任务,也是党和国家赋予学校教育的一项重要而光荣的使命。

云南省由于其特殊的地理位置,一直都是毒品和艾滋病的重灾区。从20世纪90年代末开始,在云南省委和省政府的重视下,全省各部门、各系统和社会各界都不遗余力地开展禁毒和预防艾滋病宣传教育工作。因此,云南省的学校禁毒和预防艾滋病教育一直处在全国的前沿,拥有一批学校禁毒和预防艾滋病教育的优秀科研人员和一线教师,编写并出版了许多有关禁毒和预防艾滋病的著作和教材,用于各级各类学校禁毒和预防艾滋病教育。

为了让各级各类学校不同层次的教师更好地把握所用教材,让学校禁毒和预防艾滋病教育教学更有针对性和实效性,2008年5月,云南省教育厅精心筹划,组织全省大、中、小学禁毒和预防艾滋病教育教学的专家和一线教师编写了这套《学校禁毒和预防艾滋病教育教师指导丛书》,针对不同年龄段学生生理和心理特点,丛书分为“高师院校版”、“普通院校版”、“中学版”和“小学版”四种版本,丛书覆盖了各级各类学校禁毒和预防艾滋病教育教学的内容和方法。

“高师院校版”以培养禁毒和预防艾滋病教育的教育者为目的,设有引导回忆栏目,有意识地让教师引导学生有效掌握教学方法,巧妙地把“生活教育、生存教育、生命教育”有效融入教学中,培养大学生敬畏生命、珍爱生命、提升生命质量的意识和技能;同时,把参与式教学引入教学中,强调学生学习主体作用的发挥,并将理论教学延伸到学生的第二课堂,拓展到社会,发挥为社会服务的功能;此外,“高师院校版”还

探索了禁毒和预防艾滋病教育大班教学中的小组学习方式,以及大学生学习档案建立等实效性的方法,创建了学生骨干带动学生、增强自主学习兴趣的学习模式,促进师生互动、学生与学生互动。

“普通院校版”提出基于生命观、生存观和生活观基础上的禁毒与预防艾滋病教育,整合了云南省在禁毒和预防艾滋病教育中的先进经验,建构了优化的内容结构,设计了符合一线教师实施教育教学的范式,提供了最新的预防艾滋病教育和禁毒教育研究成果和资料,重点阐述了根据教材如何运用各种教育方式、方法、手段,使学生正确认识禁毒和预防艾滋病(简称“防艾”)的重要意义,改变学生的态度,有效掌握禁毒和预防艾滋病的技能、技巧和能力,突出了实用性、操作性和指导性。

“中学版”遵循新课程理念,强调教师角色的转换和学生主体性的发挥,将示范性教学编写为一份表格式的教案,教师可按照表格左边教学步骤进行教学,按照右边所列关键信息进行强调或板书;与示范性教学配套的还有相应的课件,有多媒体设备的学校,教师可使用课件授课;没有多媒体设备的学校,教师可参考示范性教学中的关键信息进行板书教学,也可用本书提供的光盘将课件打印出来作为板书的补充参考。本书还有一个特色栏目:“小手牵大手”,引导学生将学校所学的知识带回家与父母分享,向父母或邻居进行宣传。这既可锻炼学生与人交往和沟通的能力,更可培养学生从小具备承担社会责任意识。

“小学版”最大的特点是考虑到我国小学所在区位及学校硬件设施的差异,分别为城市一级完小(含有一至六年级的小学)、农村中心校小学部、贫困偏远地区小学的老师们设置了三种教案,供教师有选择地使用。配合本书中的教案,编写者提供了“教师资源包”,其中“游戏包”可以帮助教师丰富教学内容;“故事屋、读一读”、“小卡片、测一测”则可以直接复印作为资料,由教师选择使用。本书还有配套的“教师教具包”,其中包括教学挂图、多媒体课件以及部分游戏用品等。在编写本书时,还考虑了以下几种类型的禁毒和预防艾滋病教育:教师对在校小学生的教育;社区对非在校儿童的教育;家长对孩子的教育。除此之外,本书还加入了自我反思的环节,帮助教师在课后反思和改善教学。

青少年是祖国的未来、民族的希望。当今全球毒品泛滥和艾滋病蔓延的严峻形势给学校禁毒和预防艾滋病教育提出了巨大的挑战,在学校开展禁毒和预防艾滋病教育,帮助学生树立健康的观念,形成良好的生活方式和行为规范,不仅是保护和促进青少年学生身心健康成长的重要手段,而且对有效控制毒品泛滥和艾滋病在我国的传播和蔓延也能够发挥很大的作用。

做好学校禁毒和预防艾滋病宣传教育工作,对全社会、全民族都具有非常重要的意义,这是党和国家的要求,是适应社会经济发展的要求,是提升整个公民道德修养、推进文明进步、构建和谐社会的要 求,是教育功能和特点的具体体现。云南省教育厅组织策划编撰本套丛书,是一件关乎国计民生,功在当代、利在千秋的大好事,相信本套丛书的出版会对我国学校禁毒和预防艾滋病教育起到积极的推动作用。

是为序。

廖文科

2009年5月

前言

毒品和艾滋病问题严重影响着社会的和谐、家庭的幸福和个人的发展。截至2008年,全球共有吸毒人员2.08亿人,占全球总人口的3.2%,占全球15~64岁人口总数的4.8%。中国累计报告艾滋病病毒感染264 302例,其中艾滋病病人77 753例;报告死亡34 864例。禁毒和预防艾滋病教育工作是一项长期而艰巨的任务,功在当代,利在千秋。只要人们能培养良好的生活技能,远离危险行为,培养和倡导健康的生活方式,完全可以拒绝毒品、预防艾滋病。

大学生群体具有高教育水平、高智商、高自我价值感和高压力的特点,本书贯彻“健康第一”的指导思想,以教育性、科学性、思想性、有效性为原则,紧密结合普通院校教育教学和学生的实际,向学生介绍拒绝毒品和预防艾滋病的相关知识、技能,能帮助大学生树立良好的健康观念、形成良好的生活方式和行为规范,增强自我保护意识和抵御艾滋病侵袭的能力,成为禁毒和预防艾滋病的宣传者,促进重视健康的良好社会风尚的形成,让全社会的人远离毒品和艾滋病。

为提高普通高等院校的禁毒和预防艾滋病教育教学工作的有效性,云南省学校禁毒与预防艾滋病教学科研培训示范基地等单位以云南省高等学校教材审定委员会审定,大学生预防艾滋病、拒绝毒品教材——《珍爱生命》(云南省教育厅主编,云南科学技术出版社,2005年8月第1版)为教材依据,优化整合资源,探索适合普通高校学生的认知水平和生活能力的教学方式及提高教学的实效性的禁毒与预防艾滋病教育教学方法,设计了以教学目标、教学重点和难点、教学内容、教学建议和示范性教学、教学评价为框架,提供了符合大学生知性特点的、多样化的案例和活动可供教师进行选择的教师指导用书,旨在:①帮助教师对学生进行禁毒和预防艾滋病教育教学,提高教师教育教学技能,促进教师将教学落脚于“拒绝毒品”和“预防艾滋病”的方式上,提高学生的生存技能和生活技能。②引导学生正确认识生命、生活与生存,树立正确的生命观。③指导学生深入了解和掌握有关毒品与艾滋病的相关知识,明确艾滋病与毒品对个人、家庭和社会发展带来的危害,培养正确的性道德观念,学会和掌握在日常生活中自我保护的技能。④引导学生不歧视艾滋病病毒感染者、艾滋病病人和吸毒人员,并学会正确关爱这些受害人群。⑤帮助学生了解国家禁毒、预防和控制艾滋病的政策法规,培养社会责任感。⑥指导学生掌握禁毒与预防艾滋病宣传

的方式、方法,开展宣传教育活动,为自己服务,为他人服务,为社会服务。

本书在编写过程中,提出基于生命观、生存观和生活观基础上的禁毒与预防艾滋病教育理念,运用系统知识,充实教学内容,使禁毒和预防艾滋病教育更加有理、有据。编写内容力图符合普通院校学生心理特点,能帮助教师提高教学效果,能帮助学生树立健康意识,实现将普通院校大学生培养成为禁毒和预防艾滋病教育的宣传者的目标。强调操作性,重点阐述根据教材如何运用各种教育方式、方法、手段,使学生正确认识禁毒和预防艾滋病,改变学生的态度,有效掌握禁毒和预防艾滋病教育的技能、技巧与能力。评估也试图通过多种形式实现过程评估和结果评估相结合,保证禁毒和预防艾滋病教育的效果。其第一单元基于生命、生存和生活教育基础上的禁毒与预防艾滋病教育,由“认识生命 关爱生命”、“性健康与生活观”、“健康危险行为识别与生存”和“生活技能培养”四个专题组成,第二单元拒绝毒品,由“毒品基本知识”、“毒品问题现状与吸毒危害”、“拒绝毒品的方法和技能”和“拒绝毒品 志愿服务”组成,第三单元预防艾滋病,由“艾滋病基本知识”、“艾滋病流行态势、特点和危害”、“预防艾滋病的方法和技能”、“学会关爱 志愿服务”组成。希望这样的安排能得到广大教师的认可。但是由于水平和时间所限,不足之处在所难免,也希望大家提出宝贵意见予以批评指正。

本书由尚云、王鹏、周铨担任主编,马纳、沈毅、蒋凌月担任副主编,第一单元第一节由尚云编写,第二节由苏伟编写,第三节由王鹏和张燕编写,第四节由高俊编写,第二单元第一、第二节由李霞编写,第三节由蒋凌月编写,第四节由邬江和马纳编写,附录由沈毅编写,第三单元第一、二节由周铨和龙榕编写,第三节由尚云编写,第四节由马纳和张燕编写,附录由沈毅编写,全书由尚云统稿。本书在编写中得到云南省教育厅、云南师范大学、云南警官学院、云南医学高等专科学校、昆明冶金高等专科学校、云南大学、云南民族学院的大力支持,特此鸣谢。所有参编人员参考了国内外学者和 NGO 组织编著的大量文献、教学资料和师资培训手册,在此我们一并感谢。

编 者

2009年2月

目 录

第一单元 基于生命、生存和生活教育基础上的禁毒与预防艾滋病教育 / 1

第一节 认识生命 关爱生命 / 1

第二节 性健康与生活观 / 7

第三节 健康危险行为识别与生存 / 13

第四节 生活技能培养 / 23

第二单元 拒绝毒品 / 31

第一节 毒品基本知识 / 31

第二节 毒品问题现状与吸毒危害 / 37

第三节 拒绝毒品的方法和技能 / 42

第四节 拒绝毒品 志愿服务 / 49

附录 禁毒相关政策和法规 / 54

第三单元 预防艾滋病 / 61

第一节 艾滋病基本知识 / 61

第二节 艾滋病流行态势、特点和危害 / 68

第三节 预防艾滋病的方法和技能 / 72

第四节 学会关爱 志愿服务 / 78

附录 预防艾滋病相关政策和法规 / 90

参考文献 / 94

后记 / 96

第一单元 基于生命、生存和生活教育基础上的禁毒与预防艾滋病教育

第一节 认识生命 关爱生命



【教学目标】

认识生命,关爱生命,了解人的生命存在和发展的基本规律,使学生认识到提高生存能力的意义,促进生存能力的提高。



【教学重点、难点】

- (一) 生命的意义。
- (二) 幸福生活与生存质量的认知和理解



【教学内容与教学建议】

(一) 教学内容

对生命的认识是生命自我意识的必然表现。生命有自然科学的意义,也有社会科学的意义。对生命的教育能帮助学生认识生命、珍惜生命、尊重生命、热爱生命,掌握生存技能,提升生存意志,增强生存本领,确立正确生存意识,获得生活常识,掌握生活技能,确立生活目标,实践生活过程,获得生活体验,树立正确生活观念,促进学生主动、健康、积极地发展生命,提升生命质量,实现生命的意义和价值,去追求幸福的人生。

1. 生命及其形式

对生命的关注是生命自我意识的必然表现。生命的概念有多种含义,一种是将有生命的与无生命的区分开的特征概括;一种是指由与生命相联系的各种机能的实现所显示的实在的生活状态;一种是指生命开始至终止的时间。生命的基本形式也分为生命的自然形式、社会形式和文化心理形式

2. 生命的可贵和存在方式

生命的起源至今仍是未被破解的自然之谜。时间是生命的存在方式,生命具有脆弱性,有其生、老、病、死过程。生命的整个生物体进化过程极其艰辛,每个生命体的存在都是唯一的;同时,生命产生过程中优胜劣汰的自然法则使生命的获得存在偶然性和必然性。人类的自然生命、精神生命和社会生命有其存在与发展规律,个体的自我生命和他人的生命均有不一致的特点,对生命的正确认识不仅要包括对人的生命存在和发展规律的认识,还要包

他对自然界其他物种的生命存在和发展规律的认识,才能树立正确的生命观。

3. 对生命自由的选择与追求

人的社会行为均是经过理性的思考、辨析和权衡之后作出的取舍和抉择,有别于动物。对生命自由的选择具有自然意义上的限制性,也具有社会意义上的限制性。自然物质条件、社会历史条件和社会发展的规律都制约着人们选择的自由度,没有绝对的自由,绝对自由实际上是对个人自由的控制。

4. 生命的内涵

生存是物种或个体生命的持续和延续,是生物繁衍和自保的一种方式,是一种直接的生命活动。生活是人消费活动的总和,是对生命的消费。生存有其规律,提升生存能力,强化生存意志,树立人与社会和谐发展的正确生存观,才能体现生命的价值。热爱生活、努力生活、幸福生活,树立正确的生活观,才能展现生命的厚度。生命、生存、生活三者之间互为条件、密不可分、相辅相成。生命是根本,生存是基础和关键,生活是方向和目标。

5. 生命的属性与责任

生命发展的自然优化状态应该是健康、追求幸福和寻求意义。生命中的不良行为和极端行为是对生命的不负责任,个人应该对个人意义的生命行为负责,更要对社会意义的生命行为负责。艾滋病问题是一种不良行为和极端行为,它对生命的健康自然过程的非正常扰动,可能导致社会中人与人之间的防范、疏离、隔绝,甚至是社会的崩溃。大学生是国家未来发展的建设者和创造者,应该在正确认识生命、生存和生活的基础上把握和创造自己的幸福,同时主动担当起推动社会进步的责任。

6. 幸福生活和生存质量

幸福是伦理学的重要范畴,指人们由于意识到自己的理想和目的而引起的精神上的满足。实际上,人们对幸福的看法是不尽相同的,对幸福生活和个人生存价值的认识反映了人们不同的价值观、人生观和世界观。美国心理学家赛利格曼曾提出幸福的公式,即总幸福指数 = 先天的遗传素质 + 后天的环境 + 你能主动控制的心理力量 ($H = S + C + V$)。马克思主义的幸福观则认为,幸福的主要内容是物质生活与精神生活的统一,劳动和创造是幸福的源泉,个人幸福与社会幸福的有机统一是幸福的核心,奉献是追求幸福的终极归宿。

（二）教学建议

1. 针对生命教育的理论,选择贴近学生生活实际的活动,让学生通过讨论、情境分析、设想等方式,认识生命、生存和生活,认识艾滋病问题,重新审视个体生命的义务和生命责任,真正做到认识生命、关爱生命。

2. 课堂教学要贴近学生的实际生活,根据学生实际考虑选择实例和活动,保证学生主体参与。教师鼓励、引导学生参与教学活动,激发学生学习的积极性和兴趣,体现自我效能感、感知生命的价值、自我的价值。

3. 建议课时为1课时。

（三）示范性教学

鉴于对生命、生存和生活的认知、态度及行为决定了对艾滋病问题的认识,教师授课时应根据学生情况选择活动进行讲授,深入浅出地运用参与式方法和讲授法,同时充分运用PPT演示的直观教学法,将正确生命观的形成作为授课后的考核重点,从而改变大学生对生命的价值取向和态度行为。

活动一：人生曲线

(指导语：人的生命是珍贵的。生命的诞生决定了生命具有时间属性,不可复返;生命具有脆弱性,需要面对来自于自然和人类自身的挑战及危险;生命具有唯一性,每个个体相对于其他个体而言,都是唯一的,没有其他个体可以替代,这也就是每一个生命体的独特性。生命的责任是人对自己的生命和人类的生命所应承担的职责,及其对自己选择的行为所产生的不良后果和过失所应承担的责罚。

通过活动可以了解生命,包括我们对人生的预期、对生命价值观的探索等。通过活动我们还可以认识和分享我们所感悟到的不同人生。)

目的:对自己的人生经历作出评估,了解社会生活中千差万别的人生经历

时间:45分钟

材料:坐标纸若干张,笔

操作步骤:

1. 指导者说明用人生曲线探索自己人生过程的意义,即每个人都应该真正认识生命,明白生存和生活的意义,通过人生曲线的绘画,可以对自己进行深入的认识和省察。通过绘画人生曲线,每位参与者对自己的人生过去、现在的经历进行一个判断和认识,并作出一个较为客观的评价,对自己的将来进行一个预期。

2. 在坐标纸上以横坐标为年龄(可以根据自己情况进行标注,如15岁时,可以在相应的位置进行标注),纵坐标为自己对人生的幸福度和满意度(即幸福度和满意度程度为100和-100,图1-1)。由参与者画出自己的人生曲线,边画线边反省,并对其人生中一些重大事件进行标注。

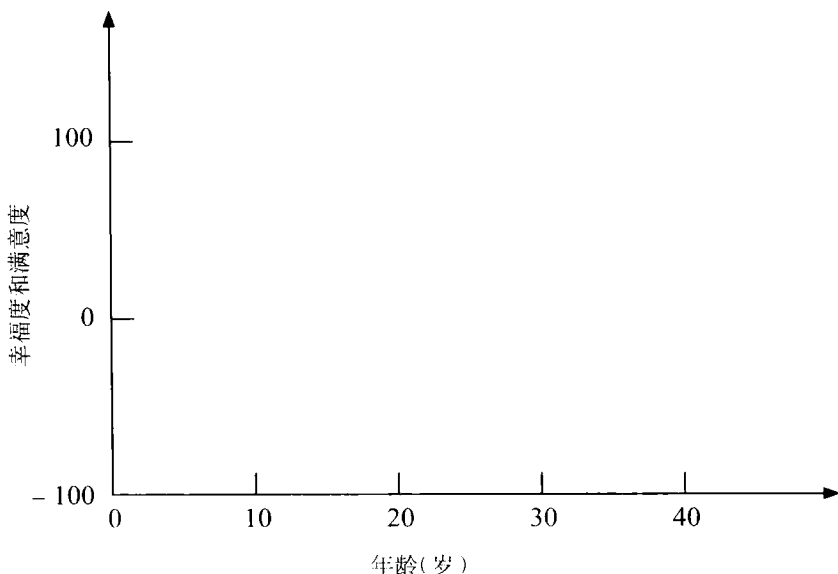


图1-1 一个人的过去、现在、将来的幸福度和满意度曲线图

3. 团体成员根据人数分成2~4个小组,每位成员向他人介绍自己的人生,通过相互交流了解每个人不同的人生经历。

4. 交流结束后,讨论自己参加活动后的感受。

5. 每个小组选出一位成员分享大家的感受。

小结:人生有不同的长度和宽度,每个人的人生经历也有所不同,通过活动我们认识和分享了我们所感悟到的不同人生,学着去正确认识生命、生存和生活。学习承担生命的职责,以及学习对自己选择的行为所产生的不良后果和过失所应该承担的责罚。

家庭作业:比较成员间的不同经历,找出自己与他人的相似点与不同点。

活动二:人生中的我(自我比拟)

[指导语:自我是一种社会现象,源于各种社会关系中。自我的镜像观念(self looking-glass concept)是当个体根据别人对他可能产生的印象形成的自我感觉,也称为映照我或镜中我。镜中我作为一种社会我,包含有三个主要成分,即对自己在他人眼里的形象的想象,对他人对这种形象评价的想象,以及诸如骄傲或屈辱之类的自我感觉。自我感觉是建立在对别人的评价的想象基础上的,别人的评价使我们看清了自我,这种取自别人的情感,直接指向内部的自我,从而推动了个体的行为。]

但对自我的认识是始终存在困难的,通过活动,可以有效地认识自我的镜像观念,全面认识自我。]

目的:促进成员全面认识自我

时间:45分钟

材料:纸、笔

操作步骤:

1. 指导者给参与者每人发一张纸,要求每位参与者思考以下问题并写出:父亲眼中的我,母亲眼中的我,兄弟姐妹眼中的我,同学眼中的我,朋友眼中的我,自己眼中的我。

2. 团体成员根据人数分成2~4个小组,每位成员向他人介绍自己的答案,通过相互交流了解他人,同时比较6个类型的自我之间的区别。

3. 参与者在纸上用一种动物或植物来比拟自己。

4. 与小组成员进行分享。

5. 参与者对自己的比拟进行说明。

6. 指导参与者探索自我认识是否存有片面性。

7. 分享。

小结:自我是特殊的,自我的镜像观念是借助于别人的眼光来看待自己,通过镜像,自己可以对自己的认识更加客观,从而全面地认识自我。

家庭作业:对于所描述的自我形象,请相对应的人给予求证。

活动三：生存选择，故事接龙

目的：探讨并澄清价值观，以及通过交流，认识到生活中有价值的东西

时间：45分钟

材料：纸、笔

操作步骤：

1. 指导者告诉参与者，在一个风景名胜地的一辆缆车上乘坐了10个人（退休工人、孕妇、教师、下岗工人、企业高级管理人员、钢琴家、劳动模范、著名歌星及其助理、保姆），缆车在中途发生故障，马上就要掉下山崖，派出的救援飞机由于救援条件限制每次只能救出1个人。
2. 全体成员分成2个小组讨论这10个人被救出的先后次序。
3. 每个小组派代表介绍小组的决定和讨论情况。
4. 2个小组互换讨论结果，以接龙形式编出排序在第一和第二位的生存者未来的生活故事，看哪一个组编故事时间最短、结局最美好。

小结：每个生命体的存在都是唯一的。个体的自我生命和他人的生命均有不一致的特点，对生命的正确认识不仅包括对自己的生命存在和发展规律的认识，也包括对他人的生命存在和发展规律的认识，才能树立正确的生命观，认识生命的价值。

家庭作业：设想自己是故事中的一个，处于当时的情境下你会有什么样的想法和感受？

活动四：人生的最后时刻

目的：探索个人的人生价值观，了解每个人对生活的渴求，引发思考生活中自己可为之事

时间：45分钟

材料：纸、笔

操作步骤：

1. 指导者告知全体成员，由于某种原因，现在大家只剩下24小时可利用。请成员们思考自己该如何使用这24小时，将自己的计划写下来，在小组内讨论。
2. 分享。

小结：人生的价值是不同的，大学生是国家未来发展的建设者和创造者，应该在正确认识生命、生存和生活的基础上，把握和创造自己的幸福，同时要主动担当起推动社会进步的责任。

活动五：人生最重要的时刻或事件

目的：协助成员明确以往的经历对当前生活的影响

时间：45分钟

操作步骤：

1. 指导者要求成员闭目安静，然后回忆自己人生中最快乐（或最悲哀、最痛苦）的时刻或事件。

2. 5分钟后,请大家睁开眼睛,每个人讲述自己的经历,其他成员则协助讲述者具体界定他(她)此时此刻的内心感受,并分析快乐和痛苦的原因,认清过去的经历对现在生活的影响,并探索每个人目前不同的生活处境与问题。

备注:在这个过程中,成员往往对自己有一些新的发现。由于活动可能触及成员内心深处的感受,所以要预备充分的时间,适当处理和协助成员解决情绪问题,避免任何负面影响。

小结:人生的价值是不同的,个人的经历也是不同的,个人应该在正确认识生命、生存和生活的基础上,把握和创造自己的幸福,同时要主动担当起推动社会进步的责任。

活动六:人生责任——把信送给加西亚

目的:协助参与者了解人生的责任认知;协助成员质疑性地学习承担责任。

时间:45分钟

准备材料:大白纸若干张、一个特殊设计的大信封、照相机

操作步骤:

1. 游戏(角色扮演):把信送给加西亚(有一天,一位你生命中重要的人告知你,他染上了艾滋病,他有一个希望,希望你把信送给加西亚)(你:“团体中某一位成员”;加西亚:“某一个人”)

2. 讨论:这个游戏的含义是什么?我的游戏策略是什么?在责任来临时,我(我们)该怎么办?我将怎样承担责任?

3. 分享:引导成员认识到自己有能力支配自己的行为达到目标,也有能力重新选择行为,改变自己的生活进程。

小结:生命发展的自然优化状态应该是健康、追求幸福和寻求意义。每个人都能支配自己的行为,也能为社会的进步贡献力量。



【教学评价】

采用过程评估和结果评估两种方法对教学进行分析。

1. 过程评估

参见表1-1。

表1-1 过程评估表

活动名称	活动方式				
	参加人数				
	时间				
活动目标					
活动内容与过程	初期	优	良	中	差
	中期	优	良	中	差
	后期	优	良	中	差

续表

记 录	
备注	内容和过程评估根据初期、中期和后期的具体情况在四段尺上作出标记

2. 结果评估

采用访谈对学生学习情况进行了解,根据学生的回答进行评估。访谈提纲:

- (1) 你原来参加过类似的活动吗? 你参加这些活动是否有新鲜感?
- (2) 你认为你在这些活动中有收获吗? 如果有收获,觉得收获在哪些方面?
- (3) 你觉得你对生命的认识是否更全面一些?
- (4) 你对自己的认识是否更具体一些了? 对自己的一切是否更接受一些了?
- (5) 你觉得这样的活动对于一名在校学生来说是否有意义? 是妨碍还是促进了你的学习生活?
- (6) 这些活动会有利于你的成长吗? 它的潜在影响你认为还有哪些?
- (7) 如果下次还举行类似活动,你是否愿意再次参加?

第二节 性健康与生活观



【教学目标】

- (一) 熟悉青春期内生理和性心理的基本知识。
- (二) 掌握性健康教育的意义和方法。



【教学重点、难点】

- (一) 青春期内生理和性心理的基本知识: 青春期内男女性的第一、第二性征; 性心理的变化及其阶段; 性道德倡导等。
- (二) 性健康教育的方法。



【教学内容与教学建议】

(一) 教学内容

1. 青春期的概念及年龄划分

青春期指男女性生殖器官发育成熟,向成年过渡的时期。通常男性的青春期为15~16岁,女性为13~14岁。青春期是人一生的体质、心理和智力发育的关键时期。

世界卫生组织(World Health Organization, WHO)把青春期的年龄范围定为10~20岁,前期10~14岁,后期15~20岁。国外许多学者把这个长达10年的时间划分为青春期的前、中、后期。

(1) 青春前期 10~14岁,是人生发育最快的阶段,是指女孩月经初潮和男孩首次遗精出现前的生长突增阶段。女孩最早出现乳房发育,骨盆开始变宽,臀部变圆,身高及体重