

中小学青春期性健康教育 教案集

(小学五年级—高中三年级)

杜华勇 主编



东北师范大学出版社
NORTHEAST NORMAL UNIVERSITY PRESS

中小学 青春期性健康教育 教案集

(小学五年级—高中三年级)

杜华勇 主编



东北师范大学出版社
NORTHEAST NORMAL UNIVERSITY PRESS

长 春

图书在版编目(CIP)数据

中小学青春性健康教育教案集：小学五年级~高中三年级/杜华勇主编. —长春：东北师范大学出版社，2011. 7
ISBN 978-7-5602-7108-8

I. ①中… II. ①杜… III. ①青春期—性教育—教案(教育)—中小学IV. ①G479

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第133481号

□策划编辑：李敬东

□责任编辑：郭可明 □封面设计：杨卓

□责任校对：肖迪 □责任印制：余力

东北师范大学出版社出版发行

长春净月经济开发区金宝街118号(邮政编码：130117)

电话：0431—84568091

传真：0431—85605102

网址：<http://www.nenup.com>

电子函件：sdcbbs@mail.jl.cn

杭州钱江彩色印务有限公司印装

杭州市滨江区长河镇科技经济园(邮政编码：310052)

2011年7月第1版 2011年7月第1次印刷

幅面尺寸：170mm×240mm 印张：20 字数：350千

定价：36.00元

如发现印装质量问题，影响阅读，可直接与承印厂联系调换

59 个教案诠释 4 个命题

青春期有一个很关键的概念,就是性成熟。

青春期有一个很重要的教育任务,就是指导孩子平安度过“性等待期”。

青春期有两大觉醒:自我意识的觉醒和性意识的觉醒。

当一个人处于青春期,他的大脑就像一个安全措施不到位的生物化学实验室,随时都有发生意外的可能。处于青春期的人,在生理和心理上都会发生巨大的变化,进而可能会导致行为上的混乱与无序。因此,对少男少女来说,青春期是人生中最关键、最困难的时期,同时也是最需要成年人理解和帮助的时期。于是,在浙江广播电视大学富阳学院的组织下,富阳市的教师们开展了青春期的性健康教育的 10 年研究。在这本集子里他们试图通过 59 个教案来诠释他们的 4 个研究命题。

1. 什么是“青春期性健康教育”?

在讲“青春期性健康教育”之前,先来讨论一下什么是“性”?说到“性”你会想到什么?生殖器、男女关系、婚姻、家庭、爱、本能、下流、繁衍、美好、血缘、性欲、爱情、重要性、意义……当仔细思考这个问题的时候,发现要给“性”下一个定义非常难,因为“性”包含了很多方面。

“性”有三个属性:第一个是生物属性。包括把人分为男性和女性的所有生物学特征,是繁殖、生育,或者说是生殖的基础,这是最原始的属性。同时还包括性激素、性器官、性反应等,都属于性的生物属性。然而,仅仅把“性”归结为繁殖这一生物本能,好像在贬低人类的性。因为,人类的性不仅仅是生物的,也不仅仅是繁殖。

第二个是心理属性。“性”是快乐的,“性”总是与快乐相伴。很多人追求的是“性”的快乐,而不是追求性的生殖,因为“性”能给我们带来亲密关系,分享或者尊敬、自信。人类并不是随便地和谁发生性的关系的,而是有选择的,这就演化为爱情。所以,“性”总是与爱情相联。这就是“性”的心理属性。

第三,“性”总是与社会文化相联系。社会总是对人的“性”行为进行着规范和限制,这就是人不同于其他的动物,不能随便地表达“性”,而要在一

定的社会文化规定下去表达“性”。为了“性”资源的合理分配,为了人口的控制,为了防止性病、艾滋病,社会总是在规定、限制、制约着人们的“性”。所以,“性”是受社会文化制约的,也受道德、伦理、法律、宗教的影响。

如果一定要用一句话来表达,那就是人类的“性”是指以生物繁衍的机能为基础,受心理活动影响和特定的社会文化制约的,能够产生性唤起,增加性快感,获得性高潮与性满足的行为。

在大致了解什么是“性”的基础上,“青春期性健康教育”用书面语言来表达的话,就是通过有计划、有组织的系统教育活动,对受教育者进行有关“性”的科学、“性”的道德、“性”的文明的教育,使受教育者具有科学的性知识、正确的性观念和高尚的性道德以及健康的性行为。

2. 为什么要进行青春期性健康教育?

为什么要进行青春期性健康教育? 因为与“性”相关的事情很多,不仅仅是生物学意义上的内容,还包括什么是正确的“性态度”? 什么是健康的“性行为”? 什么样的“性”是道德的? 哪些是我们这个社会应该遵守的“性规范”? 哪些“性观念”、“性行为”对自己和社会是有利的? 等等。因为有些知识并不是完全能无师自通的,它是需要有人去教的。有些人对青春期性健康教育的意义有怀疑,这就需要通过讨论来了解它的利与弊。

关于青春期性健康教育的“利”:通过“青春期性健康教育”可以消除青少年“性”无知,减除“性”困惑,防止意外怀孕、防止性传播疾病,享受“性”美好,从而发展和完善健康的人格。

关于青春期性健康教育的“弊”:有些人认为青少年性健康教育如果教育不当,就可能会成为“性诱惑”、“性鼓励”。前者是指孩子原来根本不懂得,现在您把它给点醒了;原来没有想这个问题,可能想的都是学习,现在您一讲这个问题,他们可能就会想了。后者指的是如果内容处理不当,如单纯的“避孕套”教育,这可能会成为“性鼓励”,很多同学就会认为可以有性行为,只要带避孕套就是了。

上述利与弊的论述,不难发现,“利”讲的是青春期性健康教育这个内容与人成熟、成长、健康、幸福、快乐十分相关,是必须学习的知识。而担心“弊”的发生主要是两点:第一点是对人成熟的规律不了解。进入青春期后,“性生理”一定会发育,“性心理”一定会发展,“性行为”一定会出现,这不用靠他人来“唤醒”,因为性成熟是本能。第二点是怎样教育的问题。青春期性健康教育不是应不应该教育的问题,担心的是教育行为的不当,而这也正是承担教育任务的教师和家长自身要关注、要建设的事情。

3. 青春期的性健康教育的目标是什么？

青春期的性健康教育的目标是什么？一般层面上讲有三点：

一是享受“性”美好。我们决不是要排斥“性”，“性”是美好的，我们应该去享受。夫妻没有孩子是痛苦的，没有“性”生活是痛苦的，个别人得不到“性”满足也是痛苦的。所以，“青春期的性健康教育”旨在培养孩子们的健全人格，希望孩子们长大后，在完成学业、服务社会的成熟时期能够享受“性”带来的幸福。

二是避免“性”痛苦。有的人不知道“性”可能带来的后果或痛苦，比如生育不宜期的怀孕、性传播疾病等，只是想到了“性”的美好，就没有想到“性”的后果。“青春期的性健康教育”中的一个很重要的目标就是要避免不良“性”生活带来的痛苦，包括“性”伤害带来的痛苦。

三是提升“性”文明。仅仅是享受“性”的美好，仅仅是避免“性”的痛苦还不够，因为人和动物不同，除了生理和心理的“性”，还有文化层面的“性”，我们要提升人类的文明。人的欲望是不能全部满足的，有的欲望是需要控制的，这就是从文明的角度上去考虑问题。人类跟其他动物不同的是具有反思的能力。

我们提倡青春期的性健康教育就是一种反思后的觉醒，一种人类文明的诉求。青少年从性成熟开始就应该得到这种人文关怀，因为再也没有像“性”的问题那样“纠缠”人生如此之长、体验如此之铭心刻骨。所以，面向青少年的“青春期的性健康教育”的目标应该是：

第一，提供科学的“性知识”。我们的孩子有的可能不懂，或者我们的孩子知道的却是错误的，我们需要给他们提供一个科学的、与他们的年龄增长相一致的有关“性”的生理、心理和社会的有关知识，是要科学的，而不是片面的或者错误的。

第二，培养正确的“性态度”。“性”是生命当中很自然的现象，但可能是人的幸福之源，也可能是人的痛苦之根，您处理得好就幸福，处理得不好就痛苦。这是一个很重要的问题，是需要认真去处理的。另外，我们还需要从两性平等的角度去认识“性”、接纳自己的“性”身份、不要低俗或者商业的“性”等等。

第三，树立健康的价值观。正确的性、爱、婚姻、家庭观念，以及健康的性道德标准，并学会做出负责任的决定，这些行为总是受价值观的影响。当一个人的行为发生冲突的时候，真正起作用的是价值观，价值观直接影响人的选择，什么样的“性”是你需要的，什么样的“性”是你不需要的。我们要帮

助孩子树立健康的“性”价值观。

4. 青春期的健康教育要遵循哪些原则？

在对青少年进行“青春期的健康教育”时，我们应该遵循一个什么样的原则？以下几点很有借鉴价值：

第一，科学性原则。我们一定要从科学的角度去认识“性”、讲解“性”，导向“性”发展，我们所谈、所讲、所倡的“性”，应该是科学的，而不是错误的。

第二，适时性原则。适时是根据青少年青春期发展的特点，抓住成熟关键时机及时进行“性健康教育”，既不超前，也不落后。因为在不同发展阶段青少年所需要的、所能够接受的和理解的都是不一样的。

第三，适度性原则。适度是指要充分尊重中国人的文化心理和中国青少年的生存状态，根据年龄特征、承受能力和理解能力，把握分寸，不能过度，不能过分。

第四，适当性原则。适当是指教育的形式和方法要正确，有时候知识是对的，但是方法是错误的也是不行的。比如说有的问题只能暗示，你就不能说的太直白，甚至上纲上线，因为“性”问题很容易伤自尊心和背包袱。

第五，全面性原则。全面性包括生理、心理和社会，不能只讲“性知识”，也不能只讲“性道德”，“性道德”应该跟“性知识”同步，把“性健康教育”和人格教育同步，把“性”放在人格的成长当中去讲。

第六，差异性原则。每一个孩子的性发育时间与节奏是不一样的，个别性的“性困惑”需要家长参与指导，并有针对性地帮助孩子去解决；每一个孩子发生问题的表现可能有相同之处，但需要与原因是不同的，所以每一个教育都应该是原创的。

美国前教育部长贝内特对美国青少年的“性教育”提出过五项原则：

第一，“性教育”应该教授孩子把“性”克制视为赞成和效仿的标准。

第二，向孩子强调“性”生活并不只是肉体的、无意志的行为。

第三，要代表家庭说话。

第四，欢迎父母参与。

第五，由在品格上“堪称师表”的教师授课。

这 59 个教案的教育内容也许还不够穷尽，教学设计也许还不够完善，但这里凝聚着无数个教师在无数个夜晚对无数孩子想给与的无数个爱。

谢谢这些人类灵魂的工程师！

韩似萍

序

青春期是指以女生月经初潮、男生初次遗精为标志的,从儿童过渡到成人阶段的一个转折期,是从性的幼稚状态过渡到性成熟的一个美妙而躁动的阶段,也是人一生中生理和心理发生巨大变化的时期。近年来,学生性成熟年龄逐年提前,青春恋越来越低龄化,相当一部分学生性知识严重缺乏,不懂得如何与异性交往,对来自各种渠道良莠不齐的信息缺乏判断和选择能力。但是,许多家庭和学校的青春期性健康教育还处于缺位状态,这些不得不引起我们的高度重视。

一、性等待期跨度延长,急需有青春期的性健康教育的科学指导

近 50 年来,随着经济社会的全面发展和人民生活水平的提高,我国青少年的性生理成熟年龄平均提前了两年,同时青年男女结婚的年龄普遍推迟,从而导致性等待期(指步入青春期的至结婚之间的时期)延长。青年男女从性成熟到走进婚姻殿堂相隔达 10 年以上,从而增加了这段时间内性经历的不确定性。青少年从“性萌动——性冲动——性欲望”的自然需求,成长为有符合社会性道德规范的理念、意识和有自控能力的性行为,大约需要 10 至 15 年时间。在这期间,通过青春期的性健康教育,普及科学的性知识,使青少年从性朦胧、性困惑中解脱出来,心理达到平衡,是促使青少年避免性失误、保障学习精力和促进身心健康的必要措施。

富阳市属于沿海经济发达地区,青少年步入青春期的平均年龄比全国平均水平更早。根据 2010 年富阳市对学生体质调查的数据,富阳市女生月经初潮平均年龄为 11.28 岁,男生初次遗精平均年龄为 12.53 岁。这意味着,富阳市学生整体从五六年级起已步入青春期。与童年期相比,青春期最显著的生理特点是生殖系统开始快速发育,与其相伴的是性心理和人际关系的快速发展,步入青春期的学生不得不面对“性”以及各种形式的人际交往。同时,青春期是青少年个性和自尊逐渐发展的时期,又是学习并面临社会性别角色、权利关系、社会公正及生活方式选择等方面挑战的时期。如何在这个时期对学生开展青春期的性健康教育,引导他们正确了解和理解性现象,掌握科学的性健康知识,满足青少年对性健康信息的需求,尽可能减少

性问题的出现,以顺利度过青春期,是广大教育工作者面临的重大课题。

二、青春期的性健康教育的现状要求施行统一、系统的校园课程

(一)中小学生学习性知识的途径不正规

长期以来,青少年的性健康教育在中小学教育体系中被限制在低层面上,性健康教育与需求形成了明显的反差是性健康教育赶不上性早熟。中小学青春期的性健康教育滞后与性问题突显的矛盾日益严峻。目前,中小学生学习性知识的途径不正规。根据富阳市对中小学师生的调查资料显示,学生获得性知识的主要途径依次为网络、不正规医院赠送的读物、通俗杂志、电视剧、同学之间交流、学校性健康教育课等,作为科学、正规的教育途径——学校青春期的性健康教育课,已被挤到第六位,远远落后于非正规途径。从非正规途径获得的性知识,大部分存在着扭曲、夸张、误导等问题,长期接触这样的信息会对中小学生形成健康的人生观、价值观以及婚恋观造成负面影响。中小生的好奇心很强,但他们普遍缺乏对性知识的鉴别能力,如果不能从正规的途径得到信息满足,就会受到不科学的、不健康的、消极的信息误导。

(二)适合青春期的性健康教育的教材缺乏

目前,我国尚缺乏统一的青春期的性健康教育的大纲和系统教材。教师上青春期的性健康教育课,大多都依据自己的认识和理解来开展,缺乏专业的指导和可参考的教材,教师的授课语言也很不规范、不专业。教师所能参考的教案,大多都是学科渗透类的性健康教育教案集,或者是不成系统的零散教案。至于教师自己备课写教案,则是想到什么就写什么,而不是遵循青春发展的各个阶段来确定教育内容。而且从小学到高中,普遍缺乏统一规划。其实,青春期的性健康教育在每个年龄段都应有不同的教育内容,需要对学生整体作统一规划,这样的教育才是指导和伴随学生青春期健康成长的系统教育。虽然人口和计划生育部门有区域性统一的青春期的性健康教育教材,但是这类教材介绍性生理的比较多,涉及学生性心理发展和性心理问题解决的则比较少;而且这类教材的内容和授课方式多比较直白,忽视了我国民族心理比较含蓄的特点,在教学方法选择上也没有本土化,违背了青春期的性健康教育的适应性操作原则。

(三)青春期的性健康教育的“度”很难把握

受传统文化的影响,中国人对“性”这个词很敏感,因此对中小学生学习青春期的性健康教育就存在一个“度”的把握的问题。应该讲什么,是个难题;应该讲到什么程度,又是个难题;应该怎么讲,更是个难题。如果教师在课

堂上不能恰当地把握青春性健康教育的程度和方式,有可能会对学生产生误导,教师常常要面对“不讲,学生不知道;讲了,反而起到教唆的反效果”的尴尬。因为,青春性健康教育,除应向中小学生传授性生理及保健知识外,更重要的是在心理上对他们进行健康人格教育,培养他们正确的性观念、性道德。因此,对中小学生进行性健康教育,在教育过程中要适时、适度、适量,防止带来负面影响。在教材的选择上应注意根据学生的年龄特征和身心发展的特点,做到适当取舍、因材施教、因事制宜。而开发和实施青春性健康教育课程,能使教师在开展青春性健康教育时做到有章可循,从而使他们能以科学的精神、态度、方法和手段向青少年学生准确、鲜明、生动地表达,能使中小学生接受系统、规范的青春性健康教育,并在时间上得到保障。

因此,施行统一、系统的青春性健康教育课程势在必行。

三、《中小学青春性健康教育教案集(小学五年级—高中三年级)》出版的现实意义

作为中小学青春性健康教育课程实施的教育教学参考资料,《中小学青春性健康教育教案集(小学五年级—高中三年级)》的出版,意义深远。

首先,《中小学青春性健康教育教案集(小学五年级—高中三年级)》是在富阳市对整个区域内的中小学学生现状进行详细调研的基础上,通过中小学教师长时间的探索、实践、修改和完善,才最终逐渐形成,是青春性健康教育理论在长期实践中的深化和提炼,具有科学性、实践性、针对性、可操作性和可读性。所开展的青春性健康教育有明确的目标,能使学习者达到预期的效果,是青春性健康教育理论的具体化和课程化。同时,教案集还提出了青春性健康教育课堂教学的基本原则、方法和手段,对广大教师开展教学提供了可操作的途径和方法,而丰富多彩的教学活动设计,体现了强调学生体验、感悟,突出学生的主体性和学习的过程性的特点。

其次,《中小学青春性健康教育教案集(小学五年级—高中三年级)》从性生理健康、性心理健康、性道德教育和性自我保护四个方面,指导中小学教师实施青春性健康教育校园课程,能帮助中小学生正确认识性的生理、心理及生活适应,以维持身心健康,避免因错误的认知和偏见所导致的疾病、伤害等不幸事件的产生;能帮助中小学生认识自己、认同自己的性别,并帮助男女生消除彼此间的芥蒂,使他们能够很自然地一起学习、游戏和交往,进而在社交活动中和谐相处;使他们澄清不同的价值观并作出正确的决定。这些都是对青春性健康教育理论的有益补充和完善。

第三,青少年正处于身心迅速发育、个性品质逐渐形成的阶段,是人生观和世界观确立的关键时期,《中小学青春性健康教育教案集(小学五年级—高中三年级)》的出版和推广,有利于促进青少年正常的性生理及性心理发展;可以帮助中小學生正确认识社会现象,加深对社会主义道德观念的理解,学会在道德规范下充分展现自己的健康和成熟,有利于其社会化,促进其健康人格的形成;有利于今后建立良好的人际关系,并为其恋爱、择偶、建立幸福的婚姻家庭关系作好准备;有利于预防和遏制艾滋病和其他性病的增长;有利于促进保健养生,保持家庭和社会的稳定,预防性犯罪。本教案集的出版和推广,还能使中小学教师 in 实施青春性健康教育的过程中,不断提高自己的理论水平和教育教学实践能力,在帮助学生成长的同时,也能促进自身的发展,使自己也学习了解自己、爱惜自己,也学习了解异性、爱惜异性,建立或发展彼此了解、尊重、合作和关怀的两性关系,对自身的健康、家庭的幸福以及良好的社会适应能力等都很有帮助。

第四,《中小学青春性健康教育教案集(小学五年级—高中三年级)》从小学五年级到高中三年级共设置了 28 课时(其中小学五六年级每学期 1 课时,初中每学期 2 课时,高中每学期 2 课时)的青春性健康教育课,多采用同课异构的方式设计教案,以供教师选择参考。便于教师在青春性健康教育实施的过程中,注重实证的调查研究,做到有的放矢;注重研究课堂教学方式和方法,提高青春性健康教育师资的教育教学水平,改进其教育教学质量,增强青春性健康教育校园课程的生命力。

王 琴

2011 年 5 月 20 日

目 录

第一部分:性生理健康

我们长大了(小学五年级)	富阳市富春第三小学	陆莉英(2)
静候花开(女生篇)(小学五年级)	富阳市富春第五小学	张 萍(7)
“好朋友”来了——经期的卫生与		
保健(小学五年级)	富阳市富春第四小学	颜 琦(12)
花开有声(小学五年级)	浙江省盲人学校	戴福娟(17)
成长中的我(小学五年级)	富阳市高桥镇中心小学	徐春花(24)
步入青春路(男生篇)(小学六年级)	富阳市富春第四小学	万海英(28)
我是男生(小学六年级)	富阳市实验小学教育集团	马宏燕(32)
我从哪儿来(初中一年级)	富阳市富春第三中学	祝永芬(36)
让生命充满爱(初中一年级)	浙江省盲人学校	吕 丽(41)
我们长大了(初中篇)(初中一年级)	富阳市富春第三中学	祝永芬(46)

第二部分:性心理健康

男生女生(交往篇)(小学五年级)	富阳市富春第五小学	张 萍(54)
男女生的“三八线”(小学六年级)	富阳市胥口镇中心小学	徐申杰(57)
青春路上你我同行(小学六年级)	富阳市新登镇第二小学	金志飞(63)
男生女生交往(小学六年级)	富阳市富春第二小学	章建丽(67)
打开青春的窗户(小学六年级)	富阳市富春第七小学	朱华儿(73)
我心飞翔(初中一年级)	富阳市受降镇中学	蒋严怵(79)

穿越情感的风暴(初中二年级)	富阳市富春第三中学	缪 群(84)
青春的玻璃杯(初中二年级)	浙江省盲人学校	吕 丽(90)
亮出青春的色彩——学会适度地与异性		
同学交往(初中二年级)	富阳市富春中学	周 萍(95)
正确处理男女生交往(初中二年级)	富阳市鹿山中学	吴云飞(100)
青春有伴好成长(初中二年级)	富阳市郁达夫中学	夏立明(103)
迎来花季 走过雨季——青春期异性正常		
交往艺术(初中二年级)	富阳市鹿山中学	孙忠英(107)
收到字条后——学习如何结交异性		
朋友(初中二年级)	富阳市富春中学	徐如意(112)
男生,女生(性别角色篇)(初中		
二年级)	富阳市富春第三中学	缪 群(117)
微笑面对拒绝(初中三年级)	富阳市富春第三中学	缪 群(122)
青苹果 红苹果(初中三年级)	富阳市富春第三中学	祝永芬(126)
尊重他人选择,坦然面对		
失恋(初中三年级)	富阳市永兴中学	凌旭群(131)
面对压力,竖起盾牌(初中三年级)	富阳市富春第三中学	缪 群(135)
青春期异性交往(高中一年级)	浙江省盲人学校	骆燕群(140)
我了解你——青春期的		
性幻想(高中一年级)	富阳市职业高级中学	孙建云(144)
青春期的难言之隐——关于青春期性冲动、性幻想的		
心理辅导(高中一年级)	富阳市新登中学	胡英丽(149)
青春期的秘密——认识		
同性恋(高中二年级)	富阳市实验中学	段芳艳(154)
爱和沟通(高中三年级)	富阳市新登中学	胡英丽(161)

真爱之旅(职业高级中学

三年级) 富阳市富春职业高级中学 李 婧

富阳市城镇职业高级中学 袁 燕(165)

父母是怎样炼成的(高中三年级) 富阳中学 汤勇鸿(170)

第三部分:性道德教育

洁身自爱,青春无瑕(初中一年级) 富阳市受降镇中学 蒋严怵(174)

与异性独处时(高中

一年级) 富阳市第二中学 马夷虹(179)

花开应有时(高中一年级) 富阳市职业高级中学 李联洲(185)

真爱,等待——拒绝婚前

性行为(高中二年级) 富阳市实验中学 段芳艳(190)

爱情面面观(职业高级中学

二年级) 浙江广播电视大学富阳学院 何 群(196)

保持我常“性”,远离变异

“性”(高中二年级) 浙江广播电视大学富阳学院 郭 颖(201)

爱与责任(高中二年级) 浙江广播电视大学富阳学院 郭 颖(204)

爱,让我们更靠近——与家人的沟通及

爱意的表达(高中二年级) 富阳市实验中学 姜 敏(208)

面对婚姻,你准备好了吗?(职业高级

中学三年级) 富阳市城镇职业高级中学 袁 燕(213)

理想中的另一半(盲校高中三年级) 浙江省盲人学校 骆燕群(217)

第四部分:性自我保护

女孩,保护好自己(小学六年级) 富阳市富春第二小学 章建丽(224)

我是女生(小学六年级)	富阳市富春第四小学	许君芳(229)
舞动红丝带——关于艾滋病知识的		
教育(小学六年级)	富阳市受降镇中心小学	金姝迪(236)
远离艾滋病(初中二年级)	富阳市东洲中学	凌青松(242)
学会自我保护 预防性		
失误(初中二年级)	富阳市东洲中学	凌青松(252)
栀子花开——区别性过失、性违法、		
性犯罪(初中二年级)	富阳市富春中学	徐如意(259)
当异性向你发出约会邀请时(初中三年级) ...	富阳市永兴中学	凌旭群(264)
色狼,滚开——防止性骚扰(初中三年级或		
高中一年级)	富阳市第二中学	马夷虹(267)
对性骚扰说“不”(初中三年级)	浙江省盲人学校	吕 丽(272)
直面性骚扰(高中一年级)	富阳市职业高级中学	李联洲(276)
假如他们约会了(高中一年级)	富阳市职业高级中学	孙建云(280)
我的爱情 我的选择(高中二年级)	浙江省盲人学校	骆燕群(285)
让青春不再迷惘——避孕知识		
一二三(高中二年级)	富阳市城镇职业高级中学	陈小萍(291)
爱了,痛了——人工流产的影响及		
如何避孕(高中二年级)	富阳市实验中学	姜 敏(298)
后 记		
		杜华勇(305)

第一部分：

性生理健康





我们长大了(女生篇)

(小学五年级)

富阳市富春第三小学 陆莉英

青春期是个体由儿童向成人过渡的时期,也是个体生长发育的鼎盛时期。这个时期身体和生理的机能都发生了急速变化,成为生长发育的高峰期,也就是“第二发展加速期”。小学五年级的女生中,有一部分已经有了月经初潮,进入了青春期;有的身体开始发育,她们都比较关注自己的身体变化,产生了兴奋、烦恼等不同的情绪体验。她们对青春期有一点粗浅的认识和懵懂的了解,但是还不够全面,非常需要科学的引导。她们也很好奇,非常希望有人能告诉她们为什么、怎么办,但是往往不清楚该问谁。教师如能在这时有针对性地进行青春期性生理健康知识方面的辅导,对于女生的身心健康发展无疑是大有益处的。对于五年级女生来说,教师关注的重点是引导学生正确认识身体的发育,以积极的心态迎接青春期的到来。

【辅导对象】

小学五年级女生。

【辅导理念】

在充分尊重学生的基础上,以教师的自我开放来激发学生的自我开放,营造融洽的辅导氛围,引导学生畅所欲言,使学生通过此次辅导活动,能了解女性乳房的发育和保健、月经及经期卫生与保健等方面的知识,培养她们的责任心,学会保护自己。

【辅导目标】

1. 了解女性乳房的发育和保健,认识女性的月经及经期的卫生与保健。
2. 了解家庭中每一位成员的责任,学习作决定前先了解事实,征询父母、师长的意见。
3. 建立正确的性观念,学习怎样避免受到色情漫画、书刊和网站影响的方法,学会自我保护。

【辅导重点】

帮助女生了解女性乳房的发育和保健,认识女性的月经以及经期的卫生与