



社会性别与生理健康

生活技能校本课程 教师用书



本出版物得到欧盟的资金支持

The publication has been produced with the
financial assistance of the European Union



救助儿童会
Save the Children



本手册由父母必读杂志社设计制作

前言

“从儿童到公民——提高儿童生活技能项目”关注在校儿童生活技能的培养与提高，同时也着眼于初中毕业后直接务农或进城打工的儿童。在本书中，我们更多地从青少年的特点出发，针对他们面对的各种决策与需求，将就业准备作为主要目标。

从农村到城市，校外青少年的生存条件和生活方式发生了巨大的变化，要直面城市社会的各种挑战和复杂的社会关系。然而他们中的大多数都缺乏足够的生活技能，加之获得信息和服务的渠道少，在安全流动、体面就业、维护自尊和劳动权益、均享社会福利和服务等方面面临各种问题。这本教程就是针对孩子们面对的这些问题来编写的，共为二十个专题，包括角色转变、劳动合同的签署、工作中的基本权利、与劳动保护相关的法律等内容。

同时，本教程采用了参与式的教学方法，使孩子们有更多的机会去感受自尊与自信，并在参与中提高交流的能力，有机会以自己的角度和方式去认识生活，提高处理生活中每一个问题的能力。

本教程在事前征询同意的前提下，吸收了国际劳工组织编写的初中教师手册的部分内容，使课程内容更加丰富。在此对国际劳工组织相关机构表示谢意。

张 滨

救助儿童会新疆项目办经理

课程解读

一、生活技能的概念

生活技能课程注重培养儿童的生活技能。根据世界卫生组织的定义，“生活技能”是一个人有效地处理日常生活中的各种需要和挑战的能力；是一个人保持良好的心理状态，并且在与他人、社会 and 环境的相互关系中，表现出适应和积极的行为能力。一般来说，可以把“生活技能”概括为以下十种能力：

1. 自我认识能力：一个人能够对自己的个性、长处、弱点、喜好等进行客观评价，正确地认识自我。
2. 体谅他人的能力：能够站在他人的角度考虑问题，设身处地地为别人着想的能力。
3. 有效的交流能力：能够运用恰当的语言或者手势、姿势、表情和动作等，准确、恰当地表达自己的心情、观点和意见。
4. 人际关系能力：人们能够以积极的方式与他人交往，如，建立和保持友谊、与家人和睦相处和相互沟通，同时，还包括能够采用恰当的、对自己和别人都不至于造成过度伤害的方式，巧妙地断绝与某些人的关系。
5. 调节情绪能力：能够认识自己和他人的情绪，掌握基本的方法处理悲痛、愤怒等强烈的情绪，把消极情绪逐渐调整为积极情绪，使之不会对身心健康造成不良影响，也不会使这些不良情绪影响其他人。
6. 缓解压力能力：一个人能够认识自己压力的来源及其危害，并且有能力采取必要的措施，改变周围的环境或生活方式，减少压力的来源。或者，学会放松自己，使压力尽可能地减小，不至于造成健康问题。
7. 创造性思维能力：一个人在思考问题时能够抛开以往经验的束缚，不因循守旧，积极探索其他可能的途径和方式。
8. 批判性思维能力：这种能力也可以帮助人们开阔思路，用批判的眼光来分析已获得的信息和以往的经验，从多个角度、全面地考虑问题，以便灵活地适应日常生活，做出更加合理的决定。
9. 决策能力：是一个人通过权衡不同的选择，考虑每种选择所带来的后果，从而做出正确决定的能力。
10. 解决问题能力：解决问题的过程可以认为是一个人做出正确的决定，并付诸实施的过程。它包括认识自己所面临的主要问题、寻找可以解决问题的方法、分析各种方法的利弊，从中选择最合适的方法，并制订计划，付诸实施来解决问题。

二、讲授生活技能的主要原则

生活技能是一个人心理素质的重要表现，在当今竞争激烈的社会中，它与个体的身心健康有着密切关系，是每一个儿童、青少年甚至成年人都应该掌握的能力。特别是对于儿童、青年来讲，生活技能不仅能够帮助他们解决现有的困惑和问题，而且为他们走上社会奠定了坚实的基础。因此，在学校对他们进行生活技能教育就显得尤为必要和重要，教师应根据学生的具体情况，加强生活技能训练，使儿童和青少年掌握这些技能，正确认识自己、他人和周围环境，调整自己的行为，发挥个人潜能，建立健康和积极的生活方式，以达到最佳的发展和良好的社会适应状态，促进儿童和青少年的健康成长。

生活技能课程是否有效一方面取决于课程的内容，更重要的是教师的讲授方式。一位好教师本身就是一个很好的生活技能例子，善于调节课堂气氛，与学生有着良好的沟通，能够促进学生的学习热情。反之，如果一名自己都欠缺生活技能的教师，会让学生感到这门课很无聊。因此，教师自身的生活技能的提高以及对于这门课程的认识，最终决定了这门课程是否会得到学生的喜欢。当然，如何讲授生活技能这门课程也是需要遵循以下基本原则。

1. 趣味性

快乐教学是这门课程的基础。快乐的学习体验能够有效减少焦虑、恐惧，缓解压力并能改善学生的心情，进而促进学生的学习热情。通过开展各种小组学生的活动和游戏实现快乐的教学，它能增强学生之间的感情，促进团队合作，消除冲突，加强学生之间的凝聚力。通过快乐教学让儿童学习如何控制情绪、如何实现有效积极的社会交往以及认识到生活中的各种挑战和风险，儿童就会更容易接受更大的挑战。有些教师可能并不认同游戏和快乐的体验与学习的关系。科学证明，当孩子们喜欢某件事情会促进学习的能力。同时，游戏可以促进学生身心健康的发展。一名好的教师在传授知识的同时也能带给孩子们轻松快乐，并激发他们的想象力和创造力。

2. 安全性

生活技能课程是一门安全的课程，这种安全体现在以下三方面：

生理安全。教师应当做好充分的课前准备，尤其是在计划课堂活动时需要考虑到避免一些竞争太强的活动，以免发生身体的冲撞。同时，也应避免使用任何锋利和危险的小组活动道具。

道德安全。教师应当保证班级中每一个学生都得到尊重，不允许有任何学生遭受来自教师或同学的侮辱。

心理安全。生活技能课堂中不允许任何学生受到欺负或者嘲笑。教师应该在第一堂生活技能课堂上与学生共同制定行为规范并要求所有人员包括教师和学生都严格遵守。生活技能课堂不允许有学生被忽视或者被排斥，不允许学生指责他们的父母或者别人。如果班级里有需要特别关注的学生，

教师需要采取适当的方式去关心和帮助这名学生，不能让他因为你的关注反而受到伤害。同时，需要教师关注其他学生的感受。教师应当对学生友善，通情达理，并且尊重他们。教师应当善于观察学生的情绪和心理，注意及时控制学生过激的情绪和行为。让学生充分了解每一次活动的目的和具体的内容。如果小组活动不是所有人都能参与，应当提前说明。每一次的小组活动要有明确的规则，充分准备并且控制好活动时间，清楚的指令和活动步骤也会让学生感到安全。

3. 全纳性

教师应该让每一个学生都参与，一个也不能少，尊重每一个学生的观点，没有人被歧视，这是此门课程的核心。这里介绍一些可以鼓励所有学生都参与到课堂里的具体方法。

所有学生都有机会站在大家面前表达自己的观点，也给所有人倾听他人想法的机会。

对于那些不能长时间集中注意力的学生，请其他学生协助采用恰当的方法去帮助该注意力不集中的学生。

多采用学生喜欢的方式开展小组活动，例如，唱歌、跳舞、看电影、绘画、体育以及讲故事等。

教师应多使用快速提问的方法（头脑风暴的方法）提问学生，并集中所有学生的反馈。

鼓励学生在小组内按顺序回答问题，这样能够保证较内向的学生也能参与，也可避免教师强迫学生回答之嫌。

当学生在进行小组活动时，教师可以参与其中鼓励小组成员轮流表达自己的想法，鼓励他们互相帮助共同来完成小组任务。

鼓励内向的学生参与到小组活动中。

教师应当接受学生的合理建议，并根据他们的建议调整课程内容，这会让学生感受到真正的尊重和理解。

讲授的语言要简单易懂，课堂中使用的案例要贴近生活，保证每一名学生都能听懂，要不时地问他们“还有没有问题”。

小组活动开始之前要明确地告知学生们小组活动之后要做什么。例如，是不是每一个小组都要做小组汇报。

在课堂的最后让学生一起总结这次活动的内容。

设立学生意见箱。可以请学生做一个纸箱来收集他们对于这门课程的任何建议和意见。

本课程要点介绍

本课程的每一节课都按照相同的程序开始和结束，目的是使学生在熟悉课程的整体流程后感到放松和舒服，并与教师建立起信任关系。本课程的每节课都包含三个相同的活动环节，分别是“回顾、反馈和介绍”“我们的歌”以及“课程评估”环节。以下是对这三个环节的活动要点介绍：

一、“回顾、反馈和介绍”活动要点

活动目标：回顾上一节课的主要内容，针对大家提出的评估意见给出反馈，并介绍当天课程的目标。

活动步骤（10分钟）：

1. 回顾

请一名学生回顾上一节课中都做了些什么。如果他或她不记得所有的活动，请其他学生帮忙补充，直到所有活动都说到。

2. 反馈

教师向学生反馈他们对上节课的评估意见。请学生针对不喜欢的活动充分讨论不喜欢的原因，并记录下来。教师要鼓励和肯定学生，并提醒他们做出公正的评估很重要，同时强调，评估结果有助于教师制订满足学生需求的课程计划。

3. 介绍当日课程的目标（请参考每节课的教案）。

4. 通过回答学生提问，解决课前的问题，并且在此基础上开始新的课程。

二、“我们的歌”活动要点

活动目标：演唱一首所有学生都熟悉、能够激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）：

请学生全体起立，演唱第一节结束时选择的那首歌（如何选择歌曲请参考第一节的内容），可以让学生按照第一节时的演唱方式演唱这首歌曲，也可以鼓励学生用不同的方式演唱这首歌曲。例如：

邀请不同的学生作为领唱或“乐队指挥”；

分成男生组和女生组，每组演唱歌曲的不同段落；

让学生集思广益，每次增添新的内容；

如果学生喜欢唱歌，建议他们经常排练，以便以后有机会在学校或为家长表演；

如果有必要，可以根据每一节课的内容和学生的要求，选唱一首所有学生都熟悉的歌曲。

三、“课程评估”活动要点

活动目标：根据所学课程的内容、授课方式以及学生的参与性和积极性等方面对每一节课做出评价。

活动步骤（5分钟）：

1. 回顾学生在今天的课上都做了些什么（具体如何组织请看第一课）。
2. 向学生展示带有表情的图片，发给每个学生一张纸，并请他们画出对今天课程的感受。告诉他们评估采取无记名方式，鼓励他们诚实地进行评估。
3. 当学生完成时，感谢他们提供的反馈，让他们感觉自己受到认可和尊重。
4. 可以根据学生的需求改变评估方法，但是每一次的评估必须有书面记录。

教师提示：

为了使生活技能课越上越好，请教师收集并保存学生对每一节课的评价意见，并根据学生的建议对今后的课程内容或者活动做出调整。保证在每一节课开始时都能回顾学生对上一节课的评估结果。

教师根据当天课程的内容和学生的兴趣爱好来选用所需的资料。



目录

01 接受教育，实现梦想	1
02 教育中的性别歧视	5
03 让谁继续上学	9
04 法律对女性的保护	13
05 独一无二的我	19
06 重视教育，拒绝辍学	23
07 盲目流动带来的危险	26
08 如何做好外出打工的准备	30
09 学会角色转换——从学校到社会	34
10 学会求职	38
11 如何签订就业合同	41



12 童工的概念	44
13 工作中的基本权利	49
14 什么是侵害劳动权益?	56
15 女孩们的危险地带——学会保护自己	62
16 与劳动保护有关的法律	65
17 学会理财	69
18 学会处理矛盾和冲突	73
19 缓解压力	76
20 调节和控制自己的情绪	79

01 接受教育，实现梦想

本课目标：帮助学生认识到教育的重要性

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 教育的重要性	大白纸、白板笔、彩色纸、胶水或胶带	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾一下社会性别与生理健康课的内容。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对社会性别与生理健康课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 教育的重要性

活动目的

- 使学生认识到，受教育程度越高，对社会的贡献和自己的收益也越高。

活动步骤（30分钟）

1. 发给每个学生一张卡纸。请学生在卡纸上写下他们各自的理想或者毕业后想从事的职业（工作）。学生填写时，教师在黑板或大白纸上制作如下表格：

	职业	工资水平	对社会的贡献
小学教育程度			
初/高中教育程度			
大学教育程度			
研究生教育程度			

2. 请学生思考：如果要从事自己在卡纸上填写的职业，需要接受什么样的教育？学生考虑好之后，将手中的卡纸贴在表格的“职业”一栏中相应教育程度的格子里。贴好后，教师询问其他学生，卡纸上的职业是否与所需要的教育程度相符合，一直询问到所有人对卡纸的摆放位置没有疑义为止。

3. 将学生分成若干小组，在组内讨论：

- 与每种教育程度相应的职业的工资应该是多少？
- 从事某一职业的人对社会能够做出哪些贡献？

各小组将讨论的结果写在卡纸上，然后将卡纸贴在表格的空白处。

4. 教师讲解表格中的内容（可以包括受教育程度越高、学技术时间越长，可得到的经济收入会越高，对社会的贡献也越大等），并对与接受教育相关的法律进行讲解。教师总结可参考资料卡1。

活动3 我们的歌

活动目标

选择一首所有学生都熟悉的，并能激发他们的归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

1. 让学生站成一圈。告诉他们：“作为一个集体，你们将选一首大家都熟悉的歌曲，作为专门为这门课而选择的歌曲。选好后，在每节生活技能课结束时都要唱这首歌，作为下课和相互告别的方式。”
2. 仔细检查学生的选歌建议，确保选定的这首歌必须得到每个学生的同意，并且这首歌曲应该简单，所有人唱这首歌时都应该感到很舒服。
3. 在学生开始唱歌之前，教师可以问学生：歌曲是否伴有动作或手势——例如拍手、跳舞或其他动作。如果有学生知道，请他们教其他同学怎么做。
4. 所有的学生一起唱歌。如果有时间，多唱一遍，确保每个人都参与进来。

教师提示：

如果多数学生选择一首歌，但个别学生不会唱，教师可以问不会唱的学生是否愿意学这首歌曲，然后再请全班学生确定歌曲。当学生在下一节课结束时再唱这首歌时，他们可以选择用不同的方式演唱。例如：

- 邀请不同的学生作为领唱或“乐队指挥”。
- 分成男生组和女生组，每组演唱歌曲的不同段落。
- 让学生集思广益，每次增添新的乐章。
- 如果学生喜欢唱歌，建议他们经常排练，以便以后有机会在学校或为家长表演。
- 如果有必要，可以根据每一节课的内容和学生的要求，选唱一首所有学生都熟悉的歌曲。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己的感受。”
2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。
3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。
4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡1

关于义务教育

介绍“义务教育法”中关于义务教育的条款：所有儿童都有权接受九年义务教育。现在投资接受教育就像为将来的发展买入场券。在学校学习的时间越长，以后可以从事的工作所能够创造的价值就越大，收入也越多。学生要尽可能接受更多的教育。为解决上学的费用问题，我国政府在农村的贫困地区实行了“两免一补”的政策，这个政策可以帮助经济困难的儿童进入小学和中学学习，免去其课本费和其他杂费，并且给予生活补助。团中央和全国妇联还分别在全国建立了“希望工程”和“春蕾计划”，帮助偏远、贫困和少数民族地区的辍学儿童特别是女童重返校园。“春蕾计划”在当地学校里设立女童班，帮助她们完成小学学业。有时，在校贫困女童也可以获得资助完成初中或者职业培训。到目前为止，“春蕾计划”已经帮助了140多万女童继续接受教育。

02教育中的性别歧视

本课目标：使学生了解在教育中不允许性别歧视

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 教育中的性别歧视	大白纸、白板笔、彩色纸、胶水或胶带，彩色纸、表格	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 教育中的性别歧视

活动目的

- 帮助学生了解男生和女生有平等接受教育的权利。

活动步骤（30分钟）

1. 将全班分成4组，让学生回顾前两三个学期的语文课本和本学期的语文课本中的人物姓名（每组学生提出10个人的姓名即可）。
2. 每个小组选一个学生负责统计男性形象和女性形象出现的角色、次数和对人物的主要描述。信息搜集到以后，按照如下表格进行整理（以下表格供参考）。

人物性别	人物角色及出现次数		对人物的主要描述
	主角	配角	
男性			
女性			

3. 表格填写完后，请学生讨论下列问题，并做小组汇报：
 - 语文课本中男性出现的频率高，还是女性出现的频率高？
 - 对男性和女性的描述各是什么？
 - 语文课本中男性和女性的主要角色和社会地位有何不同？为什么会有这些不同？反映了作者怎样的社会性别？
4. 教师进行总结（见资料卡2）。

（注：从上述表格可以了解到男性角色比女性的多，请认真阅读资料卡2，注意分析出现这种情况的主要原因，并根据资料谈谈如何避免忽视女性在社会上的角色。）
5. 询问学生：
 - 在学习表现方面男生和女生有差异吗？

- 你认为同学之间在学习表现方面的差异在多大程度上是由于性别不同引起的？

学生可以用头脑风暴的形式给出答案。

6. 教师事先将下列四种情况抄写在大白纸上，然后将“情况1”放在教室中间的地板上。请学生对“情况1”中的说法表达态度并说明原因。同意这种说法的学生站在白纸的一侧，不同意的同学站在另一侧，不能做出判断的站在中间位置。对“情况1”的判断和讨论结束后，依次对其他情况进行判断和讨论。情况如下：

情况1：女生平时的表现就应该文静、顺从、听话。而男生可以淘气一些、多动一些，偶尔做点儿出格的事情也是可以原谅的。

情况2：女性的自觉性比较强，能够很好地管理自己，因此上课不用老师多操心。男生太淘气，老师要更多管理他们，特别是上课发言要多提问男生。

情况3：理科还是男生学得好，女生只能学好需要死记硬背的知识。看来男生还是比女生更聪明一些。

情况4：男孩子一定要好好学习，将来没有出息可不行。女孩子实在学不好没有太大的关系，将来嫁人完事。

教师在引导讨论时可以考虑以下几个方面的问题：

- 上述四种情况在自己的班级是否较常见？当你遇到这些情况的时候你会怎么办？
- 这些情况对男生有什么影响，对女生有什么影响？
- 你同意男生比女生聪明的说法吗？

讨论结束后，各小组在全班汇报。

7. 教师总结（见资料卡3）。

（注：资料卡虽然指出了教育上表现出的性别歧视，但相关法律条款已经明确说明这种歧视是不正确的。通过让学生回顾上一个专题的内容和讲解一些成功女性的案例，揭示在没有歧视的情况下，女性可以像男性一样为社会做出贡献。）

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解

你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。
3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。
4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡2

通过这项研究活动，同学们会发现男女两性在教材中的不同的社会角色。由于我国从封建社会开始就受到“重男轻女”“男尊女卑”的思想影响，这种性别定性作用在教材中的反映也更为明显。无论是哪个年级，也无论是在图画还是故事中，男性主角都多于女性主角，越到高年级这种情况越明显。而且男性从事的职业要比女性所从事的职业多得多。男性最多的职业为军人、领袖、农民、工人、科技人员；女性最多的职业为小学教师、农民、护士、服务人员、工人。在角色形象上，男性往往被描绘成有胆有识、勇于进取的人；而女性则往往是愚昧无知、爱慕虚荣和胆小怯懦的人。在教科书中总是自觉不自觉地男性定位于在社会中的角色，宣扬男性在事业上的成功、智慧与坚强，而女性则定位于在家庭中的角色，着重表现其贤惠、温柔、忍让的一面。在学校的教材中，不同程度地存在对女性忽略和忽视的倾向。教材中传递了传统的角色分工和女性不如男性的信息，这在无形中也会打击女生的自尊、自信，从而影响女生的学习表现。

资料卡3

在教师的潜意识中可能存在对男女生的双重标准和男优女劣的心理暗示，这会直接影响女孩的自尊以及内在的自我价值，而男生则可能得到更多探索世界的机会。在中学期间，男女生在数学与其他学科上的差异开始加大，问题可能出现在女生的自我观念上。例如，1991年美国一项对不同年龄的中小学生的调查结果显示，9岁时67%的女孩及60%的男孩“对自己满意”，但到了中学，只有46%的男生及29%的女生对自己满意。在中学时期，男女生在数学与其他学科上的差异开始加大，问题可能出现在女生的自我观念上。

03 让谁继续上学

本课目标：让学生了解，要确保男生和女生在成长中得到并完成平等的、质量可靠的基础和中等教育

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 让谁继续上学	大白纸、白板笔、彩色纸、胶水或胶带	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 让谁继续上学

活动目的

- 让学生了解影响女生接受平等教育的因素，以及女性接受教育的重要性。
- 提高学生独立思考问题和解决问题的能力。

活动步骤（30分钟）

1. 向学生讲述小微的故事：

小微是个16岁的女孩子。她出生在农村，上初中二年级，爸爸妈妈都在家里务农。小微还有一个哥哥，比她大两岁，今年上高中一年级了。在学校里，小微和哥哥都很勤奋好学、积极向上、喜欢思考问题，小微的理想是将来做一名教师，哥哥将来要当一名工程师。小微和哥哥不但在学校是好学生，在家里也特别懂事。每天放学以后，小微和哥哥都要帮助父母做家务，喂猪、喂鸡、收拾屋子、帮妈妈做饭，他们样样都会干。一家人日子过得辛苦些，可也其乐融融。但生活的道路不会总是平坦的。这一年小微家的收成不好，爸爸和妈妈供不起小微和哥哥同时上学。兄妹俩要有一个人辍学……

2. 教师将学生分成若干小组。各小组根据教师讲述的有关小微的故事讨论下列问题：

- 在你生活的村庄或社区中，这种情况发生过吗？常见吗？
- 你周围的男孩和女孩中有因为家庭困难辍学的吗？如果有，一般是男孩还是女孩？
- 如果你是小微的爸爸或妈妈，你会让谁继续上学？为什么？
- 男孩和女孩是否应该享有平等的受教育的机会？

3. 各小组讨论结束后进行全班汇报。然后由教师总结，可参考资料卡4。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

- 1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟和你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己的对今天课程的感受。”
- 2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。
- 3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。
- 4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡4

（一）儿童和青少年成长中期的主要关注是确保他们得到并完成质量可靠的基础和中等教育。除了少数例外，女童在教育中更可能处于不利的地位。相同情况下，如果有100个男童辍学，就会有115个女童辍学。尽管在过去几十年中，性别鸿沟已经逐步缩小，但是在发展中国家每5个女童中就有1个无法完成基础教育。一个女孩失去基础教育，也就失去了发挥全部潜能的机会。在发展中国家，平均只有43%的适龄女童可以获得中等教育。

——摘自《世界儿童状况2007》

（二）影响女童平等受教育的主要障碍有：家庭贫困，无力负担教育费用；重男轻女的传统观念和态度，使父母对女孩的未来不抱太大的希望，不愿意为女孩多投资；家长素质低下，对女孩的教育不重视；部分地区有早婚早育的习俗，女孩很早就离开学校准备婚育；家庭贫困女孩过早辍学打工；应试教育使教育教学脱离实际，学校教育没有吸引力；女童需要留在家里照顾弟妹等。

（三）女童教育有哪些价值：女童受教育不仅使自己和家庭受益，而且会使整个社会受益。教育能改变女童一生的命运，开发其潜能。一个受过良好教育的女性可以获得更多的健康信息。教育可以帮助女童摆脱贫困，改变社会地位，打破传统的束缚，获得独立，同时获得自尊、自信。受过教育的母亲不仅可以改变家庭生活，还更倾向于让自己的孩子特别是女孩接受教育。

（四）“春蕾计划”是1989年全国妇联中国儿童少年基金会发起并组织实施的致力于救助贫困地区失学女童重返校园的社会公益事业。

由于自然条件的限制和社会经济、文化等发展的不平衡，特别是传统习俗的原因，在我国，特别是贫困山区，尚有少数文盲存在，而女性文盲占文盲总数的2/3以上；失学儿童中，女童约占2/3。

母亲的素质影响未来全民族的素质。要提高妇女素质，必须从女童教育抓起。实施“春蕾计划”，扶持女童入学，是提高民族素质、造福子孙后代的一项基础工程，也是我国巩固普及九年义务教育、扫除青壮年文盲的关键一步。为了加强女童素质教育，培养女童自力更生建设家乡的本领，中国儿童基金会还设立了“‘春蕾计划’实用技术培训专项基金”。截止到目前，“春蕾计划”项目已经遍布全国各地，募集6亿多元，共救助150万余人次失学女童重返校园。

04 法律对女性的保护

本课目标：使学生了解《消歧公约》和我国女性权益法的相关条款

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 法律对女性的保护	大白纸、白板笔、彩色纸、胶水或胶带	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 法律对女性的保护

活动目的

- 判断问题、通过学习相关的法律条款，学会保护自己。

活动步骤（30分钟）

1. 教师将写有下列观点的大白纸贴在黑板上：
 - 由于家庭贫困，应该让女孩辍学，集中家里的财力让男孩上学。
 - 妻子生了女儿，丈夫可以强迫妻子离婚。
 - 女人对家里的钱没有支配的权利，即使是她们自己挣来的。
 - 女孩不能继承家里的财产。
 - 女工生孩子后可以被开除。
 - 农村划分责任田、口粮田等，以及批准宅基地，只考虑家里的男子的数量。
 - 丈夫死后财产应该归儿子或本家族中的男性继承，妻子和女儿没有继承权。

大白纸贴好后，请学生认真阅读，然后让学生就上述观点一一表明自己的立场。同意某一个观点的同学站在教室的一端，不同意的同学站在教室的另一端，保持中立或不能做出明确判断的同学站在教室的中间。站好后，请各方同学发表看法。

2. 教师也可以表明自己的观点。教师在阐述自己观点时可参看资料卡5。
3. 询问学生：
 - 妇女和女童有同样的权利吗？
 - 你了解国际和国内有关保护妇女的公约或法律吗？

教师将学生的答案记在大白纸上，并对学生的答案做进一步的阐述。教师向学生介绍《消岐公约》和我国有关保护妇女权益的相关法律。教师阐述可以参考资料卡6。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡5

相关的中国法律

- 《中华人民共和国婚姻法》第2条：保护妇女的合法权益。
- 《中华人民共和国婚姻法》第3条：禁止家庭成员间的虐待。
- 《妇女权益保障法》第3条：法律禁止任何形式的妇女歧视。
- 《民法通则》第98条：公民享有生命权和健康权。

《民法通则》第119条：侵害公民身体造成伤害的，应当赔偿医疗费、因误工减少的收入、残疾者生活补助费等费用；造成死亡的，并应当支付丧葬费、死者生前抚养的人必需的生活费等费用。

《民法通则》第136条：身体受到伤害的赔偿应该在一年内提出。

《刑事诉讼法》第170条第3款规定：如果公安局或者人民检察院拒绝调查，受害者可以提起自诉。在伤害并不严重的案件中，提起自诉是受害者的责任，为了提起自诉，受害者必须能够证明，虐待已经进行了很长一段时间。对于造成严重伤亡的案件，国家负责起诉。

实施了以上法律所规定的犯罪，并导致受害人严重伤亡的行为人，可以处2到7年的有期徒刑。

虽然法律规定在严重的身体虐待的案件中，可以处以两年的有期徒刑，如果案件造成严重伤亡则可以处以7年的有期徒刑。对家庭成员的虐待只有在性质严重时才构成犯罪：

- 1.虐待行为存在了一段很长的时间；
- 2.虐待经常发生，即使它只持续一段较短的时间；
- 3.行为背后的动机是十分恶劣的，例如，因为妻子生了女儿或者因为丈夫想开始一段新的关系而强迫妻子离婚；
- 4.虐待的手段是残忍的和无人道的，例如针刺、火烧、开水烫、皮带抽等；
- 5.后果是严重的，例如导致精神失常、瘫痪、伤害和残疾、死亡或自杀。

《婚姻法》第43条规定：实施家庭暴力或虐待家庭成员，受害人提出请求的，公安机关应当依照治安管理处罚的法律规定予以行政处罚。

《民事诉讼法》第98条规定：公民有权享受健康的生命。

《民法通则》第119条：在侵犯他人身体的案件中，医疗费和误工费应该被赔偿。

《劳动法》第17条：订立和变更劳动合同，应当遵循平等自愿、协商一致的原则，不得违反法律、行政法规的规定。劳动合同一旦订立即具有法律约束力，当事人必须履行劳动合同规定的义务。

《关于国有企业劳动合同实施的暂行规定》第14条第4款规定：雇主不能与在怀孕和哺乳期间的女工解除劳动关系。

《劳动法》第13条规定：女性享有同男子平等的就业权。

《妇女权益保障法》第48条规定：妇女的合法权益受到侵害时，被侵害人有权要求有关主管部门处理，或者依法向人民法院提起诉讼。妇女的合法权益受到侵害时，被侵害人可以向妇女组织投诉，妇女组织应当要求有关部门或者单位查处，保护被侵害妇女的合法权益。

《妇女权益保障法》第31条规定：妇女享有的与男子平等的财产继承权受法律保护。在同一顺序法定继承人中，不得歧视妇女。丧偶妇女有权处分继承的财产，任何人不得干涉。

《婚姻法》第18条规定：夫妻双方有权利继承对方的财产。

《妇女权益保障法》第30条规定：农村划分责任田、口粮田等，以及批准宅基地，妇女与男子享有平等权利，不得侵害妇女的合法权益。妇女结婚、离婚后，其责任田、口粮田和宅基地等，应当受到保障。

《最高人民法院关于贯彻执行〈中华人民共和国民法通则〉若干问题的意见》中规定：在作为寡妇的媳妇与她的公婆之间或者作为鳏夫的女婿和他的岳父母之间，如果存在相互支持关系直到其中一方死亡，他们之间拥有相互的继承权。

《继承法》第10条规定：夫妻之间是法定的第一顺序继承人。

《继承法》第12条规定：丧偶儿媳对公、婆，丧偶女婿对岳父、岳母，尽了主要赡养义务的，作为第一顺序继承人。

《婚姻法》中规定：寡妇可以在其丈夫死后，带着属于她的财产改嫁他人。

《消歧公约》主要条款：

1. 妇女拥有不受性别歧视的权利。（条款1）。
2. 在法律面前妇女和男子享有平等的权利。（条款2）
3. 在政治、经济和文化领域享有全面发展和进步的权利。（条款3）
4. 享有为加速实现男女平等而采取的暂行特别措施的权利。（条款4）
5. 享有改变男女的社会和文化行为模式，以消除偏见和习俗的权利。（条款5）
6. 禁止一切形式贩卖妇女和性剥削的行为。（条款6）
7. 享有参与本国政府工作和政治生活的权利。（条款7）
8. 享有平等参与国际事务的权利。（条款8）
9. 平等享有取得、改变和保留国籍的权利；关于子女的国籍方面，应给予妇女与男子平等的权利。（条款9）
10. 享有与男子平等地接受教育的权利。（条款10）
11. 享有接受适合妇女的健康教育的权利。（条款11）
12. 与男子平等的参与经济活动并取得收益的权利。（条款11）
13. 自由选择职业和工作的权利。（条款11）
14. 享有社会保障的权利。（条款11）
15. 禁止以怀孕、产假或婚姻状况为理由予以解雇的歧视。（条款11）
16. 实施带薪产假。（条款11）
17. 鼓励提供必要的辅助性社会服务，使父母得以兼顾家庭义务和工作责任并参与公众事务。（条款11）
18. 对于孕期从事损害健康工作的妇女给予特别保护。（条款11）
19. 享有生育保健的权利。（条款12）
20. 享有家庭救济金和金融信贷的权利。（条款13）
21. 享有参与娱乐和文化活动的权利。（条款13）
22. 困境中的妇女有权接受特殊帮助和服务，以确保享有《消歧公约》中的各项权利。（条款14）
23. 困境中的妇女有权接受特殊帮助，以享受住房、卫生、供电、供水、交通和通讯等方面的服务。（条款14）
24. 享有与男子平等的公民事务权。（条款15）
25. 享有与男子平等的选择住所的权利。（条款15）
26. 享有与男子平等的缔婚权利。（条款16）
27. 自由选择婚姻的权利。（条款16）
28. 在婚姻存续期间以及解除婚姻关系时，与男子有平等的权利。（条款16）
29. 单亲家庭不得受歧视。（条款16）
30. 生育权。（条款16）
31. 夫妻享有平等的个人发展的权利。（条款16）
32. 夫妻享有平等的拥有、享受和处理财产的权利。（条款16）

资料卡6

妇女和女童具有相同的性别特征,在这个意义上是一样的:但女童处于女性生命周期的初级阶段。

女性从出生开始,由于传统性别观念的影响,无论在家庭还是在社会生活中都受到了很多不平等的对待,而这种不平等正是对女性的歧视。因此,女性需要特殊的保护。

半个多世纪以来,联合国致力于消除对妇女的歧视,促进男女平等,并把男女平等作为它的一项基本原则和宗旨。1980年7月召开的第二次世界妇女大会上,我国政府派出以康克清为团长的23人代表团参加。大会举行了公约签字仪式,共有75个国家的代表当场签字,康克清代表中国政府当场签署公约。1981年《消歧公约》对中国生效。在我国的法律体系中有很多与保护妇女权益相关的法律。从《宪法》到《妇女权益保障法》《劳动法》《教育法》《义务教育法》《刑法》《婚姻法》《母婴保护法》等等。在这些法律中提出了对女性的政治权利、劳动权利、教育权利、人身权利、婚姻家庭权利、健康权利的保护。我国法律对女性的保护已经摆脱了原有的把女性作为社会中需要特殊保护的群体予以保护,上升到了一个较高的层次,“把性别意识纳入决策和社会生活主流”,已经开始为越来越多的人所认同。但是,由于传统观念、传统势力的影响,女性权利法律上的平等和事实上的平等还存在着一定的距离。这是我们必须正视的一个现实。也是我们今后努力的方向和奋斗的目标。

- 1992年,《妇女权益保障法》颁布,是我国第一部系统的专门法。

- 1995年,我国承办第四次世界妇女大会,同年国务院颁布《中国妇女发展纲要(1995—2000年)》,到1999年已基本实现纲要提出的主要目标。

- 2001年,国务院颁布了《中国妇女发展纲要(2001—2010年)》,并将纲要纳入了国家的“十五”规划总体目标。

05 独一无二的我

本课目标：鼓励学生从一个新的视角看待男性和女性

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 独一无二的我	大白纸、白板笔、彩色纸、胶水或胶带、A4纸	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 独一无二的我

活动目的

- 让学生了解独一无二的自己。
- 加强学生理解自己和他人的能力。

活动步骤（30分钟）

1. 教师将学生分成若干小组，每组4名男生、4名女生。发给每个人一张A4纸。每个人在自己的纸上写下自己的名字。然后小组里的每一名男生分别在每名女生的纸上写下这个女生的三个优点和一个祝愿。女生也同样在同组男生的纸上写下他的三个优点和一个祝愿。写好之后，每个小组分别对写给男生的优点和祝愿做一个统计，然后再对写给女生的优点和祝愿做一个统计。相同的优点或祝愿不用重复记录，只在描述这个优点的文字上方打钩即可。如下表：

	优点	祝愿
男生		
女生		

2. 小组统计完成后，请各小组讨论如下问题：

- 男生所欣赏的女生的优点，大多数与什么有关？这些优点是女生特有的，还是男生和女生都可以拥有的？
- 女生所欣赏的男生的优点，大多数与什么有关？这些优点是男生特有的，还是男生和女生都可以拥有的？
- 当你对一个男生/女生的未来表达祝愿时主要想到了什么？同样的祝愿可以给女生/男生吗？
- 有没有这种情况：给女生的祝愿主要是做一个好的家庭主妇，而对男生则是将来抓住机会，在社会上大有作为等？

3. 教师总结：对于每一个人来说，无论是男生还是女生，都是独一无二的，都是有价值的人，任何人都^{不应该}因为性别而招致歧视。所以每个人都要珍惜自己，珍惜自己得到的这些赞美，做个自信而有尊严的人。
4. 教师向学生朗诵资料卡7中的诗歌。朗诵后，让学生谈一谈对诗歌的理解。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：
- “我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”
2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。
3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。
4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡7

只要有一个女人

作者：南希·史密斯 译者：黄长琦

只要有一个女人觉得自己坚强因而讨厌柔弱的伪装，
定有一个男人意识到自己也有脆弱的地方，因而不愿意再伪装坚强。
只要有一个女人讨厌再扮演幼稚无知的小姑娘，
定有一个男人想摆脱“无所不晓”的高期望。
只要有一个女人讨厌“情绪化女人”的定性，
定有一个男人可以自由地哭泣和表现柔情。
只要有一个女人觉得自己为儿女所累，
定有一个男人没有享受为人之父的全部滋味。
只要有一个女人得不到有意义的工作和平等的薪金，
定有一个男人不得不担起对另一个人的全部责任。
只要有一个女人想弄懂汽车的构造而得不到帮助，
定有一个男人想享受烹调的乐趣却得不到满足。
只要有一个女人向自身的解放迈进一步，
定有一个男人发现自己也更接近自由之路。

06重视教育，拒绝辍学

本课目标：使学生们了解接受教育的重要性

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 重视教育，拒绝辍学	大白纸、白板笔、黑板/白板、彩色纸、卡纸	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 重视教育，拒绝辍学

教师提示

可以通过案例分析、讲故事、视频播放等方式进行。

活动目的

- 帮助学生了解辍学的原因及辍学的后果，鼓励他们接受教育。

活动步骤（30分钟）

1. 案例分析：（各地可根据自己的情况编辑案例）

- 小张是初二的学生，他的学习成绩一直不好。认识了几个社会上的孩子之后，他更不想上学了。父母和教师再怎么劝他，他还是辍学了。他跟这几个社会上的不良青年一起开始吸毒。

- 阿丽上初中二年级开始学习成绩下降，开始注意自己的穿着打扮。她决定放弃学业，自己打工挣钱。最后她没有找到合适的工作，成了一个无业青年。

询问学生：如果小张和阿丽继续上学，会有现在的后果吗？为什么？

教师总结。

2. 设计和制作宣传海报来宣传教育的重要性。

设计内容：重视教育，拒绝辍学。

教师事先让学生带来美术课用的彩色纸、笔、关于教育的图片、胶水和剪刀等。

教师可以用比赛形式进行小组活动，引导学生根据设计的内容、美观性、有效性等评选最好的海报。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

07 盲目流动带来的危险

本课目标：使学生了解什么是安全流动以及盲目流动带来的危害

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 盲目流动带来的危险	大白纸、白板笔、彩色纸、卡纸、胶水或胶带	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 盲目流动带来的危险

活动目的

- 使学生了解盲目流动给自己带来的危害。

活动步骤（30分钟）

1. 向学生讲述下列根据真实案例改编的小故事。

故事1:

在北方的某个农村地区，有四名初中二年级的少女，她们终于盼来了今年的暑假。因为今年的暑假她们将随同村子里的一位在外面打工多年的姑姑到宁波的一家工厂去打工。据这位姑姑说，她们在这家工厂干一个月每个人就可以挣到一千两百块钱，每天只干8小时活，而且这家工厂还管吃管住。姑姑说，工厂不招童工，报名年龄都要说自己18岁才可以。

孩子们打工的工厂是当地一家农村乡镇企业，她们每天从事的劳动就是用手剥葡萄。她们每天早上5时半就要到车间劳动，中午11时至12时是吃饭时间，一直干到晚上9时半才能下班，再吃饭，洗澡，躺下就快11时了，每天上班16个小时。

她们手上涂满紫药水，手心手背都烂得不成样子。其中一位少女说：每天剥葡萄要完成15公斤，完不成只好加班，手烂了也不敢休息。

故事2:

南方少女小霞听别人说广州是个好地方，到那里打工每个月可以挣到上千元。于是小霞与家人打了一声招呼就只身来到广州。只过了两天小霞身上的钱花光了仍找不到工作，她只好购买了第二天的火车票准备回家。这时，一名年轻男子主动上来搭讪，在获得信任后，将小霞带至附近一家旅店，随后对她实施了抢劫、强奸。第二天，小霞被以3500元的价格卖给了另一个男子。这名男子纠集其他两人对小霞实施强奸后，又用恐吓手段强迫小霞卖淫前后达30余次。

故事3:

小明是个14岁的男孩。一天，家里来了客人要坐火车回家，小明的妈妈让小明到火车站去送客

人。小明和客人来到了火车站，向客人道别后准备回家。这时，一个中年男人非常礼貌地对小明说：小同学，你能够帮助我把这个箱子抬到我的车上吗？小明不假思索地答应了陌生男人的请求。小明和陌生男人抬着箱子朝火车站的一个角落走去。等在那里的是一辆面包车。小明刚刚把箱子放在车上，猛然间被背后的陌生男人一把推到了车上。车上还有四个男人，他们立即蒙住了小明的眼睛，并用烂布堵住了他的嘴。车子启动了，飞快地开走了，小明不知自己被运到了哪里。车子走了大约有一天的时间。后来，小明才知道他被拐卖到了某地的一个砖窑。他和另外一些人每天被强迫在砖窑劳动十几个小时，还常常吃不饱饭。最可怕的是小明和这里的人与外界失去了任何联系。砖窑的周围有打手和大狼狗看守。

2. 讲完故事后，教师将学生分成若干小组。各小组讨论如下问题：

- 这些少女是在怎样的情况下流动到城市的？她们在流动到城市之前做过认真的准备吗？
- 她们都受到了哪些伤害？这些伤害对她们的身心健康带来哪些影响？她们的什么权利被侵害了？
- 如果你是男孩，盲目流动会给你带来危险吗？如果会，是什么样的危险？
- 你认为怎样的流动才是安全的？如何避免盲目的流动？

小组讨论后，与全班分享。

3. 教师向学生介绍：在这些遭受劳动剥削和性剥削的人群中，最脆弱的就是那些盲目进城打工的儿童和那些并不知道进城打工会有危险的人。每一个打算进城打工的人都要牢记：一定要通过合法的、由政府监管的中介机构，才能保证流动是安全的。不要通过非法中介，或轻信朋友、家人、老乡、熟人甚至陌生人的介绍就轻易来到城市中。轻信很容易造成上当受骗。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。
4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

08 如何做好外出打工的准备

本课目标：让学生掌握外出打工前需要做好的准备

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 如何做好外出打工的准备	大白纸、白板笔、彩色纸、卡纸	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 如何做好外出打工的准备

活动目的

- 使学生了解要避免外出打工的风险需要做哪些准备。

活动步骤（30分钟）

1. 让学生们思考：如果一个人要外出打工都应该具备哪些条件？教师发给每个人三张卡纸，请他们把想到的各项外出打工所需要的条件写在卡纸上。每张卡纸上只能写一个条件。写好之后，教师请学生帮助收集和统计卡纸上的内容，将同一类别的内容放在一起。
2. 统计后，教师对进城务工需要的条件做总结。
 - 必须达到法定就业年龄，也就是年满16周岁，有劳动能力，身体健康。
 - 有一定的职业技能，无论从事技术性工作，还是简单工作都要接受有关部门的培训（如果文化程度不高或没有技术，最好进城务工前接受引导性培训或职业技术培训）。
3. 询问学生：外出前需要做哪些物质准备？教师可以给学生们一些提示，例如相关证件，必要的费用，必备的物品和求助电话。然后将这四类准备分别写在大白纸上。
4. 教师将学生分成四个组，每个小组领走一张写有四类准备的大白纸，然后在组内讨论每一类准备的细目。例如，相关证件应包括身份证，毕业证等。讨论结束后各小组向全班汇报。教师总结可参考如下内容。
 - 相关证件：居民身份证、毕业证或学历证明、各种技能证明、村委会开的介绍信。
 - 必要的费用：生活费、交通费、通信费和一些零用钱。
 - 必备的物品：换洗衣物、生活用品、常备药品、通信录、电话卡。
 - 求助电话：比如急救、报警电话、法律咨询热线电话、政府部门的维权热线电话、新闻热线电话等。
5. 将事先准备好的报纸和杂志分发给每个小组，请他们从中挑选出所有与招聘和务工（如果这类信息较少可以选择其他类别的信息）有关的信息。然后让每个组将挑选出来的信息贴到一张事先准备

好的大白纸上。教师向学生询问：

- 你会完全相信你所收集到的信息吗？你怎样判断信息的真实性？
- 除大众传播媒介外，还有什么途径可以获得进城打工的信息？
- 得到一则就业信息后，你怎样判断它是否可靠？
- 你更相信来自哪个信息渠道的信息？为什么？

可以让学生们用头脑风暴的方式回答问题。教师记录下学生们的答案，然后向学生们介绍资料卡8的内容。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡8

如何获得进城务工的信息？

- 通过已经在城里务工的亲朋好友或家乡的其他人介绍来获得务工信息。
- 通过电视、广播、报刊等大众传播媒介收集各种各样的就业信息，或看招聘广告等。但由于有些信息来源复杂，使用时要注意甄别筛选，避免上当受骗。
- 各类劳动力市场、招聘会、劳动力供需见面会，也会提供各种就业、招聘信息。
- 通过各种类型职业介绍机构，特别是户口所在地的县乡劳动就业服务机构获取。这些机构是劳动就业部门在基层的劳动就业服务组织，负责所在地的劳动就业服务工作，承办农村劳动力跨省流动就业服务的具体事务。这些机构常年为进城务工农民提供就业信息，其信息准确、可靠。

当前就业市场上的职业介绍机构良莠不齐，要想通过职业介绍机构找工作，一定要到经过当地劳动保障部门批准的正规职业介绍机构。劳动部门规定，凡属正规合法的职业介绍机构，必须具有职业介绍许可证，有两名以上经过培训且取得职业介绍资格的工作人员、物价部门批准的收费许可证、工商营业执照，有固定的营业场所，可以为求职者提供各类职业供求信息。街头小广告大多有问题，不可轻信。马路旁边的劳务市场大多都是陷阱。不要到无营业执照、无职业介绍许可证、无中介标志的职业介绍机构求职，以免上当受骗。要向收费的职业介绍机构索要发票，作为维权的依据。

09 学会角色转变——从学校到社会

本课目标：了解学会角色转变的重要性

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 学会角色转变	黑板/白板、彩色纸、角色转变表格	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。



活动2 学会角色转变

活动目的

- 让学生了解自己在学习和工作过程中的角色，以及学习适应角色转变的重要性。

活动步骤（30分钟）

1. 先请学生列举出每天生活的两个重要场所，并说明为什么这两个场所对他最重要，以及他在这两个场所的主要角色是什么。

询问学生：如果初中毕业后不再上学，而是去打工，那么你的生活会发生怎样的变化？

2. 教师在黑板或大白纸上画出一张表。注意：表格中楷体字部分由学生填充。将学生们分成若干小组进行讨论，并填写表格。

在学校学习与在城里务工角色转换一览表

	在学校上学	到城里务工
经常出入的场所	学校 家庭	工作场所（雇主家里，工厂，菜市场，饭店，歌舞厅等） 租住的地方
经常接触到的人	父母 老师 同学 亲戚朋友 家里的兄弟姐妹 邻居（村庄或社区内人员） 上述人员流动性小，与当事人关系稳定，危险性小	老板（雇主） 务工同事 劳务市场的工作人员 租住房子的业主 上述人员的流动性大，危险性大
每天主要干的事情	学习文化科学知识	工作
别人对你的称谓	学生	打工仔，打工妹
有可能面临的危险和困难	没有钱上学	成为童工 被拐卖 被劳动剥削或性剥削
产生的结果	学到更多的知识和拿到更高的学历	挣到钱
目的	使自己得到更全面的发展，提升素质 将来有能力找到好工作 构建美好人生	挣钱 自己养活自己 帮助贴补家用

3. 表格填写完后，与全班分享。（每个小组只分享一个内容）

4. 教师讲解：“在学校学习与到社会上务工是完全不同的两件事情。是继续上学还是外出务工是人生中一项非常重要的选择，它会给你的人生带来不同的结果。在你做出决定之前一定要经过慎重的考虑。在学校时你就是学生，去务工你就成为了务工人员。这是一个非常重要的社会角色转变的过程。这张表可以让我们了解这两个社会角色的不同。”

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

10 学会求职

本课目标：1.使学生了解根据自己专长和兴趣找工作的重要性
2.让学生了解劳动市场的基本情况以及求职的方法

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 学会求职	大白纸、白板笔、彩色纸、求职信、A4纸	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 学会求职

活动目的

- 让学生学会写求职信。
- 让学生了解有关劳动市场职业中介机构的安全可靠性及如何保护自身利益的相关知识。

活动步骤（30分钟）

1. 教师事先将家政服务员、工厂工人、餐馆服务员、商店售货员、酒吧娱乐场小姐、建筑工人、宾馆服务员等六种职业的名称分别写在卡纸上。然后将卡纸贴在黑板/白板上。将学生分成六个小组，每个小组选择一张卡纸，并针对卡纸上的职业讨论下列问题。

- 这种职业需要哪些基本技能、有什么特点（工作时间等）？是否要参加职业培训？
- 月工资应该是多少？
- 如果外出打工你会选择哪种职业？为什么？
- 儿童从事这种职业对身心会有不良影响吗？如果有，是什么？

每个小组要对讨论结果进行记录。讨论结束后，各组向全班汇报。

2. 教师总结：

“任何一种职业都需要一定的职业技能。初中阶段是基础教育阶段，基础教育阶段不提供相关的职业培训。所以初中毕业后打算去务工，一定要参加相关的职业技能培训。”

“在选择职业技能培训时，应该考虑这样一些因素：你的兴趣和专长；所培训的职业是否好找工作；培训之后你是否能掌握这些技能；这个职业赚钱的情况等。你在选择培训班时要特别注意这个职业培训班是由什么部门或机构组织的。通常职业培训会由劳动部门，妇联和一些社会培训机构组织。有些培训班是免费的，有些培训班是可以申请资助的，还有一些培训班是收费的。交付培训费后一定要索要发票。”

3. 教师将一封求职信需要说明的内容写在黑板/白板上。包括：姓名、年龄、性别、学历、培训情况、特长、求职意向、联系方式等。然后发给每人一张A4纸。要求学生按照上述格式在15分钟内

完成一封求职信。求职信写完之后，可以挑选一些在班上分享。

4. 询问学生：什么叫职业中介机构？教师可以向学生介绍劳务市场中的职业中介机构情况。劳务市场中的职业介绍机构有公益性职介机构和营利性职介机构，提醒学生要注意查看他们的相关证书是否齐全。

5. 可以通过求职角色扮演的方式，训练学生的求职技能。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

11 如何签订就业合同

本课目标：让学生了解就业合同的主要内容

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 如何签订就业合同	大白纸、白板笔、彩色纸、笔、胶水	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 如何签订就业合同

活动目的

- 让学生了解就业合同和合同的主要内容，以及合同的必要性。

活动步骤（30分钟）

1. 向学生说明：在就业之前一定要与用人单位签订劳动合同，这样，当自己的权益受到侵害时就可以得到法律的保护。劳动合同必须白纸黑字写在纸上。一般情况下，合同双方中的甲方是指用人单位，乙方是指劳动者个人。我国的《劳动合同法》规定，劳动合同中有9项条款是必须写明的。

根据2008年1月1日实施的《劳动合同法》第十七条，劳动合同的必备条款应包括：

- （一）用人单位的名称、住所和法定代表人或者主要负责人。
- （二）劳动者的姓名、住址和居民身份证或者其他有效身份证件号码。
- （三）劳动合同期限。
- （四）工作内容和工作地点。
- （五）工作时间和休息、休假。
- （六）劳动报酬。
- （七）社会保险。
- （八）劳动保护、劳动条件和职业危害预防。
- （九）法律、法规规定应当纳入劳动合同的其他事项。

劳动合同除前面规定的必备条款外，用人单位与劳动者可以约定试用期、培训、个人隐私、补充保险和福利待遇等其他事项。劳动合同自签订之日起就产生了法律效力。

另外，劳动合同上面必须有签约单位法人或者委托人的签名和单位公章，以及务工者的亲笔签名，签约日起合同才生效。如果所持主要证据是无效合同，即使在劳务纠纷中占理，法院也不会支持。

2. 教师事先准备几份内容不同、对劳动者不利的合同。将学生分若干小组，给每组发放这些合同。分组讨论合同的内容是否合适，也可以加减合同内容。

- 3. 小组讨论结束后，与全班分享。
- 4. 教师总结：有了正式合同，在劳动过程中，如果权利受到侵害，可以通过法律保护自己的合法权益。因此每一位劳动者要注意合同内容是否合适。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

- 1. 教师总结：
“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”
- 2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。
- 3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。
- 4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

12 童工的概念

本课目标：使学生了解童工的概念以及恶劣的劳动对儿童权利的侵害

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 童工的概念	大白纸、白板笔、彩色纸、笔、胶水	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 童工的概念

活动目的

- 让学生了解童工的概念、童工的起因和对童工有风险的工作等内容，意识到自我保护的重要性。

活动步骤（30分钟）

1. 教师首先将四张儿童正在工作的照片（见资料卡9）贴在白板上。观看完四幅照片后，请每个人认真考虑下列问题：

- 看到照片你有什么感受？
- 他们是谁？什么叫童工？你认为童工是指多大年龄的人？是男孩还是女孩，还是都有？
- 你周围有没有照片上的情况？举例介绍。
- 童工有报酬吗？当他们与成年人干同样的工作时，他们是否应该拿到同样的工资？

2. 将学生分成若干小组，讨论下列问题。

- 童工为什么会存在？
- 童工有哪些后果？
- 哪些职业对儿童有危险？
- 哪些职业对儿童比较安全？

小组讨论结束后，向全班汇报。

3. 教师进行总结，并介绍国际上有关童工的公约条款，和我国以及本地的有关法律条款。可参考资料卡10。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这节课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课

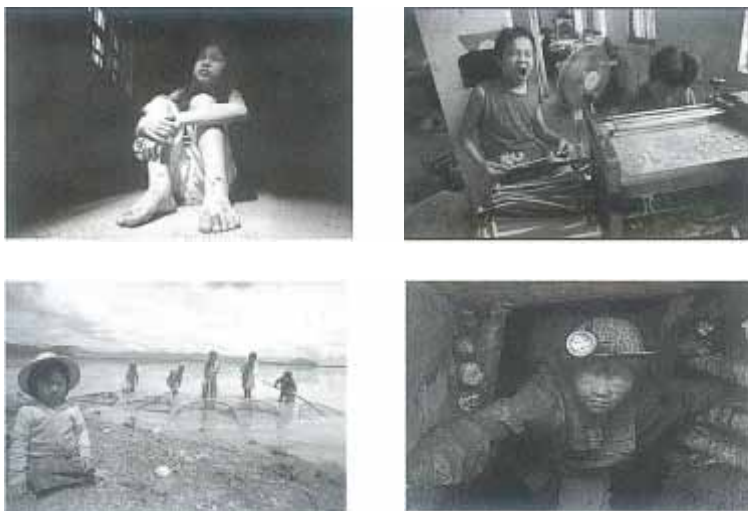


中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡9



童工概念图片

资料卡10

童工：工作对儿童来说并不完全是坏事，劳动有益于健康，同时培养人热爱劳动的品质。但是不恰当的劳动会严重妨碍儿童的发展。为了判断儿童从事的经济活动是否有益于健康，国际社会制定了童工与儿童工作的标准。

童工是指：（1）经常工作（每星期工作14~43小时）；（2）导致心理和生理伤害；（3）影响了学习，妨碍了心理和身体发育；（4）年龄低于国际劳工组织第138号公约规定的最低工作年龄；（5）从事的是国际劳工组织第182号公约定义的危险工作。

儿童可以从事的工作：（1）12~17岁的儿童从事强度小的工作（每星期工作时间不超过14小时）；（2）对儿童的健康和成长无害；（3）不妨碍儿童的学习和职业培训；（4）没有工作危险。

童工的起因及后果：

- 缺乏所需的教育：许多孩子去做工而不去上学的原因，是教育费用太高，或是父母把教育看得没有价值，再有就是教学内容不合适、教育方法和质量有问题等。所以孩子们常常被父母送去做工，而不是上学。

- 贫困：孩子们做工最主要的原因是由于贫困，贫困家庭需要钱。贫困的家庭把大部分的收入花在食物上，所以孩子们做工补贴家用显然对他们的生存是非常重要的。

- 传统：在某些地区，孩子们继承父母的职业是一种传统。在一些按件计酬的行业里，孩子们常常被叫去“帮助”其他家庭成员，共同支持家庭的经济。

- 雇佣童工：雇主更愿意雇佣孩子，因为他们比同等劳力的成人“便宜”，也是更顺从的劳动力，他们不会聚集起来寻求保护和支持。

● 后果：孩子们对工作岗位上的危险缺乏认识，容易出现意外。危险的工作条件对孩子们的健康和发展的影响是不可估量的。孩子们在生理、性以及情感上对虐待的承受力比成年人脆弱得多。女孩子们更有可能受到以下遭遇：比男孩子更早地开始做工；同工不能同酬；在工作时间长、工资低的地方做工。

危险的职业：

对于童工来说，有些行业非常危险，并有害于身体健康。例如：采矿业、制砖业、农业、地毯编织、建筑工作、制革业、深海捕鱼、玻璃厂和清理废物等。

国际劳工组织第138号公约和第182号公约：

自上世纪以来，联合国、国际劳工组织等国际组织为保护儿童权益制定过一系列公约和法律。在1919年举行的第一次国际童工大会上，国际劳工组织通过了《最低年龄公约》，规定14岁为工厂雇佣儿童的最低年龄。此公约得到72个国家的批准。这是国际上第一次管理儿童参与劳动的努力。1973年国际劳工组织通过了《准予就业最低年龄公约》，责成成员国执行，旨在确保取消童工的政策。公约规定任何经济部门都不得雇佣低于15岁的儿童（必须完成义务教育的年龄）。对于有可能危害其健康、安全或道德的工作，雇佣的最低年龄为18岁。截止到1996年9月，它得到48个国家的批准。1999年国际劳工组织大会又通过了《最恶劣形式童工劳动公约》，以消除最恶劣童工形式。中国已经批准了第138号公约和第182号公约。众所周知，童工并不是一个将立法与国际标准实现接轨就能解决的问题，而是需要采取全面、综合的措施，以打破贫困、社会不平等和童工劳动之间的恶性循环。

童工问题是近几年国际社会普遍关注的一个问题。国际劳工组织在2002年2月已选定将每年6月12日作为“反对童工劳动世界日”。

13 工作中的基本权利

本课目标：使学生了解每一个工作者都有一些基本的权利，都应该得到平等的对待和平等的机会，并且不得歧视女性

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 工作中的基本权利	大白纸、白板笔、彩色纸、图卡	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 工作中的基本权利

活动目的

- 让学生了解在打工期间的基本权利，以及在打工过程中如何维护自己的权利。

活动步骤（30分钟）

1. 教师事先准备（可以复印）好“工作中的基本权利”图卡（见资料卡11），这套图卡一共有24张，每6张组成一个完整的故事，共讲述了4个故事。这4个故事都是关于工作中的基本权利的。工作中的四项基本权利有：消除所有形式的强迫劳动；废除童工形式；消除就业歧视；自由交往和劳资谈判的权利。这4项工作中的基本权利应该是国际劳工组织所有成员国必须遵守和保障的。将图卡分发给学 生，根据学生人数多少，可以每人一张或每两个人一张，总之要让每个人都参加到图卡活动中来。
2. 教师将图卡中4个故事的主题，即工作中的四项基本权利分别写在纸上，贴在教室的4个角落。让学生们根据自己图卡上的内容来判断自己的图卡应该是哪个故事里的。这可能需要一段时间。在这段时间里教师可以对判断不正确的学生予以帮助。
3. 完成4个故事的判断和组合之后，教师请每个小组推选一位成员来讲述这个组的故事。每个组讲完后，在场的同学都要报以掌声。
4. 故事讲完后，教师提出下列问题，请各小组根据自己的故事进行讨论：
 - 故事中务工者的什么权利被侵害了？
 - 故事中的情景在生活中常见吗？
 - 如果同样的事情发生在你的身上，你会怎样做？
 - 这4个故事主要传达了什么信息？
 - 女孩子也有同样的工作权利吗？
5. 讨论之后进行全班汇报。然后教师做如下总结：1998年国际劳工组织成员国通过了《工作中的基本原则和权利的宣言》。宣言中明确规定了下列4项权利：消除所有形式的强迫劳动；废除童工形式；消除就业歧视；自由交往和劳资谈判的权利。除此之外，我国政府也制定并实施了相关的法律法规。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟和你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡11

故事1：不要“压迫”，要“联合起来”



一名建筑工人正在高空作业。



这名建筑工人从高空摔下来。



周围的工人马上去帮助这名摔下来的工人，这时老板把另外一名工人派到了那个高空作业的工作上。



工人们愤怒了，他们拒绝老板的要求，没有人会到那个高空作业面。



工人们就工作中的安全问题与雇主进行了谈判，并获得了胜利。



工人们复工了，这一次他们的安全问题得到了改善。

故事2：不要“强迫劳动”，要“自由劳动”



一名家政服务员正在一名雇主家里干活。



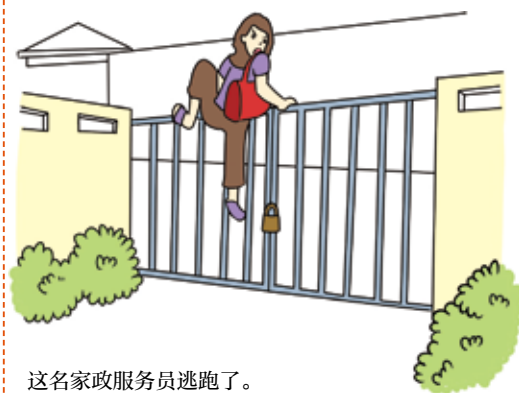
这时另外一名家政服务员来到她家门前，说有重要的事情告诉她。



这名家政服务员要出去，但是雇主非常生气，而且不允许她出去。



这名家政服务员每天都要工作很长时间，一直要到深夜才能结束一天的工作。



这名家政服务员逃跑了。



她现在在一家商店工作，她看起来很开心。

故事3：不要“童工”，要“教育”



姐妹俩正与他们的弟弟在田地里玩耍。



父母亲 and 一名陌生人来看望他们。



大姐被那名陌生人带走了。



大姐和其他的孩子们在一家工厂里工作。



由于这家工厂的厂主使用童工被逮捕，社工们把孩子们领出了工厂。



大姐又回到了学校，与同学们在一起了。

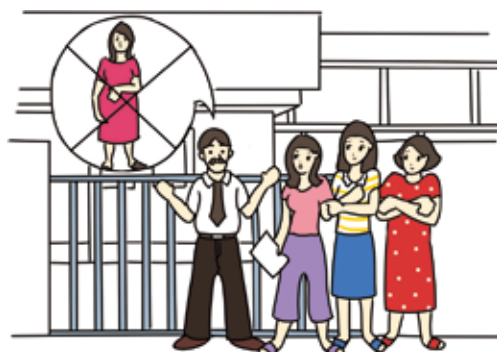
故事4：不要“歧视”，要“平等”



女人和男人们正等候在工厂门前。他们想再这里求职。



女人被赶走了。



工厂的管理人员出来解释说：女人将来会怀孕和生孩子，这样会耽误工作，所以工厂不要他们。



女人们很气愤。他们来到职业中心评理。



职业中心的代表和女人们一起来与厂主谈判。



谈判结果：女人和男人可以在通一个工厂工作了。

14 什么是侵害劳动权益？

本课目标：1.使学生了解侵害劳动权益给儿童带来的伤害
2.让学生学会避免劳动权益受到侵害

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 侵害劳动权益	大白纸，白板笔，角色扮演道具	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 侵害劳动权益

活动目的

- 让学生了解侵害劳动权益是如何发生的，以及怎样有效地预防。

活动步骤（30分钟）

1. 教师向全班介绍什么是侵害劳动权益。讲解时可参考资料卡12。
2. 将学生分成四组，每个小组发三张情景图卡（见资料卡13）。各小组讨论情景卡上的工种会对儿童造成哪些伤害，并记录讨论结果。讨论结束后各小组向全班汇报。
3. 教师向学生叙述如下例子，并要求每个小组选择一个例子，通过小组讨论把故事情节细化，并分配角色进行角色扮演。
 - 一家服装工厂里有一些女孩在工作。她们一个月才被允许出厂一次，从来没有休息日，每天要工作12小时。
 - 有个女孩在一个家庭里做家政服务员。她每天要干十几个小时的工作，还经常遭到女主人的打骂。
 - 一个男孩在一个建筑工地做饭。他在那里工作了一年，年底时没有拿到自己的工资。
4. 表演后，教师提出下列问题：
 - 对于你表演的角色，你有什么感受？
 - 如果你遇到同样的情况会怎么办？怎样避免剥削的发生？

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改

变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡12

职业安全与健康

职业安全与健康包括从事所有职业的工人们身体、心理都处于良好状态。不健康和不安全的工作条件随处可见，不论是室内还是室外。打工者一定要认识到，一个好的工作环境对工人和雇主都是有益的。安全的工作场所和健康的工人可以提高企业的生产率。

职业健康和安全对男女同样重要。怀孕妇女、正在哺乳的妇女在照料婴儿和给婴儿断奶时需要特别的保护。男人的生殖功能也需要保护。另外，年轻的工人（15~18岁）和18岁以上的妇女不得与18岁以上的男人搬运重量相同的重物。

不论是正规经济还是非正规经济，不论在城市还是在农村，许多行业都存在事故多和有健康风险的有害职业。这些职业需要通过法律、法规和制定预防计划来保证特别的预防措施，因为这些风险一般都是工作本身固有的或工作中必然产生的。典型的危险职业或工作包括：

- 操作零件活动的机器或操作过程有危险

- 工作场所存在有害的化学物
- 暴露在噪音大，粉尘多的场所工作
- 重体力工作
- 工作时间过长
- 在脚手架上和高台上工作
- 在矿井下工作

下面的内容简要说明了情景卡片中几种常见的情形：

● 搬运重物

工人们应该在搬运重物的危险中得到保护。怀孕的妇女、生完小孩或流产后刚回到工作岗位的妇女不得被要求搬运重物。其后果很可能导致出现严重的问题。

● 工作场所存在化学物（工业和农业）

如果工作场所存在铅、镍、白铅（油漆）、酸、苯或农药，工人们应该得到保护，避免中毒。在呼吸、皮肤接触或吞咽的过程中，感染皮肤病、癌症或肺病的风险很高。化学物质还会破坏人的生育能力。采用防护用品如口罩和手套，都可以保护工人，但必须采取措施把风险降到尽可能小的程度，比如加强通风、加固存储装置、所有化学品的标签都要使用用户能理解的语言、处理好化学废弃物等。

● 粉尘

有一些职业的健康风险是由粉尘造成的。在矿井和纺织厂、木材加工厂工作的工人，以及在有大量燃烧的场所工作的工人，非常容易吸入空气中的微小颗粒。颗粒越小越容易侵入到肺部，损害内部器官，导致肺病。

● 在危险的机器上工作

危险的机器，比如：锯割机、液压机、压榨机、粉碎机等。这些机器应该注意维护，装有适当的防护装置，电线要完好无损。

● 工作场所噪音大

如果与同事一臂之隔你都听不到同事正常音量的说话，那噪音就太大了。要采取措施尽可能地减少噪音。预防措施可以很简单，比如：把机器或机器上特别吵的零部件罩上、定期维护机器使其保持良好的状态，从而减少噪音。在噪音很大的机器旁工作会损害听力。在噪音大的地方工作，戴好防护用品是非常重要的。雇主应该提供质量好的听力保护设备或降低噪音。质量低的保护设备一般都不起作用。

● 工作环境改造

这适用于所有的工人。办公室工作人员的桌椅高度应该适当，以免由于工作姿势不正确导致后背或两臂出现问题。在家工作的人干活时身体姿势往往都不正确，比如坐在地上或特别矮的小板凳上，这些工人的脊背有问题是很常见的。

● 工作时间长

如果工人工作时间过长而且睡眠不足，本身无害的工作也会变成有害的工作。这在计件工资制的工作（如把工作拿回家做）或定期强制加班的工作中是常见的风险。

资料卡13

侵害劳动权益的工种



工作场所有危险的化学品（工厂）



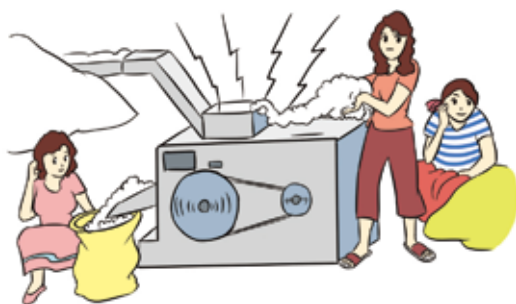
喷洒农药（农业）



厕所很脏，女厕所不够用



在危险的机器上工作



工作场所噪音很大



工作场所温度很高，通风很差

14 什么是侵害劳动权益？



在家干活，坐姿不好



孩子跟大人一起打鱼



孩子跟大人一起在矿井干活



孩子跟大人一起在橡胶种植园干活



孩子们做家务



孩子们在烟花爆竹厂干活

15 女孩们的危险地带——学会保护自己

本课目标：使学生了解城市中有些工作对于女孩来说是很危险的，应尽量避免

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍	头脑风暴	5分钟
2. 女孩们的危险地带	大白纸，白板笔、复印好的故事	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 女孩们的危险地带

活动目的

- 提高女性年轻打工者的自我保护意识和能力。

活动步骤（30分钟）

1. 教师讲解：到城里打工的女孩子有些从事家政服务，有些在工厂生产线上工作，还有些在饭馆或酒店当服务员，另外一些女孩子则在歌舞厅或者美容店。无论从事什么工作，年轻的女孩子经常会遇到的问题是：性骚扰、性侵害甚至性剥削。如何避免这类问题的发生是每一个进城打工的女孩子必修的一课。

2. 教师事先将下列三个没有写完的故事复印好，将学生分成若干小组，把复印好的故事发给各小组。各小组分别给故事续写结尾，然后向全班汇报。

故事1：春兰来到城里打工。她在一家生意火爆的歌舞厅工作。每天的主要工作是为客户送饮料和酒水。有一天歌舞厅老板突然对她说：春兰，听说你的歌唱得很好。你去到5号包房，那里的客人想听歌。春兰来到了5号包房，那里有两三个男人和一个女人。春兰为5号包房的客人唱完两支歌后，有两个男人就开始对春兰动手动脚。

故事2：小红来到城里打工。她在一家美容店工作。她的工作是帮助客人洗头 and 做头部按摩。一天她给一个客人做头部按摩，这个客人与她不断攀谈，还不断地挑逗小红。有一天美容店的老板对小红说：你到我们美容店的包房里去一下，有人在等你。小红来到包房看到那天那个客人。他朝小红不怀好意地笑，不由分说就拉小红的手。

故事3：阿曼到城里打工。她在一家舞厅做伴舞，她每天遇到的情况就是常常受到客人的挑逗和被客人摸一把、抓一把。阿曼特别反感。

3. 汇报之后，教师提出下列问题：

- 如果你在打工时遇到同样的情况，你会怎样处理？怎样才能避免故事中的情况发生？
- 你认为女孩子应该在娱乐场所里工作吗？为什么？

各小组讨论，讨论结束后向全班汇报。

4. 教师总结：《未成年人保护法》《预防未成年人犯罪法》都明确规定，歌舞厅属于未成年人不适宜场所，未成年人不得入内；娱乐业是一种追求商业利润的产业，一般不会轻易助人，一旦老板热情有加，肯定有利可图；抽烟、喝酒、斗殴、强行交女朋友、常到未成年人不适宜进入的场所，在《预防未成年人犯罪法》中都属于严重不良行为，是犯罪的边缘；女孩子不能和男士到未成年人不适宜去的场所，如迪厅、洗浴中心等。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

16与劳动保护有关的法律

本课目标：使学生了解有关保护童工的相关法律规定，并提高法律保护意识

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 与劳动保护有关的法律	大白纸、白板笔、资料卡复印资料	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 与劳动保护有关的法律

活动目标

- 使学生了解有关保护童工的相关法律规定，并提高法律保护意识。

活动步骤（30分钟）

1. 教师讲解：外出打工时不会事事顺利。如果在打工期间自己的权益受到侵害，要学会通过法律保护自己的合法权益。

2. 将学生分成3~4个小组，并按要求讨论事先准备好的案例。

案例1：丽丽今年16岁，刚初中毕业，因为跟家人有一些矛盾离家出走了。她跟19岁的朋友阿芸一起来到一个宾馆，在那里吃、住、玩了十几天。有一天宾馆老板跟几个人一起到她们的房间告诉她们已经欠了10500元，如果不及时还钱，每天会有500元的利息。如果她们没有钱，可以到宾馆的酒吧免费工作至少40天。丽丽的残酷生活就这样开始了。

要求：作为乡政府、街道办事处法律咨询中心或者司法工作人员，找出相关的法律条款，并给丽丽合适的法律咨询。

案例2：阿强由于家庭生活困难，不到16岁就到一家私人煤矿公司推煤车。老板说，因为未满16周岁，不能与他签合同，工资也比成人少30%。阿强没有办法，只好答应他。他在这边已经艰苦地工作了几个月。有一天煤车突然翻倒，压到他的脚，结果他的脚骨折了。公司没有给他任何补偿金，还把他开除了。

要求：小组成员分别扮演被告、原告、辩护律师、证人等，模拟法庭审理本案，利用相关的法律条款尽量维护原告人的合法权益。

案例3：阿芳17岁，上初中以来，她周末和寒暑假都到学校旁边的一家缝纫店当学徒工。初中毕业后，她有一年半时间在缝纫店专门学缝纫。现在她虽然已经会做衣服，但是老板每天只给她5元的餐费。你觉得老板做得对不对？

要求：小组成员作为阿芳的好朋友，利用法律条款帮助她。

案例4：阿明今年14岁，是初中生，家在农村。最近他家旁边开了一家葡萄工厂。由于家庭生活困难，他放弃学习，开始在工厂工作。他个子不高，因此负责管理熏葡萄用的硫酸炉。工作时没有防毒衣服或口罩，不到几个月他就得了鼻炎和哮喘住院了。厂长觉得这事跟他没有关系，所以没有给经济补偿金。

要求：作为乡政府、街道办事处的法律咨询中心或者司法工作人员，找出相关的法律条款，并给阿明法律咨询。

3. 教师总结：童工和未成年人权益保护的主要责任应由雇主承担。政府部门应该禁止未成年人从事过重、有害健康、影响儿童身心健康成长的工作，并追究雇主的责任。未成年人也要学习有关的法律条款，通过法律保护自己的权利。如果他们的合法权利受到侵害时，未成年人的父母或其他监护人要知道如何保护孩子的合法权利。可参考资料卡14。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡14

下面是相关的法律规定，教师要多了解这方面的知识，并正确指导儿童。

相关的法律：《未成年人保护法》《教育法》《劳动法》《合同法》《妇女权益保障法》
《未成年人保护法问答》

具体条款：

《未成年人保护法》

第28条：任何组织和个人依照国家有关规定招收已满16周岁、未满18周岁的未成年人的，应当在工种、劳动时间、劳动强度和保护措施等方面执行国家有关规定，不得安排其从事过重、有毒、有害的劳动或者危险作业。

第46条：未成年人的合法权益受到侵害的，被侵害人或者其监护人有权要求有关主管部门处理，或者依法向人民法院提起诉讼。

第47条：侵害未成年人的合法权益，对其造成财产损失或者其他损失、损害的，应当依法赔偿或者承担其他民事责任。

第49条：单位、个体工商户非法招用未满16周岁的未成年人的，由劳动部门责令改正，处以罚款；情节严重的，由工商行政管理部门吊销营业执照。

《妇女权益保障法》

第22条：禁止用人单位招用未满16周岁女孩。

《劳动法》

第5条：禁止用人单位招用未满16周岁的未成年人。文艺、体育和特种工艺单位招用未满16周岁的未成年人，必须依照国家有关规定履行审批手续，并保障其接受义务教育的权利。

第58条：未成年工指年满16周岁、未满18周岁的劳动者。

第64条：不得安排未成年人从事矿山井下、有毒有害、国家规定的第四级体力劳动和其他禁止从事的劳动。

17学会理财

本课目标：让学生认识到外出打工理财的重要性，了解怎样进行有效理财

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 学会理财	大白纸、白板笔、计算器	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 学会理财

活动目标

- 让学生认识到外出打工时理财的重要性，并了解理财的方法。

活动步骤（30分钟）

1. 教师讲解：外出打工前学生大多与父母生活在一起，家里的一切生活支出都是由父母来负责。所以很多孩子对家里的经济状况，特别是日常生活的收入和支出了解不多。一个家庭的收入主要指一个月或一年中这个家庭挣到的钱或者实物，支出是指这个家庭在同样的时间内为衣食住行、看病等各方面的消费所支出的费用。不同的收入与支出关系会让人生活在不同的经济状况下。教师将事先准备好的“收入和支出关系表”贴在黑板上，并进行讲解。

收入和支出关系表

收入与支出的关系	收入多于支出	收入等于支出	收入少于支出
结果	出现结余	没有结余	出现亏空
经济状态评价	非常好	维持平衡	出现借账问题

2. 分享图表之后，教师阐述：外出打工需要独立生活，首先面临的的就是经济问题。外出打工的生活分为两个阶段：

- 第一阶段：从离开家乡至拿到第一个月的工资。
- 第二阶段：拿到第一个月的工资后的打工时期。

第一阶段是从农村来到城市的阶段。这个阶段的所有花销都应该在离家之前准备好。将学生分成若干小组，讨论资料卡15上关于第一阶段的问题。讨论后与全班分享。

3. 教师说明：“当你在经济上安全地度过了第一个阶段后，就进入了第二个阶段。第二个阶段与第一个阶段有很多不同。进入第二个阶段后，你在经济上就主要依靠自己了。有些人还要从每个月的

收入里拿出一些给家里人。第二个阶段的支出应该与第一阶段有所不同，不应该再包括职业介绍费和体检费，但应该考虑一些其他问题（见资料卡16）。”

4. 各组讨论资料卡16上第二阶段的问题，然后与全班分享。教师参考资料卡进行总结。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡15

第一阶段（从离开家乡至拿到第一个月的工资）的问题：

- 为什么在离家之前身上要带足够的钱？
- 这些钱应该是多少？应该包含多长时间的花销？
- 你都会有哪些花销？
- 你多长时间能够找到工作？什么时候可以拿到第一次工资？

根据讨论结果填写下列花费一览表，按月计算。例如：

花费名目	金额
交通	
体检	
食物	
职业介绍费	
住宿	
电话费	
卫生用品	
其他	
合计	

资料卡16

第二阶段（拿到第一个月的工资后的打工时期）的问题：

- 我每个月的工资能否维持我正常的基本生活开支？月工资是多少才能维持？
- 是否应该每个月给家里寄一些钱，以帮补家用？
- 是否能够有一些结余，将来参加各种培训等，以提高自己的知识水平和劳动技能？

请各小组讨论并制作一张第二阶段费用支出一览表，按月计算。例如：

花费名目	金额
交通	
住宿	
食物	
卫生用品	
添置衣物	
给家里的钱	
交友	
培训费用	
失业储备金	
其他	
合计	

18 学会处理矛盾和冲突

本课目标：使学生学会有效地处理人际关系中的矛盾冲突

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 学会处理冲突和矛盾	大白纸、白板笔、角色扮演所需道具	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 学会处理冲突和矛盾

活动目的

- 让学生学会有效地处理人际关系中的矛盾冲突。

活动步骤（30分钟）

1. 教师讲解：“在生活中，我们每个人都会与别人发生矛盾或冲突，有时这些矛盾还是非常棘手的。下列4种情况是我们经常遇到的。”教师讲解4种情况。

情况1：父母要解决家里一个悬而未解决的问题。母亲不希望女儿继续上学，想让她在家里做家务或出外打工挣钱贴家用；而父亲则希望女儿继续上学。如何解决这个冲突？

情况2：一名男领班多次邀请你一同去唱歌、吃饭。你一直在拒绝他，因为你不喜欢他。现在他又来邀请你，并威胁说：如果你再不接受邀请，就会丢掉工作。这个问题应如何处理？

情况3：你是一名年轻的家政服务员。你雇主的儿子多次要求你晚上与他到花园里散步，你都躲掉了，因为你很害怕。现在他再次邀请你，并且说如果你不同意就辞退你。你怎么办？

情况4：一位学生与老师发生了冲突。老师说这位学生学习不够努力，而这位学生说他非常努力，但是他回家后经常要照看妹妹。这个问题应如何处理？

2. 将学生分成四组，每个组要认真阅读、研究上述的一种情况，然后写出一个后续的结果。注意在续写结果时要征求小组内每个人的意见。写完之后，各组将其改编成短剧，并进行角色扮演的准备。

3. 各小组进行角色扮演。表演后教师提出问题：

- 你为什么会采用这样的方法解决问题？
- 你认为你的解决方法是最好的吗？

4. 教师总结：每个人在处理冲突时都会有不同的方式，也会产生不同的结果。主要有三种不同的冲突处理方式：暴躁型、被动型和自信型。最成功的冲突处理方式是：表现出自信，坚持自己的观点，但也要了解对方的观点。处理问题时应该把三种做法有机结合。

- 暴躁型交流方式：经常表现为认为自己的建议和权利比别人的都重要。处理问题时的主要表现是：

情绪激动，脸红脖子粗；主宰谈话过程；没有礼貌，很粗鲁；对别人不关注；不考虑别人的利益，只为自己着想。

● 被动型交流方式：经常表现为认为别人的建议和权利比自己的重要。在处理问题时的主要表现是：很顺从，甚至会逃避；不表态，不表现出任何情感；没有主见；不被别人关注；不做出直接的反应以避免矛盾。

● 自信型交流方式：对自己和别人都很尊重，很客观。处理问题时的主要表现是：对别人关注，认真倾听；讲出自己的看法，但诚实、有礼貌；对别人尊重；争取自己的权利，同时也重视别人的权利。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己对今天课程的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

19 缓解压力

本课目标：让学生了解压力的影响及有效缓解压力的具体方法

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 缓解压力	大白纸、白板笔	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 缓解压力

活动目的

- 让学生了解压力的影响及有效缓解压力的具体方法。

活动步骤（30分钟）

1. 教师讲解：在生活中我们遇到困难或挫折时会感到压力。有些人有压力时会头疼、失眠、注意力分散等。什么时候你感觉到压力？比如在家庭、学校、工作单位、跟家人或同事有争吵时？你感到压力最大的是什么时候？

2. 教师解释压力的表现。

- 身体的长期表现：失眠，没有胃口，月经紊乱，感到疼痛，经常发冷，哮喘，背疼，消化问题，头疼，紧张，容易疲劳等。

- 身体的短期表现：口干，皮肤干燥，手脚冷，出汗多，呼吸加快，心跳加快，肌肉紧张，恶心，胃不舒服，腹泻，小便多等。

- 身体的其他表现：睡眠紊乱，背、肩膀、脖子疼，偏头疼或头疼，更年期表现，胃酸，腹泻，体重下降或增加，脱发，肌肉紧张，疲劳，高血压，心跳紊乱，哮喘或胸疼，手出汗，手脚冷，皮肤问题，下巴疼，痛经，头晕等。

- 心理上的表现：紧张，兴奋，犹豫，情绪低落，爱争吵，记忆力降低，注意力分散，容易愤怒，思维混乱，无法控制自己，爱酗酒，感到害怕，反应迟钝等。

3. 介绍缓解压力的方法。教师可以提出下列问题让学生讨论：

- 感到压力时你会怎么做？
- 有哪些方法可以缓解压力？

教师总结缓解压力的方法：体育运动、做饭、绘画、写作、看电视或电影、听音乐、洗澡、读书等。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

20 调节和控制自己的情绪

本课目标：1.让学生了解有效的情绪控制对人们生活的重要性，并认识和了解自己的情绪
2.让学生学会使用控制情绪的四种常见方法

活动	所需材料	时间
1. 回顾、反馈和介绍		5分钟
2. 调节和控制自己的情绪	大白纸，白板笔，卡纸	30分钟
3. 我们的歌		5分钟
4. 课程评估	纸、笔、表情图	5分钟



活动1 回顾、反馈和介绍

活动目标

回顾上一节课的内容，把学生的评估意见反馈给他们，并介绍今天课程的内容。

活动步骤（5分钟）

1. 请一个学生回顾大家在上一节课都做了些什么。如果他或她不记得所有活动，请其他学生帮忙，直到所有活动都被提及。
2. 向学生反馈他们对上节课的评估意见。利用这一机会让学生讨论他们不喜欢的任何活动。教师要在督导笔记中记下这些活动。表扬学生，并提醒他们给出公正评估很重要，同时强调公正的评估有助于教师制订满足他们需求的课程计划。
3. 介绍今天课程的目标（请参看本节课的介绍）。
4. 问学生对今天计划的活动是否有问题，回答他们提出的问题，再开始今天的课堂活动。

活动2 调节和控制自己的情绪

活动目的

- 让学生了解有效的情绪控制对人们生活的重要性，并认识和了解自己的情绪。
- 让学生学会使用控制情绪的四种常见方法。

活动步骤（30分钟）

1. 给每位学生发一张事先复印好的问卷（见资料卡17）。请学生认真填写问卷，并想一想：自己在什么情况下会出现高兴、伤心、激动、平静、厌烦、吃惊、紧张、害怕等情绪。问卷填写完后，可邀请部分学生分享他们的问卷。

2. 教师总结：“我们会发现，每个人都有自己的情绪体验，这些体验跟我们的生活经验都有着这样或那样的关联。对自己，我们应该了解自己的情绪体验，并用健康的方式来疏导它们。对别人，我们应该多一分理解和宽容，因为每个人情绪的背后都有着复杂的原因。”

3. 教师讲述天天的故事：

天天的生活中有很多不顺心的事情——爸爸妈妈吵架、考试不及格、与同学闹矛盾等。每当不顺心的时候，天天就会生气或愤怒，无法控制自己。她常常会摔门，并且把任何一样她能够拿到的东西扔出去。

天天感觉没有人理解自己。她的爸爸和妈妈经常吵架。每当这个时候，天天就会从家中逃出去。有一天，她从家中逃出去之后，迷迷糊糊地来到了歌舞厅，在那里她第一次抽了烟，还喝了很多酒。这也许就是借酒消愁。后来这件事被天天的老师知道了，老师与天天进行了长谈。从那以后，每当天天遇到烦心事的时候都会按照老师教给她的方法去做。她现在可以不用摔门，不用扔东西了。天天回到自己的房间，翻开自己的日记本，她现在尝试写日记的方法调整自己的情绪。这是另一种发泄情绪的好方法，她每次写完日记后都感觉好多了。

讲述完后向学生提出下列问题：

- 天天是用哪些不健康的方式来发泄自己的情绪的？

- 天天从老师那里学会了哪些积极的处理情绪的方法？
- 你情绪不好的时候，会到歌舞厅等地方去喝酒吗？为什么？
- 你有哪些积极的方式来处理自己的不良情绪？

教师记录学生的答案。并总结如下要点：情绪可以影响人的健康，情绪的成熟需要过程，情绪是可以调节的。

4. 教师对常用的情绪处理方式进行介绍。

● 转移法：一个重大的事件影响到情绪时，可以通过做其他的事情转移对这一事件的注意，调整和控制自己的情绪反应。比如，听听喜欢的音乐。

● 发泄法：控制情绪不等于压抑情绪。如果情绪长期被压抑而不能得到释放，会使心态失衡，甚至出现心理和生理的问题。因此，可以采取适当的、不伤害到别人的行为将情绪释放出来。比如：对着空旷的地方大喊几声，或是关起房门，畅快地哭，或者到操场上奔跑等。

● 倾诉法：坦然地把自己经历的痛苦倾诉出来，会使人感到舒畅，有助于调整情绪。可以把痛苦告诉你信赖的朋友或家人，也可以写在日记里，或是告诉大树，你会发现自己的痛苦因此而减轻，而从他们那里，你会得到温暖和力量。

● 自我安慰法：遇到让人情绪不好的事件时，有时也该看看这件事的另一面，这可以让你很快平和下来。比如，你丢了钱，在吸取教训的同时，可以告诉自己“破财免灾”。

活动3 我们的歌

活动目标

唱一首所有学生都熟悉并可以激发归属感和文化自豪感的歌曲。

活动步骤（5分钟）

请学生站起来，并让他们唱上一节课结束时选的那首歌曲。他们可以像上次那样唱，也可以改变唱歌的方式。

活动4 课程评估

活动目标

让学生对这一节课进行评估，了解他们对这堂课的感受。

活动步骤（5分钟）

1. 教师总结：

“我们今天的课程就要结束了。我很高兴能够跟你们在一起加深相互的了解。同时，我希望了解你们对今天课程和活动的感受。在每节课结束时，你们都会通过做一个小活动来表达自己的感受。”

2. 说明在今天的课程上学生都做了些什么。

3. 向学生展示表情图，发给每个学生一张纸，并请他们画出代表他们心情的表情。告诉他们不需要在纸上写名字。这会鼓励学生真实地评估。

4. 学生完成后，感谢他们提供的反馈，并跟每个学生告别。这会让他们感觉得到了认可和赏识。

教师提示

收集并保存所有学生的评估结果，并且根据学生的评估意见对今后的课程内容和活动做出修改或调整。确保在下一节课开始时回顾此次评估的结果。



高兴
我喜欢这节课



中性的
我谈不上喜欢或不喜欢这节课



不高兴
我非常不喜欢这节课

资料卡17

问卷

我感到伤心，当 _____
我感到激动，当 _____
我感到平静，当 _____
我感到厌烦，当 _____
我感到吃惊，当 _____
我感到紧张，当 _____
我感到愤怒，当 _____
我感到害怕，当 _____