



学校安全教育平台  
www.xueanquan.com

中小学（幼儿园）公共安全教育系列课程

# 青春来敲门，一起谈谈性



## 学习目标

- ☑正确理解“性”；
- ☑掌握生理知识与避孕知识。

## 交流

同学们，谈到“性”你会想到什么？你会谈“性”色变吗？说说你的看法吧。

01

# “欲望”那点事儿

# 正确看待性冲动

知道性冲动是正常的生理现象

自慰是宣泄性能量的本能行为

不要给自己太大的心理压力

交流

如何避免过度自慰给身心带来双重危害呢？

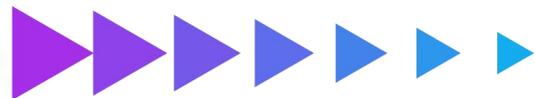


## 不给自己自慰的时间和空间

早起不赖床；

尽量避免独处，多和同学、朋友待在一起。





## 穿睡衣睡觉

穿上睡衣睡觉，这样不容易触碰或刺激到身体的敏感部位。





## 远离色情读物与影像

不要看有关色情的杂志、影像，这样可以减少对自己的刺激。



## 安全小结

### 对待自慰要做到：

不刺激、不关注、不压抑、不自责。

多了解健康的性知识，讲卫生，勤洗澡，勤换  
内衣裤，保持良好的心态和健康的心理。

02

# 杜绝过早性行为

交流

**同学们，  
你们知道过早性行为的危害吗？**

高中生如果发生性行为，对身体和心理都有一定程度的危害，青春期的孩子还不知道怎么保护自己的身体安全，也没有能力承担性行为可能带来的责任和义务。

过早性行为会使青少年产生较大的情绪波动及沉重的精神负担，影响学习和生活。

**因此，我们要拒绝过早性行为。**

# 拒绝过早性行为

正确认识青春期出现的各种生理变化，如遗精、来月经、乳房发育等，培养健康的性意识和性道德，通过正规图书、网站学习更多生理知识。



# 拒绝过早性行为

远离淫秽的书刊及网站，自觉抵制淫秽、低级的不良刺激，更不要因好奇而效仿某些影片中男女间的亲热动作。

在交朋友时，要认真选择，不要与作风不正的人交往。

# 拒绝过早性行为



多参加集体活动，但要远离酒吧等不适合高中生的场所。  
在与异性交往中，保持冷静的头脑，避免频繁的肢体接触，用理智克制自己的情感，珍惜纯洁的友谊。

## 给男生说的“悄悄话”

男人对待女人的态度，是检验男人素质高低的试金石。尊重女人不仅是一个男人的素质，也是一个国家的素质，更是一个民族的素质。当你为青春期性冲动烦恼，想要尝试禁果时，一定要三思而后行，等到真正能承担责任的时候再说。

03

# 避孕知识勿回避

## 你知道吗

早孕对女生的危害是巨大的。怀孕及流产会给女生的身体造成严重的危害，可能引发贫血、不育等并发症，同时遭受到别人的闲言碎语，也会使女生产生自卑心理，可能丧失对未来生活的信心。

**那么，女生应该如何避免悲剧发生呢？**

树立正确的人生观和性观念，认识到过早性行为的危害，杜绝过早性行为。

了解生殖知识，掌握一定的避孕知识。  
女生更要懂得保护自己，不能丧失理智。



**万一发生“亲密接触”必须使用避孕套，如事前没有任何防范，事后也一定要采取补救措施，服用紧急避孕药。**

如有发生性行为，且下一次月经延期10天及以上，就要考虑是否已经怀孕，应及时去正规医院进行检查确认。

发现怀孕，要敢于向家长、老师坦白，争取获得帮助，尽早到正规医院进行处理，不可拖延。亦不可听信街头的人流广告，避免意外发生。



终止妊娠后，女生的身体虚弱，要特别注意保养。  
不要盆浴，选择淋浴，防止细菌从外部入侵；要  
做好保暖，不能受风寒。

# 设计黑板报：谈性不应色变

**同学们，作为高中生，性教育是我们不应该回避的话题。请你为班级设计一期性教育主题的黑板报吧，在提醒大家的同时，也要敢于说出自己的想法。**

**同学们，**

**以上内容，你都掌握了吗？**

# 随堂测评

## 1. 女性在月经期间需要注意的事项，下列说法正确的是：

- A. 避免劳累，不宜吃生冷、辛辣等刺激性食物
- B. 如果没有感到不适的话，可以和平时一样，该吃吃该喝喝，不用忌口
- C. 女性在月经期间，身体免疫力低下，应该卧床休息，一点运动也不能做

## 2. 对于自慰的描述，下列说法正确的是：

- A. 偶尔发生自慰或有节制的自慰，对身体不会有影响
- B. 自慰是低级下流、道德败坏的
- C. 自慰会影响休息和学习，坚决不能做

## 3. 如果产生了性冲动，此时应该做什么：

- A. 看黄色书刊
- B. 看黄色影像
- C. 听听音乐，看看书，转移注意力

参考答案：  
1.A 2.A 3.C

# 随堂测评

**4. 进入青春期，两性分化更明显了，你认为男女生应该如何相处：**

- A. 断绝交往，避免恋爱
- B. 自然快乐地交往，建立纯洁友谊
- C. 亲密交往，以消除对异性的神秘感

**5. 对于青春期生理发生的变化和性意识的萌动，正确的对待心理是：**

- A. 这是很羞耻的事，不值得谈论
- B. 青少年要努力压抑性意识的萌动
- C. 这是青春期正常的变化，我们要坦然以对，积极地解决生活中的新问题

参考答案：  
4.B 5.C

谢谢观看