

## 《大智慧過生活 I》教學設計

- 一、教學單元：第二十單元「生死之間」
- 二、教材來源：《大智慧過生活 I》（財團法人法鼓山文教基金會）
- 三、教學重點：面對生死，懷抱希望。
- 四、適用年級：七年級
- 五、教學時間：45 分鐘
- 六、教學目標：
- 1、能了解生死的意義。
  - 2、能對生命懷抱希望，邁步向前。
  - 3、學習面對生活中的起伏轉折。
- 七、融入議題：生活倫理——心靈環保
- 八、教學流程：

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p><b>【體驗放鬆】</b></p> <p>好!在閱讀課文之前，我們先來體驗一下鬆緊。慢慢的深呼吸，同時把肩膀往上提，再提，提到最高（停 2 秒），然後吐氣，同時將肩膀放下。有沒有放鬆的感覺？肩膀是不是鬆了許多？</p> <p>調整我們的身體把姿勢坐正，以最放鬆的方式坐好，雙手輕輕的放在大腿上，眼睛輕輕的閉上，頭皮放鬆，頭腦放空，額頭放鬆，眼球不用力，臉部的肌肉放鬆，嘴角輕輕上揚，保持微笑，頸部肌肉放鬆，肩膀不用力，手臂放鬆，手掌手指放鬆，胸部肌肉放鬆，小腹不用力，背部肌肉放鬆，腰部放鬆，臀部放鬆，大腿放鬆，小腿放鬆，腳掌、腳趾放鬆，全身放鬆。慢慢的把注意力集中在鼻端，清楚知道呼吸從鼻孔吸進來，從鼻孔呼出去，吸進來是涼涼的，呼出去是暖暖的，有呼吸的感覺真好!欣賞呼吸、享受呼吸。</p>	5 分鐘	PPT1	
<p>一、引起動機：</p> <p>1、播放「老鷹追殺松鼠」影片 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=aV7DPwNwsf8">https://www.youtube.com/watch?v=aV7DPwNwsf8</a></p> <p>2、影片中你看到了什麼？ （或參考補充資料）</p>	5 分鐘	PPT2	
<p>二、發展活動：</p> <p>1、熟悉課文：</p> <p>2、教師提問：</p> <p>（1）作者從大自然中看到什麼畢生難忘的情</p>	30 分鐘	PPT3-9	

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>景？</p> <p>(2) 作者從螃蟹斷螯的故事得到什麼啟示？</p> <p>(3) 經歷保甲路摔車掉入深圳後，作者有什麼心得感想？</p> <p>(4) 你覺得「小心是有用的，擔心則沒必要」有什麼涵意呢？</p> <p>(5) 你有經歷類似生死關頭的經驗嗎？請和同學分享。</p> <p>3、教師結語：分享「與你談心」欄</p> <p><b>三、統整活動：</b></p> <p>1、完成「體驗與學習」PP. 86-87</p> <p>2、總結：只要還有一口呼吸在，就有無限的希望，就是最大的財富。</p>	5 分鐘	PPT10-12  P. 85 (108 自在語)	

### 【備註】

- 1、本教案適用年級、時間規劃、提問內容僅供參考，教師可自行斟酌運用。
- 2、期待您的創意教學回饋給法鼓山教聯會，與更多人分享。
- 3、《大智慧過生活》教材出處：<https://life.ddm.org.tw/wisdom2011/%5Cpdf%5C01%5C01-20.pdf>
- 4、關鍵字：珍惜生命、壯士斷腕、智慧處事、歡喜看生死。

### 【補充資料】PPT13

播放「老鷹捕羊紀錄片」影片

[https://www.youtube.com/watch?v=ph\\_Kt3xvIbI](https://www.youtube.com/watch?v=ph_Kt3xvIbI)