

## 心靈環保生活教育教學設計—我愛討厭鬼

一、教材來源：心靈環保兒童生活教育動畫(聖嚴教育基金會)

二、教學核心價值：關愛家人

三、適用年級：國小低、中年級

四、教學時間：40 分鐘

五、教學目標：

1、能和兄弟姐妹相親相愛。

2、能學習如何關心家人。

六、融入議題：家庭倫理－心靈環保

七、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!在看影片之前，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，用最放鬆的姿勢坐好，雙手輕輕的放在腿上，眼睛輕輕的閉上，頭腦放鬆，頭皮放鬆，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，胸部肌肉放鬆，小腹放鬆，背部肌肉放鬆，腰部放鬆，臀部放鬆，大腿放鬆，小腿放鬆，腳掌、腳指放鬆，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		
<p><b>一、引起動機：</b></p> <p>1、家裡有哥哥、姊姊的請舉手？你喜不喜歡他？為什麼？</p> <p>2、家裡有弟弟、妹妹的請舉手？你喜不喜歡他？為什麼？</p> <p>3、家裡沒有兄弟姐妹的請舉手，你希不希望有兄弟姐妹，為什麼？ (教師可引伸至堂、表兄弟姐妹)</p>	5 分鐘		課堂發言
<p><b>二、發展活動：</b></p> <p>1、播放心靈環保兒童生活教育動畫 DVD—「我</p>	25 分鐘	心靈環保 DVD	

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>愛討厭鬼」單元。</p> <p>2、教師提問，請學生發表看法：</p> <p>(1)小珍面對剛出生的小弟弟，她覺得開心還是不開心？</p> <p>(2)小珍認為弟弟是「討厭鬼」的原因是什麼？</p> <p>(3)為什麼小珍後來又覺得弟弟其實「好可愛」？</p> <p>(4)從影片中哪裡看出全家人愛弟弟外，也很愛小珍？</p> <p>(5)如果你是哥哥、姊姊，你會如何愛護弟弟、妹妹？</p> <p>(6)如果你是弟弟、妹妹，你要如何尊敬哥哥、姊姊？</p> <p>3、進行「愛的暖暖包」活動</p> <p>(1)教師教唱「甜蜜的家庭」歌曲數遍。 (請參考附件)</p> <p>(2)教師引導學生隨著「甜蜜的家庭」音樂旋律，搭配動作(搭肩、牽手、微笑、拍手、擁抱……等)，營造溫馨家庭的氛圍。</p> <p>(3)請學生閉上眼睛想一想：平日家人給予的關心與愛有哪些？請數位學生分享。</p> <p>4、教師結語：一個小小的動作，一個淺淺的微笑，一句溫馨鼓勵的話，都是家人愛的暖暖包。</p> <p><b>三、統整活動：</b></p> <p>1、兄弟姊妹之間雖然有時候也會爭吵，但更多時候可以一起玩、一起討論，你也不會覺得很孤單，所以有兄弟姊妹是件幸福的事。</p> <p>2、父母的愛是最溫暖的，手足之間的情誼是最珍貴的。兄弟姊妹之間，要相親相愛，互相關心，這樣家庭才會和樂。</p>	<p>5 分鐘</p>	<p>本單元在 youtube (見備註 3)</p> <p>「甜蜜的家庭」ppt</p>	<p>課堂發言</p>

**【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。  
法鼓山教聯會 e-mail：[tc@ddmf.org.tw](mailto:tc@ddmf.org.tw)
- 3、youtube 網址：<http://www.youtube.com/watch?v=HRgMheuzL8Y>
- 4、關鍵字:生日、嫉妒、親情、手足、相親相愛

【附件】甜蜜的家庭

我的家庭真可愛，整潔美滿又安康，姊妹兄弟很和氣，父母都慈祥；

雖然沒有好花園，春蘭秋桂常飄香；雖然沒有大廳堂，冬天溫暖夏天涼。

可愛的家庭呀，我不能離開你，你的恩惠比天長。