

## 心靈環保生活教育教學設計—我不是九官鳥

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：真誠

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、能對周遭的人有禮貌，真心說請、謝謝、對不起。

2、能隨時反省改正自己不對的行為。

六、融入議題：校園倫理－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、你會在什麼情況下說「請、謝謝、對不起」？</p> <p>2、「請、謝謝、對不起」歌曲教唱。(請參考附件)</p>	5 分鐘	「請、謝謝、對不起」ppt	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—「我不是九官鳥」單元。</p> <p>2、教師提問，請學生發表看法：</p> <p>(1) 妮妮班上要舉行什麼活動？她如何準備比賽？</p> <p>(2) 妮妮沒有成為禮貌小天使，原因是什麼？</p> <p>(3) 妮妮從九官鳥的說話中想到了什麼？</p>	25 分鐘	心靈環保 DVD 本單元在 youtube (見備註 3)	課堂發言

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>(4) 你認為要怎麼做，才是禮貌小天使？</p> <p>3、進行「禮貌小天使」評量活動</p> <p>(1) 教師發下「禮貌小天使」評量表，每人一張。</p> <p>(2) 學生根據評量項目進行自我評量。</p> <p>(3) 教師收回「禮貌小天使」評量表，再隨機發下評量表給學生。</p> <p>(4) 請學生相互評量，評量者不記名。</p> <p>(5) 相互評量後，收回評量表，將評量表發還本人。</p> <p>(6) 教師引導學生就未做到的行為，自我反省檢討改進。</p> <p>4、教師結語：對師長、同學、朋友有禮貌，才能得到大家的接納與喜愛。希望每個人能經常把「請、謝謝、對不起」用在生活中，並能隨時反省改正自己不對的行為。</p> <p><b>三、統整活動：</b></p> <p>1、有禮貌的行為會讓人感覺舒服，發自真心的說「請、謝謝、對不起」，也會令人感受到你內心的誠意。</p> <p>2、真正發自內心的感謝與謙虛，才能讓對方感受到你的心意；真心說「請、謝謝、對不起」，這個世界會變得更和諧、更美好喔！</p> <p>3、在生活中常練習說「請、謝謝、對不起」。</p>	5 分鐘	學習單	

### 【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
- 3、youtube 網址：<https://www.youtube.com/watch?v=UZjyaqmunDU>
- 4、關鍵字：禮貌、九官鳥、口是心非、心口如一、真誠

【附件】

# 禮儀歌 請 謝謝 對不起

張淑玲 許美貞 詞  
許美貞 曲



## 【評量表】

## 禮貌小天使

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

有禮貌的小天使會隨時對師長、同學、朋友說「請、謝謝、對不起」，這樣才能成為一個受歡迎的人。請同學想一想下列有禮貌的行為，你做到了哪些？

經常做到：○

偶而做到：△

完全未做到：×

有禮貌的行為	自我評量	同學評量
1. 想要請別人幫助你的時候，會說「請」。		
2. 做錯事時，會主動說「對不起」。		
3. 當別人幫助你的時候，會主動說「謝謝」。		
4. 別人送你禮物時，會說「謝謝」。		
5. 當不小心傷害到別人，會立刻說「對不起」。		
6. 讓別人生氣時，會說「對不起」。		
7. 有人到班上找人時，會主動問：「請問你要找誰？」		
8. 別人糾正我的行為時，會說「謝謝」。		
9. 禮讓他人時，會說「請」。		
10. 上課發言前，會舉手並徵得老師同意。		
11. 沒有經過當事人的同意，不隨便打開別人的書包或抽屜。		
12. 向別人借用東西時，先經過主人的同意。		