

心靈環保生活教育教學設計—笑臉阿婆

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：關懷

三、適用年級：國小中、高年級

四、教學時間：40 分鐘

五、教學目標：

1、能面帶笑容主動和他人打招呼。

2、能關懷周遭的人、事、物。

六、融入議題：生活倫理－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>【體驗放鬆】</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>一、引起動機：</p> <p>1、請三位學生上台分別演示「面無表情、愁眉苦臉、面帶微笑」三種表情。</p> <p>2、請數位學生分享看到不同表情時，心裡感受是什麼？你覺得他可能發生了什麼事？</p> <p>3、微笑可拉近彼此的距離，帶來好心情，請大家一起露出最甜美的笑容左右互看。</p>	5 分鐘		課堂發言
<p>二、發展活動：</p> <p>1、播放心靈環保兒童生活教育動畫 DVD—「笑臉阿婆」單元。</p>	25 分鐘	心靈環保 DVD 本單元在 youtube	

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>2、教師提問，請學生發表看法：</p> <p>(1) 一開始為什麼很少人向阿婆買車輪餅？</p> <p>(2) 阿婆的生意後來為什麼變好了？</p> <p>(3) 阿婆改變態度的原因是什麼？</p> <p>(4) 對生活中不愛理人的人，有什麼方法可以使他變得親切，讓人喜歡接近他？</p> <p>3、進行「好鄰居」活動</p> <p>(1) 教師說「兩根蠟燭」的故事。 (請參考附件)</p> <p>(2) 教師將全班分成兩組，一組為「單身女子」組，一組是「母女」組。</p> <p>(3) 「單身女子」組以新進住戶的角度思考及討論，如何在新環境中與鄰居良性互動。</p> <p>(4) 「母女」組以舊住戶的角度思考及討論，如何協助新進鄰居融入及適應新環境。</p> <p>(5) 兩組分別進行討論，並安排代表上台分享討論結果。</p> <p>4、教師結語：生活中新舊住戶、新舊同學，雙方都要主動關心、熱心參與公眾活動，藉此破除陌生感，拉近彼此間的距離。</p> <p>三、統整活動：</p> <p>1、每個人都希望被關心，若我們能隨時關懷周遭的人、事、物，讓生活中充滿溫暖，自己也會是受益者。</p> <p>2、主動與人打招呼，關心別人，相信對方一定也能感受得到。</p> <p>3、每天提醒自己常常微笑，因為微笑是全世界通用的語言。</p>	<p>5 分鐘</p>	<p>(見備註 3)</p>	<p>課堂發言</p> <p>分組討論</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

3、youtube 網址：<http://www.youtube.com/watch?v=-YrpVdlovMg>

4、關鍵字:打招呼、微笑、紅豆餅、關懷

【附件】兩根蠟燭

有一位單身女子剛搬到一間公寓，鄰居住著一位貧窮的寡婦及一個小女孩。在一個風雨交加的颱風夜，忽然停電，四周頓時一片漆黑，那位女子點起了蠟燭。沒一會兒，忽然聽到鄰居小女孩在外面敲門緊張地問：「阿姨，請問你家有蠟燭嗎？」女子心想：他們家竟窮到連根蠟燭都沒有，千萬別借他們，免得他們常來要東西！於是對著門大聲說：「沒有！」這時傳來小孩純真的聲音說：「我就知道你家一定沒有！媽媽和我怕你一個人住，沒有蠟燭會害怕，所以我帶兩根蠟燭來送你。」這時，女子感動得熱淚盈眶，開起門來將小孩緊緊地擁在懷裡。