

## 心靈環保生活教育教學設計—爸爸的生日禮物

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：真誠孝心

三、適用年級：國小低年級

四、教學時間：40 分鐘

五、教學目標：

1、能體會父母的辛勞並知道感恩。

2、能學習以適當的方式來孝順父母。

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、你覺得爸爸媽媽辛苦嗎？為什麼？</p> <p>2、你可以用什麼方法減輕爸爸媽媽的辛勞？</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—「爸爸的生日禮物」單元。</p> <p>2、教師提問，請學生發表看法：</p> <p>(1) <u>小強</u>想要送給爸爸的生日禮物是什麼？</p> <p>(2) 你覺得<u>小偉</u>提供給<u>小強</u>賺錢的方式好嗎？為什麼？</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>(3) 你會和<u>小強</u>一樣花很多錢去準備一份「生日禮物」給愛你的家人嗎？為什麼？</p> <p>(4) 「生日禮物」除了買東西，還有什麼方式可以表達對爸爸媽媽的感恩？</p> <p>(5) 除了在父母生日當天外，平日你還能用什麼行為表達對父母的孝心？</p> <p>3、進行「送禮妙方袋」活動：</p> <p>(1) 教師發給每人一張「送禮妙方袋」學習單。</p> <p>(2) 引導學生完成學習單。</p> <p>(3) 請數位學生上台分享。</p> <p>4、教師結語：爸爸媽媽養育我們，對於父母親的恩惠要懂得感恩，做個懂事又孝順的孩子。</p> <p><b>三、統整活動：</b></p> <p>1、日常生活中時時體諒父母的辛勞，管理好自己不讓他們擔心，也是一種孝順的行為。</p> <p>2、父母生育、教養我們非常辛苦，要時時抱著感恩的心，不用花大錢買昂貴禮物，一顆孝順的心，就是最珍貴的回報。</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](mailto:tc@ddmf.org.tw)
- 3、youtube 網址：<https://www.youtube.com/watch?v=fXk277poZy4>
- 4、關鍵字:孝順、生日禮物、感恩心、賺錢

【學習單】

# 禮 妙 方

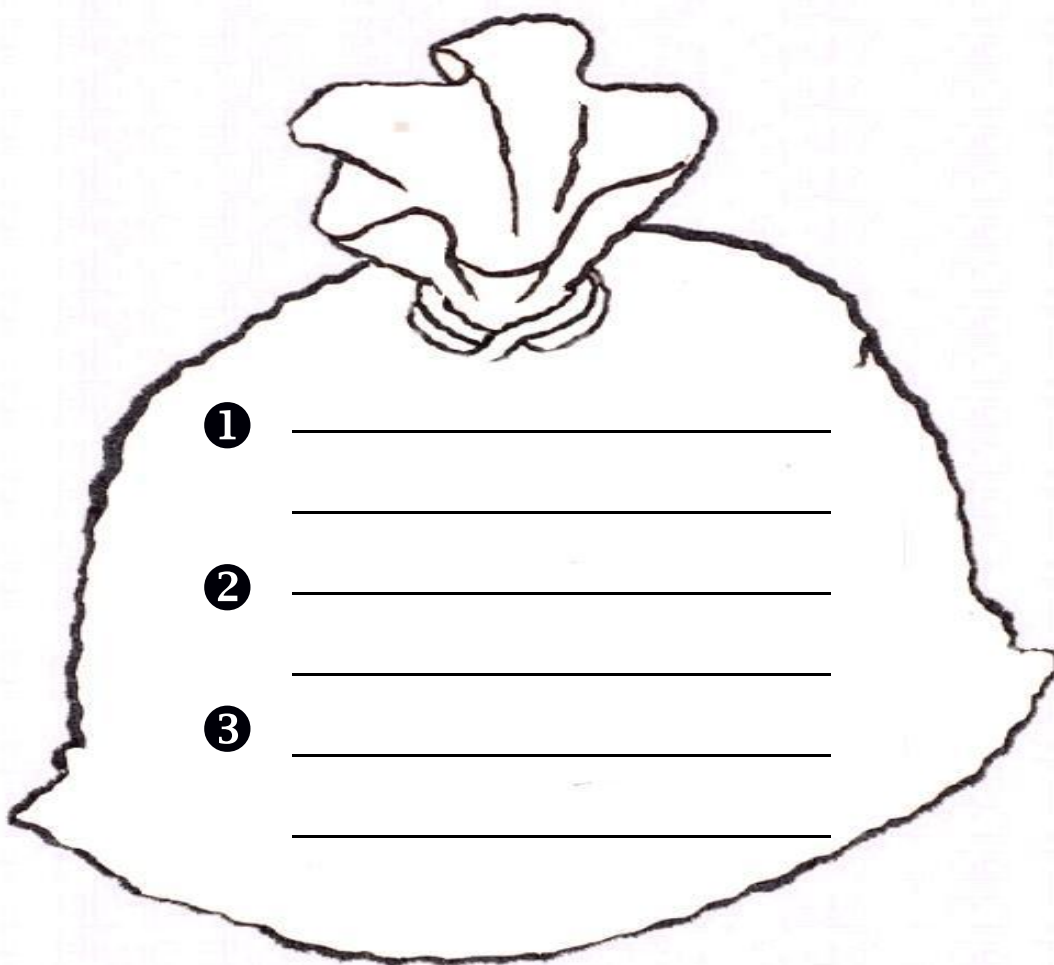


# 送



\_\_\_年\_\_\_班 姓名：\_\_\_\_\_

★想想看，你會在送禮妙方袋裡面放入哪些不花錢的「驚喜禮物」呢？



★你要把這份生日「驚喜禮物」送給哪位長輩呢？為什麼？

---

---