

心靈環保生活教育教學設計—爸媽牌提款機

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：量力而為

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、能了解家人工作賺錢的辛苦。

2、能學習規劃與分配零用錢。

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、你有沒有請過同學吃東西？在什麼情況之下？</p> <p>2、請客的錢從哪裡來？</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—「爸媽牌提款機」單元。</p> <p>2、教師提問，請學生發表看法：</p> <p>(1) 小乖為什麼有錢請同學吃棒棒糖？</p> <p>(2) 媽媽說：「我又不是你的提款機。」這句話是什麼意思？</p> <p>(3) 小天請同學喝飲料後有什麼煩惱？</p> <p>(4) 「裝大方」請客是什麼意思？</p> <p>《註》請客是分享，不是炫耀，應該衡量自己的能力，不做能力範圍外的事情。</p>	25 分鐘	心靈環保 DVD 本單元在 youtube (見備註 3)	課堂發言

<p>(5) 小天為自己的不當行為，做了哪些反省? (6) 父母給你零用錢的目的是什麼？你如何運用?</p> <p>3、進行「甜蜜的帳單」活動： (1) 教師發給每人一張學習單。 (2) 引導完成學習單。 (3) 請數位學生上台分享</p> <p>三、統整活動 1、錢要靠努力才能賺到，並不會自己從天上掉下來的，學習將零用錢做最好的規劃：儲蓄、捐款或買需要的物品……，不過度消費，也不做自己能力範圍外的事情。 2、體諒父母賺錢的辛勞，不與他人比較，不裝大方，也不亂花錢。</p>	<p>5 分鐘</p>	<p>學習單</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、影片 youtube 網址：<https://www.youtube.com/watch?v=HstJfCf0C5Q>
- 4、關鍵字：零用錢、請客、提款機、賺錢、裝大方

【學習單】

甜蜜的帳單

座號： 姓名：

這學期你學了什麼？有沒有算過花了多少錢？這些錢是誰付的呢？想一想完成下面的表單：

項目	費用	經費來源
例如：才藝班	約 5000 元	爺爺
安親班	約	
文具	約	
零用錢	約	
學費	約	

上面表格中出現的家人，你想對他們說什麼呢？請寫或畫在愛心裡。

