

心靈環保生活教育教學設計—天生我材必有用

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：自我肯定

三、適用年級：國小中年級

四、教學時間：40 分鐘

五、教學目標：

1、認識自己的特質並接納它。

2、能欣賞及表現自己的長處。

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>【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>進行「大風吹」遊戲。</p> <p>(大風吹:會畫圖、會跑步、會跳舞……等，藉此讓學生了解自己的專長與興趣)</p>	5 分鐘		
<p>二、發展活動：</p> <p>1、播放心靈環保兒童生活教育動畫 DVD—「天生我材必有用」單元。</p> <p>2、教師提問，請學生發表看法:</p> <p>(1) <u>小乖</u>一開始為什麼會害怕媽媽看到成績單？</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>(2) 王叔叔是一個怎樣特別的講師？他為什麼想當講師？</p> <p>(3) 王叔叔如何克服口吃來完成他的夢想？</p> <p>(4) 小乖如何把愛講話的缺點變成優點？</p> <p>(5) 小乖參加完演講比賽，學習到什麼？</p> <p>(6) 有夢想時要如何實現？</p> <p>3、進行「優點賓果」活動：</p> <p>(1) 教師發下每人一張紙，讓學生在紙上畫九宮格。</p> <p>(2) 請學生思考自己的優點或特質分別寫在九個格子內。</p> <p>(3) 全班完成後，開始進行賓果活動。</p> <p>(4) 選出一位小朋友說出自己的一個優點，與其相同者可以在格子內劃圈，再由其選出另一位小朋友，也說出自己的一個優點，以此類推，依序輪流。九宮格中先連成一條線者為優勝。</p> <p>(5) 教師請優勝者分享自己的優點，大家給予鼓勵。</p> <p>4、教師結語：每個人的優點及特質都是獨一無二的，我們要認識、接納自己的特質，並欣賞及發揮自己的長處。</p> <p>三、統整活動：</p> <p>1、先天的缺陷可以靠後天的努力來改善，把缺點變成進步的動力，充實自我、提升自我，使自己成為一位有內涵的人。</p> <p>2、讓缺點變優點，學習自我認同，天生我材必有用。</p>	5 分鐘	紙張	

【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=cEKRe9R3pPE>
- 4、關鍵字：口吃、接納自己、缺陷、自我肯定