

《大智慧過生活 I》教學設計

- 一、教學單元：第十四單元「用真誠化開誤解」
- 二、教材來源：《大智慧過生活 I》（財團法人法鼓山文教基金會）
- 三、教學重點：真誠
- 四、適用年級：七年級
- 五、教學時間：45 分鐘
- 六、教學目標：
- 1、認知真誠的意義。
 - 2、學習如何用真誠的心與人溝通相處。
 - 3、能用真誠的心維繫友誼。
- 七、融入議題：生活倫理——心靈環保
- 八、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!在閱讀課文之前,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>調整我們的身體把姿勢坐正,以最放鬆的方式坐好,雙手輕輕的放在大腿上,眼睛輕輕的閉上,頭皮放鬆,頭腦放空,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,手臂放鬆,手掌手指放鬆,胸部肌肉放鬆,小腹不用力,背部肌肉放鬆,腰部放鬆,臀部放鬆,大腿放鬆,小腿放鬆,腳掌、腳趾放鬆,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	PPT1	
<p>一、引起動機：</p> <p>1、播放「五月天 Mayday【垃圾車(朋友版) Garbage Truck (Friends Version)】」短片 (播放至 1 分 55 秒) https://www.youtube.com/watch?v=iZ4UFvFqiVg (或參考補充資料)</p> <p>2、這首歌曲要表達什麼?</p>	5 分鐘	PPT2	
<p>二、發展活動：</p>	25 分鐘	PPT3-10	

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>1、熟悉課文</p> <p>2、教師提問：</p> <p>(1) 文中被朋友打一記耳光的人有什麼反應？</p> <p>(2) 後來他遇到意外被救時，又有什麼反應？</p> <p>(3) 為何兩種情況下，他的處理方式不同？</p> <p>(4) 作者認為努力化解誤會卻無法消除時，當如何處理？</p> <p>(5) 讀完本文，你覺得保持友誼長存的秘訣是什麼？</p> <p>(6) 生活中與別人或朋友產生誤會或爭執時，你如何化解？（配合體驗與學習 P. 62）</p> <p>3、教師結語：分享「與你談心」欄</p> <p>三、統整活動：</p> <p>1、完成「體驗與學習」（配合課本 P. 63）</p> <p>2、總結：不論對方是喜歡的人或討厭的人，不管遇到任何開心或麻煩的事，都要心平氣和地處理事、對待人，這就是「是非要溫柔」。</p>	10 分鐘	PPT11~13 P. 61(108 自在語)	

【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。
- 3、《大智慧過生活》教材出處：<https://life.ddm.org.tw/wisdom2011/%5Cpdf%5C01%5C01-14.pdf>
- 4、關鍵字：真誠、誤解、知心、溝通、友情

【補充資料】PPT14

播放：什麼才是真正的朋友？

<https://www.youtube.com/watch?v=f-xHIMt2Y2c>