

《大智慧過生活Ⅲ》教學設計

- 一、教學單元：第十七單元「當一個有價值的平民」
- 二、教材來源：《大智慧過生活Ⅲ》（財團法人法鼓山文教基金會）
- 三、教學重點：認識自我的價值
- 四、適用年級：九年級
- 五、教學時間：45 分鐘
- 六、教學目標：
- 1、能了解自己生命的價值。
 - 2、能對生命懷有美好的願景。
 - 3、學習在在日常生活中自我實現。
- 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、播放心靈環保兒童生活教育動畫 DVD—「貢獻就是好工作」影片 https://www.youtube.com/watch?v=SBq9s9PUG14</p> <p>2、看完影片後，令你最感動的是哪一部分？</p>	7 分鐘	PPT2	
<p>二、發展活動：</p> <p>1、孰悉課文</p> <p>2、教師提問：</p>	25 分鐘	PPT3-14	

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>(1) 文章的重點在告訴我們什麼？</p> <p>(2) 太空人員的甄選中，為什麼最後雀屏中選的是<u>麥考利夫</u>？主考官選中她的理由是什麼？</p> <p>(3) 這篇文章令你印象最深刻的是什麼？</p> <p>(4) <u>愛因斯坦</u>曾說：「不要試圖去做一個成功的人，但要努力成為一個有價值的人。」請問「成功的人」和「有價值的人」有何不同？</p> <p>(5) 想一想，在社會上有哪些人是有價值的？你如何在生活中使自己成為一個有價值的人？（請參考資料）</p> <p>3、教師結語：分享「與你談心」欄</p> <p>三、統整活動</p> <p>1、體驗與學習 寫「小職務、大願景」第3題或「未來的我」</p> <p>2、總結：人生的價值在於奉獻，在奉獻中成長廣結善緣。</p>	8 分鐘	<p>PPT15-16 (PP. 74-75)</p> <p>P75 (108 自在語)</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。
- 3、《大智慧過生活》教材出處：<https://life.ddm.org.tw/wisdom2011/%5Cpdf%5C03%5C03-17.pdf>
- 4、關鍵字：人生價值、願景、使命、工作的意義、太空梭

【參考資料】

- 1、陳樹菊將每日賣菜所得累積起來，捐超過千萬元給幫助過她的學校蓋圖書館，及兒童之家。希望兩年內預存一千萬元，設立慈善基金會，改善窮人的生活。
- 2、杜威8歲開始擔任「罕見疾病基會」志工，15年來一直是「玻璃娃娃」的好朋友。
- 3、聖嚴法師：於1930年出生於江蘇南通，1943年在狼山廣教禪寺出家，1949年從軍跟隨國民政府到了臺灣，服役十年後，於東初老人座下再度披剃出家。1975年獲得了文學博士學位。在臺北縣金山鄉興建了一座世界性的教育園區——「法鼓山世界佛教教育園區」，以作為實現「提昇人的品質，建設人間淨土」理念的基地。法師是一位卓越的教育家也是國際佛教學術界知名學者。

曾獲臺灣《天下》雜誌遴選為「四百年來臺灣最具影響力的五十位人士」之一。著作豐富，至當一個有價值的平民

今已有中、英、日文著作百餘種。2009年2月3日，法師捨報圓寂，於2月15日植存於生前所致力推行的「新北市金山環保生命園區」中。

- 4、單國璽樞機(1923年12月2日—2012年8月22日)，天主教會樞機，耶穌會會士，河北濮陽人；曾任天主教花蓮主教、高雄主教與新北徐匯中學校長、光啟社社長、輔仁大學董事長及榮譽博士。單國璽是第一位於台灣的教區主教任內獲教宗冊封為樞機主教者。他罹癌後走遍全台灣7個教區的「生命告別之旅—人生思維巡迴講座」。2009年，因致力於世界和平及族群和諧，並以自身病痛轉化為鼓勵人心的力量，獲頒第五屆總統文化獎「和平獎」。