

## 心靈環保生活教育教學設計—誰才是模範生

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：謙虛、樂善

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「模範生」的意義。

2、能發揮自身優點並樂於幫助他人。

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><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>你覺得班上最受歡迎的人是誰？受歡迎的原因是什麼？(學生自由發表，教師彙整原因。)</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—「誰才是模範生」單元。</p> <p>2、教師提問，請學生發表看法：</p> <p>(1) <u>阿明</u>在班上遭遇到什麼問題？</p> <p>(2) <u>阿明</u>為什麼會提名<u>小強</u>當模範生？</p> <p>(3) <u>小乖</u>成績好運動又好，為什麼沒有當選模</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>範生？</p> <p>(4) <u>小強</u>會高票當選模範生的原因是什麼？</p> <p>(5) <u>小乖</u>落選後如何自我檢討？ (提醒謙虛、樂善的品德)</p> <p>3、進行「我也可以成為模範生」活動</p> <p>(1) 教師發給每人學習單一張。</p> <p>(2) 教師說明：想一想你有哪些優點是值得別人學習，做為別人的模範，而你如何發揮這些特質去幫助他人呢？</p> <p>(3) 指導學生完成學習單。</p> <p>(4) 請數位學生上台分享。</p> <p>(5) 學習單可張貼佈告欄，讓學生互相觀摩學習。</p> <p>4、教師結語：透過學習單的省思，我們可以認識自己，了解自己。沒被選上並不是我不行，只是優點不夠多，須再努力加油，我也可以成為模範生。</p> <p><b>三、統整活動：</b></p> <p>1、模範生的意義，是你的行為表現可以做為別人學習效法的對象。能抱持謙虛態度，發揮長處，幫助他人，才是真正的模範生。</p> <p>2、謙虛是一種美德，它讓我們不驕傲、不自誇。如果因為驕傲自大，處處看輕他人，這樣不但傷害了別人，更讓身邊的朋友，離我們越來越遠。</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
- 3、youtube 網址：<http://www.youtube.com/watch?v=IP9clDEQSbE>
- 4、關鍵字:謙虛、熱心、愛心、驕傲、模範生

**【學習單】**

每個人都有值得他人學習的地方，請寫下自己的優點及善行(對家人、同學、班級、學校、社會……等)。

模範生候選人	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="writing-mode: vertical-rl; padding-right: 5px;">自畫像</div>  </div> </div>	<p style="text-align: right;">我的小檔案</p> <p>姓名：</p> <p>年齡：</p> <p>年級：</p> <p>興趣：</p>
我的優點	我曾經做過的善行
<p><b>【範例】</b></p> <p>1、我的體育很好</p> <p>2、我有愛心</p>	<p><b>【範例】</b></p> <p>1、我會教同學打球、跑步</p> <p>2、我常常捐發票給慈善團體</p>
1、	1、
2、	2、
3、	3、
4、	4、
5、	5、