

心靈環保生活教育教學設計—美麗的長髮

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：發揮同理心

三、適用年級：國小低、中年級

四、教學時間：40 分鐘

五、教學目標：

1、能欣賞他人行善的美德。

2、能發現他人的需要並適時給予幫助。

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>1、小朋友,你最寶貝的東西是什麼?</p> <p>2、你願意將你寶貝的東西分享給別人嗎?</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—「美麗的長髮」單元。</p> <p>2、教師提問,請學生發表看法:</p> <p>(1) <u>美麗</u>身上有什麼特點是同學所羨慕的?</p> <p>(2) 為什麼<u>美麗</u>說他的頭髮很重要?</p> <p>(3) <u>美麗</u>把他的頭髮捐給哪一個機構?他</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>想幫助哪一類型的人？</p> <p>(4) <u>丁丁</u>知道<u>美麗</u>是將長髮捐給需要幫助的人之後，他做了什麼樣的反省？</p> <p>(5) <u>美麗</u>願意把自己寶貝的頭髮捐出去，你覺得她具有什麼樣的特質？</p> <p>(參考答案：</p> <p>A·將頭髮留長並保養良好：恆心、毅力、細心</p> <p>B·發現周遭需要幫助的人：敏銳、善良、熱心助人、主動</p> <p>C·能夠設身處地為癌症兒童的處境設想：同理心</p> <p>D·做對的事情不怕別人的眼光：堅持、自信</p> <p>E·將寶貝的頭髮捐出去：勇敢、大方、無私</p> <p>3、進行「有你真好」活動</p> <p>(1) 教師引導學生分享自己在生活中幫助他人或被他人幫助的經驗，並說出當時的感受。</p> <p>(2) 教師發下「有你真好」學習單，請學生寫下生活中曾經幫助過自己的人與事。</p> <p>(3) 教師請數位學生分享，並將學習單張貼在班級布告欄。</p> <p>4、教師結語：生活中時時關心他人，當別人有困難時，適時伸出援手；對於他人的善行，給予讚美與欣賞。</p> <p>三、統整活動：</p> <p>1、不要輕忽小小的善行，只要是對的事情，就不用在意別人的眼光，堅持到最後，一定能夠影響他人，讓更多人加入，一起做好事。</p> <p>2、為了助人，忍受一時的不便，也是值得的。</p>	5 分鐘	學習單	課堂發言

【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=giactlcNdD0>

4、關鍵字：長髮、病童、假髮、助人

【相關延伸及補充資料】

教師鼓勵學生進行「日行一善」活動，記錄於每日聯絡本上，實行一週。

【學習單】「有你真好」

<p style="font-size: 1.2em; margin: 0;">有你真好！</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center; margin-top: 10px;"> 班級： 姓名：  </div>		
我要謝謝…	謝謝你曾經幫我…	我很欣賞你的…(特質)



<p style="font-size: 1.2em; margin: 0;">有你真好！</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center; margin-top: 10px;"> 班級： 姓名：  </div>		
我要謝謝…	謝謝你曾經幫我…	我很欣賞你的…(特質)