

## 心靈環保生活教育教學設計—喝一碗石頭湯

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：愛與分享

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、能主動關懷別人。

2、能學習與人分享。

六、融入議題：族群倫理－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>一、引起動機：</p> <p>觀賞自在神童動畫－「快樂的秘密」 (請參考附件)</p> <p>1、影片中老闆為什麼不快樂？ 2、快樂的秘密是什麼？</p>	5 分鐘		課堂發言
<p>二、發展活動：讓學生迴響</p> <p>1、播放心靈環保兒童生活教育動畫 DVD－「喝一碗石頭湯」單元。 2、教師提問，請學生發表看法：</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>(1) 為什麼士兵用石頭可以煮出美味的湯？</p> <p>(2) 老師如何帶大家做出美味的石頭湯？</p> <p>(3) 街友為什麼淪落街頭？</p> <p>(4) 如何幫助街友返回社會人群？</p> <p>(5) 石頭湯最好的調味料是什麼？</p> <p>3、進行「分享快樂我會你也會」活動</p> <p>(1) 將全班分成數組。</p> <p>(2) 各組選出小天王，如：很愛唱歌、跳舞、說故事、說笑話、扮小丑……。</p> <p>(3) 請小天王將專長傳授給小組同學。</p> <p>(4) 各組上台表演分享，與大家同樂。</p> <p>4、教師結語：同儕的愛與分享，幫助你學得更快，人脈更廣、更快樂。</p> <p><b>三、統整活動：</b></p> <p>1、分享是結合善的力量一起做利人利己的事，你好我也好。</p> <p>2、只要每個人都願意貢獻自己微小的力量，結合起來就能成就大事，改變社會與世界。</p>	5 分鐘		

### 【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](mailto:tc@ddmf.org.tw)
- 3、youtube 網址：<https://www.youtube.com/watch?v=4rj5Jbfhxus>
- 4、關鍵字：石頭湯、分享、街友、偏見

### 【附件】

自在神童動畫－「快樂的秘密」

<https://www.youtube.com/watch?v=nnqfaqlj80k>