

## 《大智慧過生活 II》教學設計

一、教學單元：第三單元「相互尊重才是愛」

二、教材來源：《大智慧過生活 II》(財團法人法鼓山文教基金會)

三、教學重點：相互尊重

四、適用年級：八年級

五、教學時間：45 分鐘

六、教學目標：

- 1、了解尊重的意義。
- 2、學習愛是互相尊重。
- 3、能和他人在尊重與和諧中互動。

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><b>【體驗放鬆】</b></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><b>一、引起動機：</b></p> <p>1、假設幾個情境讓學生們發表自己的感受。</p> <p>(1) 如果別人給你一雙不合腳的名牌鞋子，要你穿去跑步。</p> <p>(2) 如果你口很渴，正找不到水喝，而這時剛好有人就遞了一杯水來給你。</p> <p>(3) 市面上在賣一些特別的生物當寵物。如果你很喜歡甲蟲，你是會去寵物店買？還是</p>	5 分鐘	PPT2	

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>到野外森林裡去拜訪牠的家？(參考補充資料一)</p> <p>2、教師也可參考附件提供的影片。</p> <p><b>二、發展活動：</b></p> <p>1、熟悉課文</p> <p>2、教師提問：</p> <p>(1) 尊重的意義是什麼？</p> <p>(2) 說說看作者對「相互尊重才是愛」的看法。</p> <p>(3) 如何能擁有「尊重」這種美好的能力？</p> <p>(4) 你能看見別人的需要，並適時給予關懷和協助嗎？請分享你的經驗。</p> <p>(可參考補充資料二)</p> <p>3、教師結語：分享「與你談心」欄</p>	20 分鐘	PPT11 PPT3-8	
<p><b>三、統整活動：</b></p> <p>1、體驗與學習：(配合課本 PP.14-15) 看見每個人的獨特，欣賞我們之間的不同。</p> <p>2、總結：任何情況下，對人要尊重，對事要負責，對自己要有智慧。</p>	15 分鐘	PPT9-10 P.13(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%5C02%5C02-03.pdf>
- 4、關鍵字：尊重、愛、獨立、關懷、接納、同理心

### 【補充資料一】

我們對人應該要尊重，對環境及其他的動物、昆蟲、植物等等，是否也該用同樣的觀念和態度去對待呢？

愛一個人就是要對他好，這個「好」便是尊重，讓人與人之間相處沒有額外的負擔。並且因為對彼此的欣賞，讓每個人都能自由的成長，發展自我，這個世界才能多元而且繽紛絢麗。

市面上有在賣一些特別的生物當寵物。如果你很喜歡甲蟲，你是會去寵物店買來把牠關在一個像鉛筆盒一樣扁扁小小的盒子裡，然後餵牠吃人工果凍膠；還是到野外森林裡去拜訪牠的家，看看牠的家長什麼樣子，一起欣賞牠的雄姿，了解牠如何覓食？如何求偶？還有一些甲蟲才有的行為及生活模式，欣賞牠的這些特色並和牠一起沐浴在大自然的清新暢快、自由自在中。你會選哪一種？

## 【補充資料二】

四川地震發生後，台灣很快就準備好了各種的援助行動。不過，由於中國大陸認為災區交通不便，因此予以婉謝。雖然人不能進去四川，但我們用物資和捐款協助他們。用對方能接受的方式來表達善意和幫助，對方更能感受到這分愛心和溫暖。

## 【附件】「引起動機」參考影片(PPT11)

播放心靈環保兒童生活教育 DVD 影片--「助人與尊重」

[https://www.youtube.com/watch?v=gi\\_-d8HHC8M](https://www.youtube.com/watch?v=gi_-d8HHC8M)