

## 《大智慧過生活 II》教學設計

- 一、教學單元：第十四單元「交給時間去解決吧」
- 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：珍惜友誼
- 四、適用年級：八年級
- 五、教學時間：45 分鐘
- 六、教學目標：
- 1、了解友誼的真諦。
  - 2、學習處理與朋友間的誤解。
  - 3、能以正確的態度維繫友誼。
- 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、播放「朋友是什麼，能吃嗎？青春樣貌」影片 <a href="https://www.youtube.com/watch?v=q88uhy0yvdk">https://www.youtube.com/watch?v=q88uhy0yvdk</a> (亦可參考補充資料)</p> <p>2、你認為朋友是什麼？</p>	5 分鐘	PPT2  PPT14	
<p><b>二、發展活動：</b></p> <p>1、熟悉課文</p>	25 分鐘	PPT3-10	

教學活動內容	教學時間	使用教材	評量方式
<p>2、教師提問：</p> <p>(1) 小丸子為什麼傷心？</p> <p>(2) 老師曾舉了什麼例子？這兩位死黨在什麼情況下和好如初呢？</p> <p>(3) 小丸子如何主動表達善意？ (配合體驗與學習 P. 62 第一題)</p> <p>(4) 小丸子想維繫友誼卻失敗了，媽媽如何安慰她？</p> <p>(5) 文章中有三句話跟友誼有關，你對哪句話最有感覺？為什麼？ (配合體驗與學習 P. 62 第二題)</p> <p>(6) 你和朋友有沒有發生過什麼摩擦？你如何面對或有什麼行動呢？ (配合體驗與學習 P. 62 第三題)</p> <p>3、教師結語：分享「與你談心」欄</p> <p><b>三、統整活動：</b></p> <p>1、體驗與學習：完成課本 P. 62 第四題及 P. 63</p> <p>2、總結：人與人之間的相處之道，需要溝通，溝通不成則妥協，妥協不成時，你就原諒和容忍他吧。</p>	10 分鐘	PPT11-13  P. 61(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%5C02-14.pdf>
- 4、關鍵字：友誼、表達善意、溝通、誤解。

### 【補充資料】 PPT14

播放「閨蜜誤會我！！怎麼辦？」影片

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