

嘉義市生命教育融入領域教學設計教案

編號	年段	主題	融入領域	生命教育議題
1	低年級	蛋中新世界，生命大不同！	生活領域	生 E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。
2	中年級	試說心語	綜合領域	生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。
3	高年級	生命的樂章	綜合領域	生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。
4	國中	再遇見-「生命中的美好相遇」	綜合活動領域/ 輔導活動科	生命教育-C 終極關懷 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。

嘉義市生命教育融入領域教學設計(低年級)

(一) 教學設計理念說明

- 一、學校裡有半畝田和雞舍，下課時經常能看到小雞於校園中自由自在的漫步及東挖挖、西啄啄的覓食。低年級的孩子對於小雞是充滿好奇的，看到小雞驚喜之餘，就會想跟牠們玩，儘管雞是好奇心很強的動物，但也是非常膽小的動物，遇到突然衝過來的小朋友，本能自然是避開，孩子的善意與親近反而變成追逐與驚擾，孩子也覺得委屈，因為自己只是想和雞做朋友。由於現今的孩子與其他動物真實相處的機會真的不多，所以往往形成從人類的角度去猜測、主觀認定動物應該有的行為表現。
- 二、經過宣導，也看到中、高年級學長姊的對校雞的尊重，低年級的孩子開始學會尊重而不打擾校雞在校園中覓食的行為。但是否，我們可以讓孩子從校雞身上學到更多的理解，及與動物友善互動的方式，如果我們期待孩子在未來能成為更有同理心的好公民？是否，校雞的存在也是最好的學習機會？特別是在這個虐待動物新聞層出不窮的時代。
- 三、長時間與動物共處，使學生學會照料自己以外的生命體，養成責任感與同理心，性格也變得體貼細膩；而相對地，校雞們受到悉心照料與尊重，也給予校園豐厚回饋。牠們到處趴走，踏平雜草、翻土、啄食蝸牛和菜蟲，也提供營養的雞蛋給人們食用。
- 四、本單元的主題，即以「一顆美味水煮蛋的品嚐」為舊經驗的喚起與學習動機，引導孩子思考雞蛋從何而來，進而分享曾在校園看到校雞的感覺與經驗、認識校雞的身分與習性，並實際觀察雞舍的環境，了解雞舍因應雞的習性而有哪些友善措施，透過這幾節課的體驗活動，以及小組分工合作介紹分享的方式，讓小朋友對於校園的生態印象更深刻，並願意參與愛校及護雞行動。

(二) 教案

領域/科目	生活領域		教案總字數	4628字
實施年級	二年級		總節數	4 節課
單元名稱	蛋中新世界，生命大不同！			
設計依據				
學習重點	學習表現	生活-探究事理 2-I-1 以感官知覺探索生活，覺察事物及環境的特性。 2-I-2 觀察生活中人、事、物的變化，覺知變化的可能因素。 2-I-3 探索生活中的人、事、物，	核心素養	生活-E-A2 學習各種探究人、事、物的方法並理解探究後所獲得的道

	<p>並體會彼此之間會相互影響。</p> <p>生活-樂於學習 3-I-1 願意參與各種學習活動，表現好奇與求知探究之心。</p> <p>生活-美的感知與欣賞 5-I-4 對生活周遭人、事、物的美有所感動，願意主動關心與親近。</p> <p>生活-表現合宜的行為與態度 6-I-5 覺察人與環境的依存關係，進而珍惜資源，愛護環境、尊重生命。</p> <p>生活-與人合作 7-I-1 以對方能理解的語彙或方式，表達對人、事、物的觀察與意見。 7-I-2 傾聽他人的想法，並嘗試用各種方法理解他人所表達的意見。 7-I-5 透過一起工作的過程，感受合作的重要性。</p>	<p>理，增進系統思考與解決問題的能力。</p> <p>生活-E-B1 使用適切且多元的表徵符號，表達自己的想法、與人溝通，並能同理與尊重他人想法。</p> <p>生活-E-B3 感受與體會生活中人、事、物的真、善與美，欣賞生活中美的多元形式與表現，在創作中覺察美的元素，逐漸發展美的敏覺。</p> <p>生活-E-C2 覺察自己的情緒與行為表現可能對他人和環境有所影響，用合宜的方式與人友善互動，願意共同完成工作任務，展現尊重、溝通以及合作的技巧。</p>
	<p>學習內容</p> <p>生活-B. 環境之美的探索與愛護 B-I-3 環境的探索與愛護</p> <p>生活-C. 生活事物特性的探究與創新應用</p> <p>C-I-1 事物特性與現象的探究</p> <p>C-I-2 媒材特性與符號表徵的使用</p> <p>C-I-3 探究生活事物的方法與技能</p> <p>生活-D. 人際關係的建立與溝通合作</p> <p>D-I-3 聆聽與回應的表現</p> <p>D-I-4 共同工作並相互協助</p>	
<p>議題融入</p>	<p>實質內涵</p> <p>生E7 發展設身處地、感同身受的同理心及主動去愛的能力，察覺自己從他者接受的各種幫助，培養感恩之心。</p>	
	<p>所融入之學習重點</p> <p>【學習表現】 6-I-5 覺察人與環境的依存關係，進而珍惜資源，愛護環境、尊重生命。</p> <p>【學習內容】 B-I-3 環境的探索與愛護。</p> <p>【教學活動】 活動二破解雞密。活動三探訪雞舍。活動四打造溫馨家園。</p>	
與其他領域/科目的連結	彈性(特色課程-雉同稻禾)	
教材來源	自編	

教學設備/資源	水煮蛋、便利貼、PPT 簡報檔、圖畫紙、彩繪用具					
學習目標						
<p>一、能和同儕合作完成剝蛋，並完成收拾工作。</p> <p>二、能認識與分享雞蛋的相關知識。</p> <p>三、能認識校雞的姓名與特性，如：生活習性、外觀特徵、食物來源等。</p> <p>四、能觀察校雞在校園中棲息的環境與友善措施。</p> <p>五、能反思愛惜生命、愛護校雞等的情感和態度。</p> <p>六、能了解人類和動物的相互依存關係，並感恩餐桌上的美食提供者。</p>						
教學活動設計						
教學活動內容及實施方式	時間	備註				
<p>～第一節開始～</p> <p style="color: blue; font-weight: bold;">活動一：小雞蛋大學問(1 節)</p> <p>一、引起動機：</p> <p>(一)教師提問：「小朋友，你們吃過什麼雞蛋料理？」(例如：茶葉蛋、水煮蛋、番茄炒蛋、蛋壽司……)</p> <p>(二)今天我們要一起共享水煮蛋早餐，請小朋友自己剝掉蛋殼，老師會再將雞蛋切成一半，請小朋友利用五官聞味道，看構造，並說一說聞到和看到什麼。</p> <p>(三)引導學生觀察用電鍋實際煮水煮蛋的情形：在電鍋裡鋪一層廚房紙巾→倒水沾濕紙巾→放入洗好的洗選蛋→蓋上蓋子→按下加熱開關→開關跳起，放置一會兒後再打開即可獲得水煮蛋。</p> <p>二、發展活動：</p> <p>(一)色香味俱全：教師引導學生運用五官觀察煮好的水煮蛋切開後看到什麼？形容一下聞到什麼味道？吃起來是什麼感覺？……。</p> <p>(二)剝蛋與食用水煮蛋。</p> <p>(三)教師以教學 PPT 說明雞蛋知識：(在等待蛋煮熟時即可開始補充)</p> <p>1. 雞蛋是怎麼形成的？</p> <p>2. 孵出小雞需要多久時間？小雞長大又需要多久時間？</p> <p>3. 如何挑選雞蛋？好蛋或壞蛋？</p> <p>4. 如何保存雞蛋？</p> <p>5. 雞蛋的營養成分？</p> <p>6. 如何優雅吃水煮蛋？需要那些餐具？</p> <p>7. 蛋殼的用處？</p>	20分	能認真參與				
	15分	能實際體驗並說出感覺				
		能認真參與				

<p>三、總結活動：</p> <p>(一)教師提問：回想這堂課你學到了什麼？鼓勵學童舉手發表。教師根據學童的分享做以下歸納：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 雞蛋樣樣寶，雞蛋本身豐富的卵磷脂、蛋白質提供熱量並能活化腦細胞，蛋殼還可以再利用。 2. 雞蛋是平價、營養份高且易得的食物，要珍惜及感恩。 <p>(二)鼓勵學童回家時可和家人一起製作水煮蛋並分享挑選雞蛋與保存雞蛋的方法。</p> <p>(三)收集吃剩的蛋殼可以至雞舍幫校雞補充營養及花草肥料。</p> <p style="text-align: center;">～第一節完～</p> <p style="text-align: center;">～第二節開始～</p> <h3 style="text-align: center;">活動二：破解雞密（1 節）</h3> <p>一、引起動機：</p> <p>(一) 上一節課吃了蛋料理，了解雞蛋的營養與美味，雞蛋要生出健康的蛋，要有健康無壓力的環境，你知道學校的雞也會生蛋嗎？他們的生活環境又是怎樣呢？</p> <p>(二) 教師提問：在學校看到校雞的經驗？想知道有關校雞的哪些事情？（例如：校雞如何命名？學校的雞會生蛋嗎？在哪裡孵蛋？如何孵蛋？校雞吃什麼食物？雞會洗澡嗎？……）</p> <p>(三) 記錄學生的問題與分類問題。</p> <p>二、發展活動：</p> <p>(一)教師以教學 PPT『破解雞密』介紹校雞。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 學校養雞的開始是因為什麼原因？ 2. 你們知道校雞的名字、種類與特色嗎？ 3. 你們知道如何和校雞做朋友嗎？ 4. 雞、稻米和農村生活的相關性？ <p>(二)邀請校內照顧校雞的師長到班上和小朋友分享校園養雞的知識。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 校雞吃什麼食物？ 2. 學校的雞會生蛋嗎？在哪裡孵蛋？如何孵蛋？ 3. 雞媽媽會孵出小雞嗎？ 4. 雞會洗澡嗎？ 5. 要如何和雞相處？ 6. 雞生的蛋可以怎麼運用？（以校內養雞為例，雞蛋可以做成水煮蛋販售，獲得的金錢除了買雞隻的飼料，剩下的捐到世界展望 	<p>5 分</p>	<p>能參與發表</p>
	<p>10 分</p>	<p>能參與發表</p>
	<p>5 分</p>	<p>能認真聽講</p>
	<p>20 分</p>	<p>能認真聽講</p>

<p>會，透過世界展望會為落後地區的人民購買雞隻、果樹等生計禮物，讓養雞發揮更大的意義）</p> <p>(三)搭配勤億蛋品網站，讓學生回答雞與蛋的知識。</p>		
<p>三、 總結活動：</p> <p>教師提問：回想這堂課你學到了什麼？還想知道什麼？鼓勵學童舉手發表。教師根據學童的分享做以下歸納：</p> <ol style="list-style-type: none"> 認識校雞及學會如何和雞做朋友的方法。 雞蛋有很多營養，也能在巧思下做成商品，蛋相關產品也可以獲得收入，去幫助需要的人。 	5分	能參與發表
<p style="text-align: center;">～第二節完～</p>		
<p style="text-align: center;">～第三節開始～</p> <p style="color: blue; text-align: center;">活動三：探訪雞舍(1節)</p> <p>一、 引起動機：</p> <p>(一)探訪前說明。</p> <p>(二)教師提問：「參觀雞舍需要遵守哪些規矩？」（例如：要安靜不要嚇到校雞。不要隨意碰觸校雞，離開雞舍後要洗手。）</p>	5分	能參與發表
<p>二、 發展活動：</p> <p>(一)教師帶領學童實際參觀雞舍環境。</p> <ol style="list-style-type: none"> 雞的飼料桶設計是祖先留下來的智慧，底盤很重才不會讓雞隻將飼料打翻。 介紹目前雞舍正在飼養黑水蛇，也是雞的食物之一。 學童實際到雞舍中觀察，發現了雞孵蛋的地方。 學童發現雞會挖沙坑做沙浴，以保持身體清潔。 雞會在圍籬中走動，有時也會到草地上散步。 正好有母雞在孵蛋，母雞孵蛋會維持 21 天，除了短暫出來覓食與排便外，其他時間都會在雞舍裡孵蛋，保持蛋的溫度。 <p>(二)教師請學童分享在校園中遇到校雞，可以怎麼做？</p> <ol style="list-style-type: none"> 不要追逐校雞。 觀察時只能在圍籬外，以免嚇到牠們。 雞吃飼料，小朋友不可隨意餵食。 	30分	能實地參與觀察
<p>三、 總結活動：</p> <p>(一)教師提問：回想這堂課你學到了什麼？有沒有什麼發現是和你過去想的不一樣的？</p> <p>(二)鼓勵學童舉手發表。教師根據學童的分享做以下歸納：</p>	5分	能參與發表

<p>1. 這節課在老師的陪同下，學童實際到雞舍中參觀雞舍構造，學童知道要輕聲細語才不會驚擾到正在孵蛋的雞。</p> <p>2. 雞的生活習性和我們想像中的不一定相同。正如同其他動物的生活習性也不一定跟我們想像的一樣，所以在接觸動物前，應該先了解動物的習性。</p>	<p>～第三節完～</p> <p>～第四節開始～</p> <h3 style="color: #0070C0;">活動四：打造溫馨家園(1 節)</h3> <p>一、引起動機：教師提問</p> <ol style="list-style-type: none"> 上一節觀察到校雞目前的居住環境和活動空間是如何？(雞孵蛋時需要一個安靜且安全的地方，雞需要有足夠的活動地點) 在上一堂課後，小朋友還有去雞舍嗎？有什麼新發現？ <p>二、發展活動</p> <ul style="list-style-type: none"> (一) 教師提問：如果今天我們要再去拜訪雞舍，你覺得我們可以帶什麼禮物去，或幫牠們做什麼事，是校雞會歡迎的？ (二) 觀看 youtube 雞窩製作相關影片。 (三) 請學童在圖畫紙上設計校雞的窩。 <p>三、總結活動</p> <ul style="list-style-type: none"> (一) 學童兩兩分享圖畫的設計理念。 (二) 社區稻田收成時有稻梗或乾草等物品，後續讓學童體驗使用稻梗或乾草製作雞窩讓雞可以安心孵蛋。 <p>～第四節完～</p>
---	---

試教成果省思(必要項目)：

- 這堂課的緣起是孩子們在實際的校園生活中有校雞的存在(認識校園中的動、植物)，而進行一系列的探索活動，不僅習得探索事物的方法與道理(查詢資料的方法、訪問的態度、實地探查的準備)，也透過不同的表徵方式表達自己的想法(口頭發表、互相討論、舉手提問、作品展現)，在探索與創作過程中，與人合作，體會學習的快樂與滿足。
- 這堂課從認識雞蛋到認識校雞，最後再引導孩子思索可以幫這些雞做些什麼？二年級孩子對校園已有基礎的認識，下課時對於校園的發現是很新奇的，會主動來回報發現了什麼？對於校園中的動物更是抱著熱烈想要認識的好奇心及求知慾，學童會分享原來身邊的校雞是高價值的經濟動物，不但提供雞蛋、雞肉，更可以是陪伴人們的好朋友。此外，本次在課程中也特別融入反思的部分，引導孩子去思考其他動物的生活習性不一定跟我們想像的一樣，我們不能只從自己的觀點看事情，期望能讓同理的態度在孩子的心中萌芽，茁壯。

參考資料：（若有請列出）

1. 中時新聞網新聞報導-響應比爾蓋茲養雞脫貧 嘉市北園國小學童種稻養雞
<https://www.chinatimes.com/realtimenews/20210118004512-260421?chdtv>

2. 專家教你煮出完美水煮蛋！健康2.0
<https://www.youtube.com/watch?v=urKwDBGdeKs>

3. 雞蛋是怎麼形成的?
<https://www.bilibili.com/s/video/BV1rb411Y7A8>

4. 試著每天吃一顆水煮蛋，看看會有什麼變化
<https://www.youtube.com/watch?v=x2TVCeIGKHY>

5. "壞蛋浮 好蛋沉" 一秒辨識雞蛋新鮮度
<https://www.youtube.com/watch?v=SjD5yEgEVzE>

6. 德國人吃水煮蛋的講究
<https://www.youtube.com/watch?v=hm3rSVDDYSA>

7. 國泰醫院營養通訊
<https://www.cgh.org.tw/rwd1320/store/F4/106-11-100.pdf>

8. 雞的生長過程
<https://www.youtube.com/watch?v=y1fq10Z3Nx4>

9. 自然農法飼養蛋雞 產出雞蛋安全無毒 2017-09-12 TITV 原視新聞
<https://www.youtube.com/watch?v=5ztrhCRq2yM>

10. 勤億雞蛋觀光工廠網站
<https://tw.chinyieggs.com/class.php>

附錄：教學照片與說明

教學照片與說明



在品嘗美味早餐前要先和同儕合力剝蛋殼

快要剝完可以一起吃美味早餐了



學童分享用五官看到聞到什麼

德國人對於吃水煮蛋是件慎重的事



學童實際觀察雞舍環境，遇見乖乖

學童實際觀察雞舍環境，了解黑水蛇



學童實際觀察雞舍環境，體驗黑水蛇

學童實際觀察雞舍環境，蛋殼當肥料

嘉義市生命教育融入領域教學設計（中年級）

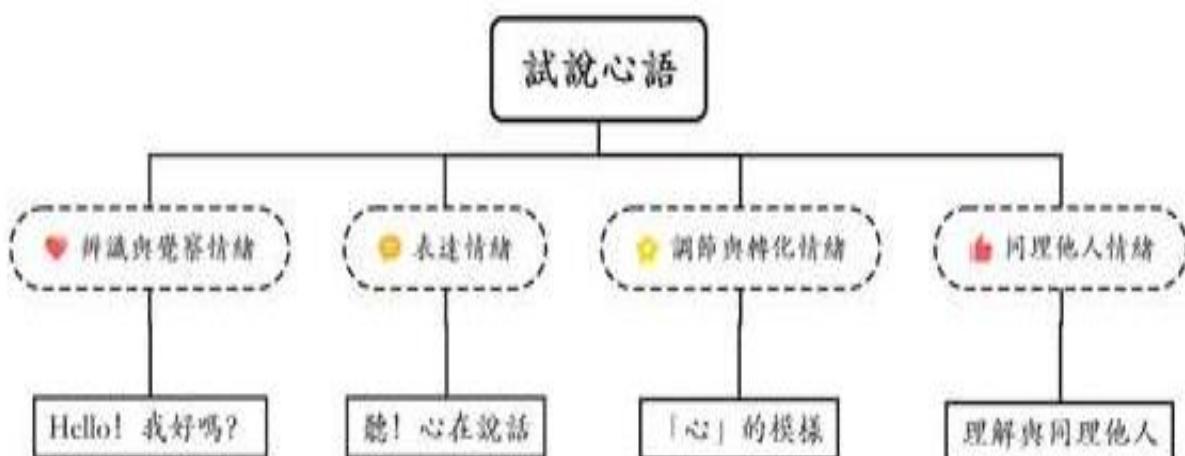
（一）教學設計理念說明

每一個人都有情緒，面對情緒每一個人處理與應對的方式也都不同，現代社會資訊快速蓬勃發展、科技日新月異，透過網路媒體時常能接收到大量的訊息，面對大量訊息的衝擊需要許多精力來解讀，因而時常忽略自身的情緒，忘記要好好善待自己與照顧自己。現今普遍家長工作繁忙，家庭的照顧功能也都逐漸分散，學生也時常會有不知道該如何處理自己情緒的問題，甚至面臨人際關係的衝突，現今的班級組成當中也會有情緒障礙的學生，如何練習處理情緒與包容別人，都是現今師生十分需要練習的課程，且情緒也是一堂需要學習一輩子的課題。

因此本教案的設計以「我」為中心點開始發想課程，從「辨別與覺察情緒」開始認識自身的情緒，再練習「表達情緒」試著將情緒梳理並合宜的表達，接著才能「調節與轉化情緒」嘗試面對自己的情緒進而找尋方法練習處理情緒，最後學習「理解與同理他人」帶著包容與互相尊重的態度，培養良好人際關係。

教學者透過繪本與戲劇表演引導學生發現、覺察自己的情緒變化，具備綜-E-A1 認識個人特質，覺察生命變化歷程，促進身心健全發展的素養。再以換位思考的方式引導學生，教學者不斷提問：「如果是你，你會有什麼感受？」以自身感覺來瞭解他人感受，練習同理心，達到綜-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心的素養。並且融入生命教育議題，生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。教學過程透過問題提問、統整思考歸納與活動的實際作與演練，結合口語評量、實作評量及運用學習單的紙本評量，來檢視本課程的學習歷程。

◆ 單元活動架構：



（二）教案

領域/科目	綜合領域	教案總字數	4427
實施年級	三年級	總節數	8 節
單元名稱	試說心語		
設計依據			
學習重點	學習表現	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。 2a-II-1 覺察自己的人	核心素養 綜-E-A1 認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。

		際溝通方式，展現合宜的互動與溝通態度和技巧。		綜-E-B1 覺察自己的人際溝通方式，學習合宜的互動與溝通技巧，培養同理心，並應用於日常生活。
	學習內容	Ad-II-1 情緒的辨識與調適。 Ad-II-2 正向思考的策略。 Ba-II-1 自我表達的適切性。		
議題融入	實質內涵	生 E3 理解人是會思考、有情緒、能進行自主決定的個體。		
	所融入之學習重點	Ad-II-1 情緒的辨識與調適		
與其他領域/科目的連結		無		
教材來源		自編		
教學設備/資源		學習單：我的心情紀錄、換位思考戲劇表演—我有同理心 繪本：消失的飛船、我很平靜、我是老大！ 材料：電腦播放設備、彩色筆、便條紙、情緒卡		
學習目標				
<p>學生藉由表演，辨別與覺察自己情緒，並將情緒分類在四個向度中，認識情緒的種類與強度。</p> <p>學生能透過繪本引導，連結自身經驗，練習表達情緒、抒發情緒。</p> <p>學生能運用情緒卡，練習轉化情緒的方式，正視自己的情緒。</p> <p>學生能練習使用戲劇表演，練習換位思考，培養同理心。</p>				

教學活動設計			
教學活動內容及實施方式	時間	備註	
<p>第一、二節課</p> <p>【Hello！我好嗎？】——認識與覺察情緒</p> <p>◎教學準備：電腦播放設備、音樂、彩色筆、便利貼</p> <p>一、引起動機</p> <ol style="list-style-type: none"> 老師播放不同曲風的音樂與音效，請學生聆聽。 請學生嘗試用肢體動作，表達出對不同音樂的感受。 <p>二、發展活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 老師提問： <ol style="list-style-type: none"> (1) 剛剛的音樂讓你做出什麼樣的肢體動作？ (2) 不同的音樂給你什麼樣的感受？ (3) 聽到音樂時的情緒為何？ 老師引導介紹還有許多不同的情緒，發下便條紙，請每個學生寫下二種不一樣的情緒。 老師在黑板上呈現出情緒的四個向度並逐一解釋，再請學生上台將自己所寫的情緒張貼在象限內。 老師總結情緒的種類與情緒的強度。 	15 分鐘	第一、二節課： Ad-II-1 情緒的辨識與調適	
	15 分鐘		
	30 分鐘		

<p>三、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 老師請學生上臺抽情緒卡，並練習描述一個生活情境符合該情緒，請其他同學猜猜看是什麼心情。 全班一起歸納這些情緒，並依序放在象限當中。 老師總結：每一個人都會有情緒，心情有起伏都是正常的現象，但我們必須覺察自己的情緒，並且了解自己當下什麼心情，才有辦法進而面對、調節情緒。 <p style="text-align: center;">～第一、二節結束～</p>	20分鐘	<p>◎口語評量： 能分辨不一樣的情緒，並了解其強弱。</p>
<p>第三、四節課</p> <p>【聽！心在說話】——表達情緒</p> <p>◎教學準備：繪本—消失的飛船、色紙</p> <p>一、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 老師與全班共讀繪本—消失的飛船 老師提問： <ul style="list-style-type: none"> (1) 故事中的男孩發生什麼事？他的情緒是什麼？ (2) 為什麼他不願意表達情緒時，飛船會越來越重？ (3) 飛船象徵什麼？ <p>二、發展活動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 老師引導： <ul style="list-style-type: none"> (1) 有沒有過與故事中男孩相同的經驗？你是怎麼處理的？ (2) 有沒有過不敢表達情緒的時候？為什麼？感受是什麼？ (3) 為什麼情緒需要表達？ 老師發下色紙，請學生把自己曾經不敢表達的情緒寫上去，再折成紙飛機。 帶學生們到戶外將乘載著自己情緒的紙飛機發射出去。 	15分鐘	<p>第三、四節： Ba-II-1 自我表達的適切性。</p>
<p>三、綜合活動</p> <ol style="list-style-type: none"> 老師提問： <ul style="list-style-type: none"> 把紙飛機發射出去之後，心情有什麼轉變？ 學生互相分享經驗。 老師總結：情緒應該適當的被表達，而情緒的表達是需要練習的，聽聽看自己的心在訴說怎麼樣的故事，才能夠好好的照顧到自己的心。 <p style="text-align: center;">～第三、四節結束～</p>	20分鐘	30分鐘
<p>第五、六節課</p> <p>【「心」的模樣】——調節與轉化心情</p> <p>◎教學準備：問題卡、方法卡、目標卡、繪本—我很平靜</p> <p>一、引起動機：</p> <ol style="list-style-type: none"> 老師播電子書—我很平靜，全班共讀。 老師提問： <ul style="list-style-type: none"> (1) 當遇到有負面情緒的時候，你都會怎麼做？ (2) 有哪些做法可以舒緩自己的情緒？ <p>二、發展活動</p>	15分鐘	<p>◎口語評量： 能分享完成任務後，心情的轉變與感受。</p>
	10分鐘	<p>第五、六節： Ad-II-2 正向思考的策略。</p>

<p>1. 老師展示與說明情緒卡、目標卡。</p> <p>2. 老師示範與講解活動，先展示問題卡並對每一種問題設立欲達到之目標，全班一起思考討論遇到卡片中的問題情境時，應該做什麼行動才能達到目標。</p> <p>3. 請學生分組上台操作卡片，並抽出行動卡，與全班討論該行動是否能夠執行並且達到目標。</p>	40分鐘	
<p>三、綜合活動</p> <p>1. 老師請學生思考生活中曾經遇過那些情境會使自己產生與情緒卡上相同的感覺。</p> <p>2. 讓學生使用學習單練習記錄自己的情緒並運用行動卡調整、轉化自己的情緒。</p>	15分鐘	<p>◎實作／紙本評量評量：</p> <p>能實際練習操作，再以學習單紀錄練習。</p>
<p style="text-align: center;">～第五、六節結束～</p>		
<p style="text-align: center;">第七、八節課</p> <p>【「心」的試煉】-理解與同理他人</p> <p>◎教學準備：繪本—我是老大！</p> <p>一、引起動機</p> <p>1. 老師與全班共讀繪本—我是老大！</p> <p>2. 老師提問：</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) 為什麼<u>呂西安</u>的好朋友越來越少？ (2) 如果今天你是故事中的主角你會怎麼做？ <p>3. 分析主角與其他故事角色的心情轉變</p> <p>二、發展活動：</p> <p>1. 請學生分組依照繪本中的章節進行戲劇表演。</p> <p>2. 透過實際演出，能體驗到角色的心情，教師引導學生同理他人的情緒。</p> <p>3. 老師提問：</p> <ul style="list-style-type: none"> (1) 在戲劇演出中你扮演的角色所遭受的事件，讓你產生什麼感覺？ (2) 產生什麼樣的情緒？ (3) 如果可以要如何更改故事結局？ 	15分鐘	<p>第七、八節： Ba-II-1 自我表達的適切性。</p>
<p>三、綜合活動</p> <p>1. 請學生換位思考，如果自己是故事主角，故事的結局會如何？</p> <p>2. 學生分組創作並在學習單上寫出故事結局。</p> <p>3. 小組發表分享後，老師總結。</p>	40分鐘	10分鐘
<p style="text-align: center;">～第七、八節結束～</p>	15分鐘	<p>◎實作／紙本評量評量：</p> <p>能實際練習操作，再以學習單紀錄練習。</p>
<p>試教成果：</p> <p>1. 歷程：(如光碟附件)</p> <p>2. 省思：</p> <p>三年級的學童對於繪本與故事具有高度的興趣，透過故事來引起動機，結合表演的元素，學生們十分投入在課堂當中。但面對需要較多內省的活動，仍然能夠感受到部分學生不敢表達自己的想法，激起內心的防衛機制，進而以輕描淡寫或是開玩笑的方式來回答問題或是分享，藉此保護自己。教學者應該先讓學生對於班級的情境感到舒服且放心的，需要有一些放鬆的引導，例如音樂冥想、身體瑜珈伸展等。再者於教學場地的安排上，可以到韻律教室，讓學生們席地而坐，營造放鬆舒服的氛圍，當學生們感受到這</p>		

<p>是一個安全的環境，然而在面對一些需要自我揭露的活動時，會更願意試著表達。</p> <p>參考資料：</p> <p>山下明生〔民101〕。消氣的飛船。阿爾發出版社</p> <p>提利〔民91〕。我是老大！。米奇巴克出版社</p> <p>蘇珊·維爾德〔民110〕。我很平靜、我們都是人。親子天下出版社</p>
<p>附錄：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 單元評量 2. 學習單（我的心情紀錄、換位思考戲劇表演—我有同理心） 3. 活動照片

附錄一 單元評量規準

◎活動一：第一、二節課【Hello！我好嗎？】——認識與覺察情緒

等級	A	B	C	D	E
內容	能辨別與覺察不同性質的情緒反應，並能夠判斷情緒的強弱，再將情緒分類。	能辨別不同性質的情緒反應，並能夠判斷情緒的強弱，再將情緒分類。	能概略辨別不同性質的情緒反應，並能夠判斷少部分情緒的強弱，再將情緒分類。	能概略說出不同性質的情緒反應，並能夠分辨其強弱。	未達D級

◎活動二：第三、四節課【聽！心在說話】——表達情緒

等級	A	B	C	D	E
內容	能覺察並辨識適當的情緒表達方式，並分享自己或他人情緒反應的經驗。	能概略覺察並辨識適當的情緒表達方式，並分享自己或他人情緒反應的經驗。	能概略辨識適當的情緒表達方式，並分享自己或他人情緒反應的經驗。	能清楚說出的情緒表達方式，並分享自己或他人情緒反應的經驗。	未達D級

◎活動三：第五、六節課【「心」的模樣】——調節與轉化心情

等級	A	B	C	D	E
內容	能覺察情緒反應與調適方式，並學習正向思考策略。	能概略覺察情緒反應與調適方式，並學習正向思考策略。	能了解情緒反應與調適方式，並嘗試正向思考策略。	能發現情緒反應與調適方式，並說出正向思考策略。	未達D級

◎活動四：第七、八節課【「心」的試煉】——理解與同理他人

等級	A	B	C	D	E
內容	能省思生活中需要同理的問題，分析自己與他人溝通的方式、想法與感受，展現合	能省思生活中需要同理的問題，能覺察自己與他人溝通的方式、想法與感受，學習	能發現生活中需要同理的問題與理解與自己不同的溝通方式。	能分享自己與他人互動時的經驗。	未達D級

	宜的溝通方式，評估並解決人際互動問題策略。	並分析不同溝通方式。			
--	-----------------------	------------	--	--	--

◎本單元之評分規準與評分指引如下：

主題	次主題	A	B	C	D	E	學習表現
自我與生涯發展	尊重與珍惜生命	能省思生活中不同的問題，評估並調整正向思考策略	能覺察情緒反應與調適方式，並學習正向思考策略。	覺察並辨識適當的情緒表達方式。	能分享自己或他人情緒反應的經驗。	未達 D 級	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。

主題	次主題	A	B	C	D	E	學習表現
生活經營與創新	人際互動與經營	能分析自己與他人溝通的方式、想法與感受，展現合宜的溝通方式，並逐步發展解決人際互動問題的策略。	能覺察自己與他人溝通的方式、想法與感受，學習並分析不同溝通方式的優缺點。	能覺察自己與他人互動時不同的溝通方式。	能分享自己與他人互動時的經驗。	未達 D 級	1d-II-1 覺察情緒的變化，培養正向思考的態度。

附錄一 我的心情紀錄學習單

我的心情紀錄

姓名：_____

練習完處理情緒的方法之後，試試看在生活當中試著運用這些方法，把最近的心情記錄下來，接著幫自己設定一個目標，再思考看看改用什麼方法達成目標，感受看看轉化完情緒後的自己，心情有什麼樣的轉變呢？

參考的情緒詞

擔心	信心	興奮	煩惱	舒適	雀躍	喜歡	相處	平靜
活力	挫敗	頭痛	厭惡	生氣	暴躁	不耐煩	無趣	悲傷
得意	高興	歡喜	狂喜	寧靜	沉醉	失望	哀傷	擔心
雀躍	愉快	滿足	安心	憂傷	無助	悶悶不樂		
憂鬱	空虛	憂愁	絕望	懶惰	和藹	擔心	不安	
無力	驛遠	遺憾	恐懼	害怕	緊張	愧疚		
焦急	煩躁	討厭	憎惡	厭倦	內疚	尷尬		

參考的目標

肚子很餓	頭腦很清楚	很放鬆	很安心
很充電	很滿足	很平靜	很有希望
很舒服	很溫馨		



日期					
心情紀錄					
目標					
方法					
後來的感受					

附錄二 【換位思考戲劇表演—我有同理心】學習單

換位思考戲劇表演——我有同理心 姓名：_____

配合「我是老大」這本書，我們進行了一場戲劇表演，班上同學們紛紛變身成書裡的角色，體驗不同角色的心情。

1. 請你想想，如果你是腳踏實地，你會有什麼樣的情緒轉變？

• 班上有轉學生時	• 發現轉學生是外國人時	• 沒發現同學都不跟自己玩時	• 只剩下自己一個人當老大時
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

2. 如果你是和書中角色一樣是從國外轉來的轉學生，面對嫌棄你、願意與你交朋友的同學，你的感受是什麼？

3. 如果你遇到不願意接受自己的同學，你的感受是如何？會產生什麼樣的情緒為什麼？

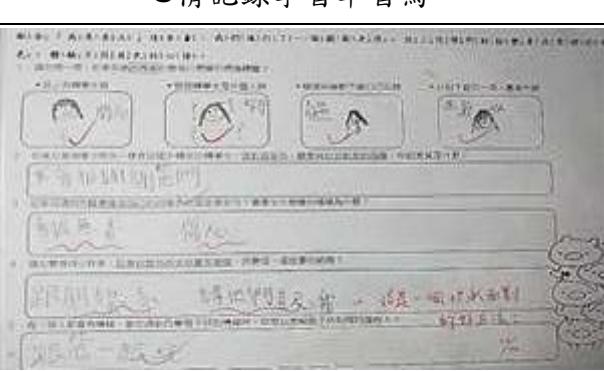
4. 請你變身成小作家，如果在班上你會怎麼做，改變這個故事的結局？

5. 每一個人都會有情緒，當你遇到同學有不好的情緒時，你可以怎麼做？該如何同理他人？



附錄四 活動照片

	
<p>分組討論，並在便條紙上寫出情緒。</p>	<p>將情緒按照正、負向與強弱分類。</p>
	
<p>全班歸納的情緒向度。</p>	<p>抽情緒卡並以戲劇表演。</p>
	
<p>全班共讀「消氣的飛船」。</p>	<p>寫下曾經讓自己不愉快且不敢表達的心情</p>
	
<p>將情緒寫在色紙上並合作摺成紙飛機。</p>	<p>將乘載自己心情的紙飛機向藍天發射。</p>

	
發射前與自己不敢表達的情緒告別。	全班共讀「我是老大！」。
	
以戲劇呈現書中角色面臨的情境。	扮演故事主角創造不一樣的結局。
	
思考遇到情緒問題時使用正向策略。	心情記錄學習單習寫。
	
學生學習單成果	學生學習單成果

嘉義市生命教育融入領域教學設計(高年級)

(一) 教學設計理念說明

- 生命價值觀的形成及積極的態度對學生而言有其必要性，學生透過一系列的活動中，覺察個人特質；從體驗及覺察中，能反思並對周遭人物表達愛、感恩、讚美；能透過實際踏查、參與活動，進而建構學生欣賞生命、尊重生命，並以積極的態度面對生命。
- 學習歷程中，融入了生命教育議題及生涯規劃教育議題，從觀察自然界的生命現象開始，探討人面對生老病死時，應以何種態度面對。將生命體悟化成實際行動，透過「珍愛手環行動」，珍惜、關懷生命，並將這份力量傳遞下去，養成珍惜生命的態度。
- 評量標準：

評量標準						
主題	次主題	A	B	C	D	E
自我與生涯發展	尊重與珍惜生命	能實踐與分享關懷生命的行動，養成珍惜生命的態度。	能辨識各種生命的差異與相關性，學習尊重生命，並擬定關懷生命的行動。	能覺察各種生命的變化歷程，並知道生命的可貴。	能分享自己成長的重要變化。	未達D級
本單元評分指引		將生命體悟化成實際行動，透過「珍愛手環行動」，關懷生命，將這份力量傳遞下去，並記錄在學習單中。	辨識校園中動植物的生命現象，進而覺察自己過去生活中各種生命的差異，並分享有關生老病死的各種事例。	製作小書，記錄自己的成長歷程與重要的生命故事所帶來的收穫，學習尊重和珍惜生命。	參與討論生命教育內容，分享生命教育具體事例並給予他人回饋。	未達D級

各單元評量方式：

活動名稱	評分目標	評量方式	學習紀錄	評量工具
生命的軌跡	1. 參與討論生命教育內容，分享生命教育具體事例並給予他人回饋。 2. 製作小書，記錄自己的成長歷程與重要的生命故事所帶來的收穫，學習尊重和珍惜生命。	口語評量、實作評量	成長小書	口語評量規準表、實作評量規準表
生命教育	辨識校園中動植物的生命現象，進而覺察自己過去生活中各種生命的差異，並分享有關生老病死的各種事例。	口語評量	筆記本	口語評量規準表

生命的感動	將生命體悟化成實際行動，透過「珍愛手環行動」，關懷生命，將這份力量傳遞下去，並記錄在學習單中。	實際行動	學習單	實際行動評量規準表
-------	---	------	-----	-----------

實作評量規準表：

A	B	C	D	E
詳實記錄自己成長歷程與重要的生命故事所帶來的收穫。	記錄自己的成長歷程並簡述重要的生命故事所帶來的收穫。	簡單敘述自己的成長歷程與收穫。	參與自己的成長歷程小書製作。	未達 D

口語評量規準表：

A	B	C	D	E
參與討論生命教育內容，能提出具體事例且說明完整並給予他人回饋。	參與討論生命教育內容，能提出具體事例且說明完整。	參與討論生命教育內容，能分享具體事例。	參與討論生命教育內容。	未達 D

實際行動評量規準表：

A	B	C	D	E
參與「珍愛手環行動」，實際關懷生命，傳遞「珍愛行動」的力量，分享並詳實記錄在學習單中。	參與「珍愛手環行動」，實際關懷生命，傳遞「珍愛行動」的力量，並記錄在學習單中。	參與「珍愛手環行動」，並記錄在學習單中。	參與「珍愛手環行動」。	未達 D

(二) 教案

領域/科目	綜合領域	教案總字數	5501
實施年級	六年級	總節數	共十節課
單元名稱	生命的樂章		

設計依據

學習重點	學習表現	● 1d-III-1覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。	核心素養	● 綜-E-A1認識個人特質，初探生涯發展，覺察生命變化歷程，激發潛能，促進身心健全發展。
	學習內容	● Ad-III-1自然界生命現象與人的關係。 ● Ad-III-2兒童階段的發展歷程。	呼應重點	● 學生於第一至四節中，透過小組間對談、整理訪問內容及製作小書，回憶自己的成長歷程，並覺察個人特質。

		<ul style="list-style-type: none"> ● Ad-III-3尊重生命的行動方案。 ● Ad-III-4珍惜生命的行動方案。 		<ul style="list-style-type: none"> ● 學生於第五至七節中經由校園踏查、紀錄、分享以及繪本故事的引導，觀察日常生活中的生老病死，進而尊重生命，並以積極的態度面對生命。 ● 學生於第八至十節中，經由兩位生命鬥士的故事，體認生命的價值，並參與「珍愛手環行動」，實際關懷生命，透過實際行動傳遞珍惜、尊重生命的力量。
議題融入	實質內涵	<p>生命教育</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 生 E4 觀察日常生活中生老病死的現象，思考生命的價值。 <p>生涯規劃教育</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 涯 E2 認識不同的生活角色。 		
	所融入之學習重點	<p>生命教育</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 尊重生命的行動 <p>生涯規劃教育</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 從每個生命階段中產生的變化，認識不同階段的生活角色。 		
與其他領域/科目的連結				
教材來源		南一版綜合活動第十一冊第四單元		
教學設備/資源		繪本影片「毛毛蟲多多」、繪本影片-「爺爺有沒有穿西裝」、影片「口足畫家—楊恩典」、文章「海倫·凱勒」的故事。		
學習目標				
<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過對談與訪問，回憶自己的成長歷程，覺察個人的人格特質。 2. 探討成長的變化，分享對生命變化的看法。 3. 能透過肢體、圖畫與文字表達自己對周遭人物的感恩及感謝。 4. 藉由影片、文章、實際參與活動，體認生命的奧妙，進而學習珍惜、尊重生命。 				
教學活動設計				
教學活動內容及實施方式	時間	備註		
<p style="text-align: center;">壹、準備活動</p> <p style="text-align: center;">一、課前準備</p> <p>學生準備：相片、資料、圖畫紙。</p> <p>教師準備：小白板、小組計分表、電腦、PPT、簡報、黑板、情緒卡、繪本影片「毛毛蟲多多」。</p> <p style="text-align: center;">二、引起動機</p> <p>(一)毛毛蟲多多：</p> <p>1. 校園中，隨處可見的蝴蝶、甲蟲、蜻蜓…等，多麼美麗啊！然而，這些美麗的昆蟲是怎麼來的呢？</p> <p>2. 以繪本「毛毛蟲多多」為例：了解到毛毛蟲蛻變成蝴蝶的生命週期。</p>	15			



3. 引導學生從影片中省思下列問題：

- (1) 在影片中看到了什麼？
- (2) 什麼讓你印象最深刻呢？

4. 學生發表其感受與想法。

5. 學生能從了解毛毛蟲多多的生命歷程中，進而覺察自己成長歷程的變化。

6. 教師歸納：毛毛蟲多多在牠的成長過程中經歷了五次「蛻皮」，才成長成一隻有著美麗圖案的帝王斑蝶。升上六年級的你們，也經歷了好幾個階段的成長，現在，老師想先讓大家看一些照片，不知道你們能認不認的出來，這些是哪個成長階段的哪位同學呢？

貳、發展活動

(一)生命的軌跡：

1. 播放事前請學生準備的學生嬰幼兒時期的照片簡報，提問：

- (1) 請猜猜這是誰？
- (2) 請簡單分享自己的成長歷程中印象的事。
- (3) 請回憶自己

2. 學生於課前先訪問家中長輩、學校的師長或同學，將過去到現在的自己，在成長過程中各方面的變化記錄下來。

3. 學生在小組內分享自己的成長歷程（外表、能力、人際關係等）並寫在小白板上。

4. 各組自願或推派一位同學上台分享，其他同學給予回饋、提問。

例：(1)你看到了什麼變化？（外表上的改變、學習內容不同等）

5. 教師提問：「人的一生如果是一個學習階段，你希望在這一生當中學到什麼？」。

6. 學生發表其感受與想法。

7. 教師歸納：「每個人都是從嬰幼兒時期開始成長的，每個人都會經歷不同的成長過程，多方嘗試才能具備多元的能力，思考更周到，最後才能成為一位獨立的人。」。

(二)生命的印記：

1. 學生從帶來學校的照片中，回想自己成長的不同階段（學齡前、幼兒園時期、國小低、中、高年級等）發生了哪些重

25

- 生涯規劃教育
生涯 E2 認識不同的生活角色。

口語評量

20

生命教育

- 生 E4 觀察日常生活
中生老病死的現象，
思考生命的價值。

口語評量

20

<p>要的事情，並用「時間軸」的方式，將成長過程記錄在筆記本中。</p> <p>2. 學生在小組內分享自己的成長階段中，最令人覺得印象深刻的<u>生命故事</u>(周遭所經歷的生老病死)。</p> <p>3. 組內分享結束後，再各組推派若自願代表一位，與全班分享自己的<u>生命故事</u>。</p> <p>4. 教師鼓勵學生分享自己的<u>生命故事</u>，從生命故事中有所收穫。(若學生分享有關老化或死亡的生命故事，可從中探討是否在經歷這些生命故事後，有所成長、體悟。)</p> <p>5. 教師歸納：「成長的過程會發生許多事情令你印象深刻，喜怒哀樂不一定，但若能重新回味自己的人生，你會察覺每一件事的發生都有其重要的意義。想一想，什麼人幫助過你、什麼事情改變了你的觀點與看法，又是什麼使我們更成長茁壯，使我們更懂得感恩，不管是好是壞，我們的過去造就現在獨一無二的我們。」</p>	25	
<p>(三)生命的出口</p> <p>1. 在成長軌跡中，學生看到自己的外表、能力以及特質的變化，請想一想自己對這三個向度(外表、能力、特質)。</p> <p>2. 將教室分成四個角落——一個角落代表非常喜歡，一個角落代表喜歡，一個角落代表不喜歡，一個角落代表非常不喜歡。</p> <p>3. 學生針對外表，站到屬於自己對自己現在外表的看法。請學生分享自己為什麼喜歡或不喜歡的原因。</p> <p>4. 學生針對能力，站到屬於自己對自己現在能力的看法。請學生分享自己為什麼喜歡或不喜歡的原因。</p> <p>5. 學生針對特質，站到屬於自己對自己現在特質的看法。請學生分享自己為什麼喜歡或不喜歡的原因。</p> <p>6. 引導學生 4F 反思，你看到什麼？你有什麼感覺？你有什麼發現？未來你要怎麼做呢？</p> <p>7. 教師歸納：每個生命都有其特色，有人因為自己有一顆痣而不喜歡自己的外表，有人卻因為有一顆痣，覺得自己很有特色，珍惜自己的生命，試著欣賞自己的生命跟他人的生命，並且尊重生命。</p>	15	筆記本
<p>參、整合活動</p> <p>(二)我的成長小書：</p> <p>1. 透過成長小書製作，讓學生回顧自己的生命故事，並培養孩子對父母的感謝之心。</p> <p>2. 生命故事書展：透過舉辦班級書展，與同儕分享自己的生命歷程故事。</p>	40	小書製作
<p>第一～四節完</p> <p>壹、準備活動</p> <p>一、課前準備</p> <p>學生準備：筆記本。</p> <p>教師準備：影片—「爺爺有沒有穿西裝」、小組計分表、電腦、黑板、情緒卡。</p>	25	口語評量

<p>二、引起動機</p> <p>(一)探索校園中動植物的生命現象：</p> <ol style="list-style-type: none"> 小組活動：分組到校園觀察動植物的生命現象。 例：榕樹樹梢發新芽、紅磚道上落葉遍布、螞蟻搬運著已無生命跡象的蟬、鳥兒在天空中飛翔…等。 小組觀察結果需依「生老病死」分類記錄在筆記本中。 <p>(二)學生發表其感受與想法。</p> <ol style="list-style-type: none"> 各組自願或推派一位同學上台分享，其他同學給予回饋。 教師歸納：教師根據各小組報告進行歸納，共同彙整各小組所察覺的動植物生命現象，依「生老病死」做分類歸納於黑板上，從中探討如何辦定四種分類。 經由動植物的生命現象中，引導學生回憶過去生活中有關生老病死的各種事例。 	15	口語評量
<p>貳、發展活動</p> <p>(一)生老病死的感受：</p> <ol style="list-style-type: none"> 人有喜怒哀樂的情緒，也會面臨生老病死的過程，生命中若有人事物產生變化，對我們的生活亦會造成影響，當我們面臨這些事情時，內心有什麼感受與想法？例： <ol style="list-style-type: none"> 生：我三歲時妹妹出生，我心裡很高興有新玩伴。 老：爺爺已經年邁，行動不便，我開始學習照顧長者。 病：媽媽生病了。我很擔心，感謝媽媽平時的辛勞。 死：顧家的小狗去世，我很難過，內心一直無法接受。 <ol style="list-style-type: none"> 教師鼓勵學生發表想法，並適時給予補充與回饋。 教師歸納：生命中面臨喜事縱然使人心情愉悅，但在面對生活中生命的驟逝時，亦希望學生們能主動傾訴、宣洩哀傷，並尊重生老病死的生命歷程。 <p>(二)爺爺有沒有穿西裝：</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師提問：「什麼時候男生會穿西裝呢？」「西裝是什麼樣的場合會穿的？」 教師鼓勵學生發表想法，並適時給予補充與回饋。 教師播放「爺爺有沒有穿西裝」影片，學生從中覺察為什麼爺爺要穿西裝？這是對生命週期中哪一部份的重視？ 教師引導學生從影片中省思下列問題： <ul style="list-style-type: none"> (1)「爺爺有沒有穿西裝」的故事中多是採用什麼樣的顏色插畫？說說看為什麼？ (2)除了影片中的咖啡色，你會用什麼顏色來表達你看完影片內容的感覺？說說看為什麼？ (3)爺爺死後究竟去了哪裡？故事中每個人對爺爺死後究竟去了哪裡都有不同的見解，你有什麼看法嗎？ (4)每當布魯諾想起爺爺時，他都做些什麼事情？ (三)教師鼓勵學生發表想法，並適時給予補充與回饋。 	40	口語評量
<p>參、整合活動</p> <p>(一)分享與回饋：</p> <ol style="list-style-type: none"> 也許有一天，每天陪伴你的寵物、周遭的親朋好友會永遠離開你，你會有什麼樣的心情？ 你會如何懷念他們？ 	25	口語評量

<p>3. 學生省思尊重生命、珍惜生命的做法。</p> <p>4. 教師鼓勵學生發表想法，並適時給予補充與回饋。</p> <p>(二) 統整與歸納：</p> <p>教師歸納：就像我們國語課本中，<u>朱子治家格言</u>選提到的「人有喜慶，也會有禍患。」每個人都會歷經生老病死，我們都無法預測哪一天會發生什麼事情，為了不讓生命歷程留下遺憾，我們應該尊重生活中的各種生命，以及用積極的態度面對生命。</p> <p style="text-align: center;">第五～七節完</p> <h3 style="text-align: center;">壹、準備活動</h3> <h4 style="text-align: center;">一、課前準備</h4> <p>學生準備：圖畫紙、彩色筆。</p> <p>教師準備：小組計分表、電腦、黑板、情緒卡。</p> <h4 style="text-align: center;">二、引起動機</h4> <p>(一) 學生用非慣用手在圖畫紙上畫出全家福：</p> <ol style="list-style-type: none"> 作畫前，教師請學生分享對此次任務的看法： <ol style="list-style-type: none"> 多數學生未開始作畫前就先抱怨一番，認為此次任務過於困難，無法勝任。 少數學生認為可以完成，只是需花費大量時間。 教師期許學生盡力而為，說不定能有令人為之一亮的作品。 引導學生回想作畫歷程： <ol style="list-style-type: none"> 與平常用慣用手畫圖有什麼區別？說說看你的想法。 過程中什麼讓你印象最深刻？為什麼？ 教師鼓勵學生發表想法，並適時給予補充與回饋。 教師引言：剛才的作畫活動，給予大家不同的體會，有同學認為非慣用手畫出來的作品就像「失控」般令人沮喪。老師想告訴大家，先別急著灰心，接著，老師要給大家看一段影片，期許大家用心觀賞。 <h3 style="text-align: center;">貳、發展活動</h3> <p>(一) 生命的感動：</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師：「除了透過親身的體驗，而能從生命歷程中有所得外，我們還可以運用不同的方式來感受和察覺各種生命的感動，並從中學習。」 體會生命感動的活動 <ol style="list-style-type: none"> 觀賞影片：「口足畫家—楊恩典」，可以學習影片中人物堅強的生命韌性。 閱讀文章：「海倫·凱勒」的故事，經典語錄：「當一扇幸福的門關起時，另一扇幸福的門會因此開啟，但我們卻經常看這扇關閉的大門太久，而忘了注意到那扇已經為我們開啟的幸福之門。」、「只要朝著陽光，便不會看見陰影。」。 	20 圖畫紙	40 學習單	20 口語評量
--	-----------	-----------	------------

<p style="text-align: center;">參、整合活動</p> <p>(一) 分享與回饋：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 本節教學重點是讓學生用心的觀察與體會，生活周遭處處都有生命故事，都值得我們去學習。 2. 教師引導學生思考與發表：「什麼樣的生命現象讓你感動？感動的理由是什麼？」。 (記錄在學習單上並分享或以肢體表達出來) 3. 教師鼓勵學生發表想法，並適時給予補充與回饋。 <p>(二) 「珍愛手環行動」：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 小組討論主題：班上是否能發起什麼樣的活動，將生命體悟化成實際行動，讓我們能在校園中，關懷生活中的所有生命，並將這份力量傳遞下去。 2. 各組自願或推派一位同學上台分享，其他同學給予回饋。 <ul style="list-style-type: none"> (1)「交換祕密日記」：透過日記的陳述，將每天所做的行動記錄下來，一週後，我們再互相分享內容。 (2)「藍絲帶 2.0」：如同國語課本中，「神奇的藍絲帶」一課，運用緞帶來代替行動傳遞，兩週後，各別分享其將緞帶給了誰，以及向對方傳遞了哪些生命觀念，最後統計其影響範圍。 (3)「珍愛手環行動」：以「神奇的藍絲帶」為藍圖，提升成虛擬手環行動，並將宣導關愛生命、尊重生命的歷程寫在學習單上，一週後，分享其宣導成果。 3. 各組分享其討論成果後，班上票選想執行哪個活動。 4. 班級決定共同參與「珍愛手環行動」： <ul style="list-style-type: none"> (1)行動時機：各組討論當我們遇到或發現什麼事情時，能將「珍愛手環」送出去？ <ul style="list-style-type: none"> a. 發現學弟妹捉弄昆蟲時，應勸阻及告訴他這樣是不對的行為，向其宣導珍愛生命的活動。 b. 當我們看見長者入校時，我們應主動問候，並詢問是否有需要協助的地方。 c. 當我們發現同學因憤怒而拔花圃中的花草出氣時，應予以阻止，並向其宣導珍愛生命的活動，也可以提供同學有效的宣洩管道，如：打籃球、跑操場等。 (2)實踐過程需如實記錄在學習單中。 (3)一週後，各別分享關懷生命的行動，教師鼓勵學生發表想法，其他組別給予回饋。 (4)教師歸納：「生命是可貴的，活著就有希望」，透過這次的活動，希望同學們能珍惜生命、尊重生命，不要因為一些挫折就沮喪、放棄，遇到困難可以尋求協助。也別看輕他人，天生我材必有用，種下善的種子，施比受更有福。 	<p>40</p> <p>口語評量、學習單</p>
--	---------------------------

試教成果：（非必要項目）

	
↑ 小組討論	↑ 成長歷程小書製作
	
↑ 探索校園中動植物的生命現象	↑ 用非慣用手畫全家福
	
↑ 珍愛生命行動小組討論報告	↑ 課程結束合影

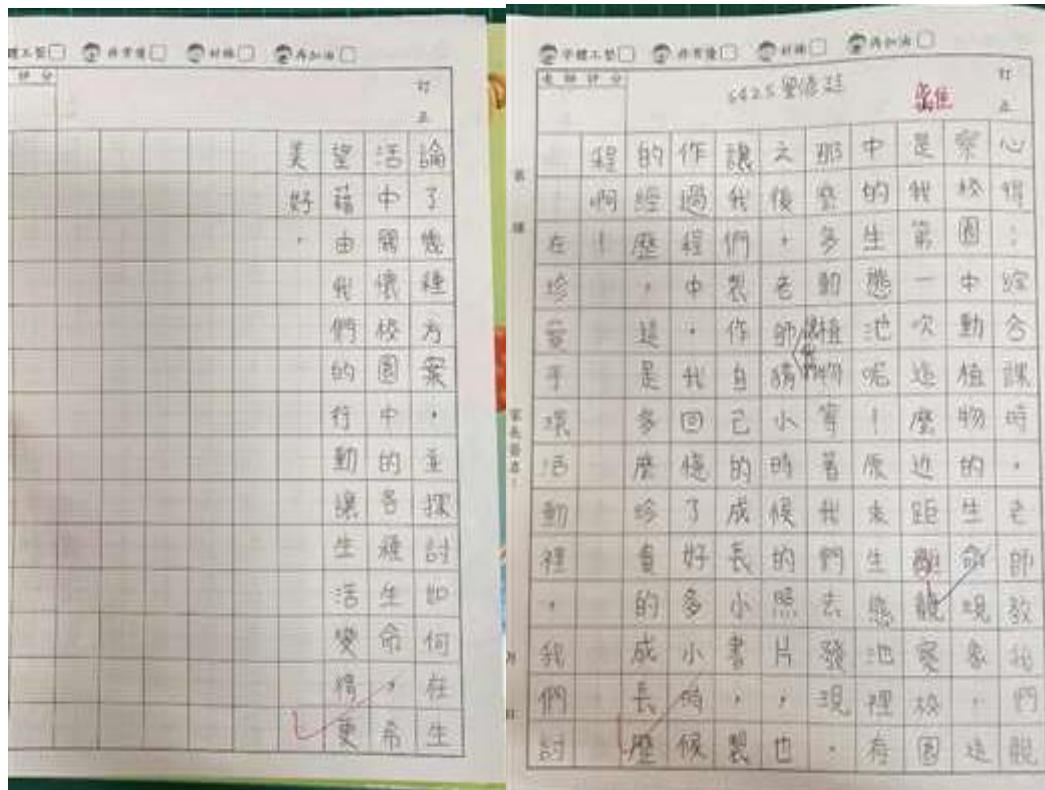
● 教師教學心得：

從一開始的知識性課程，到最後的改變生命行動，一系列的課程下來，學生比往常上課更為投入，他們不斷思考、也不斷探索著環境、知識，值得一提的是，班上有位亞斯伯格的孩子，平時對於自己的行為較難以自我約束，以致人際關係較薄弱，課程上到結束時，他拿著海倫·凱勒的文章來找我，告訴我說：「老師，我認真看了很多次這篇文章，我覺得他說的這句話很好，『我努力求取知識，為的是日後能夠活用，為社會人群貢獻一點力量。這世界上應該有一、兩件事是適合我做，而且只有我才能做的』，我覺得雖然我學習很慢，但是我相信，這世界上一定有適合我做的事情，而且是我才能做的事情，我要繼續努力。」生命的價值與意義也是如此，一枝草一點露。課程最後，看著他們用生命來感知生命、生命體悟化成實際行動，這些成長都是無價的。

● 教學省思：

此課程較貼近學生生活，較能引起學生學習興趣及共鳴，課堂上，學生發表踴躍，但容易一不小心就掌控不好時間，以致來不及完成活動或學習單，而延誤了下課時間，是教學時需拿捏的地方。另外，教師提問部分，有時使用的口吻較不貼近學生想法，導致學生不太理解題意，會再舉手發問，建議老師們設計課程時，應以學生為出發點。

● 學習者心得：



參考資料：（若有請列出）

毛毛蟲多多 https://www.youtube.com/watch?v=gnxig1Pf5mo&ab_channel=AmandaCHEN

爺爺有沒有穿西裝

https://www.youtube.com/watch?v=D3M_Mlculg4&ab_channel=%E5%BC%B5%E6%B0%B8%E4%BB%81

口足畫家楊恩典 https://www.youtube.com/watch?v=N1HC0o7nnjI&ab_channel=HauchiLee

海倫·凱勒的故事 <https://blog.xuite.net/working.yam76/wretch/214134995>

附錄：

列出與此示案有關之補充說明。

珍愛手環行動

六年 班 座號： 姓名：

★生活周遭處處都有生命故事，都值得我們去學習。請重視每一個生命的意義(人、植物、動物等)，並將體悟化成實際行動，透過此次行動，關懷生活中的所有生命，將這份力量傳遞下去…

★我把珍愛手環給了誰？

對象	原因	宣導 (珍愛生命的活動)	結果 (對方的反應)
例： 1年1 班學弟	學弟拔草去驅趕已經斷了一隻腳的蚱蜢。	向學弟宣導不管是 一隻小動物或一草 一木都有其存在意 義，我們應該愛惜 生命。	起初很生氣，經過 對話後，學弟承諾 不再欺負小動物。

珍惜與愛都是動詞，孩子們應都懂得，勇於表達關懷喔！

再遇見-生命中的美好相遇（國中）

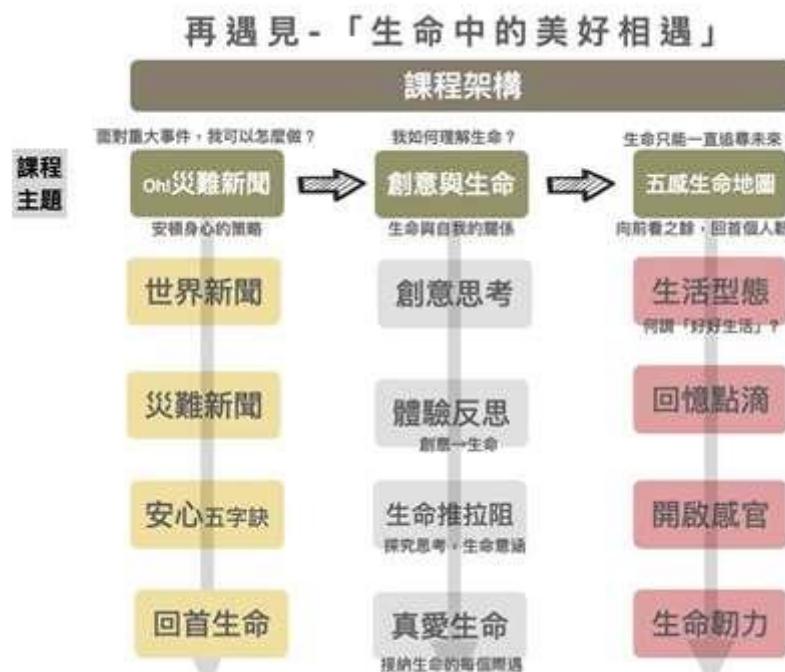
（一）教學設計理念說明(敘寫重點可包括以下六點)

「成長」，必定伴隨著生死議題在自己的生活中，是人生中必須面對的課題。而在現今的課程綱要中「生命教育」以議題融入走入學生世界，因此設計者特別將此議題融入於輔導課程，希望能協助學生面對成長性議題。

設計者發現國中生對於生命主題課程常受限於(1)社會保守文化因素(例：避談生死話題)、(2)學生生命經驗(例：離世者多為年邁長者)(3)個人生活型態(多年學生角色，對於生命規劃、掌控權逐漸消逝)，以上經驗致使國中生對於生命常感到離自身遙遠，進而無感。「無感」，影響了學生面對生死課題，而衍生成為心理困擾。(例如：面對重要他人的逝去感到突然、無預警，形成心理創傷；面對自身生命也沒有靜下心思考及妥善規劃，形成成長性心理困擾。)

因此在本次的課程設計中，將課程目標放在「喚起學生對於生命的知覺」，取名為「再遇見-生命中的美好相遇。」希望能喚起學生意識中的點滴，並藉由內省策略，整合生命歷程，實際應用於日常生活中。

本次課程「再遇見-生命中的美好相遇。」，共設計三堂生命教育系列課程。(1)Oh! 災難新聞：培養學生辨識個人在閱聽新聞事件時所產生的多元情緒，並學習接納負面情緒的實質策略：安、靜、能、繫、望。(2)創意與生命：利用創意思考之過程，讓學生在體驗活動中理解生命的定義。(3)五感生命地圖：利用五感，進行早期回憶探索，整合外在資訊及個人如何詮釋自我生命。綜上所述：首先，將藉由外在新聞看見生命的無常並學習安頓自我的方法，接著第二堂課以創意思考歷程體驗生命的內涵，第三堂課：了解生命的內涵後，走訪從前的生命點滴，找尋個人獨特的生命韌力。



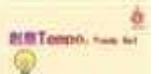
(二) 教案

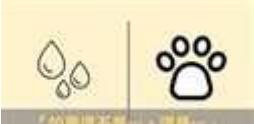
領域/科目	綜合活動領域/輔導活動科	教案總字數	5958 字
實施年級	國中三年級	總節數	3
單元名稱	再遇見－「生命中的美好相遇」。		
設計依據			
學習重點	學習表現	<ul style="list-style-type: none"> ● 1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。 	<p style="text-align: center;">核心素養</p> <ul style="list-style-type: none"> ● J-A1 具備良好的身心發展知能與態度，並展現自我潛能、探索人性、自我價值與生命意義、積極實踐。 ● 綜-J-A1 探索與開發自我潛能，善用資源促進生涯適性發展，省思自我價值，實踐生命意義。
	學習內容	<ul style="list-style-type: none"> ● 輔 Ac-IV-1 生命歷程、生命意義與價值的探索。 ● 輔 Db-IV-2 重大心理困擾與失落經驗的因應。 	
議題融入	實質內涵	<ul style="list-style-type: none"> ● 生命教育議題融入 ● 學習主題：生命教育-C 終極關懷 ● 實質內涵： 生 J3 反思生老病死與人生無常的現象，探索人生的目的、價值與意義。 	
	所融入之學習重點	<ul style="list-style-type: none"> ● 人生不只有工作或生涯發展的問題，還有生命意義、面對生命苦難與死亡等終極性的課題。本課程希望學生能掌握人生意義，建立生命終極信念。 	
與其他領域/科目連結	無		
教材來源	<p>線上資源：</p> <p>https://reurl.cc/n5XL5d <帕奧精神：鳳凰高飛></p> <p>https://reurl.cc/dx8mXV <城中城火災></p> <p>https://reurl.cc/GbDKoy <真愛每一天預告></p> <p>探究式思考：推拉阻思考圖(來源：ASK 愛思客團隊開發設計 2020)</p>		
教學設備/資源	課程學習單(詳如附件)、課程簡報、便利貼、隨機分組籤桶、便利貼		

學習目標							
學習表現 學習內容		1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。					
● 輔 Ac-IV-1 生命歷程、 生命意義與 價值的探 索。	● 輔 Db-IV-2 重大心理困 擾與失落經 驗的因應。	<p>◎九年級上學期</p> <p>◎學習目標：</p> <ol style="list-style-type: none"> 透過新聞時事，了解因應外在事件之自我觀照的方法。 能藉由創意思考歷程了解生命歷程，並找尋自我的生命意義與價值。 藉由五感地圖，帶領學生回憶早期經驗，並從中看見個人生命韌力。 					
◎評量規準：(參考 SBASA 綜合活動領域-評量標準)							
主 題	次 主 題	A	B	C	D	E	學習表現
自我 與 生涯 發展	尊 重 與 珍 惜 生 命	能評估面臨心理困擾或失落經驗所需的協助，運用策略提供關懷，珍惜生命並提升生命意義與價值。	能探究面對心理困擾及失落經驗的因應資源，並提出尊重、關懷及調適方法。	能覺察常見心理困擾、情感與生命失落經驗對個人或家庭的影響。	能表達個人、家人或他人面對情感與生命的失落經驗。	未達D級	1d-IV-2 探索生命的意義與價值，尊重及珍惜自己與他人生命，並協助他人。
教學活動設計							
教學活動內容及實施方式					時間	備註	
【第一堂課】					10	<p>*高層次紙筆評量批閱： 蒐集學生想法，融入課程 (使學生更有參與感。) <附件一></p> <p>100% 課程使用率 請填... 1. 在本課程... 2. 本校... 3. 本校... 4. 本校... 5. 本校... 6. 本校... 7. 本校... 8. 本校... 9. 本校... 10. 本校...</p> 	
<p>● 課程目標：藉由災難新聞事件，看見生命的無常性，並學習安頓自我的方法。</p> <p>一、引起動機</p> <p>1. 回顧上堂課程內容</p> <p>教師提問：有人有印象上週上些什麼嗎？</p> <p>教師摘要：上週我們上了這些內容，關於言論自由、國際人權大小事…</p> <p></p> <p>2. 回顧上週學習單-智利人權事件，帶給我們的想法是…</p> <p>學習單提問：如果這個時事，出現在你的FB動態，你會留些什麼顏文字、表情符號，或是一段話呢？</p> <p>教師摘要：如簡報所示，摘要、綜合大家的想法。</p> <p>教師提問：邀請幾位同學分享留言內容背後的想法。</p>							

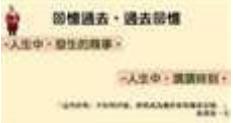
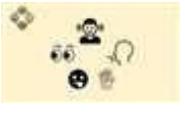
 <p>教師小結：透過新聞事件、他人的故事，都可能會讓我們思考現在的生活，或是預測之後的改變，而產生一些情緒、想法。</p>	
<p>3. 連結本次課堂主題：災難新聞 教師提問：有人知道近期台灣社會有什麼新聞嗎？ 教師介紹：本週新聞-高雄「城中城大火事件」。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>	<p>*播放影片 0:城中城火災。 (讓每位學生了解新聞事件)</p>
<p>教師連結：類似這樣大規模的傷亡事件，大家有什麼印象深刻的新聞嗎？ 例如：台北捷運-鄭捷事件、高雄-氣爆、台南-維冠大樓地震倒塌…。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">  </div>	<p>*開放性提問： 與學生互動，並從中瞭解學生平時對時事的感知。</p>
<p>教師摘要：這些事件，都讓我們印象深刻，甚至覺得有點害怕，或是覺得他們很可憐、無辜，讓我們每次看到這些新聞時，好像都很容易有負面的情緒產生。</p>	<p>25</p>
<h2>二、發展活動</h2> <ol style="list-style-type: none"> 教師提問：看到這些沈重新聞，你會怎麼做呢？  教師回應：有同學剛剛說轉台，的確這也是好方法！我們可以選擇不要看，或是選擇看的頻率，而今天老師另外想教大家可以怎麼照顧「心理的自己」。 教師介紹：要教大家五個方法，有些會來體驗一下。安頓身心五步驟：安、靜、能、繫、望。 a. 促進「安」全：找到自在自適的安全空間。  ● 教師介紹： 空間安全，例如：防災演練、定期檢查空間安全(上車 	<p>*開放性提問： 藉由學生本身的回應，從中鞏固個人因應策略。 課程教授的策略(5步驟)是系統性地統合自身的舒壓方法。避免讓學生覺得要學新東西，而感到負擔。</p> <p>△提醒：教師可先簡單介紹五步驟字面意思，再接續分別介紹。</p>

<p>前檢查、屋子消防設備…）。</p> <p>心理安全：找尋讓你舒壓的小角落。</p> <ul style="list-style-type: none"> 教師提問：哪個空間你感覺很自在、不用拘束？ 舉例：家中書桌、沙發、廁所… <p>b. 保持平「靜」：透過儀式化行為找回平靜。</p>  <ul style="list-style-type: none"> 教師提問：請問大家日常的興趣？ 例如：手遊、運動、畫畫…這些都是找回平靜很不錯的方法。有人或許跟老師一樣，可能沒什麼具體的興趣，但也可以透過聽歌、吃東西，找回平靜。 <p>● <課程小活動></p> <p>指導語：請大家閉上眼睛，回想自己焦慮、心煩時，那時發生什麼事，讓你煩到頭昏腦脹，靜不下心…可能是和朋友吵架、功課寫不完、考前發考卷…諸如此類的，令你焦慮爆棚。如果你想到了某件事，就請你睜開眼睛。</p> <p>每個人桌上都有一張白紙，請把你剛剛腦中那種亂亂的感覺，用筆畫在紙上，筆觸(尖)不能斷掉，給大家15秒的時間，瘋狂發洩。</p> <p>邀請大家拿出螢光筆、蠟筆，試著圈出你的煩惱情緒中的幾個圖案。例如：老師看到DNA雙股螺旋、一隻小魚…。</p> <ul style="list-style-type: none"> 教師小結：可能許多人都覺得自己不會畫畫、沒有舒壓方法，但透過這個方式，也可以讓自己發洩完找回平靜唷！提供這個方法給大家。 <p>c. 提升效「能」：對於生活找回控制感。</p>  <ul style="list-style-type: none"> 教師說明：生活中你有能力控制的事情，例如：列出待辦清單、專注在你所擅長的事情（做家事、規律呼吸…）。找回自己的控制感。 <p>d. 促進連「繫」：和他人聯繫，自己不是孤單一人。</p>  <ul style="list-style-type: none"> 教師說明：這個大家一定很清楚，就是打開你的line，跟別人聊聊天，關心問候一下彼此。 	<p>* 空白 A4 紙張</p> <p style="text-align: right;">實作評量</p>
---	--

<ul style="list-style-type: none"> ● <課程活動>：請大家，面對面的關心彼此。請大家找到你左右前後，兩兩一組，相互提問簡報問題。 ● 教師提問：在剛剛還沒進行時，你不知道你隔壁的人吃什麼早餐的人舉手？恩，看起來蠻多的，所以我們有些時候可以簡單觀察、聊聊天，就可以關心彼此的生活！ <p>灌注希「望」：對於現在、未來保持希望。</p> 		藉此評量每位學生的課堂參與程度。
<ul style="list-style-type: none"> ● 教師提問： 大家一定覺得這個詞很奇怪，為什麼稱為「灌注」？ ● 教師介紹：因為人生中有很多事情，我們可能容易朝向負面的地方，做最壞打算，但有時候我們都忘了，要提醒自己正面的部分，至於要怎麼提醒呢？ ● 課程活動：邀請學生，每個人匿名寫下一句：鼓勵自我的方法。（於課後製作成班級加油冰棒棍，放在班級後方公共區域，當同學壓力大時，可以去那邊抽個籤，灌入希望。） 		
<h3>三、綜合活動</h3> <ol style="list-style-type: none"> 1. 盤點今日所學，今天學了哪五個步驟、五個方法？ 2. 你最有印象的是哪個方法？ 3. 邀請同學上台分享。 <p>【第二堂課】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 課程目標：藉由體驗創意思考之歷程比喻為「生命」，喚起學生共感，並在課堂中實踐討論：「面對有限生命的推拉阻圖」，營造面對生命的思辨場域。 <p>一、引起動機：創意 Tempo，Ready Go!</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 教師介紹：今天課程一開始，我們要來玩個小遊戲，關於創意的小遊戲，在遊戲的過程中，需要借助各位的想像力！ 2. 指導語：創意接力賽玩法-以一排為單位，分組進行。類似大隊接力，「接力」需要接力棒，但我們今天沒有接力棒，要用一句話代替接力棒，如簡報所示-關鍵句：「如果這不是…，這是…」  	<p>10</p> <p>5</p> <p>活動評量</p> <p>總結性評量：(口頭評量) 了解學生對於教材吸收程度。</p>	

<p>例句：如果這不是「茶壺」，這是「裝置藝術」。 接續：如果這不是「裝置藝術」，這是…。</p>	
<p>活動流程：限時 30 秒。</p>	
	
<p>教師提醒：在思考時，可用上個人的回答去想就好了，不需要回到原本圖片。還有人有問題嗎？如果大家沒問題，老師將各組的題目蓋牌在第一個人的座位上，等等老師一說「開始」，就請大家依序開始接力，總共會有 30 秒的時間。</p>	30
<h2>二、發展活動</h2>	
<p>1. 提醒：選兩種圖案，並讓相鄰兩組拿不同的題目，避免互相干擾。</p>	
	
<p>課程活動題目：如圖所示。</p>	
<p>2. 活動完成：邀請每排第二位同學予以紀錄整個創意過程，並謄寫至黑板上。</p> <p>3. 教師摘要並鼓勵：大家很快速的完成這個遊戲，且在過程中，大家都很努力地發揮想像力！</p> <p>4. 教師提問：安排這個活動其實是想要讓大家來小猜謎一下今天的主題，和剛剛創意思考「過程」有關。</p>	
	
<p>帶領學生回顧剛剛的活動過程。(將抽象過程、意象比喻為現實「生命」，藉此讓學生在過程中體驗學習。)</p>	
<p>a. 有頭有尾、有長有短：各排人數不同、有開始結束。 - 生命的起點與結束：生與死。 b. 過程中有一樣、不一樣的想法。 - 生命的過程：生涯進路。 c. 時間是一樣的：固定時間，讓大家體驗。 - 時間是公平的，每個人都有同等時間。</p>	
	
<p>以圖片，整合上述三點</p> <p>5. 小結：人生就像是「馬拉松」，必定有終點，但在過程中，我們可以創造無限的可能，也帶來多元的發</p>	<p>實作評量 藉由學生的創意實作，進行後續課程「生命」定義的延伸。 創意思考題目(附件二)</p>

<p>展。</p> <p>(參考資料：意義的呼喚：意義治療大師法蘭可自傳)</p> <ul style="list-style-type: none"> a. 有限性：生命之生死有涯，但死後世界令世人好奇，而有許多想像，但我們依然可以在這世界中，做有限生命中的美好運用。 b. 無限性：例如帕奧，身障者的生命無限發揮。 c. 多元性：生涯發展中的多元抉擇及優勢能力。 	<p>△可適時觀察學生臉部表情，確認學生是否能跟得上抽象比喻的進度。</p> <p>*猜謎獎賞物品</p>
<p>6. 教師提問：當我們意識到生命是有限的、短暫的，我們來思考幾個問題。(生命的推拉阻圖。)</p>  <p>7. 教師講解：面對這個話題，大家可能已經覺得從小到大談到很多次，也會說「把握當下、珍惜生命…」。但今天老師想邀請大家思考，當我們意識到生命有限時，我們試著思考正面、負面影響，及為什麼我們好像不太想接受這個現實？</p> <p>8. 學生思考，並將便利貼，貼至黑板上。</p> <p>9. 教師總結及提供觀點：(以明星連結生活經驗)</p> 	<p>△若有時間可播放影片 1: 帕奧精神。</p> <p>*提醒： 將生命連結回學生自己，避免學生覺得覺得空談。</p>
<p>三、綜合活動</p> <p>1. 教師回顧：回顧今日的上課內容。</p> <p>2. 教師提問：如果今天有魔法，你想回到生命的哪一天？</p> <p>3. 教師總結： 面對自己的生命，我們總希望可以更好、完美一點，但完美還是人生嘛？還是自己嗎？每個生命中的點，都串連起來構成現在獨特的自己。如果還是很想改變，回到那時候，就轉個念，思考如何在現在讓那個改變發酵、發生！</p> <p>【第三堂課】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 課程目標：了解生命的基本內涵後，藉由回憶感官經驗、情緒，重整個人生命歷程。期待學生在面對生命 	<p>10</p> <p>*由學生主動抽代號($\bigcirc\triangle\times$)，作為快速分組，避免直接地命令，讓學生有一部份控制感，更願意回答艱深題目。</p> <p>*抽籤紙條及便利貼</p> <p>總結評量 △若有時間，播放影片：真愛每一天(影片 2)。 (*提醒：建議可將教師個人生命故事與學生分享，讓學生更加了解所謂「接納不完美」此概念。)</p>

<p>的有限、無常性，更能知道如何內省，拓展新的生活。</p> <h3>一、引起動機</h3> 	<p>5</p>																															
<ol style="list-style-type: none"> 教師提問：心靈雞湯的文章(引用：好日子日曆，已獲得引用授權)，「宜好好過」，各位同學覺得怎麼樣叫做好好過？  <ol style="list-style-type: none"> 教師小結：每個人有各自對自己「好」的時候，例如：大吃一波、與朋友出遊…，這些都可能是大家好好度過人生的方法。而這些點滴，終成為人生中的「回憶」。例如：人生中的糗事、高峰經驗。 邀請同學分享：曾經的生命經驗。 (鼓勵，並建立安全可分享的安全氛圍。) <p>連結上堂課結語：獨特的自己、接納不完美。</p>		<p>*開放式提問： 與學生連結、互動，作為引起動機。</p>																														
<h3>二、發展活動</h3>  <ol style="list-style-type: none"> 教師提問：生命中，有許多記憶，為什麼我們可以記憶到現在呢？ 教師回應：從大腦中，感受到強烈的情緒、或是獨特的事件，加深我們大腦的印象。  <p>生命的感官記憶</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師介紹：人體中的五個感官接受器。  <p>記憶中伴隨的情緒，使你記住。</p> <ol style="list-style-type: none"> 教師講解：分述以下五個感官，並在過程中協助學生將感官知覺打開，擴充學生回憶感官經驗。 教師介紹：介紹過程中講述事件的同時，並與學生討論可能的情緒。 	<p>25</p>	<p>*本堂課，希望學生能多分享個人經驗，因此在課程中教師需建立安全氛圍，例如：教師分享、接納學生的各式分享。</p> <p>*附件三-情緒卡卡</p> <table border="1"> <tr> <td>狂喜</td><td>懷孕</td><td>高興</td><td>安心</td><td>緊張</td><td>黏心</td></tr> <tr> <td>興奮</td><td>恐懼</td><td>害怕</td><td>矛盾</td><td>驕傲</td><td>希望</td></tr> <tr> <td>憤怒</td><td>幸福</td><td>丟臉</td><td>害羞</td><td>抓狂</td><td>恐慌</td></tr> <tr> <td>無力</td><td>生氣</td><td>不耐煩</td><td>熱愛</td><td>勇敢</td><td>自信</td></tr> <tr> <td>悲傷</td><td>自卑</td><td>委屈</td><td>沮喪</td><td>麻痺</td><td>放鬆</td></tr> </table> <p>*教師分享以下感官記憶：以個人經驗(正向/負向情緒)出發，並請學生分享。</p>	狂喜	懷孕	高興	安心	緊張	黏心	興奮	恐懼	害怕	矛盾	驕傲	希望	憤怒	幸福	丟臉	害羞	抓狂	恐慌	無力	生氣	不耐煩	熱愛	勇敢	自信	悲傷	自卑	委屈	沮喪	麻痺	放鬆
狂喜	懷孕	高興	安心	緊張	黏心																											
興奮	恐懼	害怕	矛盾	驕傲	希望																											
憤怒	幸福	丟臉	害羞	抓狂	恐慌																											
無力	生氣	不耐煩	熱愛	勇敢	自信																											
悲傷	自卑	委屈	沮喪	麻痺	放鬆																											

 視覺	 味覺	
 觸覺	 聽覺	
 嗅覺		<p>*高層次紙筆評量-學習單 <附件四-生命中的感官記憶></p> 
 •五感生命地圖• 一起回顧生命中的記憶!		口頭評量(總結評量) 教師摘要總結課程
6. 課程任務：請學生完成學習單，邀請學生利用課堂最後的時間，回顧生命中的感官經驗。 7. 邀請學生分享學習單內容。 8. 教師提問： a. 你推測自己為何還記得這個事情？ b. 現在在回想起來，情緒是否有轉變？		
三、綜合活動	15	
1. 回顧三堂生命系列課程。 2. 邀請學生分享-學習單。 3. 連結五感生命地圖活動，有時生命就是如此，當下的情緒好難過、好尷尬，但事後回想起來，發現自己是多麼不容易，例如：剛剛有同學分享「看」到自己考出來的分數很高分，當下等待時一定很緊張，現在回想起來，真的是超厲害的！當你在脆弱、低潮時，不妨回頭看看自己曾經有多努力、多棒吧！		
試教成果(必要項目)： <ul style="list-style-type: none"> ● 學生課堂學習成果： <ul style="list-style-type: none"> -創意思考歷程：藉由歷程，讓學生從活動過程中經驗「生命歷程」。 -課堂思辨風景：利用探究式思考方式，與學生思辨哲學命題：「有限的生命」。 ● 教師備課心得： <p>本次備課中，花費最多時間在思考如何轉化老生常談的「生命」，我們總是習慣以認知知識層面教導學生面對那些我們都清楚的道理，但似乎最後實踐機會低。本次嘗試以「情意」出發，以時事：「災難新聞」出發，再輔以許多青少年語言-梗圖、IG 平台…，轉化、豐富教材。</p> 		

● 教師教學心得：

-結合學生學習成果，豐富內容、貼近學生

本課程延續先前人權故事，藉由學生學習單的回答，放在教學簡報中，讓學生更有感，也相當好奇他人的回應，發現效果非常好，也讓一開始談及沈重新聞時，學生更有些感觸。

-創新教學：體驗教育形式走入學生學習世界

藉由研習，所習得創意思考之方法，覺得也很適合比喻為生命，因此特別將其概念放入課程，發現實作之後，學生接受度高，也在體驗過程中，經驗了生命的意涵，許多學生覺得很有趣。但也有部分學生，似乎跟不上類化思考過程，而無法理解用意。因此在往後猜謎推理時，建議可轉為22一組，互相討論，更能掌握教師教學進度，避免脫鉤。

-以感官經驗回憶早期經驗

許多時候，在回憶過去時，我們常用「時間軸」作為區分。但在國三時，學生已經對情緒有基本了解，因此本課程希望以感官、情緒經驗出發，讓學生以不同形式，經驗自己的早期回憶。

● 學習者學習心得

學生1：有些時候當下情緒，和現在在回想時，好不同唷！例如：當下覺得好尷尬、好糗，但是現在再回想起來，覺得自己好好笑！真的是有趣的回憶！這堂課，讓我又想到很多小時候的事情！

學生2：如果生命可以一直回到過去那個時間點，修正的更完美，好像就沒這麼好笑了！生活好像也會少了許多樂趣。

參考資料：（若有請列出）

● 意義的呼喚：意義治療大師法蘭可自傳。-藉由書籍，更為了解生命意義，設計生命教育課程。

附錄：



附件一：課程提問單

附件二：創意思考題目

附件三：情緒卡卡

附件四：生命中的感官記憶