**臺中市102年推動「生命教育月」**

**國中小生命教育教材教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 課程主題 | 成為生命中的勇士 | | 教學對象 | | | 國小六年級學生 | | | |
| 教學單位 | 班級 | | 課程進行時間 | | | 晨光時間 | | | |
| 教學時間 | 50分鐘 | | 主題類型 | | | 生命教育 | | | |
| 教學者 | 專任輔導教師 | | 教案設計者 | | | 專任輔導教師 | | | |
| 教  學  研  究 | 教材分析 | 藉由課程得以沉澱自己：從體驗活動同理他人，並藉由他人的生命故事擴展新的心靈視野，將所學反思於己，重新檢視自己的生活態度和自我價值，並開始學習為自己所做的決定，以及自己的生命負責。 | | | | | | | |
| 教學方式 | 活動體驗、簡報講述與問答、影片欣賞 | | | | | | | |
| 能力指標 | 2-3-3 規劃改善自己的生活所需要的策略與行動。  3-3-3 熟悉各種社會資源及支援系統，並幫助自己及他  人。 | | | | | | | |
| 教  學  目  標 | 1.認知：從課程與分享中學習  生命的意義，以及克服挫  折具體方法。  2.情意：激發出對生命的接  納、珍惜與負責的態度。  3.技能：能自我省思，並與他  人分享個人的生命故事。 | | | 具  體  目  標 | 1-1 能說出自己過去的挫  折，以及克服挫折的經驗。  1-2 能說出至少一種正向且  有效抒發壓力的方法。  1-3 能討論出解決目前所遇  到問題的具體方法。  2-1 能描述「活著真好」的幸福感。  2-2 能描述看完他人的生命  故事後心中的感覺。  2-3 能接納自己，認同自我價  值。  2-4 培養出對生命積極、正向  的態度。  3-1 能將看完影片及故事的  感受，連結至自己的生活  經驗。  3-2 使用正向的詞句寫出/說  出對過去的自我省思。  3-3 使用正向的詞句寫出/說  出對未來的期許與勉勵。 | | | | |
| 教  學  準  備 | 教師：1. 電腦、單槍、喇叭及簡報的課前準備。  2. 營造輕鬆、溫暖的氣氛。  學生：1. 了解此次課程的主題方向。  2. 課前準備好寧靜的心情，不心浮氣躁。  3. 保持桌面清潔。 | | | | | | | | |
| 對應教學目標代號 | 教 學 活 動 | | | | 教學資源 | | 時間分配 | 效果評量 | 備註 |
| 2-1 能描述「活著真好」的幸福感  1-1 能說出自己過去的挫折，以及克服挫折的經驗  1-2 能說出至少一種正向且有效抒發壓力的方法  1-3 能討論出解決目前所遇到問題的具體方法  2-2 能描述看完他人的生命故事後心中的感覺  2-2 能描述看完他人的生命故事後心中的感覺。  2-3 能接納自己，認同自我價值。  2-4 培養出對生命積極、正向的態度。  3-1 能將看完影片及故事的感受，連結至自己的生活經驗。  2-4 培養出對生命積極、正向的態度  3-1 能將看完影片及故事的感受，連結至自己的生活經驗  3-2 使用正向的詞句寫出/說出對過去的自我省思。  3-3 使用正向的詞句寫出/說出對未來的期許與勉勵。 | ─ 課程開始 ─   1. **準備活動**   1.環境布置：影片放映設備  2.教師準備：影片、學習單  3.學生準備：一支筆和一顆投入  課程的心  **二、 發展活動**  ***教師：****大家好，我是輔導室的方老師，很高興這個學期有這麼一堂課的時間來這邊上課。今天的課程主題是「成為生命中的勇士」，大家覺得誰會是你生命中的勇士呢？今天老師會在課程的最後，再問一次大家這一個問題。*  **《活動一》 Take a breath~**  ***教師：****首先，我們先來進行一個簡單的活動。待會我倒數到一，請大家做深呼吸的動作，先將手放在肚子上，想像要把所有的空氣都吸進肚子裡，一直到肚子鼓起來裝不下時為止。三…二…一，開始吸氣，吸氣的時候要慢慢的、確實的把空氣吸進肚子裡。*  *吸到肚子鼓起來，吸不下去了，就可以開始慢慢吐氣。想像四周的空氣現在都充滿了毒氣，若是你氣吐的太快或偷吸氣，那就陣亡了！*  Q：當你無法吸到新鮮空氣時，有什麼  樣的感覺？  **《活動二》新聞賞析與省思**  **1. 新聞一：建中生跳軌自殺事件**  新聞內涵：平時聰明絕頂的建中學生，卻因為與家人的爭執，可能因為賭氣，可能心情低劣，因而斷送自己美好的生命。事實上，與你感情羈絆會深的那個人，也可能會是最容易起爭執的人。  Q：你有沒有與家人爭吵的經驗呢？爭  吵後，我們可以如何處理呢？  **2. 新聞二：失戀女被好友嗆自殺事件**  新聞內涵：我們不僅要珍惜自己的生命，更應該要謹慎面對他人的生命。我們常有一些口頭禪，在情緒的催化下脫口而出，說者可能無心，聽者則有意，一些不經意而不中聽的情緒字眼便有可能變成傷害一條生命的關鍵。  Q：你是否說過這些不好聽的，可能傷人的話呢？  EX. 去死、你很煩、活該……  **《活動三》影片欣賞：撼動全球人心的生命勇士 ─ Nick**  1. 簡介力克‧胡哲，並闡述其經歷的挫折及生命中的低潮事件。  2. 影片欣賞。  3. 結錄影片精華，條列於黑板上：  (1) 若是只想著自己沒有的，便會忘記  自己已經擁有的。  (2) 學習感恩。  (3) 喜歡自己，自己是最棒的，因為這  就是自己。  ***教師小結：****所以說，人生誰沒有挫折，一個人不怕跌倒，只怕他跌倒好沒有站起來的勇氣。我們總是有羨慕不完的，別人的人生，其實每個人都不一樣，肯用心經營自己的生命，就能夠創造出與眾不同的，屬於自己的人生！*  **《活動四》故事欣賞：別輕易鋸斷你**  **的十字架**  1. 故事大綱：每個人都拖著屬於自己的，沉重的十字架，辛苦地往前走。有一個人，也跟大家一樣，賣力地往前走著，走著走著，覺得好累，便起了歪腦筋，用鋸子將自己的十字架底端稍微切短一點；再走一會兒，又覺得重了，便又悄悄地再切一些。然後，他覺得心情愉快，腳步也輕了。走著走著，前面出現了一個大大的鴻溝……  2. 故事內涵：每一個挫折、逆境和要求，將會是你生命中最重要的機會、安排和禮物。  3. 問題省思：  (1) 你覺得十字架是代表著什麼呢？大鴻溝代表著什麼呢？  (2) 大家想想看，過去的自己或者是現在的自己，是否也做著「切掉自己地十字架」的動作呢？  (3) 面對沉重、有壓力的事情時，像是有好多書要讀，或者遇到大大小小的考試，心中有煩惱或挫折時，我們可以做一些什麼事？  4. 教師小結：隨著我們年紀的增長，要面對的壓力會越來越多，同時也越需要為自己的決定負責任。不要因為貪圖一時的輕鬆而把該做的事情偷斤減兩，這將會讓未來得自己更為辛苦。希望今天在座的大家，都能勇於為自己負責任，用心盡自己可以做得到的每一份努力！  **三、綜合活動**  *1. 教師：今天老師和大家分享的─成為生命中的勇士─就到這告一段落，最後老師要告訴大家，不要放棄自己的任何一點機會和可能性，也不要任意得為了某些不愉快傷害自己或者別人。生命只有一次，未來會過得如何，斷看你用什麼方式、什麼態度去面對它和經營它。*  2. 請學生完成學習單。  ─ 課程結束 ─ | | | | 電腦  單槍  簡報(附件一)  學習單(附件二)  背景音樂 | | 2’  5’  13’  10’  5’  5’  10’ | 學生皆能投入活動中  學生能以口述或點頭感受表達呼吸的幸福感覺  60%學生願意分享自己的經驗  大多數學生能說出至少一種因應挫折的有效方法  大多數學生能參與討論，每班皆有3-5位學生分享討論結果  學生皆能專注於影片，每班皆有3位以上的學生表達感想  學生皆能專注於影片中  每班至少有3位以上學生發表影片觀賞的感覺與想法  學生皆能了解影片中物件的涵義  學生皆能認真完成課程學習單 |  |
| 教學成果 | 1. 課堂中：學生皆能用心體驗活動，也從新聞、影片及故事中看見生命的  脆弱與可貴，並能自我省思，認真回答老師提出的問題，也樂於表達自  己心中的想法與感動。  2. 學習單：學生很認真的思考學習單上的每一個題目。從「最有感覺的活  動」題目回饋來看，表現出各項不同的活動皆能帶給學生不一樣的感覺，  如活動一得停止呼吸難過到印像深刻，或十字架的故事令自己自我省  視，是否自己也會趁機偷懶等。在給老師的話中，也有許多小朋友告訴  我自己上課還來不及分享的，自己的經驗，或者自己還希望得到建議的  困難等，也對顯示出這堂生命教育課程對孩子的影響程度。 | | | | | | | | |
| 教學省思 | 1. 生命教育課程攸關孩子的各項發展，包含自我概念的建立、對他人的包  容與尊重、以及生活管理與規劃等，一學期僅以50分鐘的晨光時間進行  實在不足。  2. 活動的進行需注意每一位孩子的參與情形，不參與或干擾皆會影響活動  的品質和效果。  3. 時間允許的情況下，能盡可能讓孩子多說一些，請聽孩子的看法與觀點，  給予情緒發洩的空間與適時給予適當的參考建議。  4. 教師回饋：每一張學習單，教師都應或多或少給予回饋和鼓勵，並啟動  對孩子的敏感度，主動發覺可能需要幫助的孩子，適時的給予協助與關  懷。 | | | | | | | | |