

靜思語教學指引

# 大愛引航

小學版◆第一冊（增訂版）

慈濟教育功能團隊／慈濟大學附屬高級中學／臺南慈濟高級中學 編著



## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生活教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	吾愛吾班	主題內容	遵守規範	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 唐朝小栗子—禮多人不怪			教學時間	40分
靜思語	有「禮」才有「理」，做人的道理由禮節表達。				
單元目標	一、能主動向父母、師長問好。 二、能做到禮貌好行為。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：情緒臉譜。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、假設以下兩個情境，請學生戴上情緒臉譜扮演，讓其他的學生體會感受： 情境 1. 早上上學進教室，臭著一張臉，不發一語的入座。 情境 2. 未經別人的同意，擅自拿取別人的學用品來使用。 二、問題討論(請學生回答時，同時做出自己的表情) (一)同學遇到你都不打招呼，你的感受是什麼？ (二)沒經過你的同意，同學就擅自拿走你的東西，你的感受是什麼？ (三)剛剛的情境中，你認為該怎樣做才是有禮貌的行為？  <b>結語：</b> 要成為有禮貌、有人緣的人，要從每天主動打招呼做起，與人打招呼或說話時，眼睛要看著對方，表示尊重。在日常生活裡，我們能懂得說請、謝謝、對不起，大家都會喜歡和我們當朋友。				教學簡報 情緒臉譜	8分

<p><b>貳、講述故事：禮多人不怪</b>  一、建議呈現方式：播放影片  二、故事大綱：  小栗子與同學們玩捉迷藏，結果小栗子卻跑回家，讓同學找不到。後來大家發現後，覺得很生氣，就不理小栗子。方丈了解情況後，跟同學說，禮貌跟知識同等重要，禮貌是一種體貼他人的心，有禮使人歡喜，無禮使人生氣，除了口頭上禮貌還要發自內心的尊重。</p>	故事內容 故事影片	12分
<p><b>參、省思：</b>  一、小栗子做了什麼事讓其他同學生氣？  二、承上題，小栗子應該怎樣做才是正確的？  三、為什麼口頭上的禮貌還不算真正的禮貌？  四、在班上要遵守什麼規範，讓自己成為有禮貌的人？</p>	教學簡報	10分
<p><b>肆、靜思：</b>  有一次我看到同學的桌上有一枝漂亮的筆，就隨手拿起來看，結果同學看到了，就生氣的說：「你怎麼可以隨便碰我的筆?偷拿我的筆?」我就回她：「不過是看看而已!」同學和我就吵了起來。最後老師知道後，要我跟同學道歉。那個時候，我雖然道歉了，但還是覺得那位同學真小氣。  今天，老師說了唐朝小栗子的故事，我不想要跟小栗子一樣沒有禮貌，而且我自己也不喜歡同學亂拿我的東西。所以我一定要做個有禮貌的人，不會亂拿別人的東西，不再覺得那位同學很小氣，讓大家都願意跟我做朋友。</p> <p><b>結語：</b>  日常生活中，能說請、謝謝、對不起，做個有禮貌、講道理的小孩，才會人見人愛唷!</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、會主動向父母、師長及同學打招呼。  二、會遵守規範，與人說話要有禮貌。</p>	教學簡報	5分

## 附件:故事內容

### 禮多人不怪

小栗子與同學們玩捉迷藏，躲藏的同學一個一個被當鬼的阿福找了出來，剩下湯包與小栗子二人。當大家都找到腿痠或肚子餓時，阿福靈機一動，找到了湯包，唯獨剩下最會躲的小栗子遍尋不著。大家只好心急地分頭尋找，卻一無所獲，直到太陽快下山，大家疲憊不堪，全部同學們一起到小栗子家去，想跟小栗子的爺爺道歉，因為他們覺得是他們把小栗子弄丟了。

剛聽到這個消息的爺爺心急如焚，擔心太陽下山後會更難找人，同學們也覺得非常抱歉。但爺爺猛然一想，大家遍尋不著的小栗子早就回家了，剛剛還跟他打招呼呢！這時候小栗子出現了，他說因為躲太久、覺得很累，就自己回家了。不知情的同學們聽完很生氣，紛紛指責他為何不早說，害大家找他找得很辛苦。

第二天，同學們在討論遠足的事情並分配工作，當小栗子走近想一起參與討論時，大家都不理會小栗子，也不跟他講話。方丈了解情形後，跟小栗子及同學說：「小栗子做了不禮貌的行為，所以同學不理他，他應該要時時刻刻把別人放在心上才對。」所以方丈能理解同學們對小栗子的態度，但方丈也告訴大家：「除了學習課本上的知識之外，也要學到禮貌。禮貌跟求取知識同等重要，禮貌是一種體貼他人的心，有禮使人歡喜，無禮使人生氣，除了口頭上的禮貌還要發自內心的尊重才是真正有禮的人。」所有的同學上了寶貴的一課後，小栗子真心向大家懺悔，方丈鼓勵他知錯就要改，同學們也接受小栗子的道歉並原諒他。


放學後，小栗子與阿福、湯包走在路上，他一直告訴同學他變成了一個有禮貌的人，阿福、湯包有些不相信。後來在路上遇到爺爺提著一袋橘子，爺爺邀請同學一起到家中吃橘子，小栗子向爺爺道謝，並告訴爺爺他現在非常有禮貌。爺爺提醒他：「有沒有禮貌不是自己講了算，是要讓別人來說才是。」

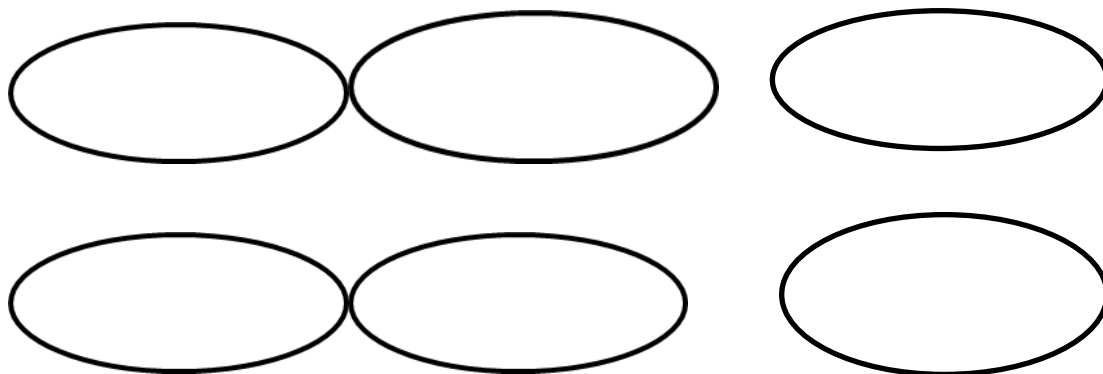
接下來，小栗子提議與阿福、湯包比賽誰先跑到小栗子家，說完小栗子就跑走了，同學們也開始跑。但沒多久，爺爺發現阿福、湯包又跑回來，原來他們跑到一半，想到爺爺提了一袋很重的橘子，所以想要回來幫爺爺提，但是卻不見小栗子的蹤影。所以爺爺稱讚阿福和湯包是貼心又有禮貌的小孩，並說除了口頭上的禮貌，最重要的是發自內心的尊重。小栗子還要再多學習呢！

# 禮貌小天使，人見人愛

年 班 姓名：

◎見到老師和同學，我會很有禮貌的打招呼，並認識很多的朋友。

小朋友，你認識了班上哪些朋友？請這些朋友在  簽名。



◎為了要幫助自己成為禮貌小天使，每天請努力做到下面的事項喔！

做到之後請畫上星星★。

星期 \ 項目	一	二	三	四	五	六	日
能主動和老師及同學打招呼							
會與家人問安							
不會亂碰他人的物品							
能注意聽老師及同學說話							
常說請、謝謝、對不起							

◎這星期我共得到 ( ) 個星星

有「禮」才有「理」，做人的道理由禮節表達。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生活教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	吾愛吾班	主題內容	遵守規範	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 故事 HOME16-好習慣銀行(130 頁~137 頁)			教學時間	40 分
靜思語	有禮的人，人見人歡喜；講理的人，人見人尊敬。				
單元目標	一、能將禮貌落實日常生活。 二、能理直氣和，做事講求道理，符合規範。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：音響、猜拳歌音樂。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 每一個人做每一個動作，都要很有禮貌----面帶熱情的笑容，歡樂的歌唱、真誠的握手、猜拳。 二、進行方式 (一) 全體站起來，歌聲開始就離開位置。(猜拳歌) (二) 邊唱歌邊找一個同伴。 (三) 兩人面對面依歌詞作動作。 ※「猜拳歌」歌詞 好朋友 我們行個禮，握握手呀 來猜拳。 石頭步呀 看誰贏，輸了就要跟我走。 (四) 猜輸的人必須遵守規則，跟在贏的人後面。 (五) 贏的隊伍，再找另一個隊伍繼續依歌聲進行猜拳。 直到教師喊停。 三、問題討論 (一) 在活動的過程中，你覺得自己和同學都有禮貌嗎？ (二) 猜拳時，你是輸還是贏？感覺如何呢？ (三) 活動時，你開心的部分是什麼呢？為什麼？				教學簡報 音響 猜拳音樂	8 分
<b>結語：</b> 活動進行時，需要大家互相行個禮，共同遵守規則，活動才能順利完成。在班級中，也需要大家有禮相待，不破壞班級規定，才能讓整個班級和睦又開心。					

<p><b>貳、講述故事：嚕嚕和泡泡糖</b></p> <p>一、建議呈現方式:教師講述故事並輔以簡報畫面。</p> <p>二、故事大綱</p> <p>小灰兔嚕嚕來到花園，不禮貌地對待花朵、蝴蝶和小鼯鼠兄弟。當嚕嚕帶了零用錢，進了超市要買泡泡糖，卻因為不禮貌一直無法買到泡泡糖。最後當嚕嚕終於學會禮貌，才順利買到泡泡糖。</p>	<p>故事內容 故事簡報</p>	<p>12分</p>
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、嚕嚕一開始用什麼樣的態度面對遇到的人？</p> <p>二、嚕嚕想要鼯鼠兄弟的泡泡糖時，他怎麼做呢？他的作法哪裡不對呢？</p> <p>三、嚕嚕到了超級市場為什麼買不到泡泡糖？後來又是怎麼買到的呢？</p> <p>四、在日常生活中，需要請求別人幫助，或是不小心冒犯別人時，要怎麼說，才能保持和氣又歡喜呢？</p>	<p>教學簡報</p>	<p>10分</p>
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我在班上常常和同學吵架，回家和哥哥玩遊戲也會因為不服輸吵了起來，大家都不喜歡跟我玩，我交不到好朋友，覺得很孤單。媽媽常跟我說，要和氣、有禮貌，但是我不覺得自己沒有禮貌。</p> <p>今天，老師告訴我一個小祕訣，那就是要把「請、謝謝、對不起」掛在嘴上，還要遵守遊戲規則，這樣別人才會喜歡跟我玩。我希望自己能做到老師教我的，讓大家都願意跟我玩。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>在生活中，如果能時時提醒自己「說好話、做好事」，對人和氣有禮貌，遵守團體中的規範，當個「有禮」且「講理」的人，大家都會喜歡和你相處喔！</p>	<p>教學簡報</p>	<p>5分</p>
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、請求協助要說「請」，接受幫忙要說「謝謝」，不小心冒犯別人要及時說「對不起」。</p> <p>二、遵守規範，不做違規的事。</p>	<p>學習單</p>	<p>5分</p>

## 附件:故事內容

### 嚕嚕和泡泡糖

清晨，迎著太陽甜甜的笑臉，小灰兔嚕嚕來到了花園；花園裡的蝴蝶花開得正艷，花兒們推著、擠著，好不熱鬧。

「嚕嚕，早上好！」一朵蝴蝶花很有禮貌地和嚕嚕打招呼；嚕嚕卻把頭扭向一邊，不理睬蝴蝶花。一隻花蝴蝶飛來，繞著嚕嚕跳起了優美的舞蹈；嚕嚕卻很不客氣的喝道：「走開！不要在我面前亂跳！」「對不起，我打擾你了！」花蝴蝶很有禮貌的飛走了。

這時候，小鼩鼠兄弟吹著泡泡糖從花臺旁邊經過，哥哥說：「多漂亮的泡泡糖啊！」「是呀，我從來沒有吹過這樣漂亮的泡泡糖呢！」弟弟回答說。他們在花台旁邊坐下來休息，快樂地吹著泡泡糖。嚕嚕看到鼩鼠哥哥的口袋裡還有幾個泡泡糖，便悄悄走了過去。「我也要吹泡泡糖。」嚕嚕邊說邊從鼩鼠哥哥的口袋裡拿了一個泡泡糖，放進嘴裡嚼了起來。

「你怎麼可以隨便在我的口袋裡拿泡泡糖呢？」鼩鼠哥哥歪著腦袋問。鼩鼠弟弟說：「是呀，你怎麼可以這樣沒有禮貌呢？如果你有點兒禮貌的話，我們是可以送幾個泡泡糖給你的。」「呸！」嚕嚕把嘴裡的泡泡糖吐到地上，生氣的說：「小氣鬼，只不過拿你一個泡泡糖，就說個沒完，我自己去買！」

嚕嚕回到家裡，帶著自己所有的零用錢出門。在路上，他聽到了百靈鳥婉轉的歌唱：「樹兒招手，鳥兒歡叫，風兒為我們送來陣陣花兒的清香。有禮貌的孩子啊，永遠是我們學習的好榜樣……」嚕嚕撇了撇嘴說：「誰說我沒有禮貌了？我有錢，就一定能買到泡泡糖。」

嚕嚕來到了超市，看到好多漂亮的泡泡糖擺在玻璃櫃裡。嚕嚕對超市的店員說：「喂！我要買東西！」店員詫異的望了一眼嚕嚕，但仍然面帶微笑的說：「小朋友，我不叫『喂』，叫我店員阿姨就可以了。你要買什麼東西，可以告訴我，我可以幫你拿。」「我不拜託你不行嗎？我有錢，我自己能買到。」嚕嚕不高興的說。可是，嚕嚕怎麼也拿不到泡泡糖。那些泡泡糖好像故意和嚕嚕玩捉迷藏似的，嚕嚕的手一伸過去，它們就迅速跑掉。整個超市裡的泡泡糖，都逃出玻璃櫃：有的爬到了超市的牆上，有的飛到了空中，有的躲到了店員的口袋裡，有的藏到了玩具箱裡；嚕嚕一個泡泡糖也沒有抓到，急得滿頭大汗。

「阿姨，您……您能……幫我拿一個泡泡糖嗎？」嚕嚕紅著臉，很有禮貌的對店員說。當嚕嚕說出了「阿姨」和「您」這兩個有禮貌的字眼後，那些泡泡糖都回到了原位。有一包泡泡糖來到了嚕嚕的手中，笑咪咪的說：「有禮貌的嚕嚕，我們願意和你交朋友，把我們帶回家吧！」



嚕嚕終於買到泡泡糖了！


「樹兒招手，鳥兒歡叫，風兒為我們送來陣陣花兒的清香。有禮貌的孩子啊，永遠是我們學習的好榜樣……」一路上，伴著百靈鳥的歌聲，嚕嚕快樂地吹起了七彩的泡泡糖。漂亮的泡泡飛到空中，排成了幾個大字：「我們都要懂禮貌！」

# 有禮、講理小天使

姓名：\_\_\_\_\_

家長簽名：\_\_\_\_\_

在生活中，我們常因事情不如自己所願，就對人怒目相視或口出惡言，其實，無禮的抱怨並不能讓事情獲得解決，有時還會讓事情變得更糟。如果能時時提醒自己「說好話、做好事」，對人和氣有禮貌，做事講道理，遵守團體中的規範，當個「有禮」且「講理」的人，就能如靜思語所說：「有禮的人，人見人歡喜；講理的人，人見人尊敬。」

從今天起，希望你每天做到下面各項，只要有做到的項目，就可將一顆愛心  塗上喜歡的顏色。

生活實踐							
項目	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
1. 請求協助，常說「請」。							
2. 接受幫忙，微笑說「謝謝」。							
3. 不小心冒犯別人及時說「對不起」							
4. 面帶微笑，理直氣和，好好說話。							
5. 遵守規範，不做違規的事。							
6. 玩遊戲時，遵守遊戲規則。							
7. 聽從父母指導，寫完功課再玩。							
8. 別人提醒我時，我能歡喜接受並感恩他。							

爸媽愛的叮嚀：\_\_\_\_\_

有禮的人，人見人歡喜；講理的人，人見人尊敬。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生活教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	吾愛吾班	主題內容	遵守規範	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 唐朝小栗子-多用心			教學時間	40分
靜思語	用心看，用心聽，用心做，終身都受用。				
單元目標	一、能培養做事多用心的好習慣。 二、能用心了解並遵守活動規範。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：30個地墊。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、情境說明 今天要帶大家勇闖迷宮，我們的前方是一大片森林，在裡面有一座大迷宮（地墊5*6格），迷宮中只有一條路可通行。走迷宮時，走對了老師不說話；走錯了，老師會舉牌。希望今天大家都能通過這座大迷宮。 二、活動說明 （一）1隊10人左右，全隊都要通過迷宮才算任務完成。 （二）一次只有一人當開路先鋒去走；走錯時要退回起點。 （三）任何人都可以當開路先鋒。 （四）有人在迷宮內，其他人不能說話、交談，否則舉牌。 （五）沒有人在迷宮內時則可以討論。 （六）教師統計全隊通過迷宮的總時間。 三、問題討論 （一）請問小隊有沒有成功通過迷宮？為什麼？ （二）過程中你們如何找到正確的路？ （三）怎麼做可以減少錯誤(被舉牌)的次數？				教學簡報 30個地墊	14分
<b>結語：</b> 生活中有一些需要遵守的事情，在做事的過程中，需要我們用心觀察、傾聽，才能將事情做好並做對。若能培養這個好習慣，在做許多事情時就比較容易成功喔！					
<b>貳、講述故事：多用心</b> 一、呈現方式:教師講述故事或影片播放。 二、故事大綱 小栗子在學校跟同學借錢忘記還，也忘了媽媽交代要買				故事內容 故事影片	12分

<p>的東西。最後，連學堂要繳交的心得報告，也是聽了就忘。於是方丈跟小栗子分享：「走路時，心要用在腳上；吃飯時，要用心吃飯；做任何事，都要一心一意的做。」</p>		
<p><b>參、省思：</b>  一、小栗子在學校和家裡發生了什麼事？  二、小栗子為什麼會忘記這些事情呢？  三、方丈告訴小栗子有哪些好方法，避免忘記？  四、你曾經因為沒有用心，而忘記物品或事情嗎？請分享。  五、遵守規範與多用心，有什麼關聯呢？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b>  我常常被媽媽提醒要收拾東西，有天還把學校要訂正的考卷夾在家裡的故事書裡，四處尋找不到，後來被爸爸處罰了；昨天跟同學在教室外玩遊戲時，也是邊跑邊叫沒有看前面，撞到旁邊的人，害自己跟他跌倒在地，膝蓋擦破皮。  今天聽了小栗子的故事，發現如果我走路用心，遵守規定，不要在教室走廊玩，就不會害自己受傷；如果用心整理東西，就不會常常惹爸爸、媽媽生氣，希望我能改掉這些不好的習慣。</p> <p><b>結語：</b>  事事用心，處處用心，時時用心，讓用心變成自己的好朋友，就能避免自己受傷，也能將事情做好、做對唷。</p>	教學簡報	3分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、用心了解班規的意義，並確實遵守。  二、會專心上課，說話時會先舉手。</p>	學習單	3分

## 附件：故事內容

### 多用心

小栗子做事不用心，之前有一次，他一邊吃飯一邊下棋，棋局下完，才發現自己因為下棋，只顧著吃菜，結果還剩下許多白米飯。還有一次，小栗子向胖胖借了五文錢，一直忘記還錢，後來胖胖忍不住請同學幫忙提醒，小栗子才趕緊還錢。同學跟小栗子說：「你的記性真的很不好，這樣很麻煩。」小栗子回答：「不會啊！我每天都很開心啊！」

小栗子放學回家，媽媽剛烤好地瓜，於是跟爺爺、小栗妹一起享用甘甜的地瓜。大家聊天時，媽媽突然想起，早上出門只記著買菜，忘了買米、油跟鹽了；於是媽媽請小栗子幫忙，快點去幫忙買，不然全家就沒有晚飯可吃。因爺爺表示願意陪他一起去，小栗子才勉強答應出門。

出發前，媽媽再次提醒：「要買油、米跟鹽喔！」小栗子覆述一遍後正要出發，媽媽突然又說：「順便再買點糖回來好了。」小栗子一聽埋怨媽媽越講越多，一邊催促著爺爺快走，擔心自己買不到。

兩人來到市集，爺爺和小栗子開心吃著糖葫蘆，爺爺問：「小栗子！我們的東西都買齊了嗎？」小栗子回答：「買油、買鹽、買糖，全買齊了！」爺爺再問：「應該沒忘了什麼吧？」小栗子確定地回答：「總共三樣沒錯，全買齊了！」

小栗子和爺爺回到家，媽媽正要洗米煮飯，媽媽問：「米呢？」爺爺才想起忘了買米，只記著買糖；媽媽表示：「爺爺記不住也就算了，小栗子呢？心不在焉！」小栗子說：「方丈也常說我心不在焉。」後來，媽媽覺得自己也忘記買米，不能怪小栗子，只是晚餐沒有飯可以吃，只能吃饅頭了。

隔天到學堂上課，摩詰請大家交讀書心得報告，小栗子才發現自己完全忘了這件事。於是，小栗子被方丈留在學堂補寫心得報告，小栗子寫著寫著哭了起來說：「最近忘記許多事情，擔心自己是不是生病了？有一天會不會連方丈也忘記了？」方丈安慰小栗子說：「你的腦袋很好，不用擔心，真正需要的是多用心。走路時，心要用在腳上；吃飯時，要用心吃飯；做任何事，都要一心一意的做。當下用心，守住念頭，心也就定了。」



## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主 軸	生活教育	冊 數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	吾愛吾班	主題內容	遵守規範	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 有禮不亦樂乎-作弊			教學時間	40 分
靜思語	行善要誠，處事要正，做人有信，待人要實。				
單元目標	一、能了解遵守規範的重要性。 二、能以誠正信實的態度待人處事。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：教學簡報、學習單等。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教 學 步 驟</b>				<b>教 具</b>	<b>時 間</b>
<b>壹、體驗：誰是智慧王</b> 一、活動過程 一個有秩序的班級，要訂定班級公約，讓同學們共同遵守，有了良好的生活規範，才能擁有好的學習環境，請同學們一起來想想：「同學的表現有哪些好的行為？有哪些不好的行為？現在我們要進行分組比賽。」 二、活動說明 (一)按照班上的組別分組比賽，請學生舉手說出哪些表現是好行為？哪些是不好的行為？ (二)老師將好行為與不好的行為分類，分開記錄於黑板。 (三)同學們說出一種好行為或不好的行為都得一分。 (四)看看那一組得到最多分。 (五)班級規範參酌：不遲到、不吵架、不打架、考試不作弊、不說謊、作業按時交、不要破壞公物 ..... 三、問題討論 大家都能說出同學的表現哪些行為是好的行為？哪些是不好的行為，現在老師有兩個問題請問大家： (一)好的行為對自己或他人有什麼好處？ (二)不好的行為受人歡迎嗎？應該如何改進？				教學簡報	10 分
<b>結語：</b> 這些好的行為，我們要在日常生活中確實去做，不好的行為一定要改正過來。時時提醒自己，開口要說好話，不說謊，不欺騙別人；做任何事要負責，講信用，說到就要做到，用真誠的心去對待身邊的每一個人。					

<p><b>貳、講述故事：作弊</b></p> <p>一、呈現方式：講述故事搭配影片播放</p> <p>二、故事大綱：</p> <p>曾巧和曾爸爸各自碰到困擾的事。曾爸爸想要舉發同事小范浮報公帳一事，但是又顧慮到小范平常為人負責，家中經濟又不好，如果因此而失去了工作，曾爸爸會過意不去；曾巧也想要報告老師，同學畢力行考試作弊，得到第一名的事情。他平常就很用功，可能有不得已的苦衷。最後，兩人的困擾，在雙方都展現了誠正信實的態度，獲得圓滿的結果。</p>	故事內容 故事影片	15分
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、曾巧發現什麼事？他為什麼沒有直接跟老師說？</p> <p>二、畢力行為什麼要作弊？你覺得作弊的行為對不對？為什麼？</p> <p>三、當做了不好的事情，感受如何？要如何避免再犯錯？</p> <p>四、當發現同學做錯事，你會怎麼做？</p>	教學簡報	7分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>這學期同學選我當小組長，負責收作業。有一天早上，當我在收小組作業時，發現明君坐在位子上低頭一直寫，原來他拿著隔壁同學的數學簿在抄寫答案，我沒有立刻把事情告訴老師，因為擔心把事情告訴老師，會被明明罵，也怕被同學討厭，但是一整天心情都不好。</p> <p>今天我看到故事中的曾巧和我一樣掙扎，但是曾巧後來勇於面對的態度，讓事情有了不同的結果。因此我認為當自己或同學做錯事時，都要誠實面對，才會得到改過的機會。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>以真誠的心來幫助別人，要用正當的行為來做事，不做不正當的事情。做人要講信用，對待別人要誠實不虛偽、不妄語。這些是做人做事的規範，每一個人都能遵守規範，就能讓自己與同學和樂相處。</p>	教學簡報	4分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、會遵守班規，不會趁沒人看到而違規。</p> <p>二、會說到做到，遵守信用。</p>	學習單	4分



## 附件：故事內容

### 作弊

就讀小學的曾巧，家境小康。從小父母就教導曾巧：不可說謊、為人要誠正、待人要信實。並以「身教重於言教」作為曾巧學習的榜樣。但最近曾巧和曾巧的爸爸(以下簡稱曾爸爸)各自碰到困擾的事……

曾爸爸想要舉發同事小范浮報公帳一事，因為要假裝沒發生這件事，他的良心會不安。但是又顧慮到小范平常為人負責又上進、人也很孝順，還要扶養家人，如果因此而失去工作，曾爸爸會過意不去，所以曾爸爸心裡很掙扎。

曾巧也決定要報告老師，畢力行考試作弊，得到第一名的事情。可是又想到畢力行只有跟媽媽一起辛苦生活，平常很用功，就算不作弊也可以得第一名。這一次會作弊，可能有不得已的苦衷。然而曾巧又聽到班上同學王鑫鑫以一分之差落居第二名，達不到王爸爸設定的目標，無法領養小狗，正為此傷心難過。所以，曾巧對於該不該舉發畢力行考試作弊的事，陷入兩難的情況。

曾爸爸看到兒子心情不好，就說要幫他解決問題、分擔煩惱，於是曾巧向爸爸說出心中的困擾。聽完曾巧的陳述，曾爸爸告訴曾巧：「不管什麼理由作弊就是不對。如果因為事不關己而不去提醒朋友做錯事，那對其他認真的同學來說是一件不公平的事，而且如果因此而讓朋友心存僥倖，那以後每一次都藉由作弊來提高自己的成績，那不是反而害了他嗎？所謂『勇敢』就是在對的時候，做對的事情。」但是曾巧還是不想出賣朋友，因此心中充滿矛盾。

沒想到第二天早上，曾巧決定要去報告老師時，畢力行已經去跟老師自首了，因為做壞事會良心不安，自己也會不好受。老師也因為畢力行是自己認錯，所以老師要畢力行管理圖書館一學期，並且每週推薦一本好書給同學，另外老師還去做家庭訪問，讓家長知道這件事。

另一方面，曾爸爸決定要私下去問小范浮報公帳的原因，如果小范真的遇到困難，曾爸爸願意幫助他。第二天下班，曾爸爸很高興，因為終於明白真相了。這幾天小范因為受不了良心的煎熬，所以一看到曾爸爸就向他坦白，全盤托出事情的真相。原來這個月小范他爸爸生病住院，現在又要支付住院費、營養費這筆額外開銷，對生活本來就很拮据的小范一家人，更是捉襟見肘。所以小范才會一時心急糊塗，做出浮報公帳的下下之策。曾爸爸向小范表示願意幫助他，先借錢給小范解決問題。借款可以分期付款償還，但是必須要付一點利息，因為做錯事就必須付出代價，而利息就是要小范每個月固定捐款給一些慈善單位。小范很感激曾爸爸在他良心不安又不知所措的時候，伸出援手幫他度過難關。並且承諾明天就向會計撤銷之前所浮報的帳目。

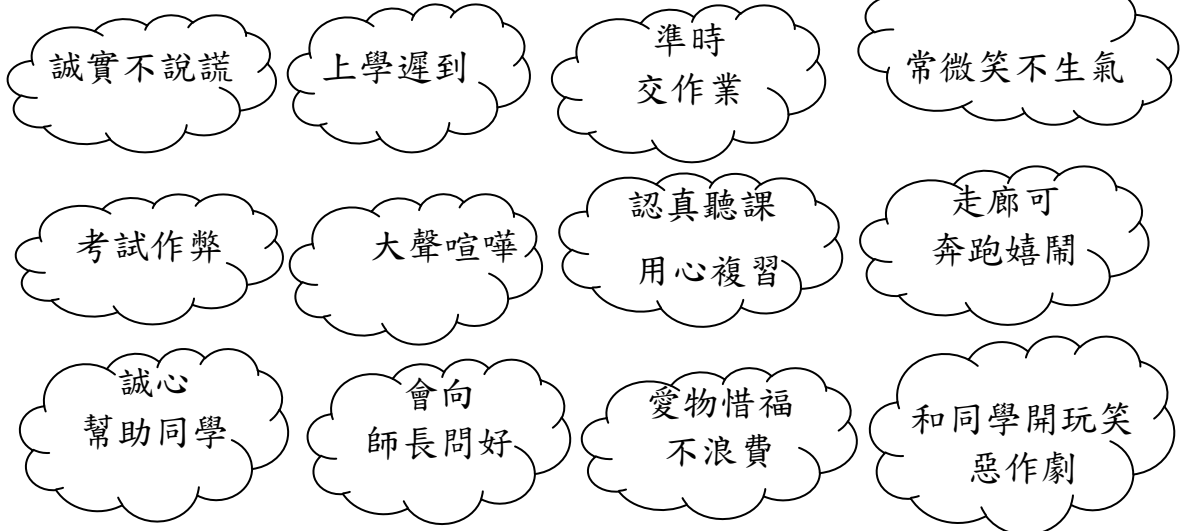
「做該做的事是智慧，做不該做的事是愚痴。」有些人往往因一念之差，以致選擇偏差的道路，而犯下過錯。犯錯者自己受良心不安的煎熬遠大於別人給予的指責。人人若能時時謹記，做事一定要秉持著正與誠的原則，而待人則要用寬與柔的態度。或許這才能實踐孔子所說的仁者、智者、勇者，最基本的前提。

# 我是智慧王

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

一、請小朋友想一想，以下有哪些行為是好的？哪些行為是不好的？

好的行為請塗上黃色，不好的行為請塗上藍色。



二、上面不好的行為中，想一想你自己有這些行為嗎？

如果有，和爸爸、媽媽一起討論要如何改進。

---

---

---

三、上面塗上黃色的好行為中，自己已經具備了哪些呢？要如何讓好行為繼續保

持呢？動動腦想一想，並寫下來。

---



---

師長愛的叮嚀：\_\_\_\_\_

---

靜思語：行善要誠，處事要正，做人有信，待人要實。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生活教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	吾愛吾班	主題內容	友愛同學	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	《慈濟月刊》471期 蕙質蘭心外籍配偶成長班 ◎原撰文／涂心怡			教學時間	40分
靜思語	時時面帶笑容，要別人笑，自己要先笑。				
單元目標	一、能養成時時面帶笑容的好習慣。 二、能與同學互相幫忙，相互勉勵。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：圓形紙板、教學簡報、學習單等。 二、學生方面(準備物品)：黑色筆一支。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：好臉色</b> 一、活動說明 (一)每人發給一張圓紙板當作臉龐。 (二)請學生依指令進行： 用色筆先在圓紙板上畫一道往下像彩虹的長弧線，接著在弧線下方畫兩個眼睛，最後在下方劃一道往下的短弧線。如圖： <div style="text-align: center;"></div> (三)請學生觀察畫好的臉，是一張什麼樣表情的臉？ (不開心的臉) 隨即轉動一下，馬上變成一張(開心)的笑臉。 <div style="text-align: center;"></div>				教學簡報 圓紙板 黑色筆	8分
二、問題討論 (一)你喜歡哪一種表情？為什麼？ (二)生活中如何保持好臉色呢？					
<b>結語：</b> 好臉色會讓別人喜歡接近你，所以要常常將笑容掛在臉上，讓自己擁有好臉色，也讓其他人看到了覺得開心。					
<b>貳、講述故事：讓笑容溫暖成形</b> 一、建議呈現方式：教師口述故事。 二、故事大綱：讓笑容溫暖成形 小安的媽媽從越南來到台灣和小安的爸爸結婚，因為中				故事內容	10分

<p>文不太好，怕別人笑，所以就不太敢開口和別人交談，漸漸地變得越來越不快樂，這樣的情形也影響到了小安。</p> <p>小安的導師發現小安不但缺乏自信，也不太敢與同學互動。後來在其他老師、與參與慈濟「蕙質蘭心外籍配偶成長班」的新住民媽媽們的幫助下，小安的媽媽參加「蕙質蘭心外籍配偶成長班」，讓自己更能適應臺灣的生活。</p> <p>小安看見媽媽的努力，也下定決心要主動和同學打招呼，他發現，同學漸漸地會主動跟他說話。導師看到小安的轉變，就將小安寫在聯絡簿的話，分享給小安的媽媽：「笑容是一個神奇的魔法，讓我認識好多朋友！」</p>		
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、小安的媽媽遇到了什麼困難？</p> <p>二、小安做了什麼改變，讓他交到許多朋友？</p> <p>三、當小安不敢主動和同學說話時，若你是小安的同學，你會怎麼做？</p> <p>四、小安說：「笑容有神奇的魔法」，面帶笑容的好處是什麼？</p>	教學簡報	10分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>每次見到鄰居，哥哥都會打招呼，剛開始我總是躲在哥哥後面，但是哥哥總是會叫我要打招呼，讓我慢慢養成打招呼的習慣。</p> <p>這次老師教了靜思語：「時時面帶笑容，要別人笑，自己要先笑。」之後，每天早上洗臉刷牙時，我都會對著鏡子練習微笑。我和媽媽分享，媽媽說我很棒，說老師給我們的學習單裡要做到的事項，是要讓我們養成有禮貌的好習慣，我真的做到了，覺得很開心。現在每次和鄰居打招呼，我都會面帶微笑，讓別人開心，自己也覺得很開心。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>我們和人互動時，能面帶笑容，主動問好，就會讓對方覺得很開心，並且樂意和我們做朋友。所以，希望交到好朋友，自己要先對他人微笑、友善。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、常面帶微笑，讓自己與他人擁有好心情。</p> <p>二、會主動跟人打招呼。</p>	學習單	7分

## 附件：故事內容

### 讓笑容溫暖成形

小安的媽媽生長在離臺灣很遠的國家「越南」，她來到台灣和小安的爸爸結婚，但因為中文不太好，又有一種特殊的腔調，怕別人笑，所以不太敢開口和別人交談，漸漸變得越來越不快樂，以前的笑容也慢慢不見了，這樣的情形也影響到了孩子小安。

當小安進入學校讀書時，導師林老師發現小安不但缺乏自信，也不太敢與同學互動。而小安的媽媽中文不太好，所以林老師無法與她直接討論小安在學校的生活情形。林老師不斷地思考怎麼幫助小安，同事彭老師知道後，便將慈濟開設的「蕙質蘭心外籍配偶成長班」課程介紹給林老師，說明課程內容能讓從國外來到臺灣的新住民更了解台灣。

於是林老師偕同彭老師，與一位也是從越南到臺灣，並已經參與「蕙質蘭心外籍配偶成長班」的張太太跟小安的媽媽分享：「以前我覺得大家好像都不喜歡我，每次跟他們說話都不理我，還會在我背後說閒言閒語……有時忍不住就會很生氣，還曾經跟鄰居對罵過。但我現在不會了，因為上課時，老師教我：『人就像一面鏡子，要別人笑，自己就要先笑！』自從我改變了，我的家庭也變得更快樂。」

因為「有快樂的媽媽，才有快樂的孩子；有快樂的太太，才有快樂的先生，快樂的家庭」，這句話打動小安的媽媽參加「蕙質蘭心外籍配偶成長班」，希望能更適應臺灣的生活。

小安看見媽媽的努力，也開始主動和同學打招呼，雖然他還是會害怕，每次跟同學微笑後，就低下頭不敢說話。但他發現，同學漸漸地會主動跟他說話，也會在他低下頭時，走近他身邊笑著跟他打招呼。林老師看到小安的轉變，就將小安寫在聯絡簿的話，分享給小安的媽媽：「笑容是一個神奇的魔法，讓我認識好多朋友！」小安媽媽看到後說：「這就是成長老師教的話『時時面帶笑容，要別人笑，自己要先笑。』好有用唷！」

# 你今天笑了沒？

姓名：\_\_\_\_\_

你每天有做到的事項，請在表格中畫上笑臉。

連續幾天持之以恆，當微笑變成一種習慣，笑容常掛臉上時，

你就會是一個很受人喜愛的孩子。

事項 \ 天數	一	二	三	四	五	六	日
1. 早起刷牙、洗臉時，給自己一個微笑。							
2. 看到家人會微笑問候。							
3. 帶著愉快的心情用餐。							
4. 看到同學笑著打招呼。							
5. 看到老師笑著問候。							
6. 看見認識的人會微笑打招呼。							
7. 接受別人幫忙會微笑道謝。							
8. 就寢前會向家人道晚安。							

靜思語：時時面帶笑容，要別人笑，自己要先笑。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生活教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	吾愛吾班	主題內容	友愛同學	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	慈濟基金會:慈濟全球資訊網— 上人說故事 猛虎與野干			教學時間	40分
靜思語	發脾氣，將使智慧無法增長。				
單元目標	一、能學習和同學相處的好方法。 二、能以正確的方法表達心情。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品):三十公分長毛線,參與學生每人二條。 二、學生方面(準備物品):無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)請將要發給學生的毛線，其中一條打上數個結，讓它纏繞在一起；一條打上蝴蝶結。 (二)先發給打上蝴蝶結的毛線，讓學生先解開蝴蝶結。 (三)發下纏繞數個結的毛線，限時三分鐘，請學生解開。 二、問題討論 (一)請問你在解開蝴蝶結時，是否順利？ (二)請說一說解不開繩結時，你會不會生氣？ (可邀請最早解開和無法解開的小朋友分享)				教學簡報 毛線	10分
<b>結語：</b> 每個結就好像我們每天會遇到的事情，有時很好處理，有時又非常難解決，當遇到麻煩時，容易引起緊張、煩惱，甚至是生氣，讓頭腦變得不聰明，無法冷靜判斷，智慧就沒辦法增長。					
<b>貳、講述故事：猛虎與野干</b> 一、建議呈現方式:教師口述故事。 二、故事大綱 深山裡有兩隻猛虎，一隻叫善牙，一隻叫善博，感情很好，每天都一起出去獵食。他們的後面常跟著一隻奸詐的野干，以撿食猛虎吃剩的獵物維生。 野干非常懼怕猛虎的力量，故意破壞牠們的感情。後來，猛虎將生氣的情緒冷靜下來後，化解了一場紛爭，讓山林恢復平靜。				故事內容	10分
<b>參、省思：</b> 一、野干在善牙和善博間做了什麼事情呢？				教學簡報	10分



<p>二、善博和善牙為什麼沒有打起來呢？</p> <p>三、如果你遇到像野干這樣的人，你會如何處理呢？</p> <p>四、與朋友吵架時，你覺得生氣是否能解決問題？怎麼做會比較好？</p>		
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我的朋友很少，因為大家都覺得我愛生氣、又兇巴巴。老師和爸爸、媽媽常提醒我，要笑口常開，不要隨便發脾氣。但是每次心情不好時，我就忘了，又會對人發脾氣。</p> <p>今天聽了猛虎與野干的故事，發現脾氣不好，很容易就做錯事。我一定要修正自己的脾氣，讓同學喜歡跟我做朋友，成為人見人愛的好孩子。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>我們不要做一個挑撥是非的人，而當自己聽到不好的話時要冷靜下來，不要馬上亂發脾氣，要照顧自己的心念，用智慧選擇做對的事情。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、心情不好時，會深呼吸平穩自己的情緒。</p> <p>二、不會亂發脾氣，開口罵人。</p>	學習單	5分

## 附件：故事內容

### 猛虎與野干

深山裡有兩隻猛虎，一隻叫善牙，一隻叫善博，感情很好，每天都一起出去獵食。他們的後面常跟著一隻奸詐的野干，以撿食猛虎吃剩的獵物維生。

野干雖然依附猛虎而生，卻非常懼怕牠們的力量，經常思量：「一隻猛虎就力大無窮，兩隻猛虎在一起更是力不可擋，一定要想辦法離間他們，否則一旦有什麼閃失，說不定自己的性命都不保。」

有一天野干靈機一動，就對善牙說：「我好心告訴你一件事，但是你不能傷害我。」善牙說：「我怎麼會無故傷你？放心告訴我吧！」野干附在善牙耳邊說：「善博平時看起來和你要好，不過私底下，我聽到很多動物都說，善博常向大家宣告：『你不如他，他的形、色、毛、力等等都比你強。』」善牙就將這段話聽進心裡。不久，野干又跑去對善博說：「善牙對你很不敬，在我面前說你很多壞話，還說你有很多地方不如他。」善博也將這番話放在心裡。

兩隻老虎再度碰面時，由於野干的離間而怒目相視，善牙心想：「應該要先下手為強，比比看誰的力量大。」於是善牙先出手要打善博。善博並沒有立即還手，而是選擇退避。善牙不甘休，責罵善博：「你憑什麼在獸群中，說我樣樣不如你？」善博聽了，雖然憤怒難耐，可是還保有一點冷靜，想著：「不對，我並沒有罵善牙，為什麼他會這麼說？」眼見善牙又要打他，善博趕快退後，並且說：「你冷靜一點，其實我也聽說你親口告訴野干，我處處不如你，還用種種惡毒的話罵我。」善牙這時也停下手：「奇怪！我也是聽野干說的，而且我並沒有罵過你呀！」

善博又對善牙說：「在山林中，我們的力量比其他獸類強，絕對不能有衝突；否則不但兩敗俱傷，還會鬧得山林不安。你和我都是聽他說的，可見其中必有蹊蹺，我們應該要保持冷靜。」

猛虎雖擁有衝動的血氣，但是若能冷靜思考，便可化解爭鬥，避免動盪不安的災禍。


# 我是小小智多星


年 班 號 姓名


親愛的小朋友：

智多星是指最聰明、最有智慧的人，你想不想成為人人稱讚的智多星呢？請趕快跟著老師一起來闖關，如果你能完成下列闖關活動，保證你增長智慧，人見人愛喔！


第一關：喝三杯智慧的水 （做到請打勾）


（      ）有人不小心弄壞了我的東西，我不生氣。


（      ）自己不小心弄丟了東西，我會仔細找一找，不會亂發脾氣。

（      ）有人說我的是非，我會自己想一想是不是真實，不會責怪別人。

第二關：摘三顆智慧的星 （做到請打勾）

（      ）我不小心弄壞了別人的東西，會立刻向他說對不起，並想辦法解決。

（      ）如果有人對我不禮貌，我會冷靜忍耐一下，不會亂發脾氣。

（      ）我聽到別人說是非，會自己想一想是不是真實，不會再說給其它人聽。

**靜思語：發脾氣，將使智慧無法增長。**

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生活教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	吾愛吾班	主題內容	友愛同學	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 《慈濟道侶》441期—飛天白象			教學時間	40分
靜思語	見人成功或行善，要歡喜讚歎。				
單元目標	一、能了解肯定他人的力量。 二、能學習欣賞同學的特點。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：回收的白紙。 二、學生方面(準備物品)：筆					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：「愛的報報」</b> 一、活動說明 (一)發給學生每人一張回收的白紙。 (二)請學生想一想，班上某位(或多位)同學的優點或曾看到同學的好行為，將它寫在紙上，再寫出你想對他(她)說的一句讚美的話。 (三)請學生將這份愛的肯定與讚美，送給同學。 二、問題討論 (一)你喜歡別人對你說讚美的話，還是批評的話？ (二)你會常常對周圍的同學或家人說讚美的話嗎？還是放在心裏沒有表示？ (三)當別人對你說出讚美的話語，你會如何回應他？ (四)請分享你如何去讚美別人(可分享具體實例)？ 心中的感覺又是什麼？				教學簡報 回收白紙 筆	10分
<b>結語：</b> 每個人都有優點也有缺點，如果能夠牢牢記住對方的優點，學習對方的好，這樣我們的品德才能向上提升，所以當看到他人表現良好，可以給予他肯定與鼓勵，並學習他的優點。					
<b>貳、講述故事：</b> 一、建議呈現方式：教師講述故事並輔以簡報圖片。 二、故事大綱： 國王飼養了一群象，其中有一頭白象，十分特別，任何人看見牠，都會打從心底喜歡。白象在馴獸師的照顧下慢慢				教學簡報 故事內容	10分

<p>長大，這一年，舉辦大型慶典，國王騎著白象遊街，大家的目光和讚美都落在這頭白象身上，國王心生嫉妒；因此國王對白象百般刁難，最後失去這頭白象。</p>		
<p><b>參、省思：</b>  一、國王為什麼會討厭、忌妒大象？  二、國王以什麼樣的方法刁難、考驗大象？  三、如果你是國王，你會用不一樣的方式對待大象嗎？  四、如果好朋友表現比自己好，你會如何表示？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b>  我知道讚美別人是一件好事，我覺得班上邱同學做事很認真，我想對他說一句讚美的話是：「你很棒！」，還有一位黃同學他打籃球很厲害，我讚美過他，他很高興，而且我覺得我自己也很棒，可以讚美別人讓人家心情快樂起來，就像是做了一件善事。  當黃同學數學不會的時候，來找我，請我教他，我都會熱心的教導他，他學會了之後，很高興的感謝我，說我好厲害。我好高興能幫他的忙，因為我常常讚美他球打得好，他也常常說我數學棒，我們互相感謝和讚美對方，從對方身上學習。</p> <p><b>結語：</b>  能看見、欣賞別人的優點，並且給予讚美、肯定的話語是最棒的小朋友。當別人稱讚自己時，能謙虛有禮的回應，不驕傲，就是懂事有禮的孩子。</p>	教學簡報	7分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、看到表現優秀的同學會給予讚美。  二、別人的優點我願意請教他，並向他學習。</p>	學習單	5分

## 附件：故事內容

### 飛天白象

很久很久以前，摩伽陀國的國王飼養了一群象，其中有一頭白象，有著柔細、充滿光澤的毛髮，全身像被包裹在一張白色的毛毯中，十分特別；任何人看見牠，都會打從心底喜歡。這頭象既聰明、又有智慧，因此國王將牠交由馴獸師特別照顧。馴獸師不僅照顧白象的生活起居，還用心教導牠，於是白象與馴獸師越來越有默契。時間一年年過去，白象在馴獸師的照顧下慢慢長大，而且愈大愈得人疼愛。

這一年，摩伽陀國舉辦大型慶典，國王希望能騎著白象遊街。馴獸師將白象清洗得很乾淨，還為牠配戴上華麗的裝飾品；又在象背上披上一條純白的毯子，讓國王能舒服地乘坐其上。

國王騎著白象來到城外，民眾驚喜見到國王到來，又見到這頭罕見的白象，不由得聚攏過來，將國王和白象團團圍住，興高采烈地讚歎：「這頭白象，不論是象鼻、象腳、象背、象頭……實在是太漂亮了！」於是「象王！象王！」的呼聲四起。

當全國人民的目光和讚美都落在這頭白象身上，騎在象背上的國王便顯得遜色無光。國王的內心很不平衡，他嫉妒這頭白象，怨怒牠將所有的光彩都搶走了。在騎象繞行一圈之後，便急急返回王宮，立即召見馴獸師。

國王問馴獸師：「這頭象有什麼特殊的功夫、技藝嗎？」馴獸師恭敬地回答：「不知道國王指的是哪一方面的技藝？」國王說：「這頭象能不能在山頂或是斷崖邊展現特技呢？我希望明天能在國境的懸崖邊欣賞白象的精彩表演。」

隔天，馴獸師依約將白象帶到國王指定的地點，一個地勢非常險要的地方。國王說：「這頭象能在斷崖邊表演三腳站立嗎？」；「這很簡單！」馴獸師騎在象背上，輕聲地對白象說：「來！用三隻腳站立！」果然，白象就縮起一腳來。國王又說：「牠能兩腳懸空嗎？」

「可以！」白象在馴獸師的指示下，聽話地縮起兩腳站立。「能不能三隻腳懸空，只用一腳站立？」馴獸師聽到國王的命令，心裏頓時明白，國王是存心要置白象於死地。他仔細地叮嚀白象：「你慢慢地縮

起三隻腳，用一腳站立，要很小心才行！」這頭白象謹慎地將三腳懸空，只用後腳站立。國王愈看心裏愈不平衡，就對馴獸師說：「牠能把後腳也縮起來，全身懸空嗎？」

馴獸師聞言，悄悄地對白象說：「國王存心要你的命，這裏已經不是我們能待的地方了。為了避免我們的生命遭受威脅，你能騰空飛越懸崖，到達對岸嗎？」話才說完，白象果真將原本立於地上的最後一隻腳懸空，載著馴獸師騰空而起，平穩地飛越懸崖，進入鄰近的波羅奈國。

波羅奈國的百姓看到有頭白象騰空而來，不禁歡聲雷動：「怎麼會有這種奇蹟？這真是不可思議！」波羅奈國的國王得到通報，從宮殿中走出來；他抬頭一望，天空中果然有一頭白象在飛翔……

「如果我的國家有福，能獲得你帶來的歡喜、幸福，就請你在我的國土上降落。」馴獸師聽到國王誠摯的邀請，便讓白象平穩地降下。

國王靠近白象，伸手撫摸牠柔軟、光滑的毛，顯得非常高興。他問馴獸師：「你從那裏來？為什麼會到我的國家？」馴獸師將方才在懸崖對岸發生的事情，一五一十地告訴波羅奈國國王。國王聽了很感慨：「人類是萬物之靈，為何無法明辨是非，要與一頭象計較？為何要因為嫉妒，而設計奪取這頭象的性命呢？」國王邀請馴獸師和白象進宮，讓他們受到妥善的照顧。白象和馴獸師為了感謝國王的知遇之恩，便全心全力為這個國家效命。


人生的快樂、世界的平安，都繫於人心；人安、事安，人無爭、事無爭，才能達到祥和快樂的目標。調適心念很重要，人人相互禮讓，人事一定圓滿；看見別人有所成就，能起歡喜心，讚歎他人，就不會因嫉妒而起煩惱心，做出違背良知的事。


# 說讚小天使


親愛的小朋友：

姓名：\_\_\_\_\_

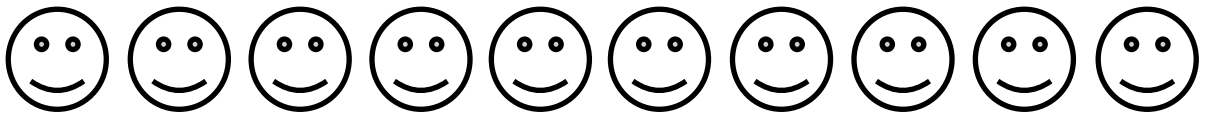
(一) 上完這一課後，你覺得自己可以做到下面那些事呢？請你在愛心中打√，並且努力實踐一個禮拜！

 同學在做好事時，我會鼓勵他，也會幫助他

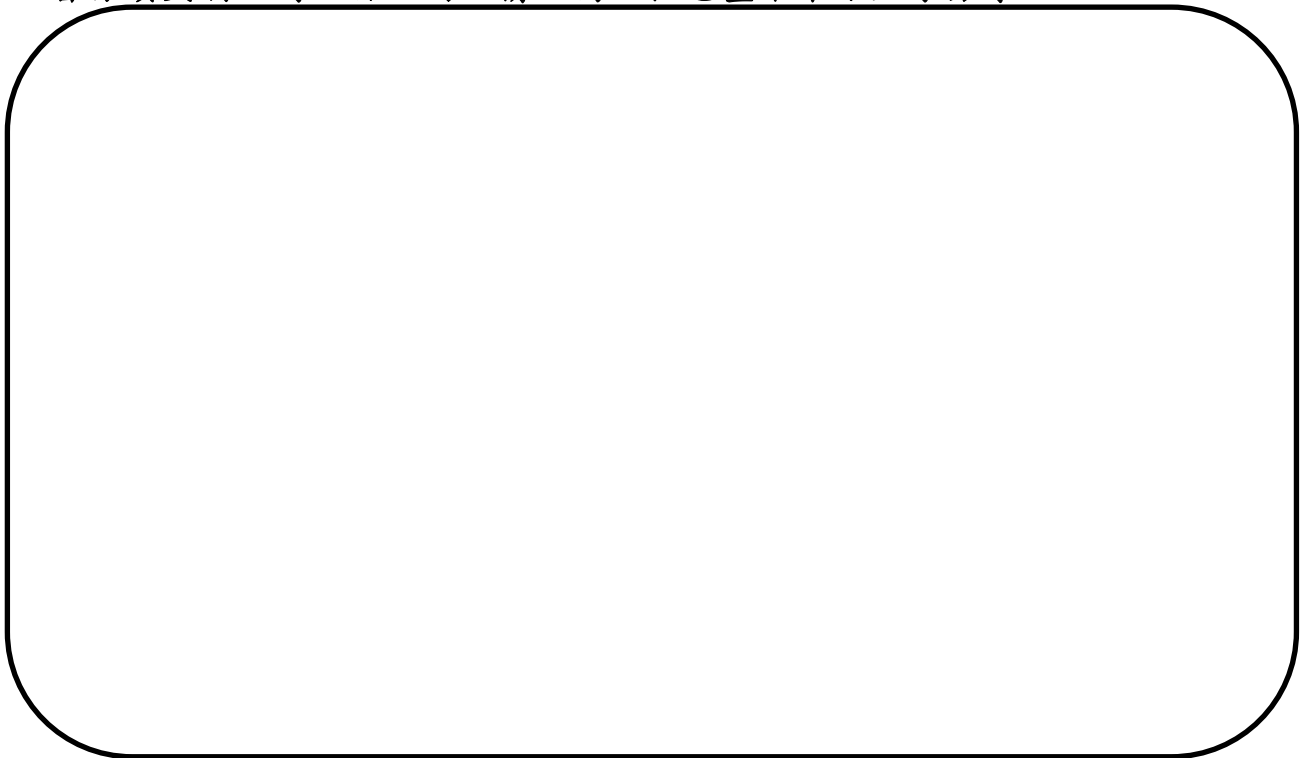
 同學表現很好時，我會開心的給他掌聲！

 每天讚美身邊的人，當一個說讚小天使！

(二) 經過了一個禮拜的努力，你覺得自己有沒有進步呢？每個笑臉 10 分，請幫自己的表現打分數，並在笑臉塗上顏色。



當你讚美別人時，自己的心情如何？把它畫下來跟大家分享。



靜思語：見人成功或行善，要歡喜讚歎。



## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生活教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	吾愛吾班	主題內容	友愛同學	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 唐朝小栗子—幽默大師			教學時間	40分
靜思語	皺眉和微笑都是一個動作表情，何不微笑？				
單元目標	一、能養成時時面帶笑容的好習慣。 二、能與同學相親相愛，互相幫忙，相互勉勵。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：教學簡報、學習單等。 二、學生方面(準備物品)：鏡子。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)每位學生拿出一面鏡子，聽老師的口令做出笑臉、生氣的臉或哭臉等。 (二)請同學兩兩面對面，聽老師的口令做出笑臉、生氣的臉、哭臉等。 二、問題討論 (一)請分享看到笑臉、生氣的臉、哭臉時的心情如何？ (二)請分享，最喜歡哪個表情？為什麼？  <b>結語：</b> 我們都喜歡別人對我們展開笑臉，但是，想一想，平時我們有對身邊的同學和家人微笑嗎？雖然皺眉和微笑都一樣，只是一個表情動作，可是帶給別人的感受卻完全不同。記得常常展開笑容，帶給身邊的人美好的心情。				教學簡報 鏡子	8分
<b>貳、講述故事：幽默大師</b> 一、建議呈現方式：可用講述故事或影片播放的方式呈現。 二、故事大綱： 大言忘了帶小栗子的燈籠來學堂，讓小栗子沒辦法給方丈打成績，又被扣分，小栗子非常生氣，整天心情都不好。方丈告訴他要學會消化自己的情緒。他回家後看到爺爺用說故事方式吸引小栗妹把飯吃完，找到面對不開心的方法。 隔天，小栗子在地上撿到一隻毛筆，便擅自使用，後來大言很生氣說，小栗子偷他的筆。原本想發脾氣的小栗子想到方丈說的話、爺爺說的故事，就改變心情變魔術給同學看，				故事內容 故事影片	12分

解決了這個紛爭。		
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、小栗子為了什麼事而生氣？</p> <p>二、小栗子生氣時，得罪哪些同學？</p> <p>三、小栗子如何轉變自己的情緒？</p> <p>四、當同學讓你生氣時，你要如何改變心情？</p>	教學簡報	10 分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>今天早上，上學時，我因為動作太慢，而遲到了，被同學取笑，所以整天心情都不好，也不想跟同學玩。但是看同學們玩得很高興，其實我也想跟他們一起玩，又怕他們不讓我玩。之後老師上了這堂課，告訴我們：「皺眉和微笑都是一個動作表情，何不微笑？」下課後，我不再用生氣的臉對人，並主動找同學們玩，大家都玩得很開心。原來只要改變一下心情，就能變得很開心，同學也會喜歡跟我一起玩。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>當我們心情不好時，可以學著先深呼吸，讓自己靜一靜；與人相處時，若因為一時不開心，而說出讓朋友傷心的話，一定要整理好自己的心情，帶著笑容主動與朋友和好，這樣別人也會對我們露出燦爛的笑容喔！</p>	教學簡報	5 分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、遇到不開心的事時，要多替別人著想。</p> <p>二、會面帶笑容，和他人打招呼。</p>	學習單	5 分

## 附件：故事內容

### 幽默大師

大言忘了帶小栗子的燈籠來學堂，讓小栗子沒辦法給方丈打成績，而被扣分，小栗子非常生氣，整天心情都不好。其他同學找他玩，他都口氣不好、臉色不好，方丈告訴他：「要學會消化自己的情緒，不然自己和身邊其他人都會不開心。」

他回家看到爺爺在餵小栗妹吃飯，已經餵了一個多小時還沒餵完，小栗妹就不肯吃了，爺爺想了一個辦法，用說故事的方式吸引小栗妹把飯吃完，解決小栗妹吃飯的問題。小栗子從過程中發現，爺爺面對小栗妹不吃飯的問題，不是用責備的方式，而是用其他有趣的方法解決。小栗子覺得自己下一次碰到問題，或許除了生氣外，還能用其他方式解決。

隔天小栗子到學校在地上撿到一隻毛筆，就擅自使用，原來這是大言丟掉的筆，大言很生氣地說小栗子偷他的筆，原本想發脾氣的小栗子想到方丈說的話、爺爺說的故事，於是改變心情變魔術給同學看，同學都很開心，大言也不生氣了，將筆借給小栗子用，解決了紛爭。

# 友愛同學

班級：

姓名：

親愛的小朋友：

故事中的小栗子以幽默方式化解跟同學之間的吵架，請你想

想之前跟同學吵架時的經驗，該如何解決比較好呢？

吵架原因	吵架後如何對待	有沒有和好	和好的原因	如何避免吵架

靜思語：皺眉和微笑都是一個動作表情，何不微笑？

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	品格教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	謙恭有禮	主題內容	謙恭待人	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 唐朝小栗子—如何面對批評			教學時間	40分
靜思語	要當鑽石，自我磨練；莫當粗石，處處磨人。				
單元目標	一、能以謙恭有禮的態度與他人相處。 二、面對批評能自我警惕與虛心檢討。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：腳底按摩墊(兩塊)。 二、學生方面(準備物品)：無					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)將學生分成兩組，並脫下鞋、襪。 (二)兩組學生全數走過腳底按摩墊。 二、問題討論 (一)在按摩墊上的感覺如何? (二)為什麼每個人的感受不同?  <b>結語：</b> 透過這個活動，能了解大家對腳底按摩墊的感覺都不同，有的人覺得按摩墊的顆粒，刺得腳很痛；有的人覺得雖然不平，但知道，可以增進身體健康，所以能夠接受。其實這與我們日常與人相處的道理一樣，當我們所做的事情或所說的話，像粗粗的顆粒一樣，就會讓別人覺得很不舒服、不喜歡，所以我們自己要避免成為讓人不舒服的石頭。此外，當我們遇到別人所說的話，讓你不開心，我們可以將它當作按摩墊的顆粒一樣，刺激穴道，幫助我們磨練，而能更強壯。  <b>備註：</b> 教師可先說明腳底按摩墊對健康之功效，與行走在上面刺激穴道，會有痠麻的感覺，讓學生有心理準備。				教學簡報 按摩墊	10分
<b>貳、講述故事：</b> 如何面對批評 一、建議呈現方式：播放影片 二、故事大綱 小栗子因擔任學校班長，必需督導同學的打掃工作，因而和蔣大言產生了衝突。蔣大言認為擔任班長的小栗子為人驕				故事內容 故事影片	12分

<p>傲，處事不公平，因此常以尖銳的語言與小栗子說話，讓小栗子感覺很受傷，甚至不想再去上學。後來經過方丈與同學的鼓勵開導，以及蔣大言自己主動的反省、道歉後，終於解開心結，雙方合好。</p>		
<p><b>參、省思：</b>  一、小栗子遇到什麼樣的問題？  二、大言對於小栗子的要求，為什麼都無法配合？  三、大言與小栗子之間的態度需要修改嗎？為什麼？  四、你想當鑽石，還是粗石？為什麼？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b>  上完這堂課，我想要當鑽石，會越來越光亮，而不要當會讓人不舒服的粗石。因為我覺得當粗石，會讓人不舒服，就像走按摩墊時，腳會痛；而當鑽石，則是接受到別人不好的語氣或態度時，不會生氣、難過，反而會越來越進步。</p> <p><b>結語：</b>  當我們面對他人批評或指責的時候，我們要先自我檢討，若有錯就改進；若沒有錯，就將它當做是讓你成為鑽石的磨石，會讓你越來越堅強與勇敢。然而，我們也要自我警惕，不要說出或做出會令他人感到難過、受傷的言語與行為。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、會以正向思考，面對他人之批評。  二、會以謙恭溫和的態度，與他人相處。</p>	學習單	5分

## 附件:故事內容

### 如何面對批評

同學們在學校做打掃工作，小栗子因為擔任班長，必需督導同學進行打掃工作，檢查同學的工作是否做好。他發現阿喜的窗戶擦得不夠乾淨，阿喜向他抱怨是蔣大言掃地掃得太重，弄得到處都是灰塵，才讓她的窗戶擦不乾淨。於是，小栗子提醒蔣大言，掃地要輕一點，以及沒有掃乾淨的地方。可是蔣大言卻認為小栗子是在挑他的毛病，不但不理會小栗子，還很不客氣的說：「當班長了不起啊！」也不理會其他同學的勸阻，更表明自己並沒有選小栗子當班長，不欣賞小栗子。

後來，小栗子檢查戶外的打掃區域，發現落葉都沒有掃乾淨，掃落葉的同學告訴小栗子是因為風大，無法將落葉集中處理，小栗子了解他們的困難，同意他們不用再費心跟風競爭掃落葉，等風停了再掃。此時蔣大言與阿喜要倒垃圾，正巧經過，知道這件事後，蔣大言認為雖然風大，還是應該要掃，如果他們可以不掃地，他也不要倒垃圾。蔣大言認為擔任班長的小栗子為人驕傲，處事不公平，兩人因此發生激烈的口角衝突，讓同學們都很擔心。




有次下雨天，地上濕滑，小栗子要把同學們的作業簿拿回教室發，卻不小心在路上滑倒，所有的作業簿中，只有蔣大言的簿子弄髒了。小栗子很誠懇地向蔣大言道歉，並表示要幫他清潔簿本，可是蔣大言不接受小栗子的道歉與清潔簿本的提議，即使方丈幫小栗子解釋，蔣大言還是無法接受。小栗子感覺很受傷，他自認對蔣大言很好，可是卻遭到蔣大言這樣的對待，心情很難過，不想再去上學。






















小栗子的媽媽與爺爺，還有同學們都努力的安慰、鼓勵他，讓他了解做人、做事不可能讓每個人都滿意與認同。最後，經過方丈的開導，蔣大言自己主動反省與道歉後，兩人終於解開心結、合好。

# 亮麗鑽石加工廠

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班\_\_\_\_\_號姓名\_\_\_\_\_

親愛的同學，歡迎來到「亮麗鑽石加工廠」！經過本廠的磨練後，你將能從「粗石」升級為「鑽石」喔！本廠有三道工程，請依序並切實完成，則鑽石完成之日，很快就將來臨。敬請期待！

**工程一**：行三好(1)  → 心想好意。(2)  → 口說好話。(3)  → 手做好事  
做到三好，請在該天的圖案中打V。

項目	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
第一週							
第二週							
第三週							

本月小計：每個V得1分，共得\_\_\_\_\_分(滿分63分)

**工程二**：自我反省—是否能以正向思考，面對他人的批評。

項目	別人的批評	我的正面思考
1		
2		


本月小計：每個記錄得4分，共得\_\_\_\_\_分(滿分16分)

**工程三**：自我反省—是否能以謙恭溫和的態度，與他人相處。

	我對他人不好的言行舉止	我覺得應該怎麼做會更好
1		
2		

本月小計：每個記錄得4分，共得\_\_\_\_\_分(滿分16分)

※※※完成三項工程的同學，再加**5**分！※※※※

恭喜你完工了！經過本廠的加工磨練，你晉升為鑽石的成績是→  (請填入總分)

靜思語：要當鑽石，自我磨練；莫當粗石，處處磨人。



## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	品格教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	謙恭有禮	主題內容	謙恭待人	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會:唐朝小栗子-難過			教學時間	40分
靜思語	多原諒人一次，就多造一次福。把量放大，福就大。				
單元目標	一、能放寬心胸，與他人和諧相處。 二、能原諒他人無心之過。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品):每組積木*10、小白板*1、白板筆*1(或白紙*3) 二、學生方面(準備物品):彩色筆。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、學生4-5人一組，每組發給10塊積木。 二、教師詢問學生，生活中若遇見以下的衝突事件，會怎麼處理？請進行小組討論，將可能採取的想法與做法寫下來，計時5分鐘。 (一)同學弄壞了我心愛的物品(如:自動筆、鉛筆盒、水壺或簿本)，使我很傷心。 (二)同學用不好聽的話罵我，使我很生氣。 (三)同學誤會我，讓我覺得很委屈。 三、各組的積木代表福氣，若是正向的思考方式、言語與行動來回應事件，就可以得到一塊積木，做為蓋福氣高塔的建材。反之則須交出一塊積木，代表損失了一份福氣。 四、全班共同討論各組回應的方式，並決定該組是否能獲得福氣積木或損失福氣積木。 五、各組回答後，分別建造福氣高塔，看哪一組最高。				教學簡報 小白板、 白板筆、 積木	15分
<b>結語：</b> 與他人相處發生問題時，我們要先冷靜才能有智慧解決。如果情緒馬上隨之起伏，可能做出的反應會讓自己與對方都不開心。所以，當我們能靜下來，以好的態度與想法來解決，一來能讓自己把心量放大，二來自己與他人都會覺得開心。					
<b>備註：</b> 教師可先蒐集班上的衝突事件，如此學生討論時會更有感受與聚焦。此外，低年級的學生進行討論與發表時需要比較多時間，教師需掌握時間，並引導學生思考除了「報告老師」					

<p>的方法外，是否還有其他解決的方法。</p>		
<p><b>貳、講述故事：原諒別人</b>  一、建議呈現方式:影片播放  二、故事大綱  小栗子不小心把小龍湯包做的杯子摔破，湯包決定跟小栗子絕交，小栗子想讓湯包原諒他，但是湯包不願意。後來，方丈告訴湯包：「難過是心念卡住過不去。」於是湯包原諒小栗子。</p>	<p>故事內容 故事影片</p>	<p>12分</p>
<p><b>參、省思：</b>  一、為什麼湯包要和小栗子絕交？  二、如果你是湯包，你會怎麼面對這件事情呢？  三、如果你是湯包的同學，你會怎麼做？  四、你曾有原諒別人的經驗嗎?當時的心情與感覺如何？  五、當你不小心犯錯，你希望別人如何回應？</p>	<p>教學簡報</p>	<p>6分</p>
<p><b>肆、靜思：</b>  從課堂中，我學到有時別人是 不小心犯錯，我們要想一想別人的心情。就像小栗子是不小心打破湯包的杯子，若我是湯包，雖然會難過或生氣，但不能用絕交的方式來處理。像之前我的玩具被姊姊拿走了，雖然我很難過，但是她很想要，還要我把玩具送給她。我跟她說不能隨便拿走，因為是不對的，但我也原諒她，不對她發脾氣。只要能冷靜下來，就不會說出令人難過的話。</p> <p><b>結語：</b>  當遇到與別人相處不開心的事件時，試著冷靜下來，站在對方的立場，用平和的語氣來溝通，真心的原諒別人的過錯，這樣會讓自己擁有好心情與好人緣，福氣也就越來越大。</p>	<p>教學簡報</p>	<p>4分</p>
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、會真心原諒他人的無心之過。  二、別人若用不好的臉色對我，我不會與他爭吵。</p>	<p>學習單</p>	<p>3分</p>

## 附件:故事內容

### 原諒別人

大家在學堂裡做捏陶的活動，每個學生都發揮創意捏出自己心目中最棒的作品。小栗子捏了一個鈴鐺，想讓爸爸在做生意時可以一邊搖鈴鐺一邊叫賣；湯包捏了一個杯子，要送給奶奶喝茶用。當作品燒好後，大家看到自己的心血結晶，都非常開心。摩詰誇獎小栗子的作品既可愛又實用，他高興地搖著鈴鐺在教室邊叫賣，邊跑來跑去，結果，一不小心將湯包做的杯子摔破，讓湯包非常傷心難過。儘管小栗子誠懇的請求湯包原諒，但是湯包決定跟小栗子絕交。

小栗子垂頭喪氣回到家中，傷心地告訴父母在學堂闖禍的事，媽媽安慰小栗子說：「事情既然發生了，哭也沒有用，總要想辦法解決才是。」爺爺提議再買個好杯子還給湯包，並且親自登門道歉。但是小栗子覺得外面買杯子，怎麼樣都比不上湯包自己做的；後來爺爺又想出另一個辦法：請陸先生再讓小栗子捏陶，重新做一個還給湯包，小栗子覺得這個方法很不錯，決定試試看。媽媽提到，要拿一些栗子去湯包家向湯包的奶奶道歉，也希望小栗子記住這次的教訓，別再這麼調皮。

湯包回到家中，傷心地哭個不停，因為自己親手做的美麗杯子，奶奶連看都沒有看過一眼就被摔成碎片。慈祥的奶奶不停地安慰湯包時，媽媽帶著小栗子去湯包家向奶奶道歉，請求奶奶的原諒，並且說：「真是不好意思，小栗子太頑皮了。」奶奶善解地說：「小孩子難免會有做錯事的時候，過一陣子湯包的氣就會消，兩人仍舊會是好朋友。」小栗子也再度誠心誠意道歉，湯包仍舊不願意原諒小栗子。奶奶開導湯包說：「不要那麼執著，已經破的杯子不可能再復原。」湯包賭氣說：「我和小栗子的友情也不可能再復原了。」

學堂下課時，湯包連最愛玩的蹴鞠都沒心情玩，他覺得明明犯錯的是小栗子，每個人反而都在同情、安慰小栗子，讓他心裡更加難過。方丈答應讓小栗子和爺爺一起捏陶，小栗子想努力做出新杯子還湯包，爺爺則做出美麗的花瓶送湯包，同學阿福也受到小栗子的誠意感動，主動來幫忙。當杯子和花瓶做好後，大家都誇獎做得很美麗，然而，湯包卻拒絕了小栗子的一片好意。方丈告訴湯包：「這一段時間你生氣，讓小栗子很不好過。」湯包對方丈抱怨說：「大家都幫小栗子說話，好像不對的人是我自己，讓我覺得日子很長，很難過。」方丈開導湯包：「所謂難過並非時間漫長難度，而是心念卡住過不去，人難免會發脾氣，但是千萬不要太固執，大家都希望你們兩人快點兒和好呢！」最後，湯包終於原諒小栗子。

# 擴大福氣，我最行

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

多原諒人一次，就多造一次福。在衝突和誤會發生時，能用善解、包容的心來化解，你會發現原諒別人的同時，自己也得到了快樂。

請記錄你每天原諒別人的事件，有做到一件原諒他人的事情，就畫出一層高塔，最後看看自己的福氣塔是否又高又大。

月 日	舉例：今天同學撞到我，害我跌倒， 我跟他說沒關係。	我的福氣塔：
月 日		
月 日		
月 日		
月 日		
月 日		
月 日		
月 日		
月 日		
月 日		

**靜思語：**多原諒人一次，就多造一次福。把量放大，福就大。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	品格教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	謙恭有禮	主題內容	謙恭待人	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 一對好朋友—小老鼠羅密歐(改編)			教學時間	40分
靜思語	聽到讚歎要警惕，聽到批評要感恩。				
單元目標	一、聽到讚美能謙虛不自大。 二、能接納別人善意的建議。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：教學簡報、學習單。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<p><b>壹、體驗：</b></p> <p>一、老師挑選服裝儀容整齊及不整齊的六位學生上台。</p> <p>二、請其他學生觀察台上的同學，並說出他們服裝儀容上的優點與缺點。</p> <p>如：頭髮、衣服、領口、釦子、拉鍊、鞋襪等是否整齊。</p> <p>三、需提醒學生指出缺點時，不作人身攻擊，只能說出沒做好的部分即可，如：領子沒翻好、釦子沒扣好等。</p> <p>四、請台上學生根據別人對自己的指正，重新整理服儀。</p> <p>五、請其他學生再次觀察台上學生的服裝儀容並給予鼓勵。</p> <p>六、請台上學生說出，剛才聽到別人對自己的批評或讚美時的感受。</p> <p>七、引導學生發表自己日常生活中，聽到讚美或批評時的感受以及做法。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>當我們聽到他人讚美自己時，我們都會很開心，但同時也需提醒自己要繼續保持，不要得意忘形失去原本美好的品質；然而，當聽到別人對自己的批評時，我們要先反省，若真的有錯，要感恩對方的提醒，讓自己有機會改正缺失，成為更有品質的人。</p> <p><b>備註：</b></p> <p>體驗活動請學生上台，再請全班就其服裝儀容予以讚美及糾正。此時，教師需特別注意學生的用語及反應，提醒勿作人身攻擊，後續需引導緊扣靜思語—聽到讚歎要警惕，聽到批評要感恩。</p>				教學簡報	10分

<p><b>貳、講述故事：打貓的老鼠</b></p> <p>一、建議呈現方式:教師講述。</p> <p>二、故事大綱</p> <p>小老鼠羅密歐長得帥，聰明伶俐，自從在老鼠運動會中得到三項冠軍後，就自得意滿，陶醉在讚美聲中，自認比貓還厲害。報嘲笑瘦小的老鼠茱麗葉:「你又瘦又小，如何增強體力，根本就不配來參加運動會。你還是滾回你的小廚房，去做你的煮飯工作吧！」</p> <p>有一天，羅密歐遇到了真的貓，被貓的威武嚇得全身發抖而動彈不得，後來靠著茱麗葉的機智用美味的鮮魚來引誘大貓進而救出羅密歐。羅密歐羞愧地看著茱麗葉:「茱麗葉，謝謝你救了我。請你原諒我之前對你不禮貌的批評。」沒想到茱麗葉反而感恩羅密歐之前對他的批評:「之前聽到你的批評，我真的很難過，不過我認真想想，你說的有道理，我長得又瘦又小，運動成績很難有所突破，所以我就回到廚房，用心研究美食料理。除了研究我們老鼠喜愛的美食外，我也鑽研貓咪喜歡的食物，希望能用來幫助我們老鼠們。沒想到今天就派上用場了！」</p>	故事內容	10分
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、羅密歐聽到大家對他的讚美是什麼反應與態度？</p> <p>二、你喜歡羅密歐這種態度與口氣嗎?為什麼？</p> <p>三、茱麗葉為什麼要謝謝羅密歐對自己的批評？</p> <p>四、你會如何面對別人對自己的批評與建議？</p> <p>例:如果同學說你的字寫得很醜、很亂，你要怎麼做呢？</p>	教學簡報	10分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我覺得老鼠羅密歐在得到冠軍後，以為自己很厲害，看不起在廚房煮飯的茱麗葉，他這樣的行為十分自大，是不對的，批評人家也不對，所以不能因為別人稱讚自己，就變得很驕傲，會容易讓人討厭。今天老師說，面對別人的批評要感恩。媽媽一直覺得我寫字很醜，常常念我，讓我覺得很煩。現在，我知道媽媽是為了我好，希望我的字寫漂亮一點，對我是有幫助的，我應該要感恩媽媽的教導。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>當我們聽到別人讚美自己，就驕傲的以為自己是超級厲害，這樣的心態常會讓自己做出錯誤的行為，因此面對他人的稱讚，開心的同時也要提醒自己保持謙虛的態度。而別人批評自己時，不要因此而生氣或喪失信心，可以想一想，若我們真的有做不好的地方就改進，讓自己越來越進步。</p>	教學簡報	5分

<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、聽到別人讚美自己時，會自我提醒不驕傲。</p> <p>二、面對他人對我的建議時，能虛心接受及改進。</p> <p>備註： 低年級學生對於生活中他人的讚美或提醒，需教師多舉實際範例進行引導，才能了解。</p>	學習單	5分
--	-----	----

## 附件：故事內容

### 打貓的老鼠

一座大米倉中，有許多老鼠。米倉的主人，養了一隻狗。這隻狗體型雖大，可是年紀已老，重聽眼花，行動遲緩，所以老鼠們都不將他看在眼裡。

有一隻叫做羅密歐的小老鼠，是這群老鼠中的帥哥。他不但長得帥，頭腦又聰明、手腳也俐落，在一次老鼠運動會中，還包辦了五十米賽跑和跳高、跳遠的冠軍。

而在運動會落敗的小老鼠茱麗葉，原先是在廚房工作的工人，對羅密歐的優秀表現投以崇拜的眼光，便想想請羅密歐教他：「羅密歐，你真厲害！你可以教我怎麼增強體力，加快跑步的速度嗎？」羅密歐驕傲地說：「你？增強體力？哈……笑死人了，你又瘦又小，如何增強體力，根本就不配來參加運動會。你還是滾回你的小廚房，去做你的煮飯工作吧！」茱麗葉聽了好難過，默默的流著眼淚走回廚房。

自從得到三項冠軍後，羅密歐志得意滿，變得十分高傲，天天陶醉在讚美聲中。有一天，眾老鼠們圍著羅密歐，大家像眾星拱月般地稱讚他。「羅密歐！你真是太了不起了！」、「如果舉辦老鼠奧運會，你一定穩得三項金牌。」、「聽說貓很厲害，是我們的大敵；不過，如果貓遇上羅密歐，大概也要害怕三分。」、「是呀！羅密歐跑得比貓快、跳得比貓高！」羅密歐聽了得意洋洋，故意去逗弄老態龍鍾的老狗；老狗要抓他時，他早已跑得遠遠的。老狗氣得七竅生煙，眾老鼠們看得直呼過癮！兒茱麗葉則在廚房認真地工作著。

有一次，一隻小老鼠在垃圾桶裡看到一個黑色的玩具，不知道是什麼東西，便好奇地咬回窩裡。一隻「老老鼠」一眼就認了出來：「這隻就是貓，塑膠做的玩具貓。」一隻小老鼠趕緊說：「哎呀！原來貓就是長得這般模樣啊！下次碰到時要趕快溜，否則會沒命。」羅密歐站出來說：「怕什麼！我的牙齒十分銳利，能咬斷木頭，也一定能咬斷貓的喉嚨。」羅密歐咬著塑膠貓，把塑膠貓甩得好遠，老鼠們都拍手叫好。「羅密歐，你真是我們的大英雄。」、「羅密歐，你是打貓大勇士。」羅密歐露出驕傲的神情說：「只要貓敢踏進我們地盤一步，



我一定叫他嚇破膽。」茱麗葉則在一旁，靜靜的聽著。一隻「老老鼠」說：「孩子！別那麼自信。遇到塑膠貓可以耍威風，遇到真貓就要趕緊逃，畢竟，我們不是他的對手。」羅密歐傲慢地嘲笑：「老頭子，你太膽小了啦！難怪人類形容膽小的人叫『膽小如鼠』，真丟臉。」老老鼠一再忠告：「孩子！不聽老人言，吃虧在眼前。」羅密歐則不當一回事：「哼！膽小鬼。」

有一天，倉庫附近來了一隻動物，外型跟那隻塑膠貓很像，可是顏色不是黑色的，而是白色黃斑點。三隻小老鼠看了議論紛紛：「不是貓啦！貓是黑色的，哪有白底黃斑的？」、「也許他是新品種。」、「如果是貓，快去請出我們的打貓勇士。」他們先請「老老鼠」出來瞧瞧，「老老鼠」看了兩腿發軟：「這……這就是貓！一隻花貓！大家快逃！」羅密歐聞聲跑出來，想要好好表現一番，成為一隻名副其實的打貓英雄。可是，當他看到太陽下大花貓那威武的體型，大大的眼睛透出懾人的眼神，看了叫人不寒而慄，背脊從頭到尾都涼了。

大花貓一步一步走向羅密歐，羅密歐嚇得雙腳發軟無法逃走。正當千鈞一髮之際，「美味的料理，香噴噴的魚……」大花貓聞到鮮魚的香味，轉頭尋找。眾老鼠趁大花貓不注意，趕緊把動彈不得的羅密歐拉回洞裡。並好奇這鮮魚的香味是從哪來的呢？才發現原來是茱麗葉從廚房裡端出來的。茱麗葉因為看到羅密歐有危險，所以急中生智，利用鮮魚將大花貓引誘開來，再請大家救回羅密歐。

死裡逃生的羅密歐，想到之前對茱麗葉的批評與嘲笑感到羞愧無比：「茱麗葉，謝謝你救了我。請你原諒我之前對你不禮貌的批評。」茱麗葉：「羅密歐，其實我要感恩你對我的批評。」羅密歐：「感恩我對你的批評？」茱麗葉：「之前聽到你的批評，我真的很難過，不過我認真想想，你說的有道理，我長得又瘦又小，運動成績很難有所突破，所以我就回到廚房，用心研究美食料理。除了研究我們老鼠喜愛的美食外，我也鑽研貓咪喜歡的食物，希望能幫助大家。沒想到今天就派上用場了！」

老鼠們對於茱麗葉的英勇行為與寬宏大量都讚不絕口，稱茱麗葉是真正的「英雄」。

# 真正的英雄

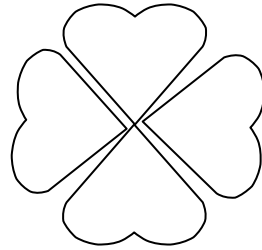
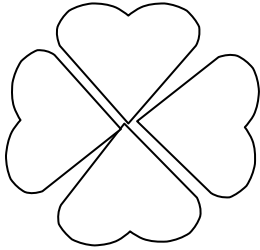
班級：

姓名：

◎下列事項中，如果這星期你有做到一次就把一顆愛心塗上顏色，祝福你把愛心開滿心田。

聽到別人誇獎讚美時，或有好的表現（如考試滿分、畫畫得獎...），我不驕傲自大。

聽到別人對我的批評和建議時，我能虛心接受及改進。



◎請寫出或畫出上面事項中你印象最深刻的一件事：

Large rounded rectangular box for writing or drawing.

家長愛的叮嚀： \_\_\_\_\_

※靜思語：聽到讚歎要警惕，聽到批評要感恩。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	品格教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	謙恭有禮	主題內容	謙恭待人	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播文化志業基金會： 兩枚獎章-班上的頑童(教案故事內容將稍加調整)			教學時間	40分
靜思語	使用暴力，只會使問題惡化；心平氣和，才能真正解決問題。				
單元目標	一、能和同學間彼此和諧相處。 二、學習謙恭待人的態度。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：空脆瓜罐、毛巾(依組數準備) 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)每組學生在不能使用任何工具的情況下，打開罐子。 (二)進行時間為三分鐘，提醒學生需注意安全、不可打破玻璃罐，如果打不開就不要勉強。 (三)如果都打不開，最後由教師示範打開的方法。 (如：輕敲瓶蓋邊緣、或運用毛巾增加摩擦力。) 二、問題討論 (一)開罐的過程中，是否用力就可以打開罐頭？ (二)你覺得生活中，什麼事情不是力氣大就能解決？				教學簡報 脆瓜罐、毛巾	10分
<b>結語：</b> 打開玻璃罐頭時，我們所靠的不是只有力氣，而是巧勁與智慧，心靜下來才能找到方法，圓滿處理事情。遇到事情，若只依靠蠻力，可能會打破或摔破罐子，反而讓事情變得更糟糕。所以，我們要學習心平氣和，面對問題。					
<b>備註：</b> 體驗活動前，建議教師先模擬操作空罐在何種情況下可以打開或無法打開。如此，後續教師示範時才会有把握。此外，空罐不能太容易打開，避免學生無法從中獲得感受。最後，體驗活動進行時，教師可先把規則講解完畢後，再發下罐子，讓學生能專心聆聽說明。					
<b>貳、講述故事：</b> 班上的頑童 一、建議呈現方式：教師講述 二、故事大綱				故事內容	8分

<p>阿川是班上的頑童，惡作劇花樣百出。有次，阿川抓了隻青蛙去嚇同學玉蘭，把她嚇哭了，他還若無其事的對全班同學裝鬼臉。班長明耀去安慰玉蘭，結果阿川藉機把青蛙塞進明耀衣領裡，明耀怕傷了青蛙，只好脫下內衣，擺脫了青蛙。但明耀打了赤膊的事，一直成為校園的笑談。有人提議他該對阿川報復，他卻完全沒有報復的想法。</p> <p>有天雨後，阿川又捉弄同學，後來自己不小心栽了跟斗，爬不起來。明耀發現後立即扶起他走回教室，放學時還幫他背書包，扶著他走回家。從此，阿川好像變了一個人，用功、懂事、熱心，並跟著班長一起協助班上的同學。</p>		
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、為什麼班上的學生不喜歡阿川？</p> <p>二、阿川後來發生什麼樣的改變？為什麼？</p> <p>三、你覺得班長明耀面對阿川的態度如何？</p> <p>四、若明耀也跟其他人一樣用生氣、打架的方式對待阿川，結果會怎麼樣呢？</p> <p>五、如果有人像阿川一樣，喜歡捉弄別人，你會怎麼處理？</p>	教學簡報	10分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我發現想要把罐子打開，不能只靠蠻力，要有耐心，還要有觀察力，如果轉的方向錯誤，就算用再大的力氣還是打不開，反而會更緊。我跟好朋友常一起玩閉眼睛抓人的遊戲，他常常叫我負責抓人，讓我很不高興，還想說不要再跟他玩了。後來我聽老師的話，決定要心平氣和跟他討論，我們理兩人輪流當抓人的人。結果，不用吵架，就順利解決。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>生活中難免會遇到讓自己不開心的人或事情，生氣或使用暴力都不能解決問題，只會傷害彼此的感情，或讓事情變得更糟糕。要心平氣和，靜下心來，運用智慧找到對的方法，才能真正的把問題解決。</p>	教學簡報	6分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、同學和我發生不愉快的事情時，我不會說傷人的話。</p> <p>二、我和朋友會輪流玩玩具，不爭搶。</p>	學習單	6分

## 附件:故事內容

### 班上的頑童

阿川在班級上總是喜歡拉女生的髮辮、背後偷貼紙條、上課時丟紙團傳遞笑話、走路踢石子傷人、裝鬼嚇人。讓班上的同學，都不太喜歡跟他做朋友。

初夏午後，阿川在水池邊的柳樹下納涼，忽然有隻青蛙跳到腳邊；阿川眼明手快，一下子就用右手將小青蛙蓋住：「嘿！青蛙王子，當我的寵物幫我惡作劇吧！很好玩哩！」阿川暗自盤算用這青蛙整一整平時看不起他的人：「哼！『大姐頭』最可惡了，瞧不起我不說，每次我捉弄女生的時候，都來找我麻煩！看我怎樣整妳！」

第二天，他小心翼翼的把青蛙藏在書包，悄悄帶到學校。早自習時，阿川看到班上總是見義勇為的「大姐頭」玉蘭正在擦桌子，便假裝誠懇的說：「大姐頭，辛苦了，送妳一件禮物！」結果，阿川將握在手心的青蛙放在玉蘭手上。玉蘭突然覺得黏黏的、噁心的東西在手心蠕動；仔細一看，不禁放聲大叫，然後哭了起來；阿川卻若無其事的抓起掉在地上的青蛙，直呼：「我的小寶貝，那個男人婆嚇壞你了嗎？」說罷，回過頭跟全班同學裝了個鬼臉，便笑嘻嘻地回到座位。

班長明耀走到玉蘭旁邊安慰她，並希望阿川不要再捉弄同學。結果，當明耀回到自己的座位上後，阿川眼看機會來了，就躡手躡腳走到明耀背後，將青蛙塞進他的衣領裡去。明耀急忙伸手去抓，但青蛙已經掉進衣服裡頭。明耀不敢拍打，怕傷到青蛙，便立刻脫下上衣；但青蛙已鑽入內衣，明耀只好又脫下內衣，這才擺脫了青蛙。只是，青蛙卻不知跳到哪兒去。看著打赤膊的明耀，阿川拍手大笑。

阿川這次的惡作劇，只是在他累累的紀錄上再添一筆而已；倒是明耀打了赤膊，卻一直成為校園的笑談。有人提議：「明耀！以你的精明，該對阿川展開報復啊！」明耀完全沒有報復的想法，並跟同學說：「如果我這樣做，不是跟阿川一樣，對人懷著惡意嗎？」

有一天，下過雨的午後，有些學生不顧球場還濕答答的，跑出去玩。阿川趁機踢起泥巴讓同學滿臉髒兮兮；結果大家很不開心，想教訓阿川。阿川不甘示弱想更用力踢起爛泥，卻不小心栽了個跟斗，連滾帶翻的摔倒在地上。他的右腳因此麻木，想爬起來卻使不上力；這

時，周遭的同學一副幸災樂禍的神情，沒有人願意去幫助阿川。

後來經過球場的明耀發現阿川在地上掙扎著，於是趕緊跑過來扶起阿川，並幫他撿起掉在一旁的一隻鞋子，為他小心穿上，然後扶他走回教室。回家時，明耀又幫阿川背著書包，扶著他，一跛一跛走回家。一路上，阿川不發一語，看著因為扶著自己，也沾上泥巴的明耀。

而阿川自從這次摔跤後，好像變了一個人，他變得用功、熱心。尤其會跟著班長明耀一起幫助班上的同學。他的改變，讓身邊的同學、老師都感到十分驚訝。

# 溫和有禮好寶寶

\_\_\_\_年\_\_\_\_班 姓名：\_\_\_\_\_

☺你曾經因為什麼事情，與同學發生不開心呢？

---

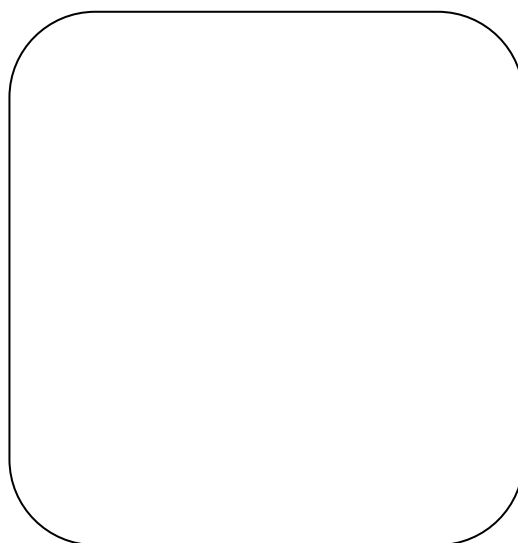
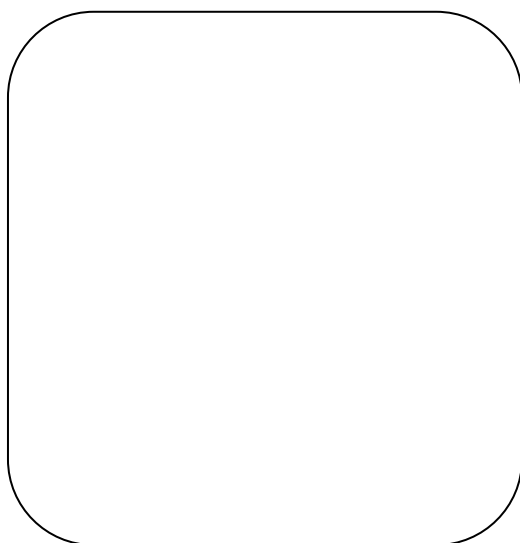
---

☺你覺得哪一個行為，是處理你和同學不開心的好方法？

請將好方法塗上顏色。



☺請畫出生氣的模樣與心平氣和的模樣，並將你喜歡的模樣塗上顏色。



使用暴力，只會使問題惡化；心平氣和，才能真正解決問題。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	品格教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	謙恭有禮	主題內容	行中有禮	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	自編			教學時間	40分
靜思語	待人退一步，愛人寬一寸。				
單元目標	一、能學習有禮謙讓的態度。 二、與人相處能謙恭寬恕，不與人計較。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：教學簡報、學習單。 二、學生方面(準備物品)：鉛筆、橡皮擦。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、以地板現有的線，或用粉筆畫一條長約4-5公尺的線，全班兩兩相對（同性別面對面為佳），腳尖相連，相連處為線所在的位置。 二、聽老師口令做動作：兩兩一組，進行九十度鞠躬敬禮 (一)無法進行鞠躬敬禮，請想出辦法。 (二)學生準備好後，再敬禮一次。 三、請全班牽手圍成一個圈，請學生想一想，如何能讓彼此擁有更大的空間，但彼此相牽的手不能斷掉。 四、教師引導學生分享，從剛剛的活動中發現什麼。				教學簡報	10分
<b>結語：</b> 剛剛的活動，我們能發現若大家不退一步，不拉寬一點的距離，很難完成指定的任務。而退一步、寬一點的動作，也是日常生活中我們與人相處的道理，只要彼此相讓，就會擁有空間，海闊天空。					
<b>貳、講述故事：黑牛與白牛</b> 一、建議呈現方式：教師口述。 二、故事大綱 合心村的黑牛要到和氣村去辦事，來到河邊準備要過橋。和氣村的白牛要到合心村看朋友，帶著禮物也走上了橋。兩頭牛同時走到橋中間，互相禮讓，順利通過了橋。 過了幾天，原來包容村的黑狼要到城裡買東西，急急忙忙的跑上了橋。善解村的白狼要到公園去約會，打扮得漂漂亮亮也走上了橋。兩隻狼同時走到橋中間，卻你爭我吵，互不相讓，最後進河裏淹死了。				故事內容	8分



<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、同樣是過橋，為什麼牛和狼的結局不一樣？</p> <p>二、你想要給黑狼和白狼什麼建議？</p> <p>三、假如是你要過橋，橋的對面也有人要走過來，你會怎麼做？還有其他的方法嗎？</p> <p>四、在生活中，常常會碰到「讓」與「不讓」的情況，請和大家分享你的做法和感受。</p>	教學簡報	10 分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>今天老師要我們進行彎腰敬禮時，第一次因為我和阿寶站太近，所以無法完成，一彎腰就會碰到對面同學的頭。後來，我們互相後退一步就順利完成。老師說待人退一步，能讓事情順利，然後要放寬心去愛人，雙方都開心，就不會像黑狼、白狼一樣，因為不願意退讓，只愛自己，所以最後沒有好的結果。所以，我和阿寶說好了，我們下一次搶溜滑梯時，要互相禮讓，輪流玩，不要跟黑狼、白狼一樣。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>彼此禮讓各退一步，是你成全我、我幫助你，讓事情能圓滿。多一分退讓，少一些紛爭；加一分包容，多一點溫馨，讓彼此都能開開心心。</p>	教學簡報	6 分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、進行活動與遊戲時會排隊，不插隊。</p> <p>二、願意將玩具、糖果與他人分享。</p>	學習單	6 分

## 附件：故事內容

### 黑牛與白牛

合心村的黑牛要到和氣村的銀行去辦事，來到河邊準備要過橋時，剛好和氣村的白牛要到合心村拜訪好朋友，帶著大包小包的禮物走上了橋。兩頭牛同時走到橋中間，因為橋很窄，無法讓兩頭牛同時通過，因此白牛就說：「黑牛先生，您急著到銀行辦事情，趕時間，我後退讓您先過去。」黑牛說：「白牛先生，您手上拿那麼多東西一定很重，還是讓您先過去吧！」兩頭牛你讓我、我讓你，誰也不好意思先走。最後兩頭牛在彼此禮讓，道謝聲中，順利通過了橋。

過了幾天，在同一個地點卻發生一件不可挽回的悲劇，令人唏噓不已。原來是包容村的黑狼要到城裡買東西，急急忙忙跑上了橋。同時善解村的白狼要到公園去約會，打扮得漂漂亮亮走上了橋。兩隻狼同時走到橋中間，黑狼吼道：「快快快！我趕時間，快給我讓開，別擋住我的去路。」白狼也不甘示弱：「憑什麼要我讓你，你退後讓我先過去。」兩隻狼你爭我吵，互不相讓，最後互相咬了起來，結果一不小心兩隻狼全掉進河裏，最後都淹死，讓知道的人都搖頭嘆息。

# 行中有禮

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

◆ 小朋友，在日常生活中，人與人相處時，若能多一點的禮讓，加一些包容，你會發現生活將變得不一樣。請依說明，完成此份學習單。

◆ 請將你覺得有禮貌的行為，在□中打勾勾。

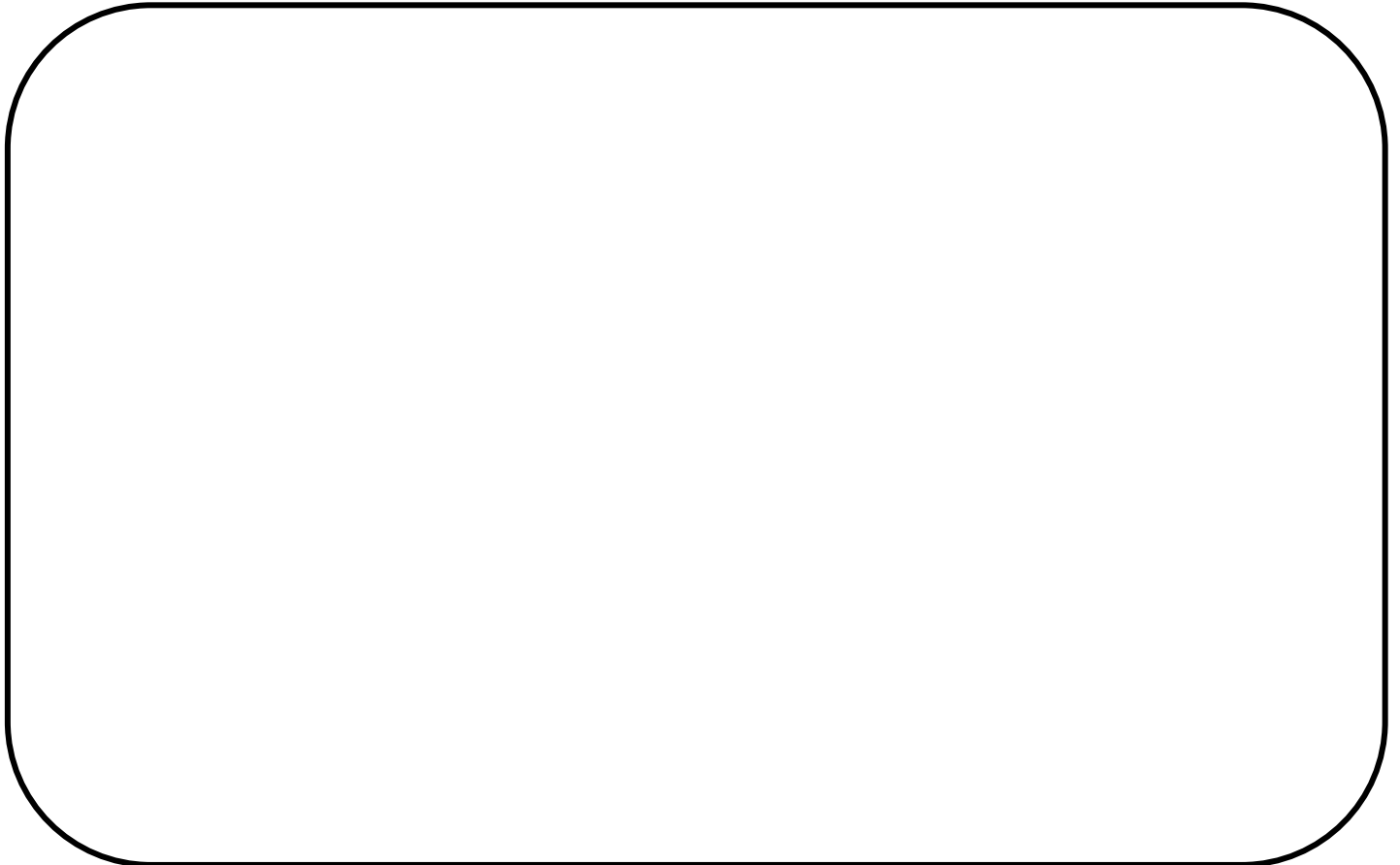
老師要改簿子，大家搶著排隊。

搭公車，先讓車上的人下車，再搭車。

下課了，為了第一個玩翹翹板，我要趕快衝出教室。

用餐時，會先等父母、長輩開動後，再開始吃。

◆ 請你將課堂中，聽到的黑牛與白牛的故事，畫成圖畫，跟家人分享：



靜思語：待人退一步，愛人寬一寸。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	品格教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	謙恭有禮	主題內容	行中有禮	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	自編			教學時間	40分
靜思語	由「貌」顯「禮」，從外相表達做人的道理。				
單元目標	一、能知道端正服裝儀容是對人尊重的表現。 二、能表現規矩恭敬的態度。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：服裝儀容邋塌、不整齊的圖片。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)教師示範情境： 情境一：在走廊上奔跑時撞到人，生氣地質問對方為什麼要擋路。 情境二：上課忘記帶鉛筆，直接拿隔壁同學的鉛筆。 情境三：穿著隨便、邋塌的圖片。 (二)教師呈現一個情境後，請全班學生判斷，覺得是有禮貌的行為，請雙手比圈；若不是，請雙手打叉。 (三)確定為不好的行為後，請學生提出糾正，並說出如何表現才是有禮貌的好行為。 二、問題討論 (一)你覺得什麼樣的行為是有禮貌呢？ (二)剛剛的情境中，你喜歡與態度好的還是態度不好的人做朋友？為什麼？				教學簡報 服儀不整 圖片	10分
<b>結語：</b> 我們都喜歡與態度好的人，做朋友。所以我們知道「禮貌」不是掛在嘴邊，而是呈現於誠懇良好的態度和端正的服裝儀容，才會讓人樂於跟你相處。					
<b>貳、講述故事：快樂小學</b> 一、建議呈現方式：教師講述。 二、故事大綱 快樂小學的小豬寶寶因為儀容不整、身上髒亂、態度霸道無禮，所以沒有同學願意跟他玩。大熊老師知道了，便在課堂上教導同學何謂「禮儀」，以及「禮儀」的重要性。小豬寶寶聽了，隔天就將身體刷洗乾淨，穿上整齊的衣服到學校。				故事內容	10分

<p>同學看到小豬寶寶整齊清潔的樣子，便邀請他一起加入遊戲，小豬寶寶也很有禮貌的詢問並遵守遊戲的規則，大家開心的玩在一起。</p>		
<p><b>參、省思：</b>          一、快樂小學的小朋友為什麼不和小豬寶寶一起玩？          二、大熊老師說的「禮儀」是指什麼？          三、後來小豬寶寶做了什麼改變？          四、和同學相處，要如何做，才是對人尊重有禮貌？</p>	教學簡報	10分
<p><b>肆、靜思：</b>          我覺得小豬寶寶不是壞小孩，他只是不愛乾淨，所以身上才會髒兮兮、皺巴巴，可是大家卻因此而討厭他，這樣很不公平，還好大熊老師救了他，把小豬寶寶變成乾淨的小豬，大家就願意和他玩。還好我是一個愛乾淨的人，每天都有乾淨的衣服穿，所以我要感謝媽媽每天幫我洗衣服。上完了這堂課，讓我知道同學們喜歡和什麼樣的人做朋友，例如：不遲到、上課認真，不發脾氣……等，我以後要早一點起床，準時上學，下課玩遊戲時也不隨便發脾氣，希望我變好以後，朋友會越來越多。</p> <p><b>結語：</b>          一個人是否有禮貌，可以從他的服儀與行為中展現。我們都喜歡與有禮貌的人做朋友，因此服儀整潔、不隨便發脾氣，以良好的態度對待別人，才會人見人愛，交到許多好朋友。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b>          一、保持乾淨整齊的儀容與抽屜、書包的整潔。          二、遵守規則，上課專心，遊戲用心。</p>	學習單	5分

## 附件:故事內容

### 快樂小學

快樂小學的操場上有一群動物們正在快樂地玩耍，小豬寶寶在樹下看到了非常羨慕，他很想和他們一起玩，只是一想到昨天的事，就沒有勇氣。

原來昨天下課時，小豬寶寶和兔子三兄弟一起玩鬼抓人，小豬寶寶拼命地跑，最後還是被兔大哥追到，當兔大哥伸出手抓住小豬寶寶的衣服時，突然大叫一聲：「這是什麼東西啊？怎麼黏黏的！」聽到叫聲的同學們跑過來一看，原來是番茄醬，紛紛看向小豬寶寶，小豬寶寶紅著臉支支吾吾地解釋說：「那……那是早上吃薯餅時不小心沾到的。我忘了把它擦掉了。」「唉呀！好噁心！」浣熊妹妹說。小羊弟弟也說：「對啊，上次我跟小豬寶寶賽跑，跑到一半他的褲子就掉了。」「怎麼這樣？」「真沒禮貌！」「他的頭髮亂七八糟的，是不是沒梳頭啊？」「全身髒兮兮的，我都不敢跟他玩。」貓姊姊說道。大家你一言我一語的，批評小豬寶寶，小豬寶寶站在一旁脹紅著臉，大聲的說：「哼！不玩就不玩，誰希罕！」

這時鐘聲響了，大家回到教室上課，小豬寶寶心不在焉，老師教了什麼也沒聽見，好不容易捱到下課，鐘聲一響，同學們都出去玩了，小豬寶寶看到長頸鹿和大野狼在打籃球，跑過去說：「我跟你們一起玩。」大野狼說：「才不要，你的褲子又沒穿好，待會兒掉下來怎麼辦？」小豬很生氣，一把將籃球搶了過來，跑得遠遠的。大野狼追不上，跑去跟老師告狀，小豬被責罵，心裡非常難過，只好去找烏龜散步，烏龜嫌他全身又髒又臭讓他聞不到花香。小豬找來找去，沒有人願意和他一起玩，只好一個人在大樹下發呆。

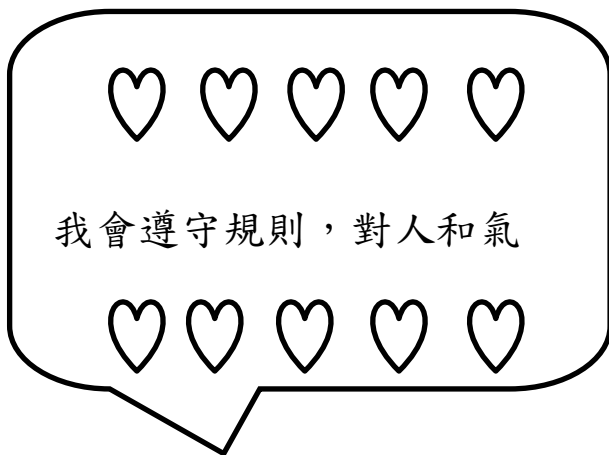
今天小豬寶寶害怕被人拒絕，所以不敢去找同學玩。這時大熊老師走過來，關心他，小豬傷心地邊哭邊說：「同學們說我又髒又臭，沒有禮貌，不願和我玩。」大熊老師說：「儀容整潔、有禮貌的人，比較受人歡迎，你也可以做得到喔！老師教你一個秘方，可以讓你心想事成。」小豬興奮的點點頭。隔天一大早，煥然一新的小豬寶寶走進教室，乾淨整齊的儀容讓大家驚訝不已，異口同聲的說：「小豬好像變成了另外一個人！」上課時，大熊老師告訴大家：「如果想和同學好好相處，獲得誠摯的友誼，就必須注重禮儀。禮儀就是誠懇恭敬的態度和端正的服裝儀容」。下課時，同學們主動來找小豬去玩，小豬開心極了，心裡想：「老師的秘方真有效，只要把身體洗乾淨，穿上乾淨的衣服，面帶笑容說話，同學就會喜歡我了！禮儀真的很重要呢！」

# 我是禮貌小天使

年 班 號 姓名

小朋友，要成為受歡迎的人，一定要注意禮貌，下面三個項目你是否都有做到呢？

在兩周內，若有做到的在愛心上塗上顏色，看看你可以得到幾個愛心喔！



靜思語：由「貌」顯「禮」，從外相表達做人的道理。

父母愛的叮嚀：

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	品格教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	謙恭有禮	主題內容	行中有禮	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	自編教材			教學時間	40分
靜思語	整體的美，在於個體的修養。				
單元目標	一、能縮小自己，與團隊合作。 二、能體認整體的美，修正自己的想法。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：準備「整齊便是美」的範例圖片數張 二、學生方面(準備物品)：紙、筆。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)教師以「整齊便是美」的範例圖片，舉例說明什麼是整齊的美感。 (二)請學生分享，生活中哪些狀況也是以整齊劃一的方式表現美。 二、問題討論 (一)若其中一個物品不整齊，是否容易被發現？ (二)什麼樣的個人的行為會影響團體的美？				教學簡報 圖片	10分
<b>結語：</b> 從剛才的圖片可以發現整齊是一種美，他需要每一個個體遵循團體的默契，才能呈現出來。因此，我們在團體中，需遵守團體的規則，讓團體因每一個人的配合，呈現整齊亮麗的美。					
<b>備註：</b> 在準備教材上，建議教師可多準備輔佐的圖片(整齊美、不整齊的美)，能強化學生的理解。					
<b>貳、講述故事：</b> 一、建議呈現方式：教師口述 二、故事大綱 森林裡的動物們最近忙著準備一年一度的合唱比賽，比賽的評分標準，除了團體的歌聲外，服裝與團隊精神則是加分項目。於是大家除了努力練唱外，還精心設計能展現整體美感的服裝，希望能讓評審驚豔，得到好成績。聰明的猴子隊決定用粉紅色的花圈來做頭上的裝飾，用樹葉縫製背心。				故事內容 教學簡報	10分



<p>比賽前，每隻小猴子都很認真準備，但小懶猴卻一點兒也不著急，他心想時間還早得很，而且做花圈和縫背心是一件非常簡單的事，所以一點兒都不在乎。</p> <p>比賽前一天，小懶猴才開始準備，結果他去採花的時候，發現粉紅色的花兒都被採光了，他就隨便編織一個花圈頭飾，連背心都縫得歪歪扭扭地，去參加比賽。</p> <p>比賽結束，兔子隊和猴子隊的歌唱實力相當，但評審發現猴子隊中有一隻猴子戴的花圈頭飾很凌亂，背心也沒穿好，破壞了團隊整體的美感，因此他們決議將冠軍寶座頒發給全隊整齊又有默契的兔子隊。</p>		
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、猴子隊為什麼會輸了比賽？</p> <p>二、小懶猴哪些地方需要改進？</p> <p>三、什麼樣的行為是合群或不合群呢？</p> <p>四、班級中的每個人要如何做，才能使班級更好？</p>	教學簡報	9分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我負責整理教室裡的書本，若沒有排整齊，或其中一本書亂放，就會看起來亂亂的，所以我都排列得很整齊，讓人看起來很舒服。但我也希望大家看完書，不要將書亂放、亂塞，因為班級圖書是大家的，只要有人沒有遵守規矩，就會把書櫃變的亂亂的。就像，故事中的小猴子因為不合群，讓整個團隊沒有得到冠軍。所以，我很喜歡老師所說的，每一個人都遵守團隊默契，團隊才會越來越好。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>在團隊中，每個人都能互相配合，才能展現團隊的力量與美；相反的，若心中只有自己，不願配合大家，就容易影響到整個團隊。所以，每個人都願意配合團體的默契，才能讓團隊呈現一致的力量。</p>	教學簡報	6分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、會遵守團隊規則，配合團體共識。</p> <p>二、會維持班級環境整潔，物品不亂放。</p>	學習單	5分

## 附件：故事內容

### 森林合唱大會

森林裡的動物們最近忙著準備一年一度的合唱比賽，比賽的評分標準，除了團體的歌聲外，服裝與團隊精神則是加分項目。於是大家除了努力練唱外，還精心設計能展現整體美感的服裝，希望能讓評審驚豔，得到好成績。聰明的猴子隊決定用粉紅色的花圈來做頭上的裝飾，用樹葉縫製背心。比賽前，每隻小猴子都忙著採集新鮮的花朵和葉子，但小懶猴卻一點兒也不著急，他心想時間還早得很，而且做花圈和縫背心是一件非常簡單的事，所以一點兒都不在乎，除了在一旁說風涼話外，就是倒頭大睡。

比賽前一天，猴子隊決定在彩排時穿上準備好的服裝，大家一起練習。沒想到小懶猴卻什麼都沒準備，在練習時，他變成了團隊中最不協調的一份子，感覺格格不入，讓大夥兒氣急敗壞，紛紛責怪他不合群。這時小懶猴才心不甘情不願地答應，待會兒一定把花圈和背心準備好。他心想這些事情這麼簡單，一下子就能做好。沒想到當他去採花的時候，發現粉紅色的花兒都被採光了，只剩下一些又小又不好看的花，他想反正都是花，差不多就好了，就隨便編織一個花圈頭飾。後來，他沒有時間挑選大小差不多的樹葉，於是背心縫起來歪歪扭扭地。但因為已經是比賽前一天，小懶猴想說，應該沒關係，反正有花圈和背心就好了。隔天，他就穿戴自己隨便做的花圈與背心參加比賽。

比賽結束，兔子隊和猴子隊的歌唱實力相當，令評審很難決議該由誰獲勝，但評審發現猴子隊中有一隻猴子戴的花圈頭飾很凌亂，背心也沒穿好，破壞了團隊整體的美感，因此他們決議將冠軍寶座頒發給全隊整齊又有默契的兔子隊。小懶猴得知，因為自己不用心，不按照團隊的默契，讓大家錯失冠軍，十分後悔，但已經無法挽回了。

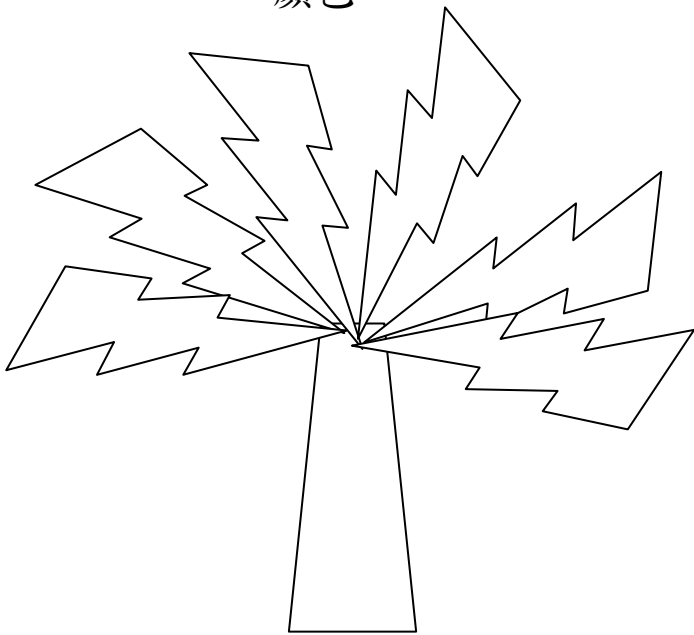
# 合群守規

年 班 號 姓名：

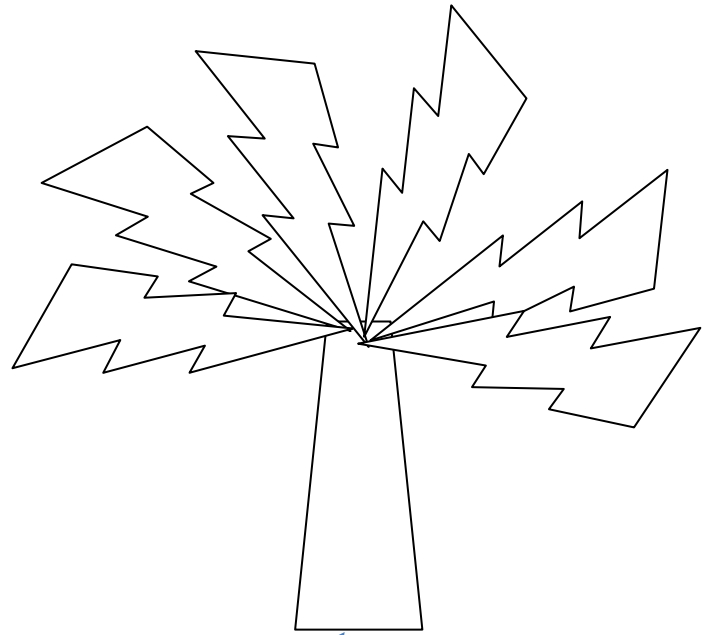
一、下列哪些場合，需遵守團隊的服儀與默契：

- 校外教學
- 運動會
- 與家人逛街
- 兒童朝會

二、下面每棵小樹下的行為，你可以做到，請在樹幹塗上顏色，若你可以做到而且已經做到，請將樹幹與樹葉塗上顏色。



會遵守團隊規則，配合團體共識



會維持班級環境整潔，  
物品不亂放

靜思語：整體的美，在於個體的修養

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	品格教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	謙恭有禮	主題內容	行中有禮	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 有禮不亦樂乎—己所不欲 勿施於人			教學時間	40 分
靜思語	要做個受人歡迎和被愛的人，必須先照顧好自我的聲和色。				
單元目標	一、能與同儕友善相處 二、能正確表達自己的情緒。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：含有喜、怒、哀、樂等各種情緒的字卡。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)將學生分成兩大組 (二)各組分別派代表上台，表演老師預先準備的情緒字卡 (三)表演時只能比動作與表情，不可以發出聲音 (四)比賽哪一組答對最多  二、問題討論 (一)剛剛的哪些表情是你喜歡看到的?為什麼? (二)哪些表情是你平常不喜歡看到的?為什麼?				教學簡報 情緒字卡	10 分
<b>結語：</b> 與人相處時，難免會有不開心或生氣的時候，但我們要提醒自已，不要因為一時的不開心，就用不好的臉色與語氣對待身邊的人，這樣久而久之，大家就不會喜歡跟你做朋友。因此，生氣時學習讓自己冷靜，不要遷怒他人；平常多一點笑容在臉上，讓自己與他人都能有好心情。					
<b>貳、講述故事：己所不欲 勿施於人</b> 一、建議呈現方式:播放影片 二、故事大綱: 曾巧跟鑫鑫兩人吵架，互不相讓，當兩人正在爭執的時候，看到曾爸爸走回家，一副悶悶不樂的樣子。爸爸的壞心情也影響家人。後來大家才知道，原來曾爸爸公司的經理，最近臉色與態度都不好，讓曾爸爸很不開心，也擔心自己可能要被裁員。				故事內容 故事影片	12 分

<p>隔幾天，曾爸爸開心地回到家，跟曾巧解釋經理失常的原因，還向曾巧道歉，答應會更注意自己的情緒，不讓負面情緒影響家人。</p> <p>經過爸爸的事情後，曾巧也了解「己所不欲、勿施於人」這句話的意思。他知道自己會跟鑫鑫吵架，其中一部分的原因是自己擺臭臉。於是，他決定先跟鑫鑫道歉，兩人將誤會解開後，又恢復了友誼。</p>		
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、為什麼曾爸爸不開心也會影響曾媽媽與曾巧？</p> <p>二、曾巧和鑫鑫為什麼會吵架？</p> <p>三、「己所不欲，勿施於人」是什麼意思？</p> <p>四、班上人緣好的同學，有什麼特質值得我們學習？</p> <p>五、發生不開心的事時，應該怎麼做，才不會讓情況更糟？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>在猜表情時，因為同學的臉上表情不夠明顯，所以我都猜不太出來。但想到媽媽常說，我是一個將情緒表現在臉上的人，若我一生氣，就算不是旁邊的人惹我，但一定會感覺到，讓身邊的人不敢接近我。這樣一想，我覺得真的不太好，萬一熟悉我的人，都覺得我愛生氣怎麼辦。在看影片故事時，曾爸爸雖然什麼都沒說，但家人都受到影響而不開心，我覺得自己很幸運，我的爸爸不太會把工作的事情帶回家，總是跟我們分享快樂的事。所以，我也要跟爸爸一樣，讓身邊的人都開心。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>將自己的動作與表情照顧好，很重要。因為若我們常常擺出愁眉苦臉或生氣的表情，就容易將不好的情緒帶給別人，別人也會不喜歡與我們相處。因此，要讓人樂於親近，就要常面帶微笑，不要隨意說出讓人難過或傷心的話。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、會微笑與周遭的長輩、朋友打招呼。</p> <p>二、不說讓人難過、傷心的話。</p>	學習單	5分

## 附件：故事內容

### 己所不欲 勿施於人

曾巧跟鑫鑫兩人吵架，互不相讓，當兩人正在爭執的時候，看到曾爸爸走回家，一副悶悶不樂的樣子。曾爸爸不開心的情緒，讓家人的心情都跟著不開心。幾天之後，曾媽媽終於忍不下去，一再詢問，曾爸爸終於說出自己的心事，原來曾爸爸公司的經理，最近臉色與態度都不好，讓曾爸爸很不開心，也擔心自己可能要被裁員。

曾巧知道爸爸可能會沒有工作，心情很低落，曾巧的好朋友大智在安慰他時，曾爸爸高興地走回家。他跟曾巧說，經理的失常表現，是因為經理家裡發生事情，所以公司今年不會裁員，要曾巧不用擔心。而曾爸爸也向曾巧道歉，並答應會更注意自己的情緒，不讓負面情緒影響家人。

經過爸爸的事情後，曾巧也了解「己所不欲、勿施於人」這句話的意思。他知道自己會跟鑫鑫吵架，其中一部分的原因是自己擺臭臉。於是，他決定先跟鑫鑫道歉，兩人將誤會解開後，又恢復了友誼。透過這一次的經驗，大家學習到要先將個人的聲色照顧好，才不會讓人誤會，不開心。「己所不欲、勿施於人」，大家以禮相待，就是一個「有禮也有理」的社會。

# 有禮有理

班級：

姓名：

- 請想一想，當你一看到下面的表情時，心中第一個感覺。



看到別人露出這樣的表情，  
你的心情如何呢？為什麼？

---

---

---

若是看到這樣的表情，  
你心中的第一個想法是什麼？喜歡嗎？



---

---

---

除了表情外，一句好話或壞話，也會影響我們的心情，想想看，  
聽到什麼話會讓你心情愉快？聽到什麼話會讓你心情低落？  
聽到什麼話會讓你想生氣？

聽到什麼話	當時心情
	讓我心情很快樂。
	讓我很傷心。
	讓我非常生氣。

既然知道好話或壞話帶來的影響，我們更要注意自己說出的話，  
不要傷害到別人喔！

靜思語：要做個受人歡迎和被愛的人，必須先照顧好自我的聲和色。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生命教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	生命奧秘	主題內容	生命誕生	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 唐朝小栗子-感恩所有 母親節			教學時間	40分
靜思語	太陽光大，父母恩大。				
單元目標	一、能了解呵護生命的辛勞。 二、能感恩父母、長輩的照顧。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：洋娃娃、尿布、嬰兒服、塑膠奶瓶、水盆(各6個) 二、學生方面(準備物品)：嬰兒時期照片					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：我也是好爸媽</b> 一、活動說明 (一)請學生觀看簡報中的照片，猜猜畫面中的嬰兒是誰? (二)教師示範正確照顧寶寶的動作(至少示範4個) 如:洗澡、穿衣、換尿布、餵奶、抱寶寶姿勢等 (三)將學生分為五~六組 (四)各組第一位上台抽籤，依抽到的內容，運用道具，完成照顧寶寶的動作後，再換各組的第二位。依此類推，每個人上臺實際演練。 (五)教師回饋做得正確又良好的學生。 二、問題討論 (一)哪一個動作最困難，為什麼? (二)若要這樣子照顧寶寶至少三年，你覺得怎麼樣? (三)你知道誰一直很辛苦地照顧我們，陪伴我們長大?				教學簡報 兒時照片 洋娃娃、 尿布、 嬰兒服、 奶瓶、 水盆	12分
<b>結語：</b> 媽媽從懷我們的那天起，就要承受我們所帶來的重量，最後還需忍受劇烈的疼痛，才能把我們生下來；在我們成長的日子，父母親不眠不休地照顧我們，餵我們吃飯、幫我們清理大小便；為了守護我們，甚至無法安心地睡覺，也失去自由的空間。所以，世界上最偉大的愛莫過於父母的愛。					
<b>貳、講述故事：母親節</b> 一、建議呈現方式:播放影片 二、故事大綱 小栗子想幫忙做家事，但他邊做邊玩，就被媽媽叨念；後				故事內容 故事影片	12分



<p>來請他去照顧妹妹，卻讓妹妹放聲大哭，而受到媽媽的責備。後來，小栗子就跑出去玩。</p> <p>到了傍晚，小栗子還是不想回家；這時老方丈詢問小栗子不想回家的原因後，告訴小栗子一個人生命誕生的由來，說明子女需感恩父母給予健康的生命，以恭敬心體會父母的用心與辛苦。聽完方丈的話，小栗子恍然大悟趕緊回家。</p>		
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、小栗子做了什麼事情讓媽媽生氣？</p> <p>二、小栗子為什麼不願意回家？</p> <p>三、方丈跟小栗子說了什麼？</p> <p>四、小栗子如何向媽媽認錯？若你是小栗子，你會怎麼做？</p> <p>五、你覺得父母愛你嗎？從哪些地方可以感受他們的愛？</p> <p>六、你覺得自己可以如何向父母表達感恩呢？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我聽爸爸說媽媽很辛苦才生下我，有次我生病躺在床上，發現媽媽的眼睛紅紅的，我問媽媽您怎麼了？她說看到我難受，她很捨不得。我才深深體會到媽媽是那麼的愛我。媽媽很辛苦，每天除了準備三餐，接送我們上、下課，還有一堆家事要做。我已經漸漸長大，可以做一些家事，減輕媽媽的負擔，讓媽媽安心快樂。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>父母的愛是天地間最偉大的愛，無條件的付出而不求回報。所以，我們要心懷感恩，不要讓父母傷心、難過，並將感恩父母的心情，付諸行動，讓他們瞭解。</p>	教學簡報	4分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、每天向父母表達感恩之情。</p> <p>二、能照顧自己，不讓父母擔心。</p>	學習單	4分

## 附件:故事內容

### 母親節

有天小栗子的妹妹過生日，小栗子媽媽正準備生日發糕為栗子妹慶生，小栗子一聽說是美味的發糕，高興地直嚷著要和媽媽一起參與發糕的製作。小栗子媽媽只好請他幫忙攪拌麵糊，好讓媽媽可以哄哄栗子妹。但是他邊做邊玩，將麵糊灑了一地，媽媽只好請他照顧妹妹，帶妹妹到庭院玩。但是年紀小的栗子妹什麼遊戲都不會，小栗子只好帶著妹妹玩轉圈圈的遊戲，轉啊!轉啊!兩兄妹覺得好玩極了，就在此時小栗子一不小心打到妹妹的頭，妹妹嚎啕大哭向媽媽告狀。小栗子受到媽媽的責備，心裡相當難過，失去對製做發糕的興趣。恰巧同學邀約小栗子出遊，小栗子就跟著外出遊玩，完全忘了今天是栗子妹的生日更是母親節。

小栗子和同學一起玩，直到天晚了還是不想回家；這時候老方丈恰巧經過，看見小栗子和同學們，便詢問他們還不回家的緣由，了解原因後老方丈慈祥的告訴小栗子：「一個人生命誕生，是母親懷胎十月，忍受行動不便和健康上的風險而來。尤其生產時，是一個艱難又疼痛的過程，外人很難體會。孩子出生後，父母承受點點滴滴的辛苦，代表父母對於孩子的愛。所以子女更應該在母親節這一天表達出對父母的感恩之意。」同學們聽完方丈的話後，都覺得應該趕快回家向母親表達謝意，但小栗子仍不想回家。老方丈反問小栗子：「母親平常對你的照顧，你可曾表達內心的感謝?如果沒有，那就趕快回家吧!」

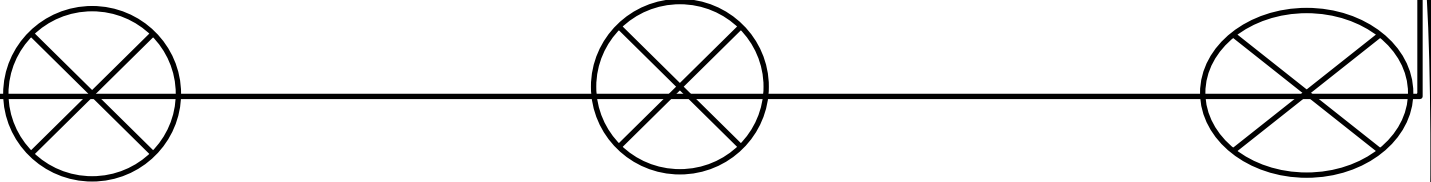
方丈離開後，小栗子並沒有回家，反而和同學繼續玩耍，耽擱了回家的時間。當驚覺時間已晚時才趕緊跑回家，回家後爺爺告訴小栗子：「栗子妹生病了，爸爸、媽媽忙成一團。而且小栗子這麼晚還沒回家，他們也急得出門到處尋找小栗子。」小栗子聽到後覺得非常難過，也懺悔自己的不懂事，惹出這麼多事情。見到爸媽回來後，立刻抱著爸媽說對不起，並表達出對父母的愛。

# 時光列車-童年往事

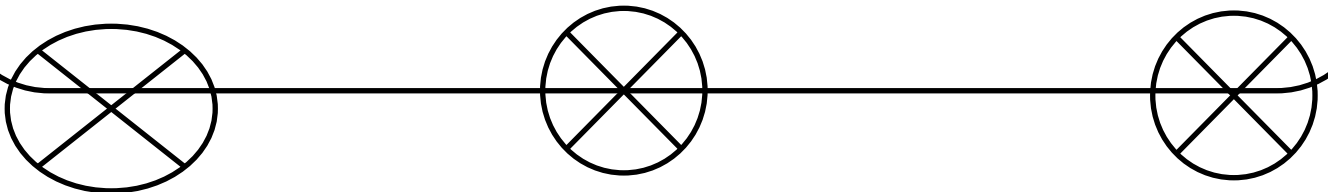
班級：

姓名：

貼一張與家人的合照



畫出媽媽懷孕的樣子



請寫下你最想對家人說的一句話

---

---

靜思語：太陽光大 父母恩大

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生命教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	生命奧秘	主題內容	生命誕生	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 唐朝小栗子-真孝順			教學時間	40分
靜思語	敬，是表現於外的孝心。				
單元目標	一、能體會父母的辛苦。 二、能在日常生活中實踐孝道。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
<p>一、教師方面(準備物品)：袋子(生氣袋、好話袋各一)、針包、牙籤。</p> <p>(一)生氣袋中放生氣卡，卡上寫下令人生氣的話數張。</p> <p>(二)好話袋中放好話卡，卡上寫下令人開心的話數張。</p> <p>(三)愛心針包可用黏土捏成愛心形狀。</p> <p>二、學生方面(準備物品)：無。</p>					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<p><b>壹、體驗：</b></p> <p>一、第一輪活動</p> <p>(一)請學生在生氣袋中抽出一張卡，念出卡片上的字。</p> <p>(二)念完卡片內容，就將牙籤插進愛心針包內，再拔出。</p> <p>(三)請學生觀察愛心針包(教師可觀察學生的反應)。</p> <p>二、第二輪活動</p> <p>(一)請學生在好話袋中抽出一張卡，念出卡片上的字。</p> <p>(二)念完卡片內容，請將黏土補在愛心針包上。</p> <p>(三)請學生觀察愛心針包(教師可觀察學生的反應)。</p> <p>三、分享回饋</p> <p>若此愛心代表父母的一顆心，請問好話和惡語，對父母的心會有什麼影響?你的感受怎麼樣呢?</p>				<p>教學簡報</p> <p>生氣袋</p> <p>好話袋</p> <p>針包</p> <p>卡片</p> <p>牙籤</p>	<p>12分</p>
<p><b>結語：</b></p> <p>天下父母心，父母心似針包，孩子對父母說出不禮貌、不好聽的話，就像一根針，插進父母的心裡，就算拔出來後，也會留下深深的痕跡。所以，我們說話、做事前要先想一想父母是否會傷心。萬一不小心傷了長輩的心，一定要低頭認錯。不讓父母傷心、難過，才是真正的孝順。</p>					
<p><b>備註：</b></p> <p>活動前老師們可先請學生回憶自己曾經說過什麼話，讓家人傷心。準備的黏土不能太硬，避免感受不深。將針換成牙籤，</p>					

<p>是避免孩子受傷。教師可用同一塊黏土，讓學生感受如何縫補父母心；也可以用兩塊黏土，讓學生感受，好話、壞話對父母心造成不一樣的狀況。</p>		
<p><b>貳、講述故事：真孝順</b>  一、建議呈現方式:教師口述、播放影片  二、故事大綱  小栗子的父親很喜歡小栗子，但是他認為，自己孩子的好應該是由別人口中說出來，這讓小栗子很不認同，於是和常和父親頂嘴。有天，父親提醒小栗子，下個月是栗子媽媽生日要他好好表現，同時栗子媽媽也跟小栗子說下個月是栗子父親生日的是要他好好表現。小栗子才知道原來父母是同一個月生日。所以他想送禮物，但沒有錢，於是他在放學後跑去幫人放羊賺錢，犧牲了看書的時間，還謊稱和同學一起讀書，最後被父母發現。於是方丈告訴他孝敬父母，不僅物質奉養，還要服從、尊重，才是既「孝」且「順」。</p>	<p>故事內容 故事影片</p>	<p>15分</p>
<p><b>參、省思：</b>  一、小栗子為什麼不開心呢？  二、小栗子用什麼樣的方式和爸爸溝通會比較好？  三、方丈跟小栗子說了什麼呢？  四、你覺得自己可以怎麼做，才是真正的孝順？</p>	<p>教學簡報</p>	<p>6分</p>
<p><b>肆、靜思：</b>  有次我看卡通看得正精彩，阿嬤要我幫忙，我卻罵阿嬤很不好的話，還怪阿嬤，害阿嬤哭了。阿公要打我，我也罵阿公。我覺得很後悔，當初那樣傷害阿公、阿嬤的心。  我也要跟小栗子一樣好好孝順父母、阿公、阿嬤，不頂嘴，還要把功課寫完、把書讀好。   <b>結語：</b>  小栗子想在父母生日那天送一個貼心的禮物好好表現，可是沒錢買禮物，於是就去打工賺錢，沒有照顧好自己，反而讓父母擔心，這樣的行為並非真正的孝順。真正的孝順，是我們平常能以和氣的態度面對父母，不說讓父母傷心的話，不做讓父母擔心的事。而且我們對父母的愛不只是口頭上說我愛你，也要用行動表達出來。</p>	<p>教學簡報</p>	<p>4分</p>
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、不說讓父母難過的話。  二、做錯事，不跟父母頂嘴，會馬上道歉。</p>	<p>學習單</p>	<p>3分</p>

## 附件:故事內容

### 真孝順

小栗子平時喜歡到市場幫忙父親賣栗子，也非常的認真，讓市集的伯父們很疼愛也十分讚歎小栗子。但是他的父親卻常常在外人面前數落小栗子貪玩，不積極；而且認為主動積極才是真孝順，讓小栗子很不開心。小栗子的父親雖然也會獎勵他，但父親認為，不能在別人面前誇獎自己的孩子，應該是由別人口中說出才是，這樣的行為，讓小栗子很不認同。

後來，父親提醒小栗子，下個月是栗子媽媽生日要他好好表現；回到家，小栗子很乖巧的協助做家事，而栗子媽媽也跟小栗子說下個月是栗子父親的生日要他好好表現。於是，小栗子就和爺爺一起翻閱祖譜查查全家人的生日，查出原來父母是同一個月生日。小栗子想送禮物但沒有錢，爺爺告訴他只要身體力行做家事，幫爸爸賣栗子就是真誠的表現，可是小栗子卻認為這樣太沒創意，就想要去打工賺錢。因為他想幫爸爸買一雙防水的新鞋，好讓爸爸在下雨天方便走路；想幫媽媽買一條媽媽一直捨不得買的美麗絲巾。

於是小栗子在放學後跑去幫人放羊，犧牲看書的時間，沒把考試當作一回事，還謊稱和同學去讀書。因為每天都很晚回家，身上又充滿羊騷味。於是父母一起到學堂瞭解狀況，才知道小栗子在考試時睡著，而且題目都答不出來，錯誤很多，成績很不理想。正當父母在盤問小栗子時，爺爺說明了原因，小栗子的父母很感動小栗子的孝心，卻希望小栗子要先把本分事做好才對。

最後方丈告訴小栗子，孝敬父母，不僅物質奉養，還要服從、尊重，才是既「孝」且「順」。此時小栗子才明白真孝順是要把內心的「敬」表現出來，而不是以物質來代表。

# 把「孝」找回來；把「愛」傳出去

\_\_\_\_年\_\_\_\_班 座號：\_\_\_\_ 姓名：

## 愛的懺悔

親愛的(爸爸)媽媽：  
我是您的親親寶貝：\_\_\_\_\_

我很後悔曾經(常常)對您說了  
很不禮貌的話：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

我要向您說聲：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## 愛的密碼

(爸爸)媽媽：我真的愛您！

因為：

(爸爸)媽媽：我真的愛您！

因為：

## ● 父母愛的回饋：

親親寶貝：\_\_\_\_\_

愛你的(爸爸)媽媽也想對你說：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

敬，是表現於外的孝心。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生命教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	生命奧秘	主題內容	生命誕生	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 唐朝小栗子一百善孝為先			教學時間	40分
靜思語	真正的孝順，只是聽話還不夠，必須和顏悅色，令父母歡喜。				
單元目標	一、能溫和有禮的和父母說話。 二、能知道孝順父母的具體作法。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：不耐煩的情境卡(約4~6張)、不耐煩面具。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)由老師選出或用抽籤方式，找出一位願意扮演父母角色的學生。 (二)由扮演父母的學生抽出「情境卡」並大聲唸出來。 (三)由老師扮演子女，並戴上不耐煩的面具，用「不耐煩」的語氣回應。 (四)請班級學生兩兩一組，依照情境卡模擬演出，依序完成4~6張情境卡。 二、問題討論 (一)當你聽到「不耐煩」語氣回應時，心中的感受如何？ (二)你覺得怎麼回應會比較好？(教師可請學生示範)				教學簡報 情境卡 不耐煩 面具	10分
<b>結語：</b> 當我們自己聽到別人用不好、不耐煩的語氣回答我們時，我們的心情會不太開心；但我們也要反省是否曾用此語氣與父母、長輩說話？與父母、長輩相處，我們也要留意自己的態度，不要因一時情緒，讓愛我們的父母傷心。					
<b>貳、講述故事：百善孝為先</b> 一、建議呈現方式:播放影片 二、故事大綱 小栗子的爹因為工作很忙，所以請小栗子幫忙送栗子。小栗子雖然有答應幫忙爸爸送栗子，但是因為太累睡著了，結果自己的功課沒完成，所以覺得很煩，隔天就和他爹吵起架來。經過方丈告知什麼是孝順？又遇到小栗子的爹在大太陽底下工作而中暑昏倒，這時小栗子心中感到非常焦急，知				故事內容 故事影片	14分



<p>道真正的孝順除了聽話外，還要和顏悅色對父母。等父親醒來後，小栗子用溫和的口氣問父親需要他幫忙嗎？並恭敬的送上一杯茶水給父親。父子兩人最後終於和好如初了！</p>		
<p><b>參、省思：</b>  一、小栗子 答應幫父親送栗子，最後為什麼和父親吵起來呢？  二、當小栗子的爹昏倒時，小栗子心中的感受如何？  三、你是否曾經讓父母不開心，當時你的感覺是什麼？  四、你覺得，真正的孝順要怎麼做？</p>	教學簡報	8 分
<p><b>肆、靜思：</b>  我的爸爸、媽媽每天都要很早出門上班，所以我也要很早起床，這樣爸爸、媽媽才能送我去上學。可是，有時候實在很想睡覺，就會賴床，媽媽為了趕時間一直催我，這時候我就會生媽媽的氣，態度不好，臉色很難看，雖然我很乖，會聽爸爸、媽媽的話，也會做家事，但是老師說，真正的孝順，只是聽話還不夠，還要和顏悅色，所以我還要加油！</p> <p><b>結語：</b>  我們都不喜歡看到父母生氣，可是當我們對他們說話大小聲、不禮貌時，往往會讓他們既生氣又難過。所以我們若要父母開心，就要從平常與父母說話時的態度做起，要溫和、有禮貌。</p>	教學簡報	5 分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、會和顏悅色向父母或長輩問好。  二、會主動表達對父母的感恩，如：口說好話、手做好事。</p>	學習單	3 分

附件：教學情境卡(供參考)

情境一	當我正在看電視時，父母或長輩卻要我幫忙做事情，我會回答……
情境二	當我把外套脫下來，父母或長輩卻要我馬上穿起來，我會回答……
情境三	當我在吃飯時，父母或長輩一直把我不喜歡的菜挾給我，我會回答……
情境四	當我要出門時，父母或長輩一直問我要去哪裡，我會回答……
情境五	當我放學回到家時，父母或長輩一直問我今天發生的事，我會回答……
情境六	當我沒有按時完成回家功課，父母或長輩一直問我原因，我會回答……

## 附件：故事內容

### 百善孝為先

有一天，學堂的方丈請大家繳交作業，但小栗子卻說，自己忘記了。方丈提醒小栗子寫功課是每天要做的事情，怎麼會忘記，小栗子反而回答，是因為父親的關係，害他忘記寫功課。

原來昨天，小栗子的爹很多工作要忙，於是請小栗子幫忙送栗子給客人。小栗子雖然答應幫忙爸爸送栗子，但是想到自己功課還沒寫完，所以心不甘情不願的去幫忙爸爸送貨。後來，因為送貨回家太累，他晚上寫功課時，就不小心睡著了；今天早上，他發現自己功課沒有寫完，覺得是父親造成的，就跟父親吵了一架。

方丈知道原因後，告訴所有的學生：「我們人生在世數十載，父母養育我們、照顧我們，從不求回報，現在我們還比較沒辦法體會到這一點，但是，當有一天父母不在的時候，只剩下回憶，每一次回嘴，每一幕讓父母難過的片刻，都會讓我們自責不已，所以孝就是要順。雖然有時候父母做得不對，但是我們懂事順從，不跟父母爭對錯，以後的回憶中就不會有愧疚了，記住方丈的話，以後我們大家都會懂的。」

恰巧，這時候小栗子父親因為在大太陽底下工作，而中暑昏倒。小栗子知道後心中很焦急，他這時才知道真正的孝順除了聽話外，還要和顏悅色對待父母。等父親醒來後，他馬上口氣溫和的上前關心父親，並恭敬的送上一杯茶水給父親。最後，小栗子和父親也和好了。

# 孝順，做得到

年 班 座號： 姓名：

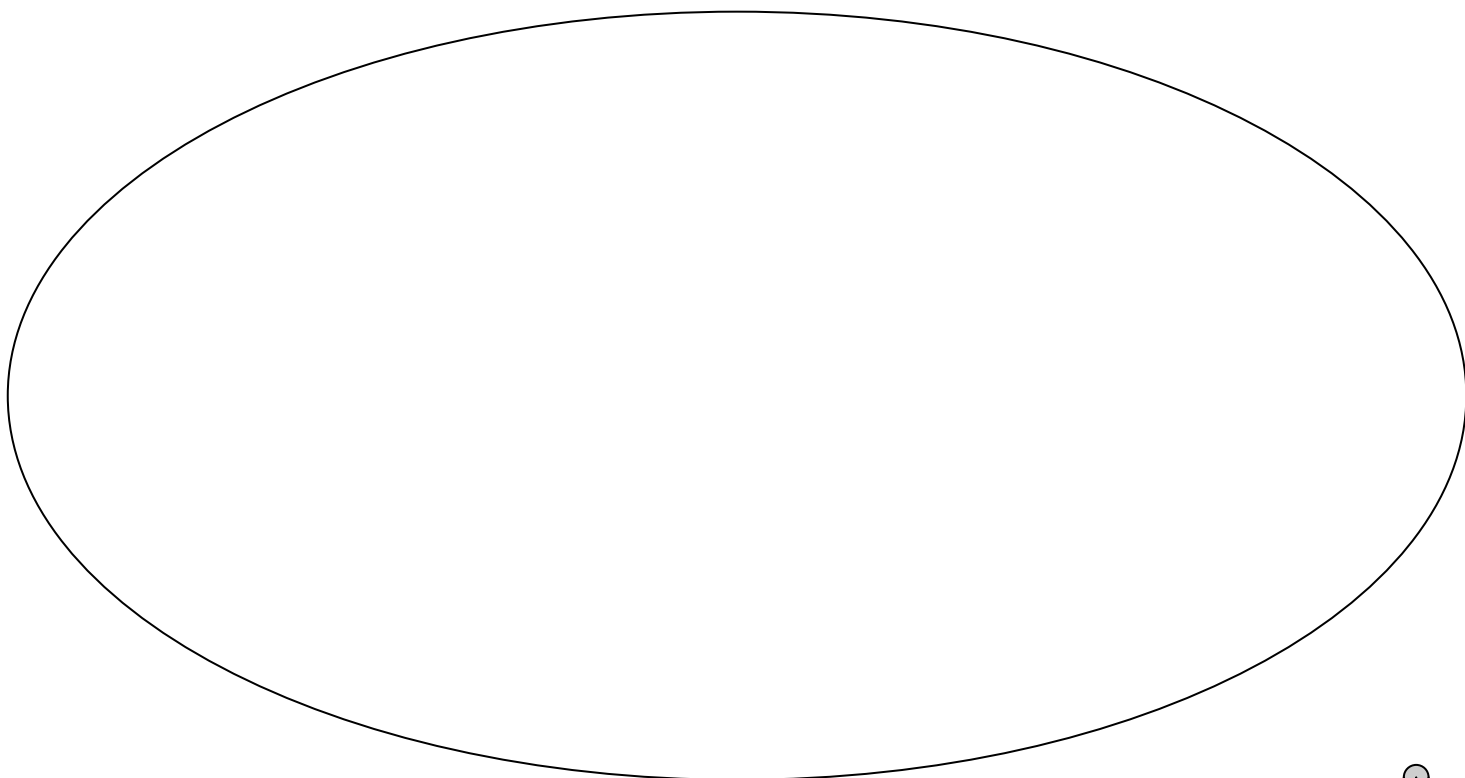
親愛的小朋友們：

請你回想看看，在日常生活中，究竟哪些行為才是真孝順呢？

以下有幾項優良行為，請你在下列空格中，用打「√」的方式，一項一項檢視自己，是不是做到「真孝順」喔！

優 良 行 為	經 常 做 到	有 時 做 到	沒 有 做 到
1. 我會每天和顏悅色向父母或長輩請安問好。			
2. 我會把身體照顧好，不讓父母或長輩操心。			
3. 我會主動告訴父母或長輩，今天在學校發生的事情。			
4. 外出時，我會先告訴父母或長輩去處。			
5. 我會每天幫忙父母做家事。			
6. 我能養成不偏食的好習慣。			
7. 我會「口說好話、手做好事、心想好意」，讓父母或長輩感到光榮。			
8. 當父母或長輩吩咐我做事情時，我會立刻起身去完成。			
9. 我會經常對父母或長輩說出感謝的話。			

■ 請將與父母說話時，你覺得會讓父母開心的表情畫下來：



靜思語：

真正的孝順，只是聽話還不夠，必須和顏悅色，令父母歡喜。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生命教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	生命奧秘	主題內容	生命誕生	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 唐朝小栗子—做公益行大孝			教學時間	40分
靜思語	生日是母難日，應該做有益社會人群的事，以報父母養育之恩。				
單元目標	一、能體會母親懷胎十月的辛苦，懂得照顧自己的身體。 二、能了解「做公益行大孝」的意思，並落實日常生活中。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：氣球(每位學生一個)。 二、學生方面(準備物品)：一件大T恤。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：我要當媽媽了</b> 一、老師發給每個學生一個氣球，自行吹氣打結後，塞進穿了大件T恤的衣服內，正常上課活動一整天，以體驗母親懷孕十個月的種種不便和辛勞。 二、邀請學生上臺分享懷孕體驗過程中的不便和辛苦。				教學簡報 氣球、 大件T恤	10分
<b>結語：</b> 從實際體驗，大家都瞭解挺著大肚子很不舒服，做事情很不方便。然而母親卻要承受懷胎十個月的辛勞與不便，所以我們要孝順母親，更要做好事，讓父母以我們為榮。					
<b>備註：</b> 若有打氣筒，教師可幫學生將氣球充好氣。此外，引導結語時，若班級中有單親或隔代教養的孩子，可再彈性調整內容。					
<b>貳、講述故事：做公益行大孝</b> 一、建議呈現方式:影片播放 二、故事大綱： 小栗子和同學們正在學堂上課，方丈告訴學生：「善用父母所給的身體，去做對社會有益的工作，就是大孝。」邀請學生們假日到悲田院做志工。 假日，大家前往悲田院幫忙，完成工作後，大家聚在廊下一起享用點心，人人都覺得今天又開心有很有意義。方丈跟學生說：「用心付出，就能享受付出的快樂。今天大家都是值得父母驕傲的好孩子。」				故事影片	9分

<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、方丈跟大家說了哪些話呢？</p> <p>二、為什麼湯包說：「事情做不好是丟父母的臉」？</p> <p>三、用心付出，做好事，為什麼會覺得開心呢？</p> <p>四、你曾經做過什麼讓父母覺得驕傲的事？</p>	教學簡報	10 分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>活動時，我覺得大肚子做事情，真的很不方便，像我要蹲下去撿東西，就很困難。我們才一天，就可以將大肚子拿起來，但媽媽要十個月，所以我覺得媽媽真的很辛苦。所以我也要做個乖小孩，讓媽媽開心。像我之前在學校參加跳蚤市場義賣的活動，讓老師把義賣的錢捐給育幼院，爸爸、媽媽知道後，都覺得我很棒，我也覺得很開心。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>我們的生命來自於父母，因為父母的照顧，讓我們能平平安安長大。所以，我們要感恩父母親，除了將自己照顧好，不跟父母說不禮貌的話，我們也可以運用父母給我們的身體，親手做好事，讓父母親以我們為榮，這也是孝順的表現。</p>	教學簡報	6 分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、愛護自己的身體，不讓父母擔心。</p> <p>二、會手做好事，口說好話。</p>	學習單	5 分

## 附件:故事內容

### 做公益行大孝

小栗子和同學們正在學堂上課，方丈告訴大家：「身體、頭髮、皮膚，都是父母給我們的，所以不能做傷害身體的事，這是孝順的根本。」大家聽完方丈的解說後，紛紛舉手發言，表達自己與父母相像的地方。最後方丈說明：「善用父母所給的身體，去做對社會有益的工作，你所做的一切，都是父母的功德，這就是大孝。」並邀請學生們假日到悲田院做志工。

假日，大家前往悲田院幫忙，雙胞胎兄妹阿福和阿喜忙著拍打曬在庭院的棉被；小栗子和湯包一起清掃落葉，但是小栗子卻心不在焉的掃著空氣，湯包忍不住提醒小栗子：「小栗子，你這樣很不孝耶！」小栗子一聽，驚異的追問：「什麼啊？你在說什麼？」「像你這樣亂掃，丟的可是你父母的臉哦！」湯包認真的回答。小栗子問清楚之後，心不甘，情不願的說了「想偷懶都不行。」胖胖和大言在齋堂裡擦拭桌子，胖胖提醒大言：「大言，像這樣的角落也要刷洗到哦！」「你看著我哦！」「沒問題。」大言開心的回答著。摩詰一邊整理花草一邊說：「這些花草放進悲田院裡，爺爺奶奶們看見了，心情一定會很好。」

完成工作後，大家聚在廊下一起享用點心，大家覺得今天又開心又很有意義。方丈跟學生說：「用心付出，就能享受付出的快樂。今天大家都是值得父母驕傲的好孩子。」


# 生 命 誕 生

\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 班 \_\_\_\_\_ 號

姓名：\_\_\_\_\_

親愛的寶貝：

每個人都是媽媽辛辛苦苦懷胎十月，

才生下來；更是父母細心呵護、用心養育才慢慢長大。所以，我們要愛護自己的身體，不讓父母擔心。若能做好事，讓父母感到驕傲，就更好了。下列事項，如果你做到了，請把  的邊緣塗上喜愛的顏色，讓自己成為不僅懂得感恩，更做到報恩的好寶寶。

遊玩的時候，我會  
注意安全，不讓自  
己或別人受傷。

搭捷運或  
公車時，  
我會讓座  
位給需要  
的人。

看到有人  
跌倒了，  
我會扶他  
起來。

我是做環保  
小尖兵-我  
會做好垃圾  
分類。

同學身體  
不舒服，  
我會陪他  
去健康中  
心。

我會做好自  
己的事，讓  
父母安心又  
開心。

靜思語：生日是母難日，應該做有益社會人群的事，以報父母養育之恩。

愛的叮嚀：\_\_\_\_\_



## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生命教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	生命奧秘	主題內容	愛惜生命	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 有禮不亦樂乎—天天都是孝親日			教學時間	40分
靜思語	讓父母歡喜、安心，就是孝順。				
單元目標	一、能將自己的本分事做好，不讓父母擔心。 二、能瞭解讓父母歡喜，也是孝順。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：【讚】小卡(約20張)，五張問題籤。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：孝順大考驗</b> 一、活動說明 (一)全班分兩組進行搶答。 (二)每次各組派一人出來答題，先答對那一組給一張【讚】，最後計分看哪一組有三張以上的【讚】，即通過孝順大考驗。 二、題目內容 請學生就題目內容，說出當時應該怎麼想？怎麼做？才會讓父母安心歡喜。 (一)放學了，同學邀我去他家玩，我很想去，但之前已答應父母，放學後要直接回家，怎麼辦？ (教師參考：要先跟父母說，父母同意，並說好幾點鐘回家。) (二)在家中，剛好爸爸、媽媽下班回家，我可以怎麼做？ (教師參考：拿拖鞋，熱誠歡迎……等) (三)功課寫完了，我想玩電腦遊戲，可以怎麼做？ (教師參考：先徵求父母同意，並確定幾分鐘後要休息。) (四)放學回家，應該要先完成什麼事？ (教師參考：視家庭狀況，完成本分事，如：功課、洗澡等。) (五)怎麼做可以讓父母開心歡喜？				教學簡報 小卡 問題籤	10分
<b>結語：</b> 能讓父母安心，並主動做好本份事，例如寫功課、收拾自己的物品等，看到長輩會問好，這就是日常生活中，我們能做到的基本行為，也是孝順的行為。					

<p><b>貳、講述故事：孝順要怎麼做</b></p> <p>一、建議呈現方式:教師先講故事大綱再欣賞影片</p> <p>二、故事大綱:</p> <p>曾巧因為學校舉辦孝親週，每天都會主動將功課完成，對父母噓寒問暖，主動幫忙做家事，做了這些事只為了讓父母簽名，獲得好成績，但是並不瞭解真正的孝順到底是什麼？也不清楚要怎麼做才能讓父母真正高興。</p> <p>剛好鄰居的李媽媽，非常擔憂地來跟曾巧的父母說，已經有很多天沒收到在美國讀書的兒子的訊息，李媽媽擔心兒子的安危，差一點要搭飛機到美國去，還好兒子終於打電話。</p> <p>而曾巧的父母趁機告知他：孝順並不是為了成績，做很多表面功夫，孝順是能讓父母安心、歡喜。</p>	故事內容 故事影片	12分
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、李媽媽的孩子為什麼讓李媽媽很不安心？</p> <p>二、曾巧做了什麼事？有讓父母真正的安心、歡喜嗎？</p> <p>三、你贊成曾巧做的事情嗎？為什麼？</p> <p>四、你曾經在日常生活中，做了哪些事讓父母很歡喜？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我以前都沒有做到讓媽媽安心。我上完這堂課後，我知道每天放學要快一點回家，不要在工地旁邊玩，回家後，也要快一點寫好功課，做好自己的事，然後可以協助做家事。</p> <p>我要改掉以前的壞習慣，跟同學出去玩會先跟爸媽講，並且跟爸媽講今天班上發生的事情，讓爸媽放心與開心。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>有些人覺得孝順就是長大後賺很多錢，讓爸媽享受。但其實我們現在就能孝順父母，不用等到長大要賺很多錢。只要能保護自身的安全，體貼父母的心，讓父母歡喜、安心，就是孝順。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、會主動完成本分事，如:寫功課、整理自己的房間。</p> <p>二、為父母搥背按摩，讓父母開心。</p>	學習單	5分

## 附件:故事內容

### 孝順要怎麼做

曾巧是一個小學四年級的小學生，他跟爸爸、媽媽住在一間大樓的一樓，他們家樓上有一位鄰居李媽媽，常到他們家串門子。曾巧的爸爸是一家汽車經銷商的業務，簡單說就是在賣車，曾巧的媽媽在婚紗公司上班。

這一天，曾巧的爸爸、媽媽一回家，發現曾巧跟以往都不一樣，他馬上為父母倒茶，搥腳，拿公事包，準備報紙和拖鞋。而且跟以往不同的是，曾巧以前回到家都只會看漫畫或看電視，該做的事情都需要父母提醒才會去做，這次他竟然連功課都自動自發寫好了。

爸爸後來發現曾巧會有這麼大的改變，是因為學校正在推展孝親週活動，曾巧為了爭取好成績，就努力做到老師要求他們要做的事。但是父母問他：「什麼是孝親？為什麼要孝親？」曾巧卻答不出來。他根本不瞭解孝順的意義，也不清楚要怎麼做才能讓父母真正開心。

這時候，樓上的李太太緊張兮兮的跑到曾巧家，她說她在美國讀書的兒子已經好幾天沒打電話回來報平安，她們母子之前就約好每天固定時間打電話。李媽媽擔心兒子可能發生意外，想請曾巧的爸爸幫忙訂機票，她去美國看兒子。還好之後，李太太的兒子打電話回來，並提到自己因為去露營，忘了要打電話回家報平安。曾巧的父母把握機會跟曾巧說明：「孝順並不是為了成績做很多表面功夫，而是讓父母安心。」

於是曾巧想到可以用一些方法讓父母開心，他知道爸爸在公司很希望被總經理重視，於是請李太太用錄音機錄了幾句誇讚爸爸的話。結果，曾巧一天到晚打電話給爸爸的總經理，播放這一段錄音，讓總經理不堪其擾，說了曾巧的爸爸一頓。曾巧又聽說媽媽的婚紗展場參觀人潮太少，於是畫了一張宣傳單，請同學拿去影印，發給他們認識的小朋友和在家的阿公、阿婆，請他們去參觀。但是小朋友和老人家不會購買婚紗的商品，所以也沒能幫上忙。

雖然曾巧想為父母做事，讓他們開心，卻用錯方法。後來，曾巧總算明白，自己要讓父母歡喜，只要做好本分事，或像老師所要求的，為父母倒茶，搥腳，拿公事包，準備報紙和拖鞋，假日為父母準備早餐等等，就能讓父母歡喜了。

# 安心寶貝

班級：

姓名：

親愛的寶貝：

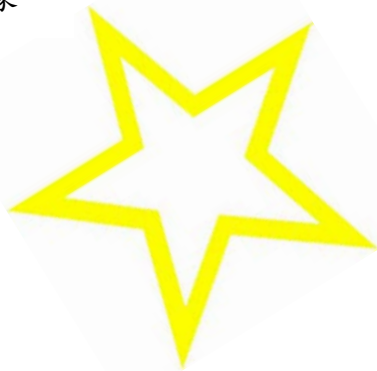
如果你完成一件行動，就可以在星星上著色，祝福你獲得滿天星星。

別忘了：「讓父母歡喜、安心，就是孝順」唷！

自動做功課

準時回家

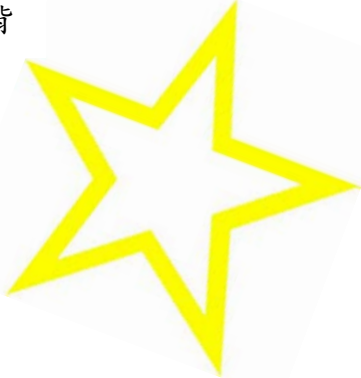
說我愛你



按摩搥背

做家事

恭敬倒水



做好事

說好話



## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生命教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	生命奧秘	主題內容	愛惜生命	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 地球的孩子—小志工陳芄均			教學時間	40分
靜思語	報答父母恩，莫過於發揮良能，為人群付出，即是大孝。				
單元目標	一、能愛惜身體，不讓父母擔心。 二、能身體力行，服務助人。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：情境圖片、教學簡報、影片、學習單。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)選選看：觀看情境的圖片，選出哪些是孝順的行為。 情境一：遵守交通規則，紅燈停，綠燈行； 情境二：騎機車超速； 情境三：學習認真，讓爸媽放心； 情境四：分擔家事，減輕爸媽的負擔； 情境五：幫助受傷的同學； 情境六：在學校打掃認真 情境七：與人吵架； 情境八：到公園玩看到垃圾撿起來； 情境九：捐血救人。 (二)排排看： 請學生就選出的孝順方式，將受益人數或得到快樂的人數越多，排序越前面。 <b>二、問題討論</b> 為什麼「捐血救人」、「到公園看到垃圾撿起來」、「在學校認真打掃」的順序會比較前面？				教學簡報 情境圖片	10分
<b>結語：</b> 若我們能愛護自己的身體，再善用健康的身体，幫助他人，這樣一來，覺得開心的不只是父母，被你幫助的人也會覺得很歡喜。讓他人因為你而開心，這也是孝順的行為。					
<b>貳、講述故事：</b> 小志工陳芄均 一、建議呈現方式:播放影片 二、故事大綱:				故事內容 故事影片	12分

<p>靜思書軒有位的小小的志工，她是年僅九歲的陳芃均。在書軒服務的時光裡，芃均不只自我成長，也影響了家人，讓父母也跟她一起當志工，做好事。</p>		
<p><b>參、省思：</b>  一、陳芃均擔任小志工時做了哪些事？她學到什麼？  二、陳芃均在安親班，為何受到老師和同學的歡迎？  三、你覺得芃均的行為，是否孝順呢？為什麼？  四、你可以如何發揮良能，盡大孝？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b>  在課程中，我知道幫助別人也是孝順的行為。因為可以運用爸爸、媽媽給我的身體，去做好事，自己開心、父母開心、別人也會開心。而且我要改掉愛吃零食和挑食的習慣，好好照顧自己的身體，不讓爸爸、媽媽擔心，才会有健康的身體去做好事。現在開始我要主動做家事，並幫助同學。</p> <p><b>結語：</b>  在幫助別人的過程中，能感受到自己長大了，會覺得很開心；而父母看到我們懂事，能去協助他人，也會為我們感到驕傲。所以發揮自己的能力，去做好事，是孝順的表現。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、不進行危險的遊戲活動，遵守規則，讓父母安心。  二、當自己完成打掃工作後，會主動幫助同學。</p>	學習單	5分

## 附件:故事內容

### 小志工陳芃均

芃均穿著圍裙，把物品整齊地擺在架上，稚嫩的臉龐上神情格外專注。陳芃均從幼稚園中班三歲多就擔任小志工，在新舞台靜思書軒已經五年多了。不管是排椅子、擦櫃檯，還是補貨、補書，芃均都做得有模有樣。

芃均每週六晚上都到靜思書軒幫忙，身為家中的掌上明珠，卻沒有驕氣，甚至還會幫忙打掃廁所，一點都不嫌髒；反而做中學、學中覺，體會到清潔人員的辛勞。芃均認為：「自己洗過廁所，就知道別人怎麼幫你洗，因此要好好維護它。」

芃均是家中的獨生女，以前想做什麼就做什麼，自從當了小志工，與人互動的機會多了，也懂得關心別人、付出愛心。芃均在家裡會分擔家事，常常主動摺衣服、洗廁所，更會在家人需要幫助時主動伸出援手，例如：家人發燒時拿毛巾沾水幫家人降溫。在安親班裡，受大家歡迎的芃均常會幫忙搬桌椅、掃地，還會教其他小朋友手語。芃均像一顆種子將其學到的善與愛不斷地散播出去。芃均的爸爸說：「小朋友來書軒當志工後，對家庭而言是很好的心靈提升。」有一次媽媽載她去上畫畫課，計程車在後面很急的按喇叭，媽媽脫口說出：「叭什麼叭！」芃均在後面講：「靜思語說，原諒別人就是善待自己」，讓媽媽馬上停止抱怨。

女兒的轉變父母都看在眼裡，良善的漣漪從芃均身上擴展到整個家。現在芃均爸爸、媽媽，也加入志工的行列，家庭的氣氛更和諧而愉快。

# 做好事報答父母恩

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_ 家長簽名：\_\_\_\_\_

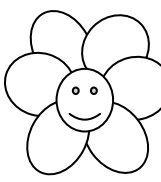
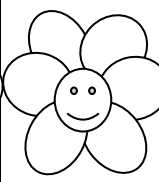
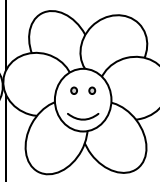
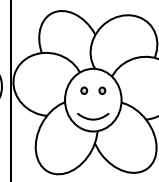
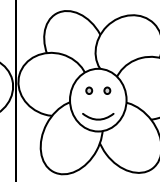
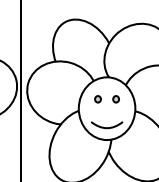
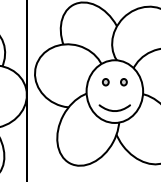
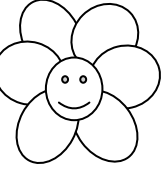
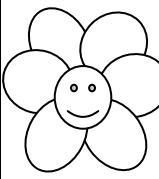
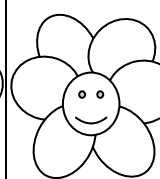
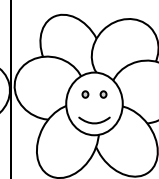
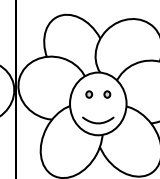
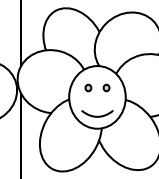
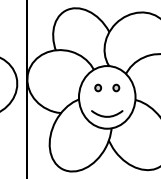
一、小朋友：愛惜身體讓爸媽安心就是孝順喔！做到了，請畫出爸媽的笑臉：

愛惜身體	依天氣冷熱 自行增減衣服	不挑食 多吃蔬果	少喝飲料 多喝開水	不進行 危險的遊戲
月 日				
月 日				
月 日				
月 日				
月 日				
月 日				

二、知道愛護自己的身體後，還能善用父母給你的身體，為人群服務更是大孝喔！

能做到下方所列的事項，請在花瓣上塗色，讓美麗的「大孝花」開滿地！

- 1 看到垃圾主動撿起。
- 2 在學校打掃認真。
- 3 主動幫助同學。

_月_日	_月_日	_月_日	_月_日	_月_日	_月_日	_月_日
						
_月_日	_月_日	_月_日	_月_日	_月_日	_月_日	_月_日
						

靜思語：報答父母恩，莫過於發揮良能，為人群付出，即是大孝。



## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生命教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	生命奧秘	主題內容	愛惜生命	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 地球的孩子—五分埔姊妹			教學時間	40分
靜思語	孝順就是當父母有需要時，能夠歡喜付出。				
單元目標	一、能主動分擔家務，減輕父母辛勞。 二、能表達出對父母的愛。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：象徵父母的頭套(或可用大名牌貼於胸前)。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：幸福總動員</b> 一、活動說明 (一)以直排為單位，一排為一組，教室前面放一張椅子給扮演父母的學生坐。 (二)請學生發表，平常父母親會希望自己協助做哪些事情?教師把學生提供的內容，寫在黑板做為需求表。 (三)各組輪流進行，各派一人扮演父母(戴頭套)坐在椅子上，從需求表中選擇一項需求，請同組學生表現貼心的行為。經全班確認，表現得宜就過關就換下一組。 例如：父母若選擇做家事，學生可主動表示幫忙掃地、拖地等，讓父母感到幸福即可過關。 (四)若沒過關，全組回原位觀摩其他組，最後有時間可再進行一次。 二、進行方式 (一)老師引導：父母每天辛苦的工作、照顧我們，他們也需要我們的幫忙，如果我們能歡喜付出，他們就會很幸福喔! (二)老師說：「幸福總動員」，全體學生答：「GO!GO!GO!」第一組扮演父母者從需求表中選擇一項需求，表達需求時參考語句：「我好想要有人……」 (三)學生依照父母需求，貼心表現，計時1分鐘。 老師詢問全班：「覺得父母幸福嗎？」 若回答幸福就過關換組。 (四)如果沒過關，全組暫時回原位觀摩別組的表現，各組都輪完之後，若有時間再練習一次。				教學簡報 頭套	12分

<p><b>結語：</b></p> <p>父母每天辛苦的工作、照顧我們。而我們能夠體貼父母的心，主動幫忙，就能讓父母感到歡喜。所以孝順就是當父母有需要時，能夠歡喜付出，這是我們日常生活就可以做到，能表達愛爸爸、媽媽的方式。</p> <p><b>備註：</b></p> <p>面對低年級的孩子，若能在課堂前先讓孩子製作屬於自己角色的頭套，會讓孩子對角色扮演更投入。</p>		
<p><b>貳、講述故事：</b>五分埔姊妹</p> <p>一、建議呈現方式：播放影片</p> <p>二、故事大綱：</p> <p>假日的時候，家卉、家甄和五歲的妹妹家瑜很少出去玩，多半在麵店幫媽媽賣麵，是媽媽的得力小助手。媽媽是印尼華僑，爸爸兩年前中風後無法工作，姊妹們不忍媽媽辛苦，都會主動幫忙，讓媽媽稍稍喘一口氣。麵攤公休時，也會幫媽媽按摩，讓媽媽感到很幸福。</p>	故事內容 故事影片	12分
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、三姊妹會幫媽媽做哪些事情呢？</p> <p>二、幫媽媽賣麵很辛苦，又不能玩，為什麼她們願意幫忙？</p> <p>三、你覺得爸爸、媽媽需要你幫忙什麼事？</p> <p>四、父母需要你幫忙時，你正好想做別的事，你會怎麼辦？為什麼？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我感受最深的是影片裡三姊妹在爸爸中風後，和媽媽一起經營麵攤賺醫藥費，三姊妹雖然很想去做自己的事，可是不忍心看到媽媽自己一個人經營麵攤，所以幫忙媽媽外送、買材料、端麵，星期二公休也會幫媽媽捶背、按摩，大姊也會替小妹洗澡。我覺得她們很堅強、很厲害。</p> <p>我希望自己也要主動且心甘情願做家事，因為家事，不是只是媽媽的事。之前每次我在看書，媽媽叫我做事，我都不會理會，除非媽媽再叫第二遍，我才會理媽媽。以後，我應該媽媽一叫就要應答才對。我還要跟爸爸、媽媽一起運動，說有趣的事給爸爸、媽媽聽，讓他們都開心。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>父母照顧我們，真的很辛苦，所以我們生活中不要頂嘴，讓父母傷心，也不要故意忽略父母呼喚我們，需要我們幫忙的需求，如此才是真正疼惜父母給我們的生命，不讓父母操心、煩心。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p>	學習單	3分

一、父母在做家事時，會主動一起做。 二、父母有事情跟我說時，會立即回答。		
---	--	--

## 附件:故事內容

### 五分埔姊妹

周假日的時候，家卉、家甄和五歲的妹妹家瑜，會跟著媽媽來到五分埔。她們不是去逛街，而是要幫媽媽賣鍋燒意麵。家卉是大姊，小學二年級就幫媽媽賣麵，現在已經讀六年級，對麵攤所需要的東西都很了解，是媽媽的得力小助手。而家甄則會騎滑板車，俐落地穿梭在人潮擁擠的夜市幫忙外送。

三個姊妹的媽媽是印尼華僑，嫁到台灣十幾年，以前她和爸爸一起經營麵攤，生意還不錯，不過前兩年爸爸中風，為了支付醫藥費，只好把麵攤頂讓給朋友，媽媽則被聘回來當員工，但是生意就比以前差。雖然生意不好，但晚上從學校回來或放假，三個姊妹都會陪著媽媽，在麵攤幫忙。家甄老實說，以前看到別的小朋友可以自己去玩，她卻只能在麵攤幫忙，會覺得很討厭；而家卉有時候因為學校的課業負擔比較重，覺得有壓力，很累，也會不想幫忙。但當她們看到媽媽這麼辛苦，手都破皮、流血了，就會甘願陪著媽媽，她們覺得一家人在一起就是一種幸福。

每周二是麵攤的休息日，這一天也是媽媽的休息日，姊妹們會幫媽媽按摩、搥背，讓媽媽痠痛的肩膀放鬆。雖然無法選擇出生的家庭，但家卉始終相信，只要努力，將來一定可以讓家人變得更好。

# 幸福總動員

班級：\_\_\_\_\_

姓名：\_\_\_\_\_

★小朋友！爸爸媽媽工作很辛苦，你的貼心孝順就是他們的幸福，孝順不是只有二天三天的事哦！現在請你送給爸爸媽媽一張永久貴賓證，告訴他們：我願意做到以下十點幸福宣言：

## 【幸福宣言】

1. 父母要我幫忙時，我會笑咪咪的說：【好！我來了！】，然後用心去做。
2. 因為我做錯事或被誤解，父母生氣的罵我時，我會好好說清楚。
3. 我會主動關心爸爸、媽媽。
4. 我會主動做家事。
5. 我會認真讀書做功課。
6. 我會整理好自己的房間。
7. 我會照顧好自己的身體。
8. 我有好東西，一定先請父母享用。
9. 我會每天恭恭敬敬的向父母問好。
10. 我會擁抱父母、說感恩的話。

◆我會將此張【幸福宣言】放在我的書桌明顯處，每天提醒自己做到。

★請爸媽給分（一項一分）

月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日

爸媽叮嚀：

老師鼓勵：

靜思語：孝順就是當父母有需要時，能夠歡喜付出。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	生命教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	生命奧秘	主題內容	愛惜生命	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 唐朝小栗子—當下一秒踏實過			教學時間	40分
靜思語	人命只在呼吸間，如能抱著過「秒關」的心態，就會愛惜生命、珍惜人生。				
單元目標	一、能把握時間做好自己該做的事。 二、學會保護身體，愛惜生命的方法。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：沙漏、計時器、糖果。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：生命沙漏</b> 一、活動說明 (一)班級每一直排為一組，每組放置一個生命沙漏。 (二)教師事先在教室各角落藏好糖果代表寶石。(糖果數量略少於組數*3。) (三)當沙漏上層沙子流完，代表生命結束。(約180秒) (四)各組要在生命結束前，找到3顆生命寶石，才能讓生命沙漏延續。 (五)當時間到，老師會說：「木頭人。」所有同學需待在原位不動。 二、進行方式： (一)教師解說規則後約定默契： 老師說：「搶救生命」 學生答：「過秒關，GO!GO!GO!」 老師說：「計時180秒，開始！」 聽到開始，各組將沙漏倒轉，並開始尋找生命寶石。 (二)180秒內找到寶石的學生要將寶石送到生命沙漏旁，找滿3顆，才能翻轉沙漏，讓生命沙漏繼續延續後，全組回座位坐下，由組長帶隊歡呼「搶救生命沙漏成功。」。 (三)倒數十五秒，老師說：「生命倒數計時，大家一起來！預備：10 9 …」時間到，老師說：「木頭人。」所有同學待在原位不動。老師宣布沒有搶救成功的組別，並展示靜止的沙漏，表示生命結束。				教學簡報 沙漏、 計時器、 糖果。	10分

<p><b>結語：</b></p> <p>看到生命沙漏一點一滴的流失，是不是會覺得每一秒鐘都很重要？所以我們應該要愛惜寶貴的生命，做好自己該做的事，才能掌握生命，不讓時間白白溜走。</p>		
<p><b>貳、講述故事：</b>當下一秒踏實過</p> <p>一、建議呈現方式：播放影片</p> <p>二、故事大綱：</p> <p>栗子爺爺年紀大了，他有點難過，不知自己可以再活多久，卻沒有留下財產給他最愛的孫子小栗子，他羨慕好朋友陸先生的工作充實，陸先生鼓勵栗子爺爺一起來做，一分一秒不浪費。這時飛來一張紙，栗子爺爺發現是藏寶圖，很高興並仔細研究，尋找了好幾天，終於找到寶藏可能埋在一棵樹下。他挖土時，沒注意一旁的樹竟然倒了，栗子爺爺來不及閃躲，就被壓在樹枝中。</p> <p>陸先生和方丈在外面散步，看到孩子們在玩藏寶圖遊戲，好奇走過去，忽然聽到「哀叫」的聲音，發現竟然是栗子爺爺，就挑開樹枝，帶爺爺回家，並詢問栗子爺爺事情發生得經過，原來栗子爺爺以為撿到真的「藏寶圖」。方丈告訴爺爺：要有「過秒關」的觀念，當下一秒踏實過，把握現在，生命就會有意義，分秒都是寶。</p>	故事內容 故事影片	12分
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、栗子爺爺的藏寶圖是怎麼來的？</p> <p>二、方丈告訴爺爺什麼才是寶呢？</p> <p>三、說說看生活中有哪些事，是自己該把握時間做好？</p> <p>四、你會怎麼愛惜自己的生命呢？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>以前我常常會想如果我是超人，我就可以在天上飛、可以打壞人，也可以用法術把功課寫完。因為我喜歡想東想西，所以有時被老師叫起來回答問題時，都回答不出來。老師就會說上課要專心。今天看完小栗子爺爺的故事，要把握現在自己的時間，否則自己想像的東西，就會永遠只是想像，不會成真。所以我要專心上課，認真寫功課，之後才有能力，變成自己想成為的人。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>生活中我們都會有一些夢想和希望，而夢想和希望都要靠時間和持續不斷的努力來完成，光是用想的或用不正確的方法，不只無法達成願望，還可能為自己帶來傷害或損失。所以，我們每天都要把握時間，以積極認真的態度過每一天。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、會完成自己每天該做的事。</p> <p>二、愛惜自己的健康，避免做傷害身體的事情。</p>	學習單	5分





## 附件:故事內容

### 當下一秒踏實過

栗子爺爺年紀大了，他有點難過，不知道自己可以再活多久，來陪小栗子；爺爺同時也感到自責，沒有留下財產給他最疼愛的小栗子。陸先生安慰栗子爺爺，其實爺爺就是小栗子最大的寶藏，還說老天爺可沒規定有錢、有學問才是好爺爺。栗子爺爺還是很羨慕好朋友陸先生生活得很充實。於是，陸先生就鼓勵栗子爺爺跟著他一起活動，不浪費一分一秒。

後來，天空飛來一張紙，栗子爺爺發現是一張藏寶圖，他很高興並仔細地研究，發現寶藏就埋在村子樹林裡的某棵樹下，栗子爺爺興奮的想：「要是能找到寶藏，別說是留家產了，我還有能力，可以去幫助很多人哪！」於是栗子爺爺每天都到樹林裡尋寶，忙了好幾天，終於找到那一棵樹。他努力的挖土，卻沒注意到一旁的樹竟然倒了，栗子爺爺來不及閃躲，被壓在樹枝中。

陸先生和方丈在樹林裡下棋，突然發現好幾天都沒看見栗子爺爺，陸先生猜想栗子爺爺一定找到讓生活充實的方法。後來他們在樹林裡看到孩子們在玩藏寶圖遊戲，好奇走過去，忽然聽到「哀叫」的聲音，仔細一看，竟然是栗子爺爺被倒下來的樹木壓住，就趕緊搬開樹木，帶爺爺回家擦藥。

大家發現在爺爺房裡有張遊戲藏寶圖，就問栗子爺爺怎麼一回事呀？栗子爺爺說：「走在路上，一陣風吹來的，開心得以為撿到了寶呢！真是慚愧，年紀一大把了，日子卻老是過得不踏實。」方丈告訴爺爺：「不用擔心，也不需要慚愧，要有『過秒關』的觀念，不思前，不想後，當下一秒踏實過，最重要的就是把握現在。若能當下一秒踏實過，則分分秒秒都是寶。」栗子爺爺聽懂了，於是決定以後只要珍惜和孩子相處的時間，不再做其他的白日夢。

# 珍惜當下，做該做的事

班級：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

親愛的小朋友：

對於自己該做的事情，要勉勵自己每天都做到喔！

下面的好行為希望你能堅持每天都做到！

- |           |              |
|-----------|--------------|
| 1 早晚問候家人。 | 2 起床摺棉被。     |
| 3 刷牙。     | 4 做一件家事。     |
| 5 寫功課。    | 6. 請自訂一個：( ) |

\*堅持做到 21 天（次），每做到一次，將一個😊塗顏色，塗完所有的😊，表示你已堅持做到 21 天（次）。也請爸媽在你每完成七次時都能寫下鼓勵的話。

1	2	3	4	5	6	7	愛的鼓勵（一）
😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
8	9	10	11	12	13	14	愛的鼓勵（二）
😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	
15	16	17	18	19	20	21	愛的鼓勵（三）
😊	😊	😊	😊	😊	😊	😊	

靜思語：

人命只在呼吸間，如能抱著過「秒關」的心態，

就會愛惜生命，珍惜人生。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	環保教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	資源再生	主題內容	資源分類	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會:馬來西亞慈濟專題—檳城環保小天使(劉仁紳帶動家人造福田)			教學時間	40分
靜思語	疼惜大地之心固然可貴,然而做環保也要用智慧。				
單元目標	一、能珍惜地球資源。 二、能認識資源回收的價值與重要。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
<p>一、教師方面(準備物品):</p> <p>(一)準備三個購物袋,正面各貼上(1)塑膠帶(2)塑膠杯、盒、寶特瓶(3)紙類等標籤;背面分別貼上(1)環保袋(2)環保杯(3)環保餐具。置放於活動場地前方。</p> <p>(二)準備四種不同早餐套組的圖片,再依不同的套組,準備適當裝盛的一次性餐具, 每種各準備數份(依班上人數而定)。</p> <p>(三)垃圾袋一個、環保餐具一組。</p> <p>二、學生方面(準備物品):無</p>					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<p><b>壹、體驗:</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>(一) 老師展示各種類早餐圖卡,請學生先想想看餐點選擇的順位。</p> <p>(二) 請學生依序來選購餐點,老師將整份餐點拿給同學。如第一順位想選的餐點已被選購完畢,則選擇自己心中下一順位的餐點。</p> <p>(三) 請學生將早餐提袋內的東西,放置桌面檢視並說出感受。</p> <p>(四) 進行回收分類,分別投入對應的資源回收袋中。</p> <p>(五) 等學生全都分類完畢,檢視各個袋中的垃圾,是否分類正確,如有錯誤,告知正確的分類。</p> <p>二、問題討論</p> <p>(一) 從活動中你看到內用和外帶的差別嗎?</p> <p>(二) 塑膠袋內的物品全部放在桌上時,你發現了什麼?</p> <p>(三) 想一想,每個資源回收袋裡的東西,可以再利用嗎?</p> <p>(四) 有什麼方法可以讓垃圾變少,連資源回收的垃圾也沒有了?(這時將三個購物袋轉成背面面向學生)</p>				教學簡報	15分

<p><b>結語：</b></p> <p>在活動中我們只是攜帶環保袋就可以省下一次的資源浪費，只要每個人處處用心，養成好習慣，儘量不用、少用塑膠袋，並能資源再利用，這就是生活智慧，也是疼惜大地的行為。</p>		
<p><b>貳、講述故事：環保小天使</b></p> <p>一、建議呈現方式：影片播放或教師口述內容。</p> <p>二、故事大綱：</p> <p>就讀馬來西亞檳城慈濟幼兒園的劉仁紳，從四歲起在老師的教導下，開始學習做環保，並且邀請媽媽參加幼兒園的環保日。媽媽剛開始只是為了陪伴他，後來也養成習慣，除了影響媽媽，連他的兩個哥哥也因為看到劉仁紳對環保的堅持，而有環保觀念，跟著走入做環保的行列。現在他們全家都齊心盡力做資源回收。劉仁紳還說做環保不是一個人的事，要很多人做，地球才會乾淨。</p> <p>備註： 教師可讓學生了解，四歲的劉仁紳秉持環保救地球的信念，堅持在生活中實行資源分類，改變了媽媽的想法，也影響了哥哥們，帶動家人一起用智慧與愛守護地球。</p>	故事內容 故事影片	10分
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、劉仁紳的家人為什麼也加入做環保的行列？</p> <p>二、承上題，他們做了哪些事情？</p> <p>三、劉仁紳為什麼覺得做環保很重要？</p> <p>四、你覺得做環保重不重要？</p> <p>五、生活中，你覺得哪些東西可以資源再利用？</p>	教學簡報	5分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>以前，從沒有想過和媽媽到早餐店買早餐，竟然會製造好多垃圾，而且這些垃圾要丟的時候，我也很苦惱，不懂得怎麼分類，不知道要丟在哪個回收桶，所以常常全部丟進垃圾桶。現在我知道了，在家裡吃完早餐再上學，或用自己的碗裝食物，買東西時自己帶袋子，就可以減少製造垃圾了。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>期待每一個人都能擁有疼惜大地的心，並在生活中實行資源分類，讓地球減少負擔，並且以少用、不用、回收再利用的想法做環保，才是真智慧。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、會學習進行資源分類。</p> <p>二、每天會自備餐具，儘量不用免洗碗筷。</p>	學習單	5分

## 附件：故事內容

### 環保小天使

在馬來西亞檳城慈濟幼兒園裡，每個星期五是學校的環保日，老師、小朋友和家長，大家一起動手做資源回收與分類。其中有一位名叫劉仁紳的小朋友，他從四歲起在老師的教導下，開始學習做環保，還邀請媽媽一起參加幼兒園的環保日。媽媽鄭麗英剛開始並沒有答應，只是孩子一次又一次的邀約，有時候還會發脾氣，硬要她去，讓她對孩子幼兒園的環保日感到好奇。後來，為了配合孩子的心願，媽媽就決定答應劉仁紳，參加一次幼兒園環保日。結果媽媽一去後，開始每個星期五，都自動到幼兒園報到做資源分類。

此外，每天當媽媽開車去接劉仁紳放學時，都會陪著他從學校走到停車場，就會看到劉仁紳邊走邊撿路上被亂丟的塑膠空瓶或鐵鋁罐。有一次，從遠處看到馬路上有寶特瓶，他不管三七二十一的就跑過去撿，媽媽很心疼要制止，劉仁紳就很生氣，有時候，已經坐上車了，發現有回收物，他也會堅持下車去撿拾。平時媽媽都會順著孩子的意思，不過遇到車子多，太危險或太骯髒的情況，也還是會禁止。

劉仁紳不只是堅持做環保，而且是「有非做不可的執著」，媽媽很無奈，經過一次次反覆的解釋和教育，現在的他已懂得「不執著的堅持」。每當媽媽嫌棄回收物太髒，他就告訴媽媽：「不要讓地球生病，要多做資源回收，才能讓大家平安快樂。」媽媽聽了很感動，於是不但沒有阻止，還配合劉仁紳，在車上放一個回收箱，讓他隨時可以放資源回收的東西，以行動支持他的行為和想法。

劉仁紳除了影響媽媽，也讓兩位哥哥了解環保的重要，跟著他一起做環保。平時父母忙於工作，所以家裡的資源分類由三兄弟一起承擔。每當回到家中，劉仁紳會先將功課做好，再和哥哥們一起做環保和資源分類。在慈濟幼兒園三年的薰陶下，他已懂得「做環保不是一個人的事，要越多人做，地球才不會有汙染，不會有災害，才不會生病。」

劉仁紳和哥哥們懂得惜福愛物的道理，會將回收物再利用變成他們的玩具。像較大的紙張，就摺成紙飛機來玩，瓶蓋拿來比賽誰彈

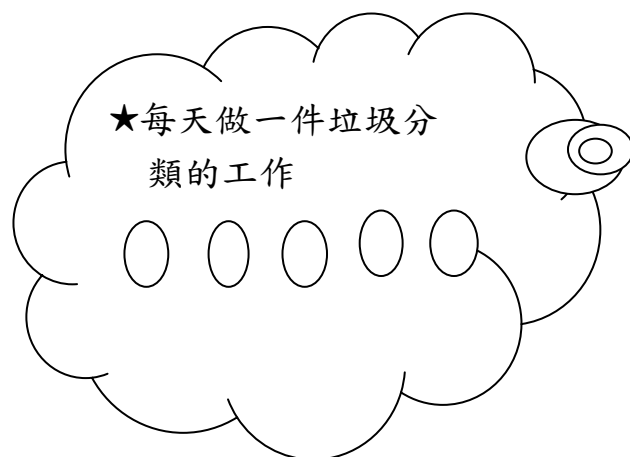
的遠……等。雖然有時候會把家裡弄得髒兮兮，但父母看到，在大人眼中的垃圾變成了孩子的玩具，既環保又節省買玩具的費用，也十分支持孩子們的創意與智慧。以前媽媽還認為孩子太固執，現在反而認為孩子的堅持有他的道理存在，所以全家都齊心盡力做資源回收。劉仁紳年紀雖小，但他能堅持在生活中力行環保，所以人人稱他是環保小天使。

附件

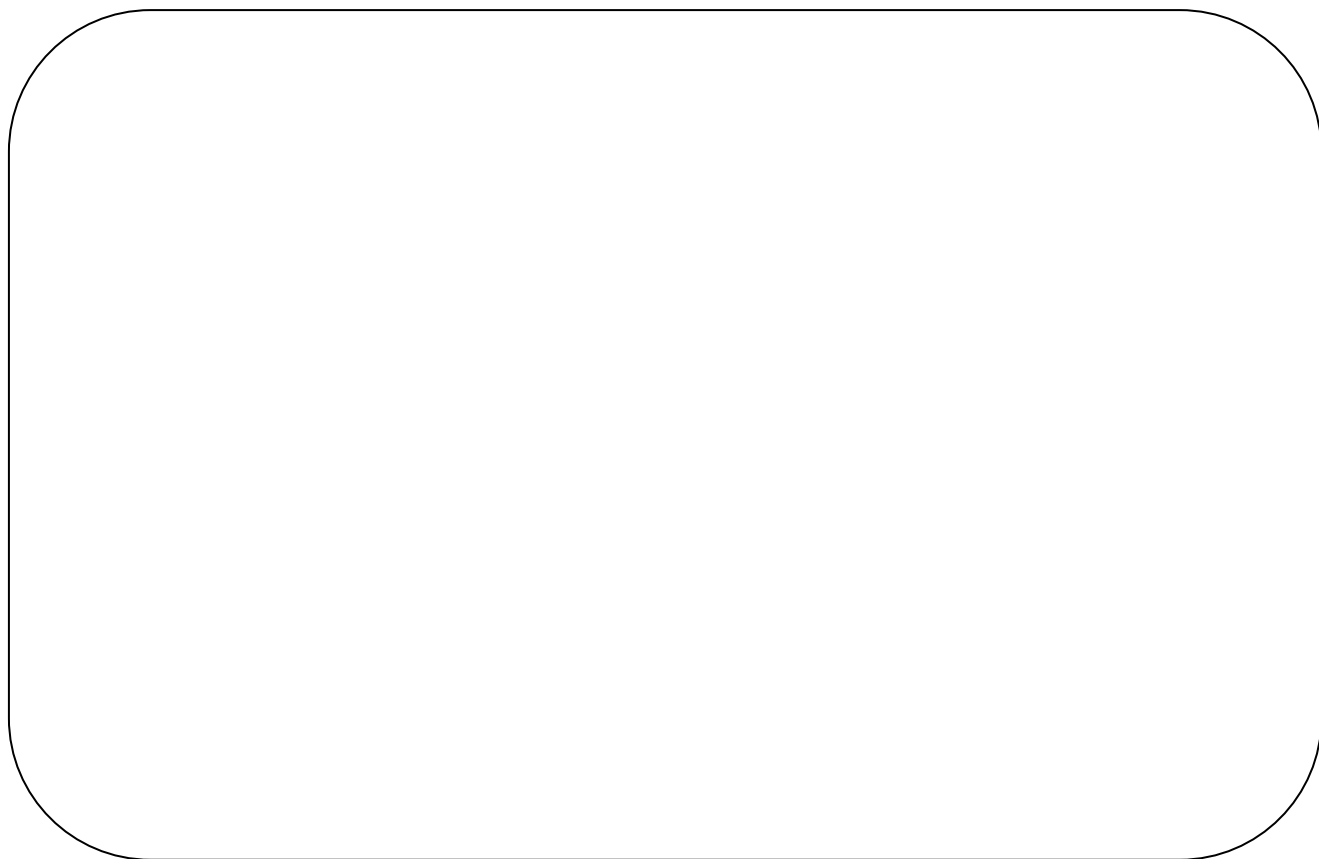
# 我也是環保小天使

班別：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

★小朋友，你看完了劉仁紳的故事後，你知道自己也可以變成環保小天使嗎？其實我們只要在日常生活中，堅持信念做好資源回收的工作，就能像劉仁紳一樣也是最棒的環保小天使。從今天起，希望你每天做到下面各項，做到一天，就可以將雲朵裡的一個○塗上你喜歡的顏色。



畫畫看你跟家人或同學們一起做環保的情形



靜思語：疼惜大地之心固然可貴，然而做環保也要用智慧。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	環保教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	資源再生	主題內容	資源分類	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會:馬來西亞慈濟專題— 檳城環保小尖兵(哈菲士)			教學時間	40分
靜思語	說做、想做，不如動手做。				
單元目標	一、能認識資源回收分類的項目。 二、能學習讓垃圾減量的方法。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
<p>一、教師方面(準備物品):</p> <p>(一)資源回收標誌圖卡一張。</p> <p>(二)長繩子二條(每條長約 200 公分)。</p> <p>(三)食物圖卡、飲料圖卡,各約 8-10 張,將情境布置成一家早餐店或自助餐店。</p> <p>(四)塑膠袋、吸管、竹筷、紙杯、保麗龍杯、塑膠杯、紙盒、塑膠餐盒、點餐單〈也可以增加廣告紙、報紙等...〉數量依情境設計而定。</p> <p>二、學生方面(準備物品):</p> <p>(一)購物袋〈2個〉</p> <p>(二)環保杯、環保碗、環保筷,讓每位孩子自備一份</p>					
<b>教學活動</b>					
教學步驟				教具	時間
<p><b>壹、體驗:</b></p> <p>一、活動說明</p> <p>(一)將學生平均分成二組,〈每組選出二位當爸爸、媽媽〉用二條繩子在地上圈成二個大圓圈,象徵二個家園。</p> <p>(二)進行購物行動:</p> <p>1. 第一組由爸爸、媽媽帶到餐飲店毫無節制的買了很多東西,每人手上都用塑膠袋裝紙杯、餐盒、吸管、竹筷、飲料杯、廣告紙等。團隊進到自己的圓圈家,將用完餐的餐盒、紙杯、紙盒、廣告紙、竹筷、吸管等物品放入圈內,人也要站在圈內,腳儘量不能碰到這些物品。</p> <p>2. 第二組的爸爸、媽媽帶領小朋友自備環保杯、環保碗、環保筷、購物袋到餐飲店買食物。但因為有環保碗、筷及環保袋。所以團隊僅需提著購物袋,進入第二個圓圈〈家〉,用完餐後,將環保碗、筷、杯子放入環保袋內收拾乾淨,放在圈內,人也要站在圈內,腳儘量不能碰到物品。</p> <p>二、問題討論</p>				<p>教學簡報</p> <p>繩子</p> <p>圖卡</p> <p>塑膠袋、</p> <p>吸管等物</p> <p>品</p>	12分



<p>(一)哪一個家的垃圾比較多，為什麼？  (二)你喜歡居住哪一個家庭環境呢？</p> <p>三、教師引導學生，一起動手收拾第一組的家，並讓學生們認識資源回收標誌。</p> <p>結語：  大家都不要喜歡垃圾與塑膠袋被隨意拋棄，讓自己連站的地方都沒有。若我們不愛惜地球的環境，有一天我們很可能都要住在垃圾堆裡。所以，我們不只注重資源回收，而是要先從生活中開始，拒絕誘惑、降低需求，減少垃圾量。</p>		
<p><b>貳、講述故事:</b>玩耍中不忘愛地球</p> <p>一、建議呈現方式：播放影片搭配教師講解</p> <p>二、故事大綱：</p> <p>就讀馬來西亞檳城慈濟幼兒園六歲的哈菲士將「珍惜可用資源」及「維護地球環境」當成生活習慣，與同學或鄰居騎單車玩耍時，都會在出門前備好二個塑膠袋，沿途撿起那些被人隨手丟棄的垃圾，放進掛在單車手把上的塑膠袋。</p> <p>返家後，還會檢查今日撿回的物品，進行分類，若有資源回收物被弄濕，就拿到戶外，利用陽光進行日曬，曬乾後再回收。原本同學都會嘲笑哈菲士的舉動，久而久之，卻被他這一份維護地球整潔的決心所影響。現在愈來愈多小朋友加入邊玩耍、邊彎腰撿起路面上被人丟棄的垃圾，成為不讓地球變骯髒的環保小尖兵。</p>	故事內容 故事影片	10分
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、哈菲士為了愛地球，做了哪些行動？  二、為什麼哈菲士就算被同學嘲笑，還是堅持要做環保？  三、若你做環保時被人嘲笑了，還會堅持嗎？為什麼？  四、我們要如何減少生活中產生的垃圾？</p>	教學簡報	10分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我現在才知道地球這麼可憐，所以我們買東西的時候，一定要帶環保袋和自己的碗、筷，需要的東西才買，不需要的東西不要買。我以前都沒有帶環保袋，以後一定會做到，而且以也會跟媽媽說，要帶環保袋才不會製造很多垃圾。</p> <p>結語：  地球媽媽生病了，要拯救地球，就要從你、我一起來做起，每個人動手做好環保分類，資源再利用，多用一點心，就能讓垃圾減量，地球就會恢復健康，我們就會有一個清淨無染的家園。</p>	教學簡報	5分

<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、會攜帶環保餐具（環保杯、環保碗、環保筷），不用免洗餐具。</p> <p>二、自備購物袋，少用塑膠袋，如有塑膠袋，保持乾淨可重覆使用，減少垃圾量。</p>	學習單	3分

## 附件：故事內容

### 玩耍中不忘愛地球

就讀馬來西亞檳城慈濟幼兒園六歲的哈菲士，受到在檳城洗腎中心擔任護士的媽媽影響，十分重視地球環境保育，他與家人在家，都會進行垃圾分類，回收可用資源。

此外，他就讀的檳城慈濟幼兒園，每週五為環保日，老師們會帶領幼兒園小朋友前往環保站，進行環保教育實作。哈菲士很認真地參與和學習，所以很清楚哪些是可回收物、哪些是無法回收的東西。

哈菲士將「珍惜可用資源」及「維護地球環境」當成生活習慣，與同學或鄰居騎單車玩耍時，都會在出門前備好二個塑膠袋，沿途撿起那些被人隨手丟棄的垃圾，放進掛在單車手把上的塑膠袋。

返家後，還會檢查今日撿回的物品，進行分類，若有資源回收物被弄濕，就拿到戶外，利用陽光進行日曬，曬乾後再回收。

原先同行的同學都會嘲笑哈菲士的舉動，久而久之，卻被他這一份維護地球整潔的決心所影響。現在愈來愈多小朋友加入邊玩耍、邊彎腰撿起路面上被人丟棄的垃圾，再一同投入哈菲士所準備的塑膠袋中，成為不讓地球變骯髒的環保小尖兵。

# 我會動手做

班級：

姓名：

親愛的小朋友：

環保行動，需要你和我一起動手做。請你以一個星期的時間，檢視自己在落實下面三樣環保行動的狀況。當你有做到一次，就能在方框框內畫上一個你喜歡的圖案，最後再統計自己獲得了幾個圖案唷！

會攜帶環保餐具（環保杯、碗、筷），不用免洗餐具。
共計：（            ）個。
會自備購物袋，減少使用塑膠袋
共計：（            ）個。
丟垃圾時，我會做資源分類
共計：（            ）個。

說做、想做，不如動手做

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	環保教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	資源再生	主題內容	資源分類	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	自編。			教學時間	40分
靜思語	資源回收的目的，在於提倡與教育人人懂得惜福。				
單元目標	一、能了解資源回收再利用的好處。 二、能珍惜自己所擁有，並知福、惜福、再造福。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
準備物品：					
一、教師方面(準備物品)：					
(一)折好三架紙飛機，其中一架是迴旋紙飛機，製作方式可參照： <a href="http://v.pps.tv/play_3F3LAW.html">http://v.pps.tv/play_3F3LAW.html</a> 或自行搜尋迴旋紙飛機製作影片。					
(二)教學前可先熟悉迴旋紙飛機操作方式。					
二、學生方面(準備物品)：回收紙至少2張(折一般紙飛機和折迴旋紙飛機用)。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)教師教學生折紙飛機，一架一般的紙飛機、一架迴旋紙飛機。 (二)請學生試飛紙飛機，請留意學生安全，避免紙飛機擲向他人。 二、問題討論 (一)為什麼有的飛機會飛回來，有的不會? (二)你希望紙飛機回來或不回來?為什麼? (三)生活中哪些東西像只去不回的紙飛機，只能用一次? (四)生活中哪些東西可以像迴旋紙飛機一樣，能重覆運用?				教學簡報 回收紙	15分
<b>結語：</b> 日常生活中許多使用過的物品，就像一去不回的紙飛機一樣，被浪費了。若能發揮巧思，就像迴旋紙飛機一樣被多次使用，不但能節省地球資源，也能養成惜福愛物的好習慣。					
<b>貳、講述故事：玩具列車</b> 一、呈現方式：教師講述 二、故事大綱：玩具列車 浩浩的爸爸給他一個最新款的鋼彈超人模型組，浩浩每次都把它拿出來獻寶一番，朋友們都超羨慕的。				故事內容	8分

<p>後來，鋼彈超人漸漸被浩浩遺忘。社區舉辦愛心義賣活動，一位先生將鋼彈超人買走了。鋼彈超人被帶到一個玩具工作室，經過修復整理，每週日和其它玩具跟著玩具列車到各村莊與孩童共度歡樂的假日午後。</p>		
<p><b>參、省思：</b>  一、浩浩為何會遺忘鋼彈超人呢？  二、你覺得鋼彈超人被關在儲藏室的心情如何？  三、鋼彈超人為什麼會到新的地方，他的心情怎麼樣呢？  四、你會如何處理自己不玩的舊玩具呢？</p>	教學簡報	7分
<p><b>肆、靜思：</b>  聽完玩具列車的故事後，我知道原來玩具也可以有不同的主人，可以跟許多人分享，所以當學校舉辦愛心跳蚤市場活動時，我會把家中不需要的玩具捐出來義賣，也把小時候不玩的玩具送給弟弟和妹妹。  除了玩具可以分享之外，如果這玩具是我還想再玩的，當它壞掉時，我也會嘗試自己修理好再繼續玩！雖然爸爸常說玩具壞了再買就可以了，修理很麻煩。但是我覺得惜福是很好的習慣，不然地球的垃圾就會越來越多，空氣也會越來越髒，為了讓地球的垃圾減少，我會更愛惜我的玩具，也會練習當玩具的醫生，修理好我的玩具。    <b>結語：</b>  我們在生活中要養成惜福的好習慣，因為有很多物品是可以重複使用。例如：壞掉的玩具可以找家人或專業的人來修復，或者在使用每件物品時，都想想看這個東西是否可以重複利用，充分發揮它的功能。讓我們一起來愛惜身邊的物品，並把惜福愛物的觀念分享給周遭的人。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、會做好資源回收，並讓可用的資源再被運用。  二、會愛惜自己的物品，包括玩具、文具用品和衣物。</p>	學習單	5分

## 附件:故事內容

### 玩具列車

浩浩一年級時，爸爸到日本出差帶給他一個特別的禮物，是最新款的鋼彈超人模型組，浩浩收到禮物時超級興奮，立刻組裝完成。一連很多天，無論吃飯、看電視、玩遊戲，甚至睡覺時，都抱著他的模型玩具。只要有朋友到家裡來，浩浩一定把它拿出來獻寶一番，朋友們都超羨慕的。

後來，浩浩生日時，父母及爺爺、奶奶還有叔叔、阿姨都送給他生日禮物，有了好多新的玩具，鋼彈超人就漸漸被浩浩遺忘了。有一次，媽媽整理房間時，把鋼彈超人收到儲藏室的櫃子裡，於是鋼彈超人孤單又寂寞的自己在儲藏室。

就這樣過了三年，浩浩升上四年級。過年前，浩浩居住的社區舉辦愛心義賣活動，全家人一起動手整理二手物品，鋼彈超人也被送到了愛心義賣現場。現場放滿各式各樣的二手物品，這些二手物品和鋼彈超人一樣都在主人家的倉庫裡待了好多年，大家都摩拳擦掌想趁著今天能找到新的主人。

這時，義賣攤位前來了一位斯文的先生，他一眼就看到了鋼彈超人，他把鋼彈超人拿在手上仔細端詳，接著很滿意的買走了。鋼彈超人很高興有了新的主人，他開始想像和新主人一起玩耍的快樂時光，就在他幻想之際，他被帶到一個工作室，裡面擺滿許多孩子們喜歡的玩具，有機器人、小汽車、積木、洋娃娃、伴家家酒的玩具、各種棋類、各種球類等。

一星期過去了，鋼彈超人都沒見著新主人，只見到幾位大哥哥、大姊姊對著工作室的玩具們進行清理和修復。而他也被換上新的外表，原先磨損的外觀，經過大哥哥和大姊姊巧手修理後，變得跟新的一樣。

星期日一大早，工作室的玩具們都被搬上一輛玩具列車，正當玩具們七嘴八舌討論著要被送往哪裡時，車子停了下來。很快的玩具們被搬下車，放在樹下的矮桌上，接著許多孩子們湧過來，每個孩子都

選了自己喜歡的玩具，坐在樹下開心的玩了一下午。鋼彈超人和一位五歲小男孩共度了愉快的午後，他以為這是他的新主人，沒想到，太陽下山前他又被搬上車，送回工作室。

第二個星期日早上，所有玩具又跟著列車去到另一個村莊，與另一批孩子們共度了開心的下午。就這樣一連三個月，每個星期日，這臺載滿玩具的列車都開向不同的地方，而鋼彈超人及所有玩具也與各地的孩童們共度歡樂的假日午後。

鋼彈超人終於明白，他不是只有浩浩一個小主人，而是可以帶給所有孩童歡樂時光的玩具。即使被玩壞了，也有大哥哥或大姊姊會幫忙修復，使他永遠在最好的狀況下，陪伴許多孩子度過快樂的午後時光。



# 我是惜福高手

\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班\_\_\_\_\_號 姓名\_\_\_\_\_

小朋友，你是惜福高手嗎？現在就請你每天檢視一下，看看自己是否養成惜福的好習慣，如果有做到就在表格中塗笑臉，若是沒做到就塗哭臉，一個星期後，再來比比看，誰是真正的惜福高手喔！

一、請依自我習慣記錄一週，做到畫☺，沒做到畫☹，做個惜福的人喔！

星期 一	星期 二	星期 三	星期 四	星期 五	星期 六	星期 日	惜福好習慣
☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺	確實做好垃圾分類及資源回收
☹	☹	☹	☹	☹	☹	☹	
☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺	上學自備水壺，不買飲料
☹	☹	☹	☹	☹	☹	☹	
☺	☺	☺	☺	☺	☺	☺	愛惜自己的物品，例如：玩具、文具用品和衣物
☹	☹	☹	☹	☹	☹	☹	

二、當你養成惜福好習慣時，心中的感覺如何？

---



---



---

~養成良好的惜福習慣，你就是惜福高手~

靜思語：資源回收的目的，在於提倡與教育人人懂得惜福。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	環保教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	資源再生	主題內容	資源分類	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 美麗新生活—環保節慶變垃圾			教學時間	40分
靜思語	疼惜大地，要從人人的足下起步。				
單元目標	一、能珍惜資源，不浪費。 二、能瞭解資源分類的重要。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：全開壁報紙(依組數準備)。 二、學生方面(準備物品)：彩色筆。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、將學生平均分為2—3組，發給各組一張全開壁報紙。 二、請學生依節慶主題(如：春節、聖誕節、萬聖節等)，畫出在這個節慶會購買的物品。 三、請各組展示作品。 四、問題討論 (一)請想一想，這些物品你使用的次數多嗎? (二)節日過去了，會怎麼處理這些物品呢? (三)如何可減少垃圾的製造呢?  <b>結語：</b> 我們生活中常因流行、節慶引起想要的欲望，讓自己無形中購買或領取許多物品，讓家裡堆積不少不常用到、丟棄又可惜的東西。所以，希望大家能從自己開始做起，減少垃圾，並能愛護地球。  <b>備註：</b> 教師可用學生畫出來的圖，讓學生了解哪些產品可回收，並如何進行分類，讓學生了解資源分類的重要，也可以讓學生了解減少購買，才能真正降低垃圾量。				教學簡報	15分
<b>貳、講述故事：垃圾變寶物</b> 一、建議呈現方式：教師講述輔以播放影片 二、故事大綱： 為了營造節慶氣氛，臺灣人喜歡在各種節日採買各式各樣的應景商品。只是一年過去，這些節慶商品最後都到哪兒去了呢？會不會在節慶過後，成為垃圾堆裡的一部分了				故事內容 故事影片	12分

<p>呢？台北市環保再生創意學會理事長連苑伶將節慶或日常生活的回收物分類，賦予將被丟棄的物品新生命，鼓勵大家：「做環保的好處是看待物品的眼光會變得不一樣。垃圾擺對地方，就是生活中好用的資源。自己動手做，垃圾變寶物！」</p>		
<p><b>參、省思：</b>  一、剛剛的故事中提到哪些因節慶產生的物品呢？  二、這些物品為什麼節慶過後容易變成垃圾？  三、你知道為什麼垃圾擺對地方就是好用的資源？  四、你覺得自己可用什麼方式過一個環保節慶？</p>	教學簡報	6分
<p><b>肆、靜思：</b>  今天的課程，我們這一組要畫出萬聖節會買的物品，我發現為了打扮自己，花錢買了衣服和很多東西，然後萬聖節過後，這些東西有的丟掉了、有的堆在我的房間。老師教我們學習減少購買不需要的東西，然後丟垃圾時要將垃圾分類，可以減少垃圾量。還有，故事中的阿姨超級厲害，會將許多不要的東西，變成漂亮的東西。我之後萬聖節，也可以試試將不再穿的衣服變成我的服裝，就不用媽媽再花錢幫我買了。</p> <p><b>結語：</b>  減少垃圾量，需要每一個人從生活中做起，隨手進行垃圾分類，將資源與垃圾分開，讓可用的資源能再被循環運用。</p>	教學簡報	4分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、會減少購買因節慶、想要而不實用的物品。  二、丟垃圾時，會將物品分類回收。</p>	學習單	3分

## 附件:故事內容

### 垃圾變寶物

為了營造節慶氣氛，臺灣人喜歡在各種節日採買各式各樣的應景商品。從聖誕節，商圈街道開始佈置華麗的聖誕裝飾，店家推出琳瑯滿目的聖誕飾品，吸引民眾購買；到了過年，家家戶戶以喜氣的飾品開啟新氣象；元宵節，坊間出現各種造型燈籠；端午節，人們購買香包與粽子造型飾品迎接佳節；七夕情人節，禮品、花店開始推出各種情人節商品；到了萬聖節，多樣商品爭奇鬥艷、增添氛圍。只是一年過去，這些節慶商品最後都到哪兒去了呢？會不會在節慶過後，成為垃圾堆裡的一部分了呢？

台北市環保再生創意學會理事長連苑伶則動手將逢年過節的禮物細心分類、重新包裝，賦予這些物品新生命。連苑伶擔任學校故事媽媽時，為了吸引孩子的注意力，使用生活中各種回收素材，如：賀卡、紅包袋和鋁箔包等物品，做成道具，並帶入惜福愛物的觀念，大家跟她學習後分享：「家裡多了好多寶貝，不是垃圾！」連苑伶鼓勵大家：「做環保的好處是看待物品的眼光會變得不一樣。垃圾擺對地方，就是生活中好用的資源。自己動手做，垃圾變寶物！」大家動手做資源回收，將許多的物資循環再運用。

# 節慶商品偵查隊

班級：

姓名：

親愛的家長和寶貝：

為了營造節慶氣氛，我們喜歡採買各式各樣的應景商品。聖誕節、過年的飾品，元宵節的燈籠，端午節的香包，萬聖節的變裝道具等。只是一年過去，這些節慶商品最後都到哪兒去了呢？會不會在節慶過後，成為垃圾堆裡的一部分呢？

請家長和寶貝找一找家中有哪些節慶商品或禮物，記錄物品名稱、數量、使用次數、存放位置或用過已丟。從中想一想是「需要」的多還是「想要」的多呢？

節日名稱	物品名稱	數量	使用頻率 (低、中、高)	存放或已丟棄

★經過親子一起偵查家中的節慶商品後，覺得是「需要」多還是「想要」多呢？請在□打V，並寫下經過這一次偵查的心得與發現：

「需要」多                      「想要」多

偵查後，我覺得…… \_\_\_\_\_

靜思語：疼惜大地，要從人人的足下起步。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	環保教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	資源再生	主題內容	回收再生	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	慈濟基金會： 慈濟全球資訊網—無用變妙用 人生大不同			教學時間	40 分
靜思語	感恩、回饋地球的方法，就是堅持環保。				
單元目標	一、能珍惜生活資源，不浪費。 二、能堅持落實愛護地球的行為。				
<b>教學過程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：北極熊頭套或面具或衣服擇一即可、地墊 12 塊、封箱膠、環保題目。					
二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時</b>
<b>壹、體驗：搶救北極熊</b> 一、情境說明 北極熊用漂浮的海冰作為交通工具，最近牠們發現北極海冰逐漸在消失中，召開一個緊急會議「冰塊都在融化了，我們的家園正在消失中，要趕快行動搶救家園」，頗 是我們的好朋友，要請他們來幫我們搶救家園。 二、活動說明 (一)將學生平均分成二組。 (二)各組在前方布置 5 塊地墊(浮冰)，並請一位學生戴北極熊頭套站在浮冰上。 (三)小組抽題搶答，答案若是契合環保的內容與行為，即可得到一塊浮冰，幫助北極熊守住家園；答案內容未能契合環保，則北極熊損失一塊浮冰。 (四)當北極熊擁有 10 塊浮冰時，則可成功搶救北極熊獲得勝利；反之，若最後一塊浮冰也損失時，北極熊將落水。				教學簡報 面具、 地墊、 封箱膠	12 分
<b>結語：</b> 地球暖化，北極氣溫不斷上升，造成北極海洋冰層融化，對於北極熊的生存帶來很大的危機，唯有珍愛地球，堅持做環保，才能拯救家園。					
<b>貳、講述故事：無用變妙用</b> 一、建議呈現方式：口述內容 二、故事大綱：無用變妙用 人生大不同 每當下雨天時，吳甚阿嬪就會準備一大水桶接引雨水回				故事內容	10 分

<p>家，用來種花、洗衣、拖地等。</p> <p>住家鄰近的空地，長年來堆滿大家丟棄的傢俱，她把雜亂的地方耕耘成綠油油的菜園；而被丟棄的傢俱、廢木頭，經過她一番敲敲打打，就成了好用的椅子、桌子。只要有人需要，她就打造純手工傢俱和大家結緣。</p>		
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、吳甚阿嬤如何善用檸檬皮？</p> <p>二、吳甚阿嬤如何將生活中無用的物品變有用？</p> <p>三、你知道哪些回收再生的物品嗎？</p> <p>四、你能做到哪些愛護地球的行動？</p>	教學簡報	8分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>如果我們不環保，北極熊就會死掉，好可憐。我以後會少喝飲料，並會自己帶水杯；和媽媽出門買東西時，會記得自己帶袋子不用塑膠袋。然後我要學吳甚阿嬤，可以將雨水，拿來澆花、沖馬桶。我希望大家都能救北極熊！</p> <p><b>結語：</b></p> <p>地球提供我們美好的居住環境，我們應該疼惜地球，做好資源分類，將可以用的資源，回收再運用，不只能減少許多資源的浪費，也能拯救很多地球的生物。期待人人都能一起做環保，愛地球。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、會將洗手的水回收再運用。</p> <p>二、丟垃圾時會資源分類。</p>	學習單	5分

## 附件：故事內容

### 無用變妙用

家住高雄的林吳甚阿嬪早晨時會到冷飲店打工，幫忙擠檸檬汁。她覺得檸檬汁過濾之後剩下的檸檬有點可惜，想起小時後曾聽老人家說過檸檬可以去油漬，於是她試著用稀釋的檸檬油來清洗家裡的瓷磚、衣服、鍋盤，果真效果比清潔劑還好用。清洗之後的水可以再洗回收的塑膠袋，省水又不會嗆鼻子、清香又不傷雙手；家裡浴室的瓷磚臉盆已使用三十年了，還潔白如新。後來她拿來洗沾滿修車油漬的工作褲，效果更好，從此她愛上了檸檬油，覺得這可是有錢也不見得買得到的環保清潔劑。

每當下雨天，吳甚阿嬪就會準備一大堆水桶接雨水回家，拿來種菜、種花、洗衣、拖地等。住家鄰近的空地，長年來堆滿大家丟棄的傢俱，她把雜亂的地方耕耘成綠油油的菜園，並用檸檬皮、菜渣、豆腐渣當成有機肥，綠意盎然的環境與豐碩的果實，讓路過的人都不由自主停下腳步觀賞；空地上被人丟棄的傢俱、廢木頭，到了她的手上，經過一番敲敲打打，就成了好用的椅子、桌子等。只要有人需要，她就親自打造純手工傢俱和大家結緣。

住在吳甚阿嬪家隔壁的小女孩蕭婷維，看在眼裡，覺得這位林奶奶實在太神奇了，有一次學校作文比賽時，她靈機一動將林吳甚當成故事主角，在她筆下，林奶奶是一個藝術家，任何東西到她手上都可以變成藝術品，最後，這篇作文得到老師們的讚賞，蕭雅婷還獲得學校頒發的獎狀。

林吳甚阿嬪覺得每一樣資源都是她的寶貝，她將各種資源回收分類，令原本無用、廢棄的物品，重新發揮妙用，自己也從中獲得成就感與樂趣。充實而忙碌的生活，讓原本困擾她已久的憂鬱症不藥而癒，生命越走越寬闊。



# 環保小尖兵，從我做起

班級：

姓名：

我們都要成為愛護地球的環保小尖兵，請寫出或畫出你的環保行動：

我會如何愛惜資源(如:電、紙張等).....

洗手、洗澡後的水，我可以怎麼再運用.....

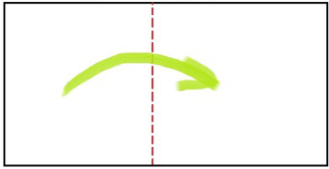
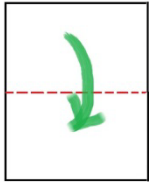
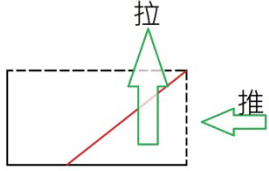
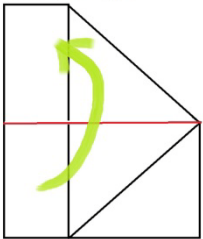
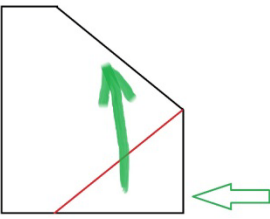
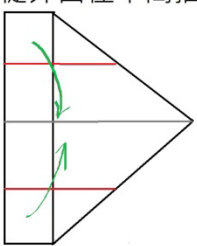
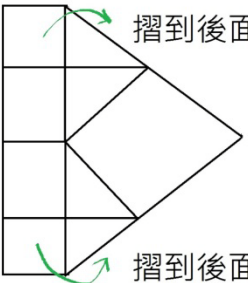
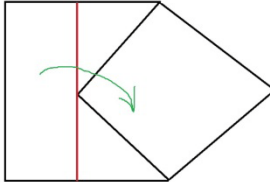
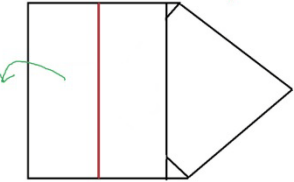
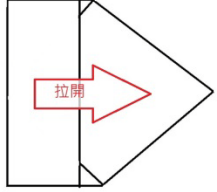
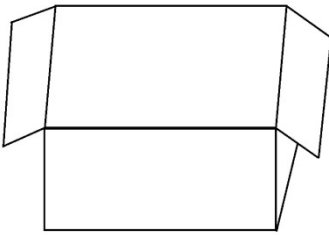
感恩、回饋地球的方法，就是堅持環保。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	環保教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	資源再生	主題內容	回收再生	設計者	大愛引航編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 馬來西亞慈濟專題—環保小天使 黃歆娛			教學時間	40分
靜思語	回收資源是惜福，再製利用是造福。				
單元目標	一、能認識資源回收再利用的多樣性。 二、能了解日常生活中的資源回收標誌。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：舊衣物、養樂多罐、飲料瓶、寶特瓶、分解圖。 二、學生方面(準備物品)：廣告紙(每人2張)。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、活動說明 (一)教師拿出準備的物品，詢問學生這些物品都已用過了，除了丟棄、回收外，還有何種用途？ (二)學生回覆後，教師引導學生思考以下答案： (二)參考答案： 1. 可將布和鈕釦剪下來做成收納袋、做抹布、縫成小吊飾、抱枕、購物袋、送人穿等。 2. 廣告紙能摺成紙盒子當成餐桌上的小小垃圾盒，也可摺成紙船和紙飛機當玩具。 3. 養樂多飲料瓶和寶特瓶能做成花器，拿來插花、種花、佈置教室、掛在廊道。 二、動手做做看 利用廣告紙折成小小垃圾盒				教學簡報 回收物 分解圖 廣告紙	10分
<b>結語：</b> 利用生活周遭不用的物品改造成實用的物品，不但能讓垃圾減量，更能賦予物品新的生命。					
<b>備註：</b> 教師可再多示範或舉例其他物品可再利用的方式，加深學生的印象。					
<b>貳、講述故事：給紙張多次生命</b> 一、建議呈現方式：教師講述故事並輔以影片播放。 二、故事大綱： 馬來西亞北海慈濟幼兒園的黃歆娛小朋友，為了減輕環				故事內容 故事影片	10分

<p>保志工的負擔，回家之後跟爸爸媽媽分享資源分類的好處及教導他們仔細分類。除此之外，歆娛也把惜福愛物的精神落實生活，讓爸爸、媽媽知道做環保做徹底的方式是延長物命，減少垃圾的產量，也就是不隨意亂買東西，也不隨意亂丟東西，才不會製造大量垃圾。</p>		
<p><b>參、省思：</b>  一、黃歆娛如何讓紙張多次生命？  二、黃歆娛的父母受到孩子影響，有什麼保護地球的行為？  三、請動腦想一想，為什麼要推行資源回收？  四、你知道在日常生活中哪些資源可以回收再利用？  五、你知道或曾經運用哪些回收物品讓它能再製運用？</p>	教學簡報	12分
<p><b>肆、靜思：</b>  這堂課，我學到用廣告紙做成垃圾桶，我覺得這樣很方便，以後我和爸爸吃瓜子的時候，就能用這個來裝。就像老師說的，生活中很多的物品可以回收再利用，像班上的同學說，他的媽媽會將他和妹妹穿不下的衣服送給其他需要的人，我覺得這個方法很好，我回去也要跟媽媽說這個方法，另外我也要學習歆娛愛惜地球，一張紙多用幾次，不要隨便畫一畫就丟了，我要和家人一起愛惜地球。</p> <p><b>結語：</b>  地球需要大家共同愛護，能回收資源是惜福，再製利用是造福！讓我們一起努力，做個環保小尖兵，為環境盡一份心力。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、會將可回收物品，放到專屬的回收桶。  二、會留意物品是否具有資源回收標誌。</p>	學習單	3分

附件:摺紙步驟-----環保紙盒

<p>步驟一</p>	<p>步驟二</p>	<p>步驟三</p>	<p>步驟四</p>
<p>準備一張長方形的紙 從中間對折</p> 	<p>再從中間對折一次</p> 		<p>從紅線往上摺</p> 
<p>步驟五</p>	<p>步驟六</p>	<p>步驟七</p>	<p>步驟八</p>
	<p>從外面往中間摺</p> 		
<p>步驟九</p>	<p>步驟十</p>	<p>完成圖</p>	
			

## 附件:故事內容

### 給紙張多次生命

就讀慈濟幼兒園的黃歆娛小朋友，有一次跟老師去環保站，看到環保志工在做垃圾分類，她覺得志工們很辛苦，回家後便跟爸爸、媽媽說：「如果垃圾沒有分類，就拿去給環保站的人，會給環保站的師姑們產生麻煩！」歆娛把資源分類的好習慣帶回家，並且做得非常成功，她們家的回收物都有整齊地分類好。

黃歆娛的爸爸是一位電器工程師，他在家就負責電器回收和維修，只要看到維修之後可以再用的東西他都不會放過，真的不能再修理了，就拆卸分類回收。歆娛和父母除了把紙張、瓶子和乾電池一一分類，還會把瓶瓶罐罐洗乾淨再回收。對大部分的人來說，用回收紙畫畫，就是節省紙張。有一次媽媽看到歆娛把信封拆開，然後在信封的背面畫畫及寫字，覺得很奇怪，就問她：「為什麼不用回收紙的背面，潔白的部分來畫畫會比較清楚？」歆娛說：「我希望能給紙張多次的生命：一是寄信，二是寫字，三才拿去回收。」

自從做了資源回收，歆娛的媽媽發現，做環保最好的方式，是由自己開始做起。減少生產垃圾，不隨意亂買東西，因為東西買了但不用，把它丟掉，就會製造大量的垃圾，畢竟有些東西是無法回收，因此買東西之前要先想想「是需要還是想要」。

黃歆娛也時時提醒自己及家人要做到「環保5R」，那就是：Reduce，減少丟棄的垃圾量；Reuse，重複使用容器或產品；Repair，重視維修保養，延長物品使用壽命；Recycle，回收使用再生產品；Refuse，拒絕使用無環保觀念的產品。

家居生活要懂得克勤克儉，點滴物資不浪費，回收的東西要先放好，清淨在源頭，就能保持健康生活。

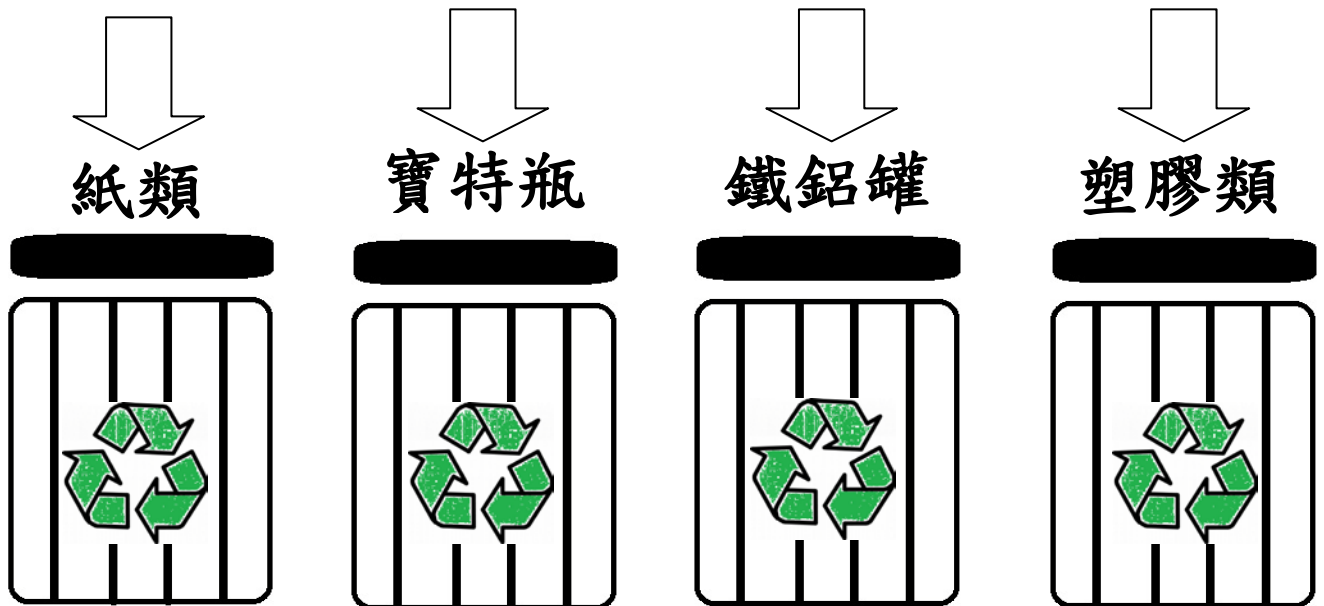
# 資源回收小考驗

班級：

座號：

姓名：

- 垃圾分類需要大家的幫忙，請你畫出該放入回收桶中的物品，讓我們一起讓環境更美麗。



- 恭喜你完成了第一關的考驗，第二關請收集生活中哪些物品有環保標誌，請剪下其標誌並貼在空白處即可過關，加油喔！

靜思語：回收資源是惜福，再製利用是造福。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	環保教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	資源再生	主題內容	回收再生	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 一、覺醒年代—一公升的光 二、飛天妙妙屋—資源回收(美夢山)			教學時間	40分
靜思語	只要肯用心去想、用心去修、用心去做，就沒有不能成功的事。				
單元目標	一、能自省日常生活用物習慣。 二、能培養愛物惜物的好習慣。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：大型紙箱(能容納1-2位學生)、寶特瓶、漂白水。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、教師在寶特瓶裡加入一公升的水和四瓶蓋的漂白水，嵌入大紙箱中，再移到太陽光下。 二、讓學生先想一想會看到什麼，再請同學們依序進入紙箱中。 三、教師說明：可搭配影片〈一公升的光〉 一公升的水加上四瓶蓋的漂白水，用作菲律賓馬尼拉低收入戶家庭屋頂的光源(太陽能)。				教學簡報 體驗影片 紙箱 寶特瓶 漂白水	15分
<b>結語：</b> 當我們在日常生活中遇到困難時，要能靜下心，去想一想解決的辦法，如果你能耐心思考，就會發現創意源源不絕喔！尤其是面對地球資源逐漸枯竭的現在，不管你是貧窮或富有，都應該認真思考，如何善用資源，讓資源再生。所以為了讓地球生生不息，為了讓人類世代綿延，現在正需要大家一起來用心過生活。					
<b>備註：</b> 學生進入紙箱前，教師可以先用黑布罩住寶特瓶，5~10秒後再移開，明暗對照的效果將更顯著。此外，若天氣不佳，可以用教室光源代替。如果考量時間，教師可多做幾組教具，讓學生一次能多位進行體驗，並於課後讓學生能自由體驗。					
<b>貳、講述故事：美夢山</b> 一、建議呈現方式：教師講述、播放影片				故事內容 故事影片	6分

<p><b>二、故事大綱：</b></p> <p>美夢山，住著一群幫人們編織夢境小精靈，有一群人闖入森林，要把美夢山上的樹給砍光，改成遊樂場。精靈波卡想保護森林。他遇到剛搬來森林的老鼠阿毛，阿毛說：「都市裡都已經被垃圾給淹沒了。工廠，排了黑煙還有臭水，樹木也都被砍光，一下雨，山都塌下來了。」於是小精靈們就到不同人的夢裡面去做夢，有大地被汙染破壞的噩夢，有的是讓大地恢復美好的美夢，第二天人們想起昨天晚上的夢，就不再任意亂丟垃圾，努力做好資源回收，也不提砍樹的事了。</p>		
<p><b>參、省思：</b></p> <p>一、老鼠阿毛為何要搬家？</p> <p>二、若你是森林的主人，你會決定砍樹建遊樂園嗎？為什麼？</p> <p>三、若收到波卡精靈的夢，你覺得他們會跟你說什麼呢？</p> <p>四、什麼事情，多用一點心，就能讓家園更美麗？</p>	教學簡報	10分
<p><b>肆、靜思：</b></p> <p>我今天參與「一公升的光」的體驗，剛開始沒有光，很暗、很擁擠，我都快要窒息了，後來有光線進來，我才鬆了一口氣，有燈光真好，所以我們要愛惜能源，要省電。而美夢山的小精靈教大家要做資源回收、要多種樹、要愛護我們的家園；而我們家很認真在做環保，像我們家人都不泡澡；媽媽買菜不用塑膠袋；外出用餐都自備環保餐具；電器壞了，爸爸也會自己修理，不會隨便丟掉。老師說，我們多用心保護地球，就能讓地球不再生病。</p> <p><b>結語：</b></p> <p>很多人為了滿足自己的生活享受，就不斷的汰舊換新，這樣不但消耗許多地球資源，也製造很多垃圾。如果我們能降低想要購買的衝動，並用心發揮創意，將可用的資源回收再利用，生活就會有更多的快樂，環境也會更舒適、美好。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b></p> <p>一、會發揮創意，將用過的紙做其他用途。</p> <p>二、會節省資源，不浪費。(如：洗手的水拿來澆花)</p>	學習單	4分



## 附件:故事內容

### 美夢山

從前從前，有個地方叫做美夢山，那裡住著一群小精靈，他們的工作是幫人們編織夢境，有一天小精靈在森林裡玩捉迷藏時，忽然有一群人闖入森林，原來他們是這片森林的主人，他們要把美夢山的樹砍光，改成遊樂場來賺錢。

有個叫波卡的精靈聽見他們談話後十分難過，他心想：「我該怎麼保護好森林呢？」這時波卡遇到剛搬來森林的老鼠阿毛，波卡問小老鼠：「為何搬來這裡呢？」阿毛說：「我原本是住在大都市裡，都市裡的人垃圾從來不分類回收，我住的地方都已經被垃圾淹沒了。」阿毛又說：「還不僅如此呢！都市裡的空氣都霧霧臭臭的，附近森林裡的樹葉都因此掉光了；本來可以種稻、種菜的土壤又蓋滿了工廠，排了好多好多的黑煙還有臭水，連附近的山坡地，樹木也都被砍光光了，一下雨，山都塌下來了，好危險喔！」波卡想，那一群人會不會也害得美夢山被污染破壞了？於是波卡趕緊召集美夢山的小精靈們來開會，大家決定一起來想辦法。

小精靈們就到不同人的夢裡面去做夢，有的是大地被污染破壞的噩夢，有的是大家一起保護大地做好垃圾分類、少砍樹，讓大地恢復美好的美夢，第二天人們起床，想起昨天晚上的夢，終於有了改變。這裡的人不再任意亂丟垃圾，並做好資源回收，而那位美夢山的主人再也不提砍樹的事了。



( )年( )班( )號 姓名( )

一日「五省」：省水、省油、省電、省時、省錢，萌生知足感恩心，讓生活過得簡單又減碳，保護地球從你、我開始，愛護地球，是每個人的責任。

一、連一連、寫一寫：

◎洗菜水用來澆花、刷地板。 ◎洗臉水用來沖馬桶刷浴室。 ( )	省錢
◎上下學走路、騎自行車、共乘汽車。 ◎出遠門搭乘公共運輸工具。 ( )	省水
◎外食自備環保碗筷、杯，購物時自備環保袋。 ◎愛惜身邊物品，妥善使用與保管、盡量減少購買。 ( )	省油
◎離開房間(或教室)關電燈或電扇。 ◎不用的電器拔掉插頭。 ( )	省時
◎專心完成回家功課。 ◎沒有看電視或上網玩遊戲。 ( )	省電

二、你每天做到了幾項？請在下方手指依項目塗滿顏色。

1. 省水(藍色)      2. 省電(綠色)      3. 省油(紅色)  
 4. 省時(紫色)      5. 省錢(橘色)



( )月( )日    ( )月( )日    ( )月( )日    ( )月( )日    ( )月( )日



靜思語：只要肯用心去想、用心去修、用心去做就沒有不能成功的事。

## 【大愛引航-慈濟人文教材】靜思語教學教案

主軸	環保教育	冊數	第一冊	教學年段	小學
主題名稱	資源再生	主題內容	回收再生	設計者	大愛引航 編輯團隊
教材來源	慈濟傳播人文志業基金會： 呼叫妙博士—廢物變寶物			教學時間	40分
靜思語	用心造福，彼此祝福，世間就有大福。				
單元目標	一、能瞭解資源再生對於環境保護的重要。 二、能建立資源回收運用的正確概念。				
<b>教 學 過 程</b>					
<b>準備活動</b>					
一、教師方面(準備物品)：環保九宮格(可結合將學簡報)。 二、學生方面(準備物品)：無。					
<b>教學活動</b>					
<b>教學步驟</b>				<b>教具</b>	<b>時間</b>
<b>壹、體驗：</b> 一、引言 你知道台灣現在每人每日使用地球資源後留下多少垃圾呢？答案是每日約製造一公斤的垃圾，在台灣，每年的垃圾量加總起來約莫是10700棟的101大樓，這個數字真的很可怕，但是我們所製造的垃圾真的都是垃圾嗎？當然不是，這些垃圾有些是可以回收再利用。接下來我們進行一場問答活動，考驗大加是否了解回收這些垃圾對環境的幫助是什麼？ 二、活動進行(環保九宮格) (一)將全班學生分成兩組。 (二)教師出題後，各組可討論後，進行搶答。 (三)答對者可圈起該題，答對三題且連成一線則獲勝。				教學簡報	10分
<b>結語：</b> 全臺每天製造許多垃圾，但臺灣土地小，無法將垃圾直接掩埋，必須使用焚化爐來處理垃圾，焚化過程中還會污染空氣。其實許多垃圾都可以回收再利用，若我們能將這些可用的資源再利用，讓物品能延續更長的物命，我們居住的環境也能更加乾淨、美麗。					
<b>貳、講述故事：天然法寶</b> 一、建議呈現方式：播放影片 二、故事大綱				故事內容 故事影片	15分

<p>妙博士的小助理書荃、韋安分配到一個任務是尋找哪些廢物可以變成寶物。兩位小助理去請教科普專家施老師，有哪些廚房廢棄物像茶葉渣一樣，可以變成做家事的好幫手。專家分享切檸檬剩下的檸檬頭、香蕉皮、馬鈴薯皮以及蘋果芯的神奇清潔效果，也分享天然的咖啡渣、洗米水等生活中可能被我們隨手一丟的廢棄物，卻都是清潔法寶，所以生活中若處處留心，則會發現處處都是法寶。</p>		
<p><b>參、省思：</b>  一、故事中提到哪些東西可如何循環再利用？  二、承上題，哪些方法你願意跟家人分享，一起落實？  三、你覺得如何清潔碗盤較為環保？  四、你在生活中已落實哪些回收再生的行為呢？</p>	教學簡報	7分
<p><b>肆、靜思：</b>  原來身邊很多的東西都可以廢物再利用，像影片中提到水果皮可以拿來清潔，讓我印象最深刻的是香蕉皮可以擦鞋子，我覺得自己可以將這個方法跟爸爸分享，他就不用擦那個聞起來很臭的鞋油，用香蕉皮比較天然。老師說，善用資源，回收再運用，就是造福，我希望地球能越來越幸福。</p> <p><b>結語：</b>  日常生活隨處可見能再回收運用的資源，若人人願意多用一點心，拾起小小的、不起眼能再回收的資源，這些資源就如同福氣一般，拾起愈多、福氣愈大，祝福彼此能在生活中多用心珍惜這些資源，將他們發揮最大功用，我們生活的環境就會因為大家的用心，而更美好。</p>	教學簡報	5分
<p><b>伍、生活實踐：</b>  一、會將學到的環保清潔方法和家人分享，並運用於生活。  二、會隨手將用過的紙類、寶特瓶等物品進行資源回收。</p>	學習單	3分

## 附件：環保九宮格

<p>一、茶葉渣可以回收再使用嗎？</p> <p>(1) 可以</p> <p>(2) 不可以</p>	<p>二、白醋可以用來做什麼？</p> <p>(1) 可以吃</p> <p>(2) 可以殺菌、防霉</p> <p>(3) 以上皆是</p>	<p>三、廚餘可以回收嗎？</p> <p>(1) 可以</p> <p>(2) 不可以</p>
<p>四、可回收的標章是什麼？</p> <p>(1) </p> <p>(2) </p> <p>(3) 以上皆是</p>	<p>五、哪樣水果具有強酸可以用來清理砧板？</p> <p>(1) 檸檬</p> <p>(2) 蘋果</p> <p>(3) 香蕉</p>	<p>六、咖啡渣可以用來</p> <p>(1) 除臭</p> <p>(2) 防潮</p> <p>(3) 以上皆是</p>
<p>七、哪個不是愛護地球的方法？</p> <p>(1) 使用環保餐具</p> <p>(2) 冷氣開 23 度</p> <p>(3) 用洗米水澆花</p>	<p>八、水果可以製作成天然酵素清潔劑嗎？</p> <p>(1) 可以</p> <p>(2) 不可以</p>	<p>九、玻璃罐、牛奶盒、保特瓶、鐵罐、鋁罐在回收前要先做什麼事情？</p> <p>(1) 拿來玩</p> <p>(2) 先沖洗</p> <p>(3) 先打破</p>

### ■ 體驗活動：環保九空格（題目及解答）

一、茶葉渣可以回收再使用嗎？

- (1) 可以
- (2) 不可以

答案：(1)

二、白醋可以用來做什麼？

- (1) 可以吃
- (2) 可以殺菌、防霉
- (3) 以上皆是



答案：(3)

三、廚餘可以回收嗎？

- (1) 可以
- (2) 不可以

答案：(1)

四、可回收的標章是什麼？

- (1)  (2)  (3) 以上皆是。

答案：(3)

五、五、哪樣水果具有強酸可以用來清理砧板？

- (1) 蘋果  
(2) 檸檬  
(3) 香蕉  
答案：(2)

六、咖啡渣可以用來

- (1) 除臭  
(2) 防潮  
(3) 以上皆是  
答案：(3)

七、哪個不是愛護地球的方法？

- (1) 使用環保餐具  
(2) 冷氣開 23 度  
(3) 用洗米水澆花  
答案：(2)

八、水果可以製成天然酵素清潔劑嗎？

- (1) 可以  
(2) 不可以  
答案：(1)

九、玻璃罐、牛奶盒、保特瓶、鐵罐、鋁罐在回收前要先做什麼事情？

- (1) 拿來玩  
(2) 先沖洗  
(3) 先打破  
答案：(2)

## 附件：故事內容

### 天然法寶

書荃、韋安兩位妙博士小助理當打掃志工時，學習到打掃的小智慧，就是將泡過的茶葉渣稍微擰乾，撒在地板上再打掃，就會把灰塵跟毛屑一起帶走，且不用清水再清理過，地板不僅變乾淨，還留有淡淡的茶香，且大部份的地板都可這樣做，尤其可讓木質地板變得乾淨又明亮。但此方法卻不可用在淺色的地板，因為地板會被茶漬染色。兩人開始討論為什麼當初會有人想到將茶葉渣灑在地板上掃地，書荃便想到了一個劇情：

有一個媳婦阿芬要將茶葉渣拿出去曬，準備為公公製作一個茶葉枕時，不小心將茶葉渣弄倒，掉在地板上，被婆婆唸。後來，她們意外發現地板有一塊特別亮晶晶，原來是媳婦先用茶葉渣把地板擦過一遍，使得地板變得閃亮亮。

韋安聽了書荃分享，哈哈大笑後，就決定趕緊打掃完去找妙博士和阿凱哥哥。阿凱哥哥提到化學清潔劑對地球環境造成很嚴重的影響，並提出問題考兩位小助理：是否知道有哪些天然的清潔方法？小助理回答，第一是小蘇打粉，不僅可以拿來通水管、洗地板，去油污及除臭且價格低廉還會自然分解，無毒性也不會污染地球環境；第二是自製水果天然酵素清潔劑；另外，還有白醋不但可以殺菌、防霉，去除異味；還有，食鹽加水可以擦拭家具，延長使用壽命。

妙博士也提到日常生活中有很多廢棄物變寶物的方法，於是指派兩位小助理出任務去尋找有哪些廢物可以變寶物？於是兩位小助理去請教科普專家施老師。專家分享，切檸檬剩下的檸檬頭，裡面的強酸可以去汙還可以殺菌，很適合拿來清潔砧板；還有香蕉皮可以用果皮內側白色部份用來擦拭皮革製品，再用乾抹布來擦拭一遍，皮革製品就變得很亮；另外鏡子霧濛濛的，可用馬鈴薯皮的切面擦拭，不但除汙還可以預防霧痕，也可用來擦拭水槽或水龍頭；此外蘋果芯也可用來清潔，廚房流理臺的排水口，若排水口常黏黏滑滑的，拿蘋果芯搓一搓，排水口就乾淨了。

再者，天然的咖啡渣也可以拿來去油污、除臭跟防潮，將曬乾後

的咖啡渣放在廁所除臭，裝到棉布袋放在鞋子裡除臭及防潮，吸收水份的咖啡渣，放在陽光下曝曬，可以恢復乾燥重覆使用；此外面對一堆油膩的碗盤時，可以先用廢棄的紙板，或是不要的名片，把盤面上的油漬刮掉，再用洗米水浸泡清潔，最後用洗米水沖洗，碗盤就清潔溜溜。而且洗米水裡面含有很多水溶性維生素與礦物質，更有豐富的天然米澱粉，營養多多，用來澆花和種菜，再好不過了。

聽完專家的說明，兩位小助理發現，隨手一丟的廢棄物，都是清潔法寶，生活中若處處留心，則會發現處處都是寶。



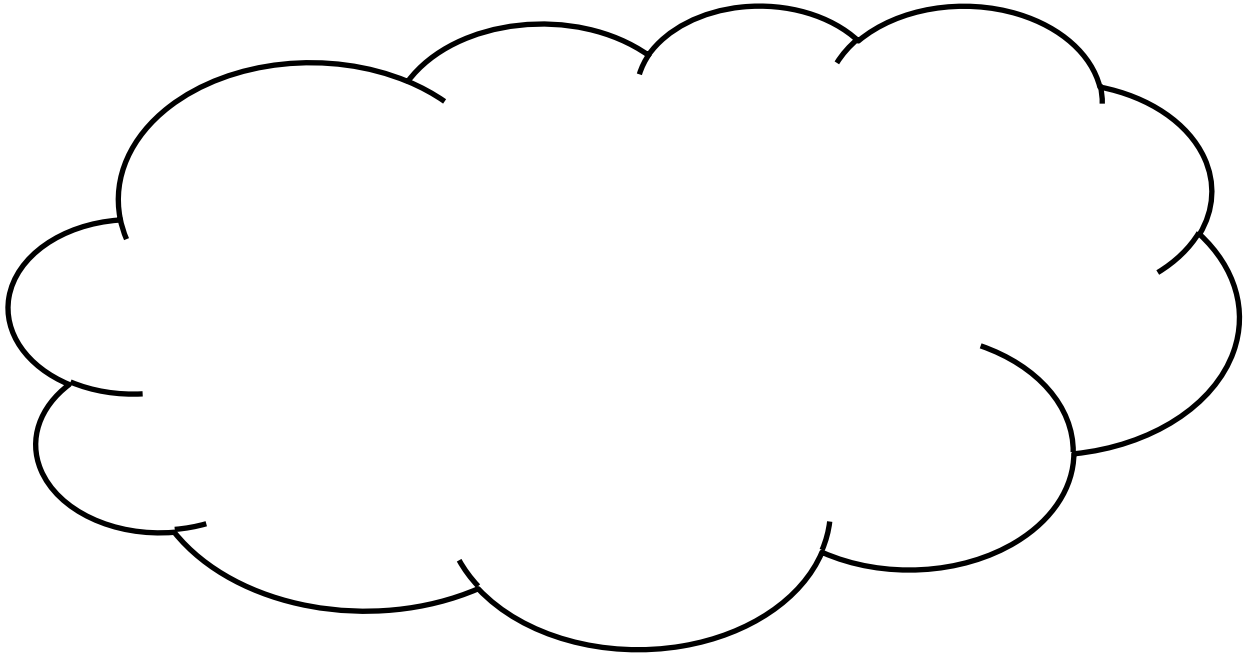
# 神奇的寶物

班級：

姓名：

1. 我願意運用影片中學到的天然環保清潔方法，例如：

我會用\_\_\_\_\_（茶葉渣…）來\_\_\_\_\_（打掃地板…），並畫出使用時的情景。



2. 我想到生活中能再回收利用的寶物是\_\_\_\_\_

畫出它變成寶物的樣子。

