

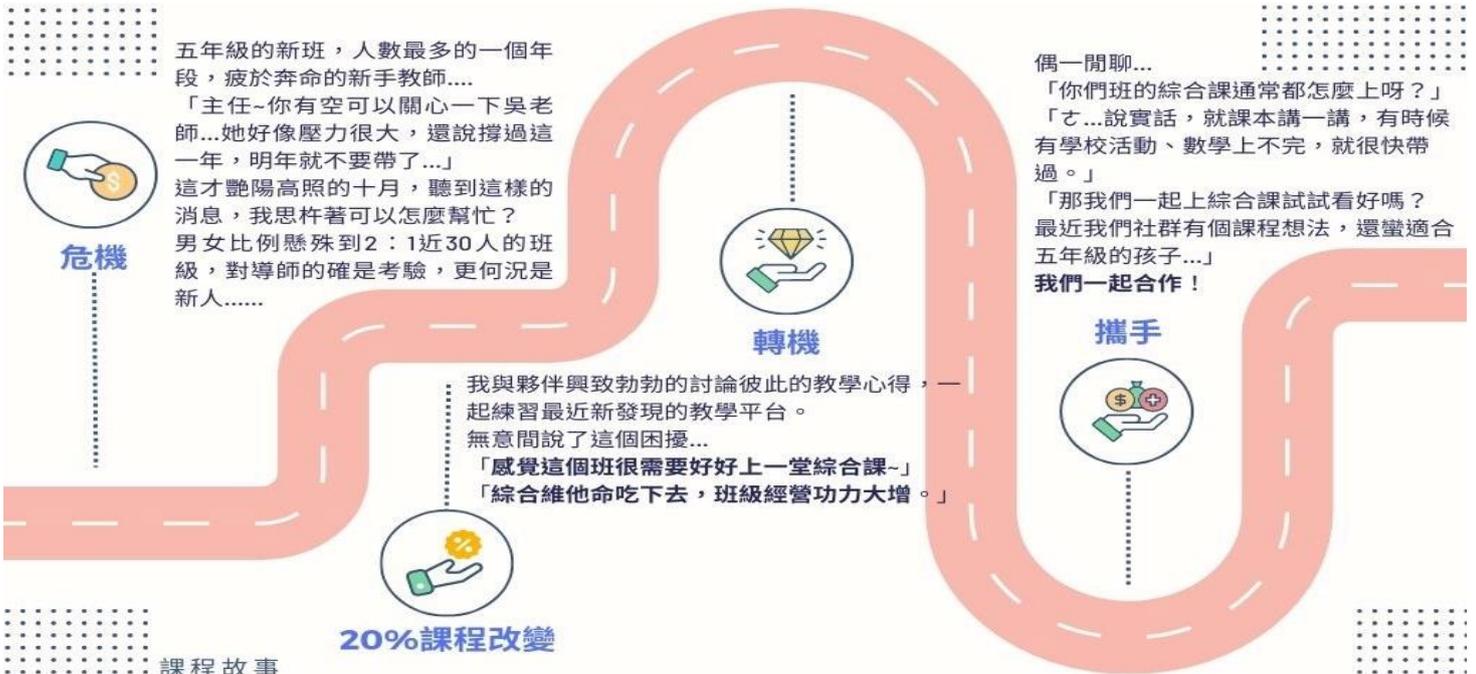


學習充滿幸福感

PAVE LEARNING WITH HAPPINESS

壹 方案發展與緣起

美麗的課程背後都有個故事



SWOT 綵帶包裝成的禮物



《80/20 法則》一書的作者理查·柯克 (Richard Koch) 在著作中一針見血地指出，「如果找出關鍵的20%，然後善用這部分，並將多數資源分配給它運用，那麼豈不是可以做得少卻賺得多？」

教學中是否也是如此，利用學生熱愛的科技互動、善用3C，使之成為提升教學成效的關鍵20%。

$$\frac{2 \text{ 綜合} + 2 \text{ 語文} + 1 \text{ 資訊} = 5 \text{ 節統整課程}}{\text{高年級總節數 } 32} = 16\%$$

五年級的新班級裡，男女生人數的差異懸殊，幾個孩子對學習沒有動力，課堂上出現突發狀況、學生遲到、隨意請假等情形，已成為生活日常，愈加繁重的課業讓孩子藉由三C逃避學習壓力。

為了能使這群情緒晴時多雲偶陣雨的青春前期孩子，在適應及面對新環境變化能更順利，享受學習的幸福感，引導孩子能發自內心的珍惜、體會、感受-「學習所帶來的幸福感」更是重要。所以我們希望透過設計一系列體驗、省思、創新實踐的綜合維他命課程，增強他們的能力，從最貼近他們的生命課程出發，帶著這群孩子探索生命的意義與價值，從校園周遭環境尋找幸福感，透過感受、體驗等教學活動協助學生辨別生命中幸福的真諦，結合跟孩子最貼近的網路應用數位學習平台，擬定創造幸福的具體行動，透過實踐活動的設計，期待孩子能主動積極創造自我的價值。最後，期望透過這樣一系列的學習，引導

貳 教學目的與核心素養

課程設計依據



參 創新教學理念與作法



方案名稱	學習充滿幸福感 Pave Learning with Happiness		
三大主題	不可承受之輕 珍視生命的價值	快樂並幸福著 探索快樂幸福	幸福實踐家 尋找快樂實踐幸福
多元跨域	綜合+語文	綜合+資訊	綜合+創造力
體驗活動	我不是空笑夢(曼陀羅思考) 不完美的11歲(ORID思考法) 體驗活動：彩虹不會永遠都在	幸福指數我有感(問卷計算) 尋找生活小確幸(CANVA) 體驗活動：正念思考21	幸福有跡可循(7個好習慣) 主動積極實踐幸福(KJ討論法) 體驗活動：散播幸福散播愛
WATER 創新模組	W問思教學 R反思回饋 A主動探索 E實踐行動 T科技輔助	W問思教學 R反思回饋 A主動探索 E實踐行動 T科技輔助	W問思教學 R反思回饋 A主動探索 E實踐行動 T科技輔助
課程目標	1. 善用曼陀羅思考法、ORID思考法。 2. 正確搜集、整合資訊 3. 體驗後進行自我反思。	1. 了解幸福數據的意義，與自身經驗對照。 2. 發現校園生活中的美好。 3. 確實執行21天正念計畫。	1. 理解成功的七個好習慣。 2. 使用KJ討論法找出確實可行的做法。 3. 關懷他人充滿幸福。

學習目標	教學活動內容及實施方式	時	評量方式/照片
<p>1. 透過歌唱、書籍閱讀，並輔以曼陀羅思考法、ORID 思考法，認識作者的創作背景，體會生老病死的現象，進而思考自己的生命價值。</p>	<p>★ 主題一 不可承受之輕 第一節課 我不是空笑夢</p> <p>◎引起動機-他的歌我的解讀 配合校內活動-歌謠比賽，選擇表演歌曲為黃鴻升「我不是空笑夢」，唱歌後討論歌詞意境。</p> <p>◎發展活動-曼陀羅思考 介紹曼陀羅思考法，數位閱讀後深入認識歌手黃鴻升，探討 36 歲的生命中，個人的興趣、專長、好朋友、夢想…。</p> <div data-bbox="316 689 762 958" data-label="Diagram"> </div> <p>我不是空笑夢(曼陀羅練習-螺旋式思考)</p> <div data-bbox="842 519 1114 967" data-label="List-Group"> <p>第 1 印象 辦過的 2 場畫展 出版的 3 本書 4 個興趣或專長 5 個好朋友 6 張專輯名稱 7 部影視作品 8 幾歲過世? 人生金句</p> </div> <p>◎綜合活動-小組上台發表</p> <div data-bbox="284 1025 689 1330" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="705 1025 1114 1330" data-label="Image"> </div> <p>第二節課 不完美的 11 歲</p> <p>◎引起動機-不完美的 11 歲 閱讀「不完美的 11 歲」(一個 11 歲小女孩-小露罹癌治療的經過與家人的敘事紀錄)，並使用畫筆功能摘要重點、截圖，為後面學習單做資料整理。</p> <div data-bbox="284 1601 689 1906" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="705 1601 1114 1906" data-label="Image"> </div>	<p>10'</p> <p>20'</p> <p>10'</p> <p>10'</p>	<p>口語評量：能夠完整唱出歌謠並且說出歌詞意義。</p> <p>紙本評量：數位閱讀後能夠完成曼陀羅學習單。</p> <div data-bbox="1216 721 1513 936" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="1216 958 1513 1160" data-label="Image"> </div> <p>動態評量：能夠摘點，理解監控自己的閱讀情形。</p> <div data-bbox="1216 1370 1513 1585" data-label="Image"> </div>
<p>1. 透過歌唱、書籍閱讀，並輔以曼陀羅思考法、ORID 思考法，認識作者的創作背景，體會生老病死的現象，進而思考自己</p>	<p>◎發展活動-ORID 思考討論</p> <p>OBJECTIVE：具體的事實 ①請用 5W1H 描述你在文本中閱讀到的事件大意？</p> <p>REFLECTIVE：感受與反應 ②書中內容帶給你內心的感受如何？</p>	<p>20'</p>	<p>紙本評量：能夠根據教師提問回答問題，完成 ORID 學習單。</p> <div data-bbox="1216 1751 1513 1975" data-label="Image"> </div>

的生命價值。

哪些內容令你印象深刻？

- 打針到手臂都僵硬、頭髮掉光、一直嘔吐
- 我覺得她好可憐，很同情她，很不公平 為什麼她會得癌症

INTERPRETIVE：事後詮釋與分析

③解釋令你印象深刻、情緒感受的原因

④如果，你跟小露發生相同的經歷，你會…

- 我覺得非常傷心，兩年都不能上學是一件多痛苦的事，還不能畢業旅行，太傷心了。
- 如果發生在我身上，我一定會大哭一場、不想面對。
- 我會很害怕，不知道該怎麼辦…

DECISIONAL：訂定目標與決定的行動

⑤讀完書後自己有什麼可以改變的地方？

高年級的你想要經營怎樣的校園生活(請從「課業、休閒活動(才能)、人際關係，三方面寫出想法。

- 希望數學可以從 80 分進步到 100 分，粗心也可以少一點。
- 希望社會可以變強。
- 希望我的畫畫技術可以增強
- 希望我學會多一點曲子(彈琴)
- 希望現在的同學到國中都能繼續聯絡
- 希望人緣可以好一點

◎綜合活動-小組上台報告

第三節課 彩虹不會永遠都在

◎引起動機-人為何而活？

透過唱一首黃鴻升的歌「我不是空笑夢」以及閱讀「不完美的11歲」，如果生命如此短暫或無常。

你感受到什麼？現在的你，為誰而活？

學生回答：

- 生命很重要，要珍惜家人…
- 為爸爸媽媽，想讓他們開心…
- 為妹妹，想看她平安長大

◎發展活動-彩虹不會永遠都在

1. 分享最愛…

(1)老師想先請你們分享一下，你們現在是五年級，有哪些東西是你們很喜歡的？為什麼？

三張淡黃色的小卡，想想你最喜歡的三樣東西(物品、食物)寫下來，寫完疊放在一旁。

- 手機，可以打電動。
- 小被子，從小到大睡覺都要用到。
- 照片，跟家人的合照，很珍貴。

(2)接著老師想請你們分享一下，有哪些事情是你很喜歡做的事？為什麼？



生命教育-人生三問？

1.人為何而活？

透過唱一首小黃升的「我不是空笑夢」，以及閱讀「不完美的11歲」，五年級的你，生活目標是什麼？

2.人應如何生活？

高年級的你想經營怎樣的校園生活(請從「課業、休閒活動(才能)、人際關係」

3.如何能活出應活的生命？

具體可以採取哪些目標的方法是什麼？



10'

10'

20'

口語評量：能夠說出最喜歡的物品、事情、以及人物，並且陳述原因。



2. 在各項體驗活動中，能夠主動探索生活周遭(外部)以及自我想法(內在)的幸福與快樂，體會其中異同，進而珍視生命。

三張淡綠色的小卡，想想你最喜歡做的三件事情寫下來，寫完疊放在一旁。

→跳舞，我很喜歡跳舞，一直有學。

→打籃球，跟朋友一起打球很開心。

→露營，全家一起露營很放鬆。

(3)最後請你們分享，生命中最愛的三個人是誰？為什麼？寫下來，寫完疊放在一旁。

→媽媽，最照顧我、很辛苦。

→爸爸，賺錢很辛苦，什麼事情都會幫我。

→阿嬤，我是阿嬤帶大的。

2. 失去最喜歡的東西…

(1)如果…你像小露一樣生了重病…罹患癌症…

家中的經濟狀況出了重大變故…

(2)只能允許你留住一樣東西，你會選擇留下哪一項？

(3)其他兩項請你拿出剪刀，把那兩張卡片剪掉。

剪掉後，就代表永遠消失…

3. 再也不能從事○○活動…

(1)如果…你像小露一樣生了重病…罹患癌症…

醫生告訴你不能再向過往一樣做喜歡的、想做的活動…

(2)只能允許保留一件喜歡做的事情，你會如何選擇？

(3)其他兩項請你拿出剪刀，把那兩張卡片剪掉，剪掉後，就代表永遠消失…

3. 最愛的人…

(1)因為世事無常，我們最愛的人何時會離開我們，我們無法預測，如果現在必須有兩個你愛的人將從你的生命中消失了…

(2)只能留下一個陪伴你，你會如何選擇，請你做好選擇後，將另外兩位的卡片剪掉，記得，剪掉的那一剎那，就代表你將永遠失去他。

(3)教師視班級氣氛、考量學生情緒，適時安撫，沒有強迫剪掉，主要讓學生體驗及深刻感受「失去」。

◎綜合活動—ORID 省思練習

客觀事件
事實
Objective

O

1. 小朋友請你回想一下，我們剛才做了哪些事？

2. 那我們在做這些事的時候，你有沒有看到或聽到你周圍的同學，做了什麼動作或說了那些話？

你的感受
知識
Reflective

R

1. 還記得剛才我們有請小朋友拿剪刀第一次是將你無法留下來的東西，第二次是將你無法再做的事情剪掉，當時你的感覺、感受是什麼？

2. 當老師告訴你們，你們最愛的兩個人，將從你的生命中消失，只能留下一個人陪伴你，請你做選擇時，你的感受、感覺是什麼？

3. 在請你剪掉兩個你所愛的人的卡片當下，你有沒有遇到什麼困難？

→把最愛的三樣東西寫上，再把其中兩樣剪掉，代表永遠消失。

→我們在做這些事情時，我發現有些同學露出難過的表情，坐在我後面的同學還哭了，更有一個人說：「等一下完了！」

→我覺得很無奈，明明是自己最愛的東西和事情，為什麼非要消失呢？

→我當時無法做出選擇，每個人對我來說都很重要

→我根本下不了手，這些都是我最愛的人。



2.

在各項體驗活動中，能夠主動探索生活周遭(外部)以及自我想法(內在)的幸福與快樂，體會其中異同，進而珍視生命。

10' 課內說明、回家完成

你的反思
Interpretive
I

1. 有些人覺得難過/很難過/不想過……
為什麼會讓你你有這樣的感受？

2. 我們做的這個活動，有沒有讓你聯想到什麼？你體驗到什麼？
詮釋意義、價值、經驗

決定的行動
Decisional
D

1. 因為我們所愛的人，不知能陪伴我們多久，面對這樣的事，現在我們能做的有那些？

2. 除了我們所愛的人之外，我們自己本身其實也是，不知道能在這個世界停留多久，面對這樣的事現在我們能為自己做的事有那些？

→這讓我聯想到去年十月的晚上，當時我們都還在睡覺，奶奶突然打電話來說：「爺爺去世了」，我當時放聲大哭，一直想這不是真的，到後來我才慢慢接受這個事實。
→人生不會永遠都是美好的，要把握現在。

→對家人多一點關懷和愛，讓家更溫暖。
→我們把握每個時刻，不要浪費在一些沒有意義的小事，並且發揮自己的專長。

★ 主題二 快樂並幸福著
第四節課 幸福指數我有感

◎引起動機-幸福指數算一算

兒童幸福指數問卷，讓小朋友想一想目前的生活現況，回答問題後，動手「計算」後，檢視自己的幸福指數，與心中的「感覺」是否相符。

Children's Happiness Scale
Developed by the Office of the Children's Rights Director for England, with children and young people in state care, receiving social care support, or living away from home in residential education.

February 2014

How do 20 things children or young people might do, about themselves. Add a tick (✓) if you do it often and a cross (✗) if you don't do it often.

Like going to the cinema	3.04
Am treated fairly	3.13
Have fun in happening and busy life	3.15
Have good relationships with family and friends	3.26
Can get on well with myself	3.46
Can change things I don't like about myself	3.57
Have friends I can depend on if I'm in trouble	3.57
Have lots of friends	4.01
Agree and disagree with my opinion	2.43
Know how to solve a problem	1.74
Follow my own ideas	2.83
Agree	1.86
People are prejudiced against me	1.79
Am in a bad mood	3.18
Can't get on with my family	2.45
Get on well with my family	3.70
Am good at keeping my secrets	3.70
Am getting on at the moment	3.80
Have lots of fun	4.25
Am only depressed	1.75

To find out your happiness score on this questionnaire:
1. Add up the numbers next to the things you have ticked.
2. Now, write how happy you really are.
3. Now divide the number you've added (1) by the number you've written against (2) and write the answer in the box.

幸福指數問卷內容
符合現在狀況的打勾(✓) 不符合打叉(✗)

姓名: _____ 班級: _____

1. 我常感到快樂 3.04
2. 我常感到公平 3.13
3. 我常感到生活充滿樂趣 3.15
4. 我常感到與家人朋友關係良好 3.26
5. 我常感到能與自己相處 3.46
6. 我常感到能改變我不喜歡自己的地方 3.57
7. 我常感到有朋友在困難時能幫助我 3.57
8. 我常感到有很多朋友 4.01
9. 我常感到能與他人意見相左 2.43
10. 我常感到能解決問題 1.74
11. 我常感到能表達意見 2.83
12. 我常感到能解決問題 1.86
13. 我常感到被他人歧視 1.79
14. 我常感到與家人相處不愉快 3.18
15. 我常感到與家人相處愉快 3.70
16. 我常感到能保守秘密 3.70
17. 我常感到生活愉快 3.80
18. 我常感到生活愉快 4.25
19. 我常感到快樂 1.75

請將自己的幸福指數填在表格內，請在以下表格內：
1. 加總你所有打勾的數字
2. 寫下你自認的幸福指數
3. 將 1 除以 2 後，寫下你的幸福指數。你將會得到你的幸福指數了。

問卷題目來源: Dr. Roger Morgan 網址: <http://www.5.love.org> 頁數: 4.25 / 總數: 2.88 / 最後: 1.68

◎發展活動-幸福快樂一線之隔

1. 蒐集學生的日常生活經驗，探索快樂與幸福的異同。
每個學生在小卡上寫下一件「幸福」的事或「快樂」的事。
2. 幸福快樂選邊站，仔細聆聽事件描述，
你認為是「幸福的事」站右邊，「快樂的事」站左邊。



◎綜合活動-幸福快樂翹翹板

1. SmartArt 圖形，以視覺溝通資訊。將快樂、幸福抽象的概念透過(SmartArt-圖像)及(生活經驗-文字敘述)，探索快樂與幸福的異同。



(1)透過剛剛的活動，同一事件的描述，大家對幸福、快樂的

2. 在各項體驗活動中，能夠主動探索生活周遭(外部)以及自我想法(內在)的幸福與快樂，體會其中異同，進而珍視生命。



紙筆評量：能夠填答問卷後計算出自己的幸福指數。

幸福指數問卷內容
符合現在狀況的打勾(✓) 不符合打叉(✗)

姓名: _____ 班級: _____

1. 我常感到快樂 3.04
2. 我常感到公平 3.13
3. 我常感到生活充滿樂趣 3.15
4. 我常感到與家人朋友關係良好 3.26
5. 我常感到能與自己相處 3.46
6. 我常感到能改變我不喜歡自己的地方 3.57
7. 我常感到有朋友在困難時能幫助我 3.57
8. 我常感到有很多朋友 4.01
9. 我常感到能與他人意見相左 2.43
10. 我常感到能解決問題 1.74
11. 我常感到能表達意見 2.83
12. 我常感到能解決問題 1.86
13. 我常感到被他人歧視 1.79
14. 我常感到與家人相處不愉快 3.18
15. 我常感到與家人相處愉快 3.70
16. 我常感到能保守秘密 3.70
17. 我常感到生活愉快 3.80
18. 我常感到生活愉快 4.25
19. 我常感到快樂 1.75

請將自己的幸福指數填在表格內，請在以下表格內：
1. 加總你所有打勾的數字
2. 寫下你自認的幸福指數
3. 將 1 除以 2 後，寫下你的幸福指數。你將會得到你的幸福指數了。

問卷題目來源: Dr. Roger Morgan 網址: <http://www.5.love.org> 頁數: 4.25 / 總數: 2.88 / 最後: 1.68

Ai 2.22

動態評量：依據聽到的情境，判斷自己的快樂或幸福感受。



感覺程度是一樣的嗎？為什麼會有這樣的差異？

→不一樣，每個人的感受不同。

(2)對你來說，快樂和幸福的靶心圖，你會怎麼定義？誰在外圈？誰在內圈？為什麼？

學生回答：快樂在內圈、幸福在外圈。

→幸福是快樂的結果、快樂是幸福的原因。

→我們身邊充滿幸福，快樂只是一種感覺。

→幸福是長久的感受範圍比較大，快樂比較短暫範圍小。

學生回答：快樂在外圈、幸福在內圈。

→就像打靶一樣，外圈(快樂)比較容易射到、內圈(幸福)比較不容易射到。

→幸福是事情結束後對快樂進行回憶。

(3)思考快樂與幸福，幸福是否需要一點努力與營造。請寫下一件快樂的事情，添加了什麼？會變成幸福的事情？

→快樂是跟朋友、幸福是跟家人

→不會的題目自己學會(快樂)，加上跟老師或家人的討論，學會了教別人是(幸福)。

→一個人打傳說對決是(快樂)，跟家人或同學一起同樂，所有參與的人都會覺得很(幸福)。

第五節課 尋找生活小確幸

◎引起動機-Canva

介紹 Canva 視覺內容的平面設計平台，為報告做暖身準備。

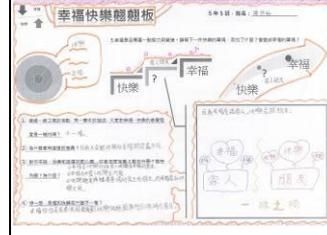
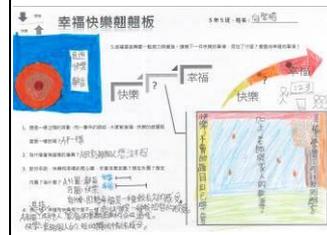


◎發展活動-Happiness

1. 每個人都是攝影大師，請捕捉校園內最美的畫面，拍照下來。
2. 請選擇三張最美好的畫面，製作簡報。
3. 從 75 句正向格言中，挑選一句最符合你的現況心境的句子，設計一張簡報。

◎綜合活動-Report 上台報告分享，自製正念投影片。

從 75 句正念金句中，每天選擇抄寫一句並寫出選擇的原因及與自身的關聯。



10'



10'



4. 應用數位學習平台 Canva 完成各項任務。

5. 提升自我正向思考意念，並且以實際行動傳遞正向能量。



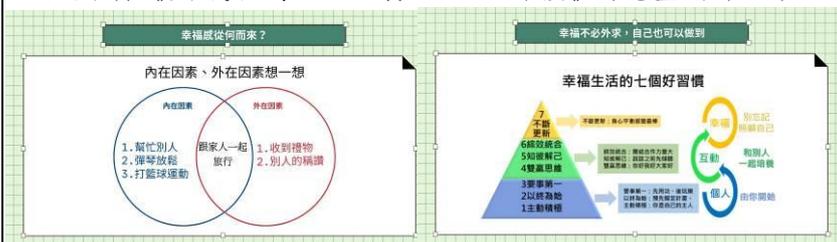
★ 主題三 幸福實踐家

第六節課 幸福有跡可循

◎引起動機-幸福不必外求

幸福感從何而來？可以是美好的風景、可以是一個滿足的笑臉，除了外在環境、他人帶給我們的感受，有沒有「自己」追求幸福的方法？介紹《與成功有約》的七個好習慣。

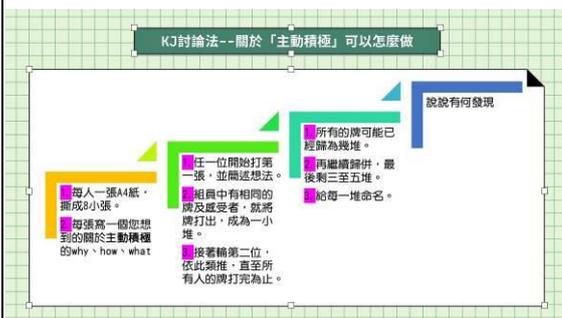
全班共讀《與成功有約-培養七個好習慣》(兒童繪本版)。



◎發展活動-主動積極 KJ 法

七個好習慣中由自己開始的三個項目是：主動積極、以終為始、要事第一。

以 KJ 討論法引導學生思考出「主動積極」的實際可執行事項。



學生討論結果：

- 寫作業：主動寫完作業、自己訂正作業
- 主動做家事：主動做家事、主動遛狗
- 管理時間：準時上床睡覺、時間到了就立刻關掉手機遊戲、早上不賴床。
- 不用爸媽提醒，主動看課外書
- 自己去練琴。

◎綜合活動

將學生討論出來關於主動積極的「實際做法」製作成檢核表，提供學生每天自我檢核執行的項目、省思紀錄。

連續執行 4 週以培養主動積極的幸福習慣。

10'

20'

10'

動態評量：能夠完成最美景物拍照 3 張，選擇正念語言搭配後，設計簡報上傳。

口語評量：能夠說出七個好習慣有哪些，並且說出哪三個是基本從自己做起的項目。



動態評量：能夠完成 KJ 討論出具體的「主動積極」實踐方式。

3. 理解七個幸福的好習慣，並且能應用「KJ法」對「主動積極」提出具體實踐方式，持續自我檢核。

Lucky Seven 好習慣伴我行
 習慣一 主動積極 (你是自己的主人)
 姓名：_____

- 我是個負責任的人。
- 我設定目標。
- 我決定自己的態度、行動和目標。
- 我不將自己的錯誤歸咎於他人。
- 不將別人罵我或沒有人理我的時候，我出選擇做對的事情。

日期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
1. 每天主動寫完作業並且訂正。							
2. 主動幫忙做家務()。							
3. 做好時間管理(玩手机時間到了會主動關機；準時上床睡覺；早上不賴床。)							
4. 和別人有爭執時，會先想想自己錯在哪裡。							
5. 不用他人提醒，會自發性做對的事情()。							

- 每天主動寫完作業並且訂正。
- 主動幫忙做家務()。
- 做好時間管理(玩手机時間到了會主動關機；準時上床睡覺；早上不賴床。)
- 和別人有爭執時，會先想想自己錯在哪裡。
- 不用他人提醒，會自發性做對的事情()。

5'

5. 提升自我正向思考意念，並且以實際行動傳遞正向能量。

第七節課 散播歡樂散播愛

◎引起動機-

課程的尾聲迎來了聖誕節，在這充滿感恩與愛的節慶，希望小孩能夠散發正向能量，把愛傳播出去。

◎發展活動-

利用 Canva 設計平台製作明信片，寄送給「不完美的 11 歲」作者-部落客凱莉哥&本人小露。

15'

動態評量：學生能夠利用 Canva 製作聖誕賀卡並上傳成功。教師傳送給作者。



20'

5. 提升自我正向思考意念，並且以實際行動傳遞正向能量。

◎綜合活動-課程總結

利用 kahoot 互動 APP，讓小朋友利用科技輔助學習與討論，再次回顧整個課程的環節，並且省思自己從中獲得什麼，在生活中持續實踐。

1. 這次生命教育的課程，令你印象深刻的是哪一部分？
- 我不是空笑夢(0)、不完美的 11 歲(27)、發現快樂尋找幸福(1)、七個好習慣(0)。



教師提問：為什麼選擇這個答案？(27 人選擇不完美的 11 歲)

- 因為小露的故事很可憐、她又很堅強
- 因為看她的書讓我更珍惜生命和家人
- 因為我覺得可以去拍照很快樂，還可以學習設計簡報。

動態評量：能夠使用 Kahoo 選擇答案，並且於問答時，說出選擇的原因理由。

(唯一選發現快樂的孩子)

2. 我不是空笑夢，黃鴻升的故事帶給你什麼啟發？

為了做自己喜歡的事，可以為所欲為(8)

我的生命目的是為了爸媽而活著(8)

主動嘗試各種興趣與活動(12)

生命的目的就是紅、賺大錢(0)

選項	得分
為了做自己喜歡的事，可以為所欲為。	8
我的生命目的是為了爸媽而活著。	8
主動嘗試各種興趣與活動。	12
生命的目的就是紅、賺大錢。	0
No answer	0

教師提問：為什麼選擇這個答案？

→按太快選錯了；只看到第一句「作自己喜歡的事」…

→這首歌是黃鴻升寫給爸媽的…所以我選這個答案

→爸爸媽媽對我很好，我不想讓他們失望。

教師澄清：爸爸媽媽很愛我們沒錯，可是未來的人生是自己經營，現階段爸媽是協助我們管理自己，最終，我們的生命意義，是為誰活著？

→為自己活著。

3. 閱讀「不完美的 11 歲」時，我們學習了 ORID 思考法，下列哪項不是 ORID？

O 客觀事件事實 Objective (了解事件、故事大意)(0)

R 閱讀 Read (多閱讀)(21)

I 你的反思詮釋分析 Interpretive (如果是你你會怎辦？)(5)

D 決定的行動 Decisional (你決定過怎樣的高年級生活)(0)

選項	得分
O 客觀事件事實Objective (了解事件、故事大意)	0
D 決定的行動Decisional (你決定過怎樣的高年級生活 要努力做到)	0
I 你的反思詮釋分析Interpretive (如果是你 你會怎辦?)	5
R 閱讀 Read (多閱讀)	21
No answer	2

教師澄清：我們每次問完故事發生什麼事後，老師都會問你們甚麼問題？

→感想、感覺是什麼？

教師澄清：所以 R 指的是你的感覺、你的想法。你的感受知覺(Reflective)

R-read(多閱讀)是在提問之前就已經做的，ORID 是閱讀後的思考策略。R 很重要，先問你自己的感受後再觸發後面的原因。

4. 「彩虹不會永遠都在」，體驗失去的項目中，哪項最珍貴，也是生命中該好好用心經營與相處？

最喜歡的物品(2)

最喜歡的人(23)

最喜歡的活動(0)

最喜歡的食物(3)

選項	得分
最喜歡的物品	2
最喜歡的人	23
最喜歡的活動	0
最喜歡的食物	3
No answer	0

教師提問：為什麼與「人」的相處最重要？(家人、朋友)

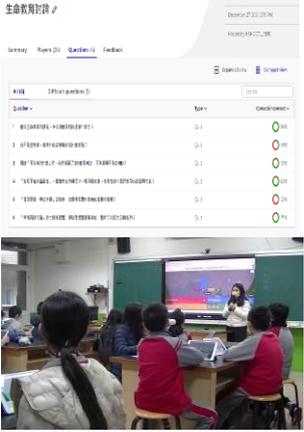
→因為跟別人相處好就會很快樂

動態評量：能夠使用 Kahoo 選擇答案，並且於說明自己的生命意義。

動態評量：能夠使用 Kahoo 選擇答案，再次說出 ORID 的思考步驟。

動態評量：能夠使用 Kahoo 選擇答案，並且說出可以怎麼與他人相處融洽。

2. 在各項體驗活動中，能夠主動探索生活周遭(外部)以及自我想法(內在)的幸福與快樂，體會其中異同，進而珍視生命。

<p>2. 在各項體驗活動中，能夠主動探索生活周遭(外部)以及自我想法(內在)的幸福與快樂，體會其中異同，進而珍視生命。</p>	<p>→跟同學相處好，來上學就很開心</p> <p>5. 「發現幸福、尋找快樂」活動中，你覺得校園中最美的風景在哪裡？</p> <p>前庭的植物園(11)→我去拍了水梨、石榴。</p> <p>大操場周邊的樹木(7)</p> <p>→老師拍那張大樹透過陽光，我覺得很漂亮。</p> <p>路邊的野花小草(7)→就算是小花，對焦好拍出來也蠻好看的。</p> <p>生態池的小魚和烏龜(3)→有生命的很美，我喜歡烏龜。</p> <p>6. 「幸福有跡可循」的七個好習慣，哪些習慣是最基本的、是你從自己做起的？</p> <p>統合綜效(2)、不斷更新(5)、主動積極(20)、雙贏思維(1)</p> <p>教師澄清：第一層的幸福好習慣，是從自己做起(主動積極、要事第一、以終為始)；接下來事與人合作的三個好習慣(雙贏思維、知彼解己、綜效統合)；最後是(不斷更新)自己。</p>	<p>動態評量：能夠使用 Kahoo 選擇答案，並且說出選擇原因。</p> 
--	--	---

單元評量/標準本位評量

評量標準與評分指引：

評量標準						
主題	次主題	A	B	C	D	E
自我與生涯發展	尊重與珍惜生命	能實踐與分享關懷生命的行動，養成珍惜生命的態度。	能辨識各種生命的差異與相關性，學習尊重生命，並擬定關懷生命的行動。	能覺察各種生命的變化歷程，並知道生命的可貴。	能分享自己成長的重要變化。	未達D級
	學習表現					
	Id-III-1 覺察生命的變化與發展歷程，實踐尊重和珍惜生命。					
	本評量 評分指引	能實踐「積極主動」的習慣於日常生活中，並以感恩、珍惜生命的態度。	能探索生命的價值，並辨識生命中幸福的真諦，擬定創造幸福生活的積極行動策略。	能察覺自我與他人生命的變化，體會生命的可貴，並探索生命的價值。	能從他人的生命故事分享自己的成長變化。	未達D級

伍 創新教學成效評估

(一) 增進自我瞭解，養成學生自信心，發展個人潛能。

1. 在各項體驗活動中，能夠主動探索生活周遭(外部)以及自我想法(內在)的幸福與快樂，體會其中異同，進而珍視生命。

(1) 在「彩虹不會永遠都在」的體驗剪愛活動，令孩子印象深刻且震撼，從無法下手的眼淚中體悟家人、自己的生命意義並且格外珍惜人與人之間的幸福。

(2) 透過「幸福指數問卷」(特別翻譯國外論文研究，採用適合國小生的問題)，讓學生實際動手計算出自己的幸福指數，讓抽象的快樂/幸福感受變得更具象數字化。90%學生認為計算出的問卷指數與自己的感覺相符。

(二) 培養自我超越的素養，勇於挑戰，貫徹目標。

1. 提升自我正向思考意念，並且以實際行動傳遞正向能量。
2. 學生每天在聯絡簿寫下正念語言，並且說明原因。

(三) 培養表達、溝通和分享的知能。

1. 透過歌唱、書籍閱讀，並輔以曼陀羅思考法、ORID 思考法，認識作者的創作背景，體會生老病死的現象，進而思考自己的生命價值。

(1) 學生在教師授課後，經過生生討論，可以不需要教師協助完成「曼陀羅思考法、ORID 思考法」學習單，也能言之有物，省思自己的高年級生命意義。

(2) 在團體歌謠比賽後討論歌詞、閱讀與孩子學習經驗相近的書籍，能夠有效提高學習動機與興趣，體驗活動後的省思格外深刻。

(四) 增進規劃、組織與實踐的知能。

1. 理解七個幸福的好習慣，能應用「KJ法」對「主動積極」、「以終為始」、「要事第一」提出具體實踐方式，持續自我檢核。

(1) 能夠提出主動積極的具體實踐方式，彙整成檢核表。

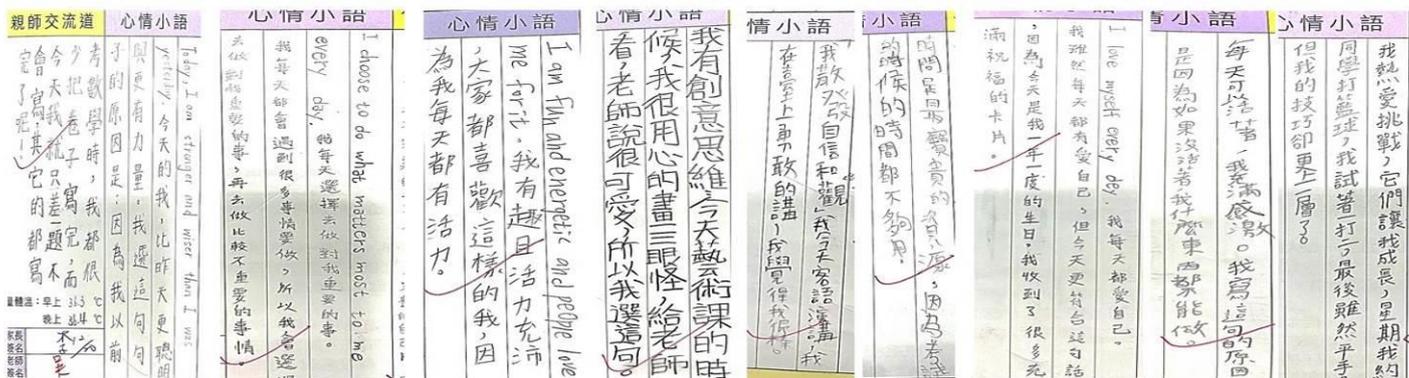
(2) 大部分學生均能執行自我檢核。

(五) 提升運用科技與資訊的能力，如收集、解讀、組織、應用資料的能力。

1. 應用數位學習平台 Canva 完成各項任務。

(1) 使用 Canva 製作正念簡報時，學生能夠完成拍照並且設計簡報(圖片+正念語言)，最後上傳作業，其他學生經過老師協助也能完成。

(2) 使用 Canva 製作聖誕小卡，學生能夠自行完成小卡設計(插入圖片、風格一致、字體適宜並且寫出自己的想法)，完成上傳作業。



陸 教學省思與修正

★教學省思

1. 高年級的孩子對於生命的生、老、病、死的體會並不是太深刻，並不是每個孩子都有這樣的經驗，談起生命的意義又稍微深奧，很難引起共鳴。而在與夥伴共備的過程中，思考了許多教學素材，最後選擇與學生生活經驗貼近的「鄉土歌謠活動」(歌曲-我不是空笑夢)切入討論早逝的歌手生命，以及書籍「不完美的11歲」討論罹癌抗癌的歷程。
2. 物資充裕的孩子很難理解失去的感受，無論是物品或金錢都不太在意，我們透過彩虹不會永遠都在-「剪愛」這個活動，在教師氣氛提問營造中，孩子思考表達喜愛的原因，在被迫剪碎的那一刻，看到孩子不忍剪下、默默落淚的畫面，甚至被剪碎的紙張還刻意完整拼貼擺放在桌上，下課後拿膠帶貼回去，真實深刻的體驗失去的感受，進而珍視周圍看似理所當然存在的人事物。
3. 關於激勵孩子思考「生命的價值」，思索自己的高年級校園生活可以如何正向面對，我們選擇結合科技輔助，以學生有興趣的學習方式，更能提高學習動機。
4. 於探索快樂與幸福的異同，學生僅能有大方向的概念分別，關於細微的差異(時間的淬鍊、感受的深刻度、努力後的成就…)需要再仔細引導，花更多時間討論，比較能夠澄清概念。