



# 東南科技大學

## 通識教育課程~生命教育

圖片來源：

工管雙軌

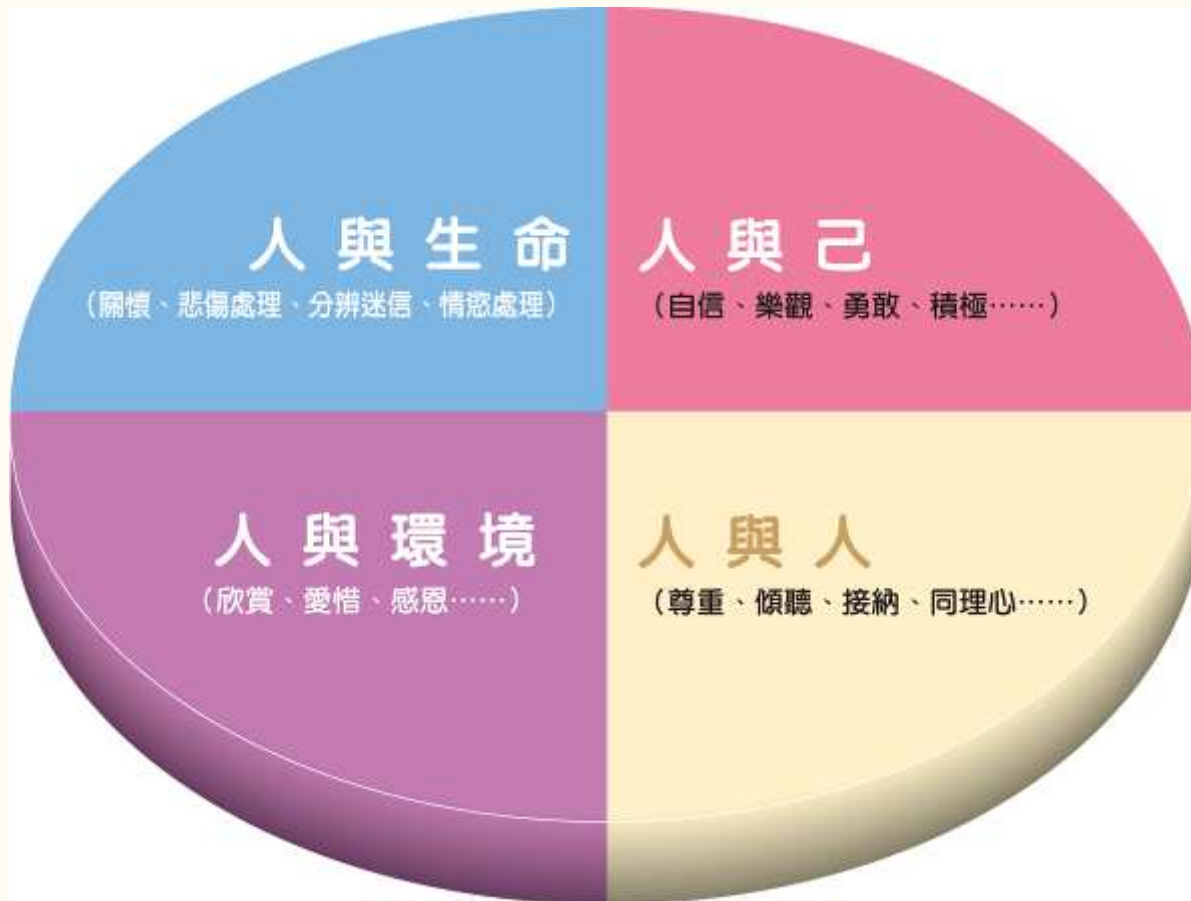
莊承達手繪

蔡淑慧

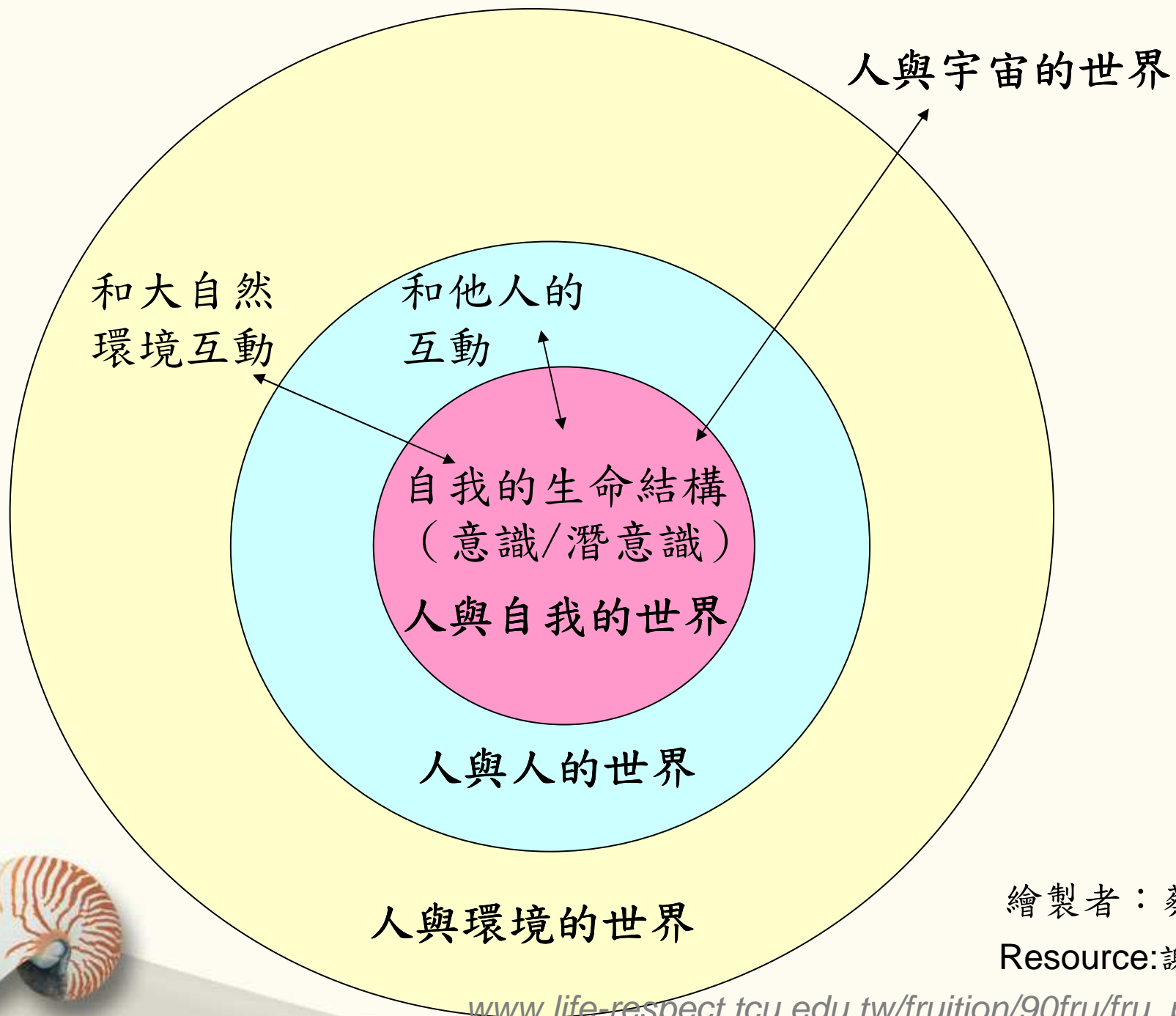
100年7月4日



# 生命教育四個向度



資料來源：彩虹愛家生命教育協會



繪製者：蔡淑慧

Resource: 謝曼盈

# 初次練習

- 我是.....
- 人是.....
- 生命是.....

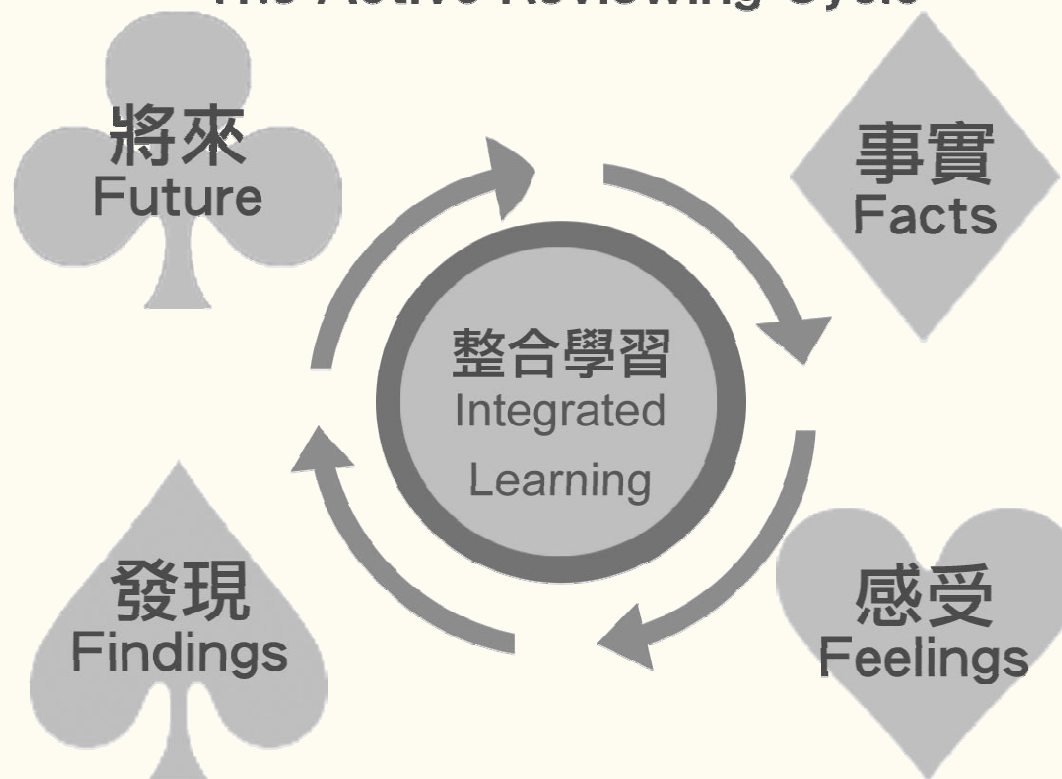
各連續造出10個句子(直覺、任意聯想)

班級、姓名、學號、聯絡方式(Email)



# 4F 引導理念與動態反思

羅貴榮的動態回顧循環  
The Active Reviewing Cycle



<http://blog.ilc.edu.tw/blog/gallery>

洪中夫(2008)，玩出好品格

# 教育部生命文化數位教材之…

單元二 建構生命樹的生命文化觀

單元五 人生的終極關懷

單元六 宗教信仰與人生

單元九 西方醫學養生與保健

單元十三 生命文化的創意生活

單元十四 人文藝術與性靈教育

單元十五 現代文明社會的病源





# 平台互動

<http://justlife.elearn.com.tw>

- 請填寫帳號(學號)、email等資料
- 意見調查(前測\_書面、後測\_線上)
- 佈告欄、討論區([東南數位學習網](#))
- 分組討論、個人作業
- 教材瀏覽學習紀錄
- 考試或期中心得
- 期末報告(書面繳交、口頭發表)



線上課程時間表請參照教學大綱

景文科技大學生命文化數位學習網 - Windows Internet Explorer

http://justlife.elearn.com.tw/

檔案(F) 編輯(E) 檢視(V) 我的最愛(A) 工具(T) 說明(H)

我的最愛 ChUI's blog - 18+1 BT 建議的網站 自訂連結 免費的 Hotmail 網頁快訊圖庫

Hotmail - tzaancv@msn.com ... 教育部數位學習服務平台 景文科技大學生命文化...

景文科技大學 生命文化 數位學習網 JUSTLIFE.ELEARN.COM.TW

MEMBER LOGIN

請輸入帳號 登入

查詢密碼

教師環境使用手冊

學生環境使用手冊

Jointnet 使用手冊

常見問題

最新消息

- 請同學們踴躍到「單元一」填寫問卷喔！
- 歡迎大專院校數位學習訪視暨認證服務團蒞臨本校參訪

新開課程

- (景文科技大學)應英二模
- 生命教育概論(進修部二專--錢欽一忠)
- 種子師資研習會測試課程10
- 種子師資研習會測試課程9
- 種子師資研習會測試課程8

校務行事曆 Calendar

2011 年 02 月份

| 日  | 一  | 二  | 三  | 四  | 五  | 六  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 |    |    |    |    |

開始 Windows Li... 4 Internet ... 2 Windows... Microsoft Po... 中 100% 下午 03:07



景文科技大學生命文化數位學習網 - Windows Internet Explorer

http://justlife.elearn.com.tw/learn/index.php

檔案(F) 編輯(E) 檢視(V) 我的最愛(A) 工具(T) 說明(H)

我的最愛 ☆ ChUI's blog - 18+1 BT 建議的網站 自訂連結 免費的 Hotmail 網頁快訊圖庫

Hotmail - tzaancv@msn.com ... 教育部數位學習服務平台 景文科技大學生命文化...

e-Learning tzaancv 您好！您正在[ 歡迎光臨 ]中

學習區 評量區 資源區 個人區 校園動態

99 年度景文大學生命文化課程 | 開始上課 | 課程討論 | 課程資訊

Course Catalog

- 單元1 生命文化教育三大綱領--「經典、基因、生命」
- 單元2 建構生命樹的生命文化觀
- 單元3 生命河之生命文化教育觀
- 單元4 解讀生命學的人生課題
- 單元5 人生的終極關懷
- 單元6 宗教信仰與人生
- 單元7 解析生命的智慧
- 單元8 生命倫理議題的省思
- 單元9 西方醫學養生與保健
- 單元10 傳統醫學養生與保健
- 單元11 西方醫學養生與文化
- 單元12 傳統醫學養生與文化
- 單元13 生命文化的創意生活
- 單元14 人文藝術與生命教育
- 單元15 現代文明社會的南渡
- 單元16 醫療科技與身心靈整合
- 單元17 生命文化與科技文明的對話
- 單元18 統整生命文化的人文精神教育

CH2 建構生命樹的生命文化觀

2.1 以人擬樹的生命觀察

- 2.1.1 生命就像一棵樹
- 2.1.2 樹的萌芽，如同人的胎教
- 2.1.3 試自評

2.2 文化基因等同於樹的根脈

- 2.2.1 樹不能隨時拔起：人不能失去根
- 2.2.2 人具有文化基因的「生命樹」
- 2.2.3 生命文化是精神相連的「民族精神」
- 2.2.4 試自評

2.3 看見生命文化的芳多精

- 2.3.1 樹與人的對應關係
- 2.3.2 體驗生命文化的芳多精
- 2.3.3 試自評

名詞解釋 經典講座 案例分享 思索探索 課後作業 延伸學習

生命文化

生命樹的生命文化觀

CH2 建構生命樹的生命文化觀

以「生命樹」來賦予人的文化教育意涵，用「生命樹」來比喻人的生命結構或是人的一生情境，是給予人的生命活化、靈性化的一種象徵性的觀念。希望藉由以人擬樹的生命觀察、文化基因等同於樹的根脈、生命文化即是薪火相傳的民族慧命、體驗生命文化的芳多精等系統單元，來闡釋生命文化的生長狀態及其多元內涵。

單元學習目標：

認知

- 1、能認知樹的萌芽，如同人的胎教。
- 2、瞭解樹的結構與能量，等同於人的文化基因。

技能

- 1、能在「以人擬樹」的生命觀察中，發現生命文化的發展過程。
- 2、能將自然生態的陶冶精神，運用在「胎教」或者是日常生活的和諧型態中。

情意

- 1、從樹與人的對應關係裡，體驗順應自然法則的正確生命觀。
- 2、深刻認識「只有堅根的樹，抓得住寬厚的大地，只有纏繞的樹，看得見廣闊的天空」。

參考來源：教育部生命文化數位教材

# 作業練習

- 第一次：請回憶(訪談)胎教相關經驗、故事？請為自己規劃一個生命腳本！
- 第二次：有沒有過一些想法或點子，是自己覺得很有創意及價值的，可以運用於生活上的。試著說明。
- 第三次：1. 請說明自己與家人之間如何處理壓力？依照教材中(1)壓力的特性(有哪些壓力及其特性)(2)因壓力而產生的情緒及如何調適？(3)因壓力而產生的疾病或症狀，如何處理及預防？(4)自己的結論及對自己與家人的建議？等



# 議題討論

- 閱讀單元2
  - 生命文化之觀想及心得。
- 閱讀單元13
  - 生活中的創意與益處。
- 閱讀單元15
  - 健康的飲食習慣如何建立、及因應現代環境汙染的方法



# 討論版一：針對生命議題

- 對生活週遭的事情看的更仔細，思考更獨立不被牽著鼻子走。
- 要對生命充滿熱情~
- 要不斷努力去求進步，使得生命更有意義，不斷學習使得生命更加充實。
- 記得有一個廣告是這樣說的我要長的和樹一樣高!我要強調的是：生命是可以和樹一樣堅忍有毅力的!
- 生命難得可貴要好好愛自己，才不辜負來到這世上的目地。
- 人生旅途上會有很多要做選擇的時候，但不要擔心做錯選擇，因為活的值得最重要。





## 討論版二：關於創意議題

- 發明出來的產品要有消費者的認同，這項產品才是成功的。....創意來自**需求與思考**。
- 人類的**通訊**會越來越平繁，我們的生活會越來越簡單!
- **捐血**可以救人又可以送麵包給我們吃很貼心很有意義~
- 還是要飲水思源，記住大自然帶給我們的一切。
- **科技時代**不外乎就是讓人越過越幸福，而幸福的定義因人而異，如果幸福只是讓人們變得越來越懶散，那就真的很瞎了!
- 創意使得生命更有意義，但是也使得人們見面的機會變少了。





## 討論版三：身心壓力議題

- 讓每個人都了解釋放壓力的方法，以免造成更進一步的疾病。
- 早睡早起，適量的運動、保持心情愉快，才不會把壓力積在身上。...**我要**開始減少喝飲料的次數，雖然不可能到都不喝飲料。...改善生活做習不要晚睡、多喝開水、少吃油膩的東西、隨身攜到餐俱、水壺，省錢又身體好。...**嘗試**所謂的「健康蔬食」，胃食道逆流改善，體重也掉了4.6kg(1.5個月內)。
- 現在文明社會帶給人太多方便，也間接造成人類的懶散跟貪婪，所以一切還是要由**管理自己**開始。...社會的病源就是濫用資源的那些人。使用塑化劑的廠商更是這個社會的病源!!

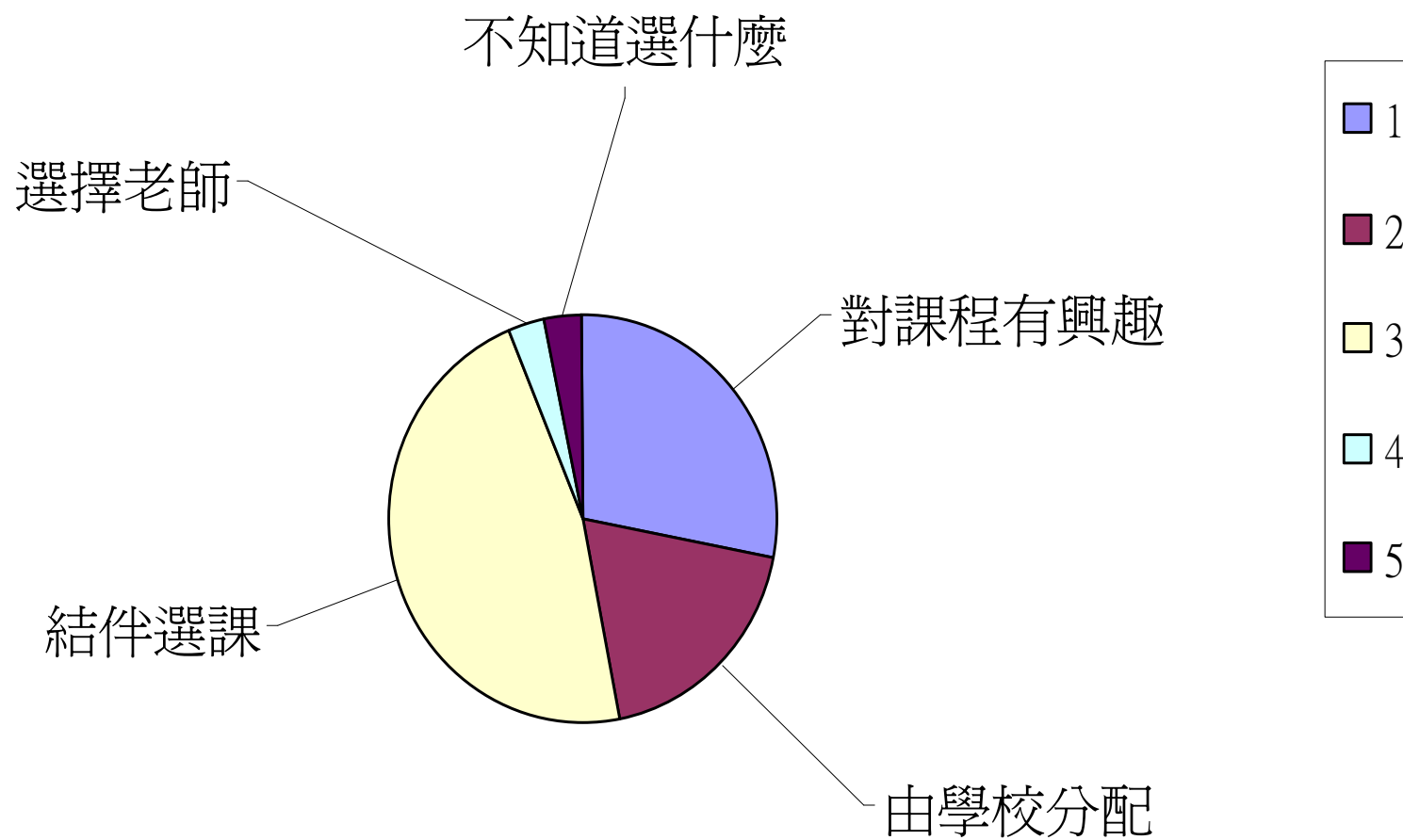


# 學生意見

- 對平台意見：很難用的東西...有點不懂到底是幹嘛的!還有點模糊吧~
- 對生命教育應持有的態度：**你是在享受生命還是在浪費生命?**我常和學弟妹說：「大三以前找不到你的定位，那你不但大學白念而且出社會就輸人家一大截」。試著去發現身邊每一種東西的變化，找到一點點的感動，你們會對這個世界有新的認知。**藉此找到自己的興趣、自己的走向，最後就是自己的定位。**不能開發「生命中的反應爐」，那等於是處在充斥著慾望和汙濁中的小框框裡。但願意改變現狀的人又有多少個?來上這門課的人心態又是什麼?



# 期初評量\_選課動機



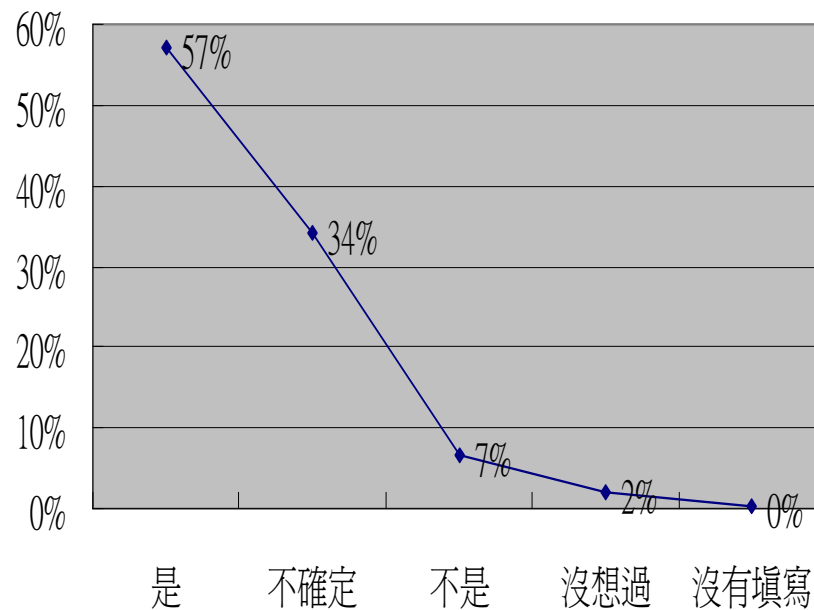
# 期初評量\_對課程的期待

- 可以了解生命的意義、讓生命更豐富
- 更了解自己在未來所要追求的人事物
- 輕鬆、無壓力；安全過關
- 網路教學多一點
- 該如何規劃未來；學習不同的想法和解決(問題的)方式
- 對自己負責；如何關懷別人、幫助別人

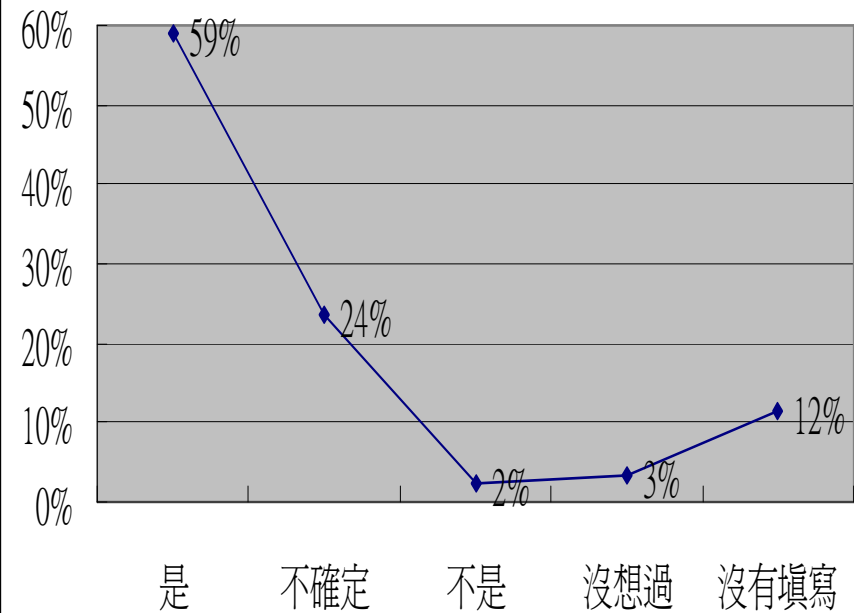


# 期初評量\_自我認知

自我認知\_對自己的價值、特質、人際關係、對自然環境與人的觀感、信仰的體認等等



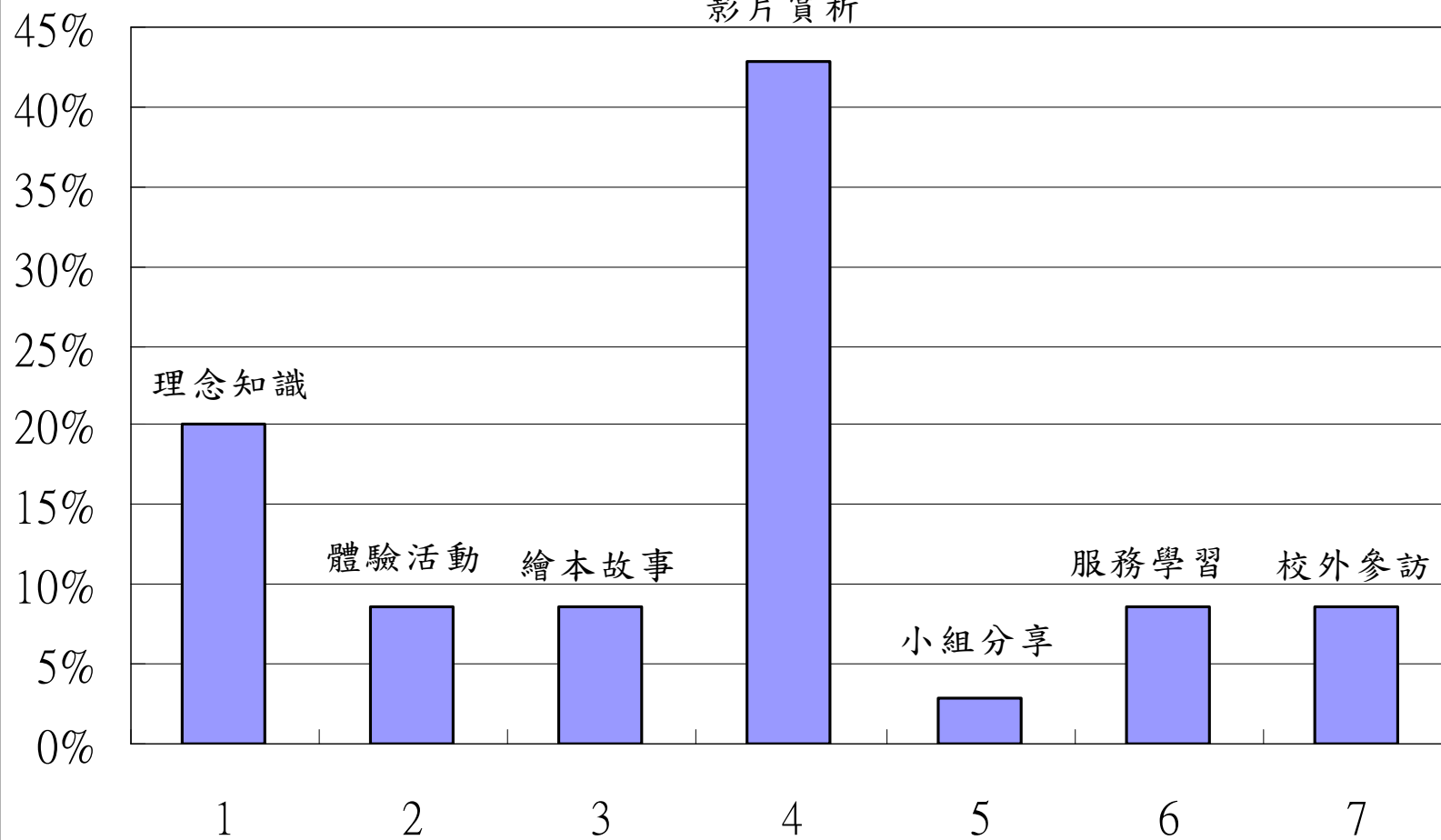
自我認知(課後)\_對自己的價值、特質、人際關係、對自然環境與人的觀感、信仰的體認等等





## 課程安排喜好

影片賞析

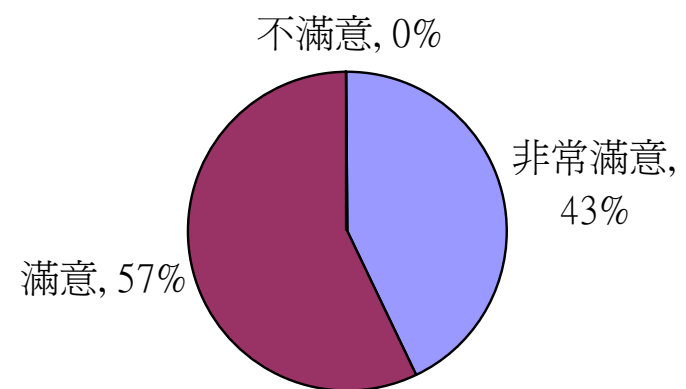


對課程的滿意度

內容難易適中程度

課程鬆緊程度

滿意, 63



# 學生的心得...

- 更確定自己未來的方向、...想追求自己的夢想與理想。
- 發現新的自己...找回自我，不需在意別人的眼光因為我就是我。
- 我覺得人生遇到一些困難，變得也並不是這麼的困難了。
- 每個人都有差異，要學會尊重他人；...人的核心價值不光是知識，感情互動得來的喜悅、收穫，遠比世上所有財富更珍貴。



## 學生的心得part2...

- 我對於線上課程非常排斥，沒有達到學習的效果。開始是充滿著好奇心有興致的，但我發現並沒有想像中的有趣，線上繳交作業也很麻煩。
- 我覺得沒什麼大改變；...跟平常一樣。



# 學生的收穫...

- 校外(約納家園)參訪：是個最具體的教育活動，更能具體會這門課的意義；了解到小朋友和單親媽媽的難處。
- 影片欣賞：有許多啟發；多吸收知識；(+\_2度C)讓我對環境越來越重視。
- 讀書心得、期末報告：(閱讀)給我很多正面的力量，幫助到我(但我不喜歡寫心得)；期末報告讓我們自己去找資料自己去學習、...了解到團隊生活的重要。
- 網路教學：上課會想睡覺，但在電腦前上課會很有精神；online對懶的來學校的人是很好，但壞處是沒心的人還是不要用這個比較好；線上教學很特別的學習方式也學到很多知識。對生命之樹(教材)比較有點興趣，所以有點想法。
- 課程本身：畫畫的(活動有幫助)；...讓我覺得生命是短暫的，所以要好好利用時間。
- 問卷或課堂作業：讓我有對(每次的)課程更加有印象。





# 我想對老師說...

- 謝謝老師用心教導我們，只是作業太多了。...每次的心得紙寫出感言，我覺得很棒！
- 線上教學很新潮，但那個教學網還需要加強，因為很多不能開，還有點不習慣。
- 很開心安排探訪課程，讓我們能走出校外，更了解這社會上有許多需要幫助的人。
- 這堂課讓我心靈充實了許多，(影片中有些人)身體不健全，但這是老天給他們的考驗，並且鼓勵其他人。
- 小組討論讓我更能了解：一個人是沒辦法解決(問題)的，要靠團隊合作。
- 這堂課跟我當初想的不一樣，一開始以為是教人不要自殺，但其實上了這堂課，我才知道如此的廣。



# 生命教育課程成果展 活動照片

生命教育課程三A成果展  
1000630.ppt



謝謝觀賞  
敬請指教

