



【菩提種子編輯委員會】111 學年度教材教案

核心素養	B1 符號運用與溝通表達 具備理解及使用語言、文字、數理、肢體及藝術等各種符號進行表達、溝通及互動，並能了解與同理他人，應用在日常生活及工作上。	
教案名稱	正語一口說好話，好好說話	
教案型態	體驗式	
設計者	台南區市南大愛媽媽	
教學對象	小學中高年級	
教學時間	60 分鐘	
教學目標	1. 知道言語的力量，端正自己的言語。 2. 說話前，思考要說的話，是不是真實的、善意的、有助益的。	
靜思語	脾氣、嘴巴不好，心地再好，也不能算是好人。	
搭配教案	1. 每個東西都在振動！生命的答案，水知道 https://youtu.be/0LmxG6YPhnE?t=69 2. 20111002《唐朝小栗子》修養不夠 https://youtu.be/63EO_6Lrk3M 3. 因為有愛，每句話要好好說。開口說愛 讓愛遠傳 https://youtu.be/a-QwHR-8B04	
其他資源	1. 20130728《唐朝小栗子》餘地三分 https://youtu.be/EDCFmZ9S184 2. 20111016《唐朝小栗子》脾氣和口氣 https://youtu.be/LOHSb21XUnY 3. 繪本《用愛心說實話》 https://youtu.be/0Dewh6NlqrY 4. 永不放棄（教練如何用言語激勵運動員） https://youtu.be/kEy.jdK0rJ94 5. 天天言語霸凌他，盆栽竟然長不大 https://youtu.be/tXSaotv5s5k	
教學步驟及內容		教學時間
<p>壹、體驗一：</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between; align-items: center;"> <div style="text-align: center;">起 點</div> <div style="text-align: center;"> </div> </div> <p>(一) 材料：紙口罩、乒乓球、湯匙、裝球容器 (二) 活動說明：兩人一組，一人蒙眼，手持湯匙，湯匙上放乒乓球，在原地轉一圈，才出發。另一人口說好話引導對方運送乒乓球，將乒乓球合力運到定點。 (三) 在運送的過程中，兩人只能說指定的好話，例如： 請往左，請往右，請往前，請往後， 謝謝你，感恩你，對不起，沒關係，你很棒， 請再說一次，請停住，請倒球進去。</p>		15 分

(四) 角色互換，再玩一次

(五) 討論與分享

1. 在運送過程中，你有没有做到溫言暖語，多感恩？你覺得別人感受如何？

2. 在運送的過程中，你有没有聽到令人不舒服的話？你的感受如何？

3. 分享日常生活中，你聽見別人對你說出不好的話或罵你，你心中的感受是什麼？

4. 分享日常生活中，你聽到讚美、鼓勵、有禮貌的好話，你心中的感受是什麼？

結語：我們今天的活動是要運用有禮貌的，適當的話語來完成任務，並且要用為別人著想的心，來引導別人，希望大家在平常的生活中，多說好話，為人著想，就能時時有歡喜心，和別人結好緣。

體驗二：

(一) 播放「生命的答案水知道」PPT

前言，詢問學生：

1. 「水」能夠分辨訊息中的正、邪、善、惡嗎？

2. 「水」也能夠接收到來自聲音、文字、音樂、意念的良善或邪惡的訊息嗎？

3. 日本 IHM 研究所的江本勝博士等人自 1994 年起，以高速攝影技術來觀察水的結晶，發表了實驗結果《來自水的訊息》一書，證明帶有「善良、感謝、神聖」等的美好訊息，會讓水結晶成美麗的圖形，而「怨恨、痛苦、焦躁」等不良的訊息，會出現離散醜陋的形狀。

結語：無論是文字、聲音、意念等，都帶有訊息的能量。

◎參考影片 <https://youtu.be/0LmxG6YPhnE?t=69>

(二) 好話米實驗

1. 將兩份白吐司或白米飯分別放入容器或密封的塑膠袋裡。

2. 兩個容器分別貼上 5 句好話與 5 句不好的話。

(三) 將班上學生分為兩組，一組說好話，一組說壞話。

1. 請學生輪流上來對吐司說好話／說壞話。

(注意：兩組之間要有距離，不要互相干擾)

2. 之後的三個星期，請學生每天都對兩組白米說好話／壞話

3. 三星期後，觀察白米或吐司的情況。

三週後，好話米明顯呈金黃色，味道是米酒香。壞話米長出大塊黑色黴菌，味道呈嘔吐，酸臭酒味。一個月後好話米與壞話米則明顯金黃、黑分明。

結語：「意念」和「語言」是有物質能量的，善與惡的意念會影響著人體與大自然。

靜思語：脾氣、嘴巴不好，心地再好，也不能算是好人。

15 分

班級實驗

(可結合班級
老師共同進行)

<p>貳、故事講述：</p> <p>一、呈現方式：可播放影片或講述故事。 影片：https://youtu.be/63EO_6Lrk3M</p> <p>二、故事大綱： 阿福被大家推選為班長後，在球類比賽時嫌摩詰速度太慢；阿喜沒有將球傳給他，嫌阿喜愛表現；而胖胖要參加村子裡的歌唱比賽，他嫌胖胖歌聲難聽。中午吃飯時，同學都不要和阿福在學堂裡吃，於是阿福向方丈老師請教，經過方丈的引導，阿福發覺是自己修養不夠，說話太傷人。</p> <p>參、省思：</p> <p>一、阿福看哪些事情不順眼？為什麼？ 二、如果你和故事中的阿福一樣，同學都不跟你玩，你會如何改進自己的行為？ 三、說說看，你曾經如何面對看不順眼的人？ 四、承上題，這樣的方法你認為理想嗎？還可以怎麼做呢？</p> <p>靜思語：脾氣、嘴巴不好，心地再好，也不能算是好人。</p>	15 分
<p>肆、靜思：</p> <p>因為有愛，每句話要好好說。開口說愛，讓愛遠傳 https://youtu.be/a-QwHR-8B04</p> <p>看到影片中的主角，因為不耐煩，說出令家人覺得難過的話。想到自己有時候，在父母親叮嚀時，覺得父母很嘮叨，也會顯得不耐煩，說出沒有禮貌的話，但事後又會覺得後悔，不應該這樣跟父母親說話。 家人是我們最親密的人，以後和家人說話時，我會用心，說話前先想一想，不要因為情緒不好而亂發脾氣，說出不好的話，而傷害最愛我們的人！</p>	10 分
<p>伍、生活實踐：引導學習單，並請孩子回家完成。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 常說請、謝謝、對不起。 2. 每天至少稱讚別人的優點一次。 3. 每天對家人說一件感恩的事。 <p style="text-align: center;">靜思語：脾氣、嘴巴不好，心地再好，也不能算是好人。</p>	5 分

附件:故事內容

修養不夠

20111002《唐朝小栗子》修養不夠 https://youtu.be/63EO_6Lrk3M

在學堂中方丈請同學推選班長，經過投票表決，阿福成為班上的班長。阿福開心地謝謝大家的支持，並表示會好好帶領同學，做個好班長，努力為大家服務。

有一天，班上舉行球類比賽，阿福和摩詰同一組，阿福嫌摩詰跑步像走路一樣地慢；接著阿喜踢到球沒將球傳給阿福，而擅自將球投進籃中，阿福是隊長，不高興阿喜沒將球傳給他而一臉的不悅。湯包說阿福太兇了，阿喜覺得他對誰都這麼兇，也以為全天下就他最厲害。小栗子也呼應著說，沒有人敢跟他同一隊。

胖胖要準備參加村子裡的歌唱比賽，當他試唱後，全班同學都為他鼓掌叫好。胖胖請大家給他意見，讓他改進。小栗子說：「可以唱得稍微再小聲一點。」阿喜說：「唱歌要有感情，有的地方大聲，有的地方小聲才好。」胖胖感謝阿喜的建言，決定要改進。阿福卻搖頭說不行，告訴胖胖還是不要去參加比賽，免得丟臉，因為他覺得胖胖的歌聲很難聽。小栗子和同學們安慰胖胖，不要管阿福，只要努力練習，一定會進步。沒想到胖胖卻昏倒了，湯包覺得阿福說話太傷人。

全班同學在打掃，而小栗子在逗湯包笑，害他把垃圾都倒出來。阿福在一旁看到後，嫌他們每天做的事還做成這樣。三個人互相鬥嘴，吵到湯包生氣握拳頭。

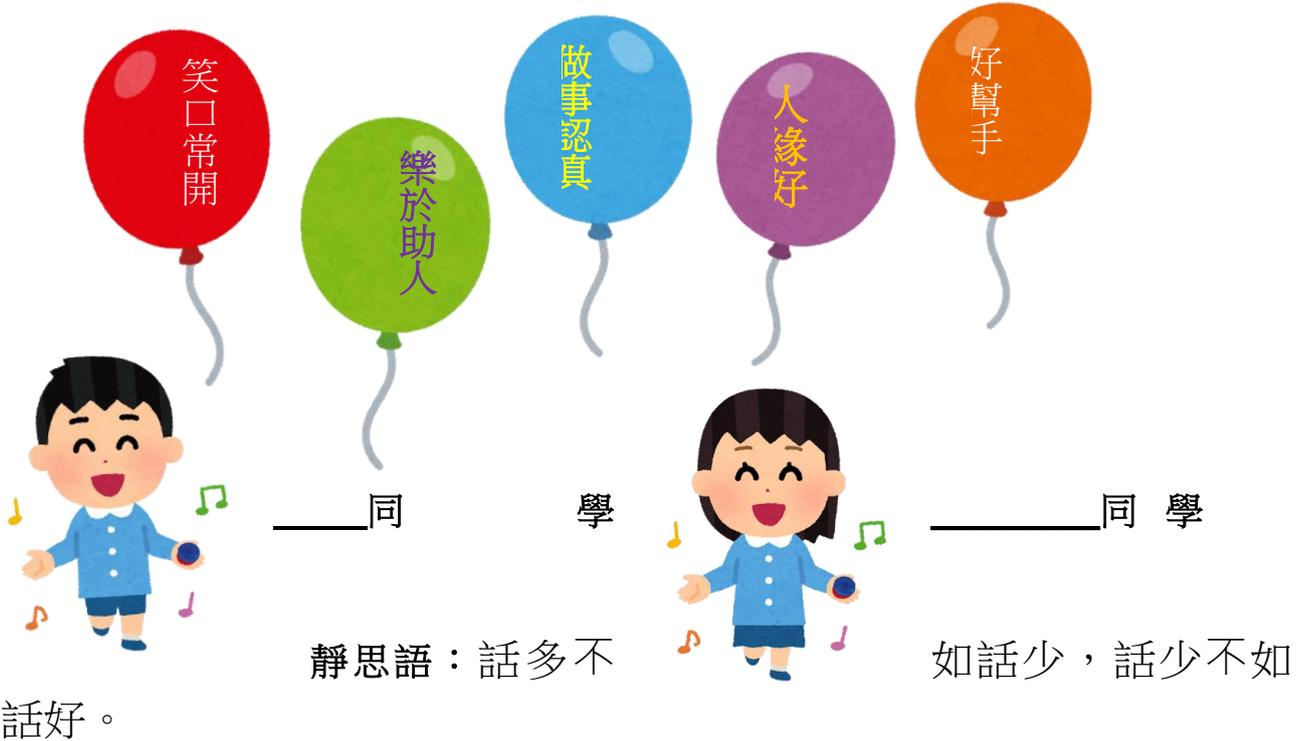
中午吃飯時間，全班同學都不和阿福在學堂裡吃，結果阿福變成沒有朋友的人。摩詰關心阿福，湯包卻覺得阿福很難相處。小栗子阿福的妹妹阿喜，會不會覺得跟阿福很難相處，阿喜則認為是他常看不到別人的優點。阿福躲在樹後聽到同學們的交談，心裡覺得自己是好心，為什麼會讓大家討厭呢？

阿福向方丈請教，為何自己說實話而同學都批評他？要怎麼做，才能改善大家的看法？方丈引導阿福去思考，有人聽話幫忙做事，動作慢一點；或有人拼命往前直衝超越自己，是不是都覺得不高興。還有生氣時候說話的語調是如何？

阿福反省後，了解自己錯在哪裡。方丈又告訴阿福，看別人不順眼，那是自己修養不夠。要時時提醒自己，以善解包容對待別人，知錯能改大家都會感受到。阿福開心地謝謝方丈後，決定要努力改過。

口說好話 · 好好說話

小朋友，要常常口說好話、多讚美別人，讓自己成為一位人見人愛的人喔！
請你真心的讚美二位同學，並將你的祝福送給他：



笑口常開
樂於助人
做事認真
人緣好
好幫手

_____同 學

_____同 學

靜思語：話多不
話好。

如話少，話少不如

家長給寶貝的話：_____

老師給寶貝的祝福：_____