

【菩提種子編輯委員會】 分站教學教材教案

教案主題	謙卑-去除傲慢 欣賞他人			
教案名稱	雁行挑戰			
設計者	北區菩提種子編輯團隊			
教學對象	中學生			
教學時間	20~40 分			
學習目標	1. 學習從各種不同的角度看世界，欣賞大自然存在的景色與事物。 2. 培養一顆恭敬謙卑的心，愛護自然、尊重萬物，與環境和諧共存。 3. 願意接受他人的協助，也願意協助他人。			
主軸	人有二十難-除滅我慢難，不說是非難。			
靜思語	有實力，還要柔軟—軟化自我剛強心，堅持願力。			
搭配教案	大愛引航中學版第二冊-品格教育·自信圓融-謙卑自省-武者仁心約旦情			
教材來源	雁行理論			
教材教具	1. 長約 200 公分繩子 2 條 2. 長約 800 公分團體跳繩 1 條 3. 長約 200 公分的竹竿 2 支			
其他資源	參考影片：雁行理論-團隊合作的啟發 https://www.youtube.com/watch?v=v7N--IPC1XY			
人力資源	需有 10 人協助拉繩、拉竹竿			
場地布置 簡圖				
<p>※教案簡介：</p> <p>觀賞雁行理論影片，鼓勵大家要彼此互助，在過程中謙卑學習，自己才能有成長的機會，進行雁行挑戰任務，活動後討論與分享。</p>				
教學步驟及內容		教學資源	教學時間	備註
<p>站呼：</p> <p>你我手牽手心連心， 縮小自己尊重別人， 柔軟身段跨越障礙， 團隊合作奪標勝利。</p> <p>〈觀看影片〉 當雁群為過冬而朝南方飛去時，沿途會以「V」字飛行，借著「V」字隊形，整個鳥群比每隻鳥單飛時，至少增加了 71% 的飛升能力，一群願意彼此合作的野雁團隊，展翅穿越一座座高山，克服困難飛抵南方家園。</p>		<p>參考影片： 雁行理論- 團隊合作的 啟發 https://ww w.youtube.</p>	<p>1 分鐘</p> <p>2 分鐘</p>	

	com/watch?v=v7N--IPC1XY		
<p>一、活動一：規則（步驟）說明</p> <p>➤ 關卡一：牽手翻山越嶺</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請 2 人拉住長約 200 公分繩子，離地高度約 40~50 公分。團隊成員(建議人數：10 人)手拉手成一個隊形。 2. 以最佳的隊形及合作方式(象徵群雁)，一同越過這條繩子（象徵一座高山），但在所有人通過前，都不能將彼此的手放開。 3. 在過程中若有任何人碰觸繩子，就被判定「受傷」，全部的人都必須重新再來一次(團隊討論如何變換隊形，克服困難)，直到所有人都安全通過為止。 4. 團隊繼續挑戰第二座高山，繩子離地高度約 50~60 公分。 5. 完成跨越二座高山，繼續挑戰第二關卡。 <p>➤ 關卡二：與繩同步</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請 2 人甩繩，團隊 10 人排列跳繩，在一分鐘內，團隊與繩同步跳躍 5 下即過關。 2. 團隊跳繩過程中有人卡住繩子則重來，可以進行討論，直到團隊完成任務，繼續挑戰第三關卡。 <p>➤ 關卡三：「竿」拜下風</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 團隊討論以最佳的隊形，全隊手牽手，一同穿過 120 公分高的竹竿，若有人將手放開，或將竹竿碰落，必須重新闖關一次，直到全隊都安全過關，才能繼續往前進。 2. 接著挑戰高度越來越低的 100 公分竹竿，通過考驗，團隊完成「竿」拜下風挑戰。 (團隊討論可以用各種形式完成任務，過程中以正向語言引導，不指責批評) <p>二、活動二：討論與分享</p>		20 分鐘	

1. 我們團隊能夠通過挑戰，要歸功於誰的付出？為什麼？
2. 生活中有哪一些情況類似剛才活動的情境，是必須借助他人的協助才能獲得個人的成功？
3. 我們在成功時，若能謙卑地將榮耀歸功於他人的付出，會為個人或團隊帶來怎麼樣的成長？

結語：

在雁行挑戰中，體會團隊中的協作力，必須借助他人的力量，才能獲得最終的勝利。就算個人的能力再強，也有無法達成目標的時候，學習看到他人身上的優點，放下驕傲的心理，誠懇地與人合作，才能獲得成長。遊戲中獲勝的隊伍不是靠哪些人的功勞，而是靠每個人的貢獻。

靜思語：

有實力，還要柔軟—軟化自我剛強心，堅持願力。

5 分鐘

2 分鐘