

二〇二一年十二月十九日

靜思語五段式教學
初階課程—三

● 摘要

靜思語教學初階課程的第三天，何春美講師會說明生活實踐，學習單製作的概念和技巧。

過去的一個星期，學員們準備教案，今天要完整呈現，讓點評講師驗收成果。

● 講師介紹 | 何春美

從事補習和安親班老師
的何春美，二〇一四年
加入檳城大山腳人文學
校，二〇一七年開始參
加靜思語教學菩提種子
培訓，過後多次承擔教
育營隊的隊輔和師資。



- 2014年參加慈濟教聯會在檳城靜思堂舉辦校園清流活動，並了解靜思語教學。
- 2014年在家長謝秀萍（濾皎）師姐的介紹下加入慈濟大山腳人文學校，並培訓為見習志工。
- 2015年承擔慈濟人文學校慈幼班的師資及小組活動組長。
- 2017年卸下活動組長一職，和鈺美師姐一起開啟大山腳第二間慈濟人文學校，並承擔隊輔長與師資的功能。同年接受靜思語教學初階菩提種子的培訓。
- 2018年開始承擔低慈幼班級的師資長至今
- 2019年承擔全馬慈少營隊的隊輔。
- 2020年承擔大山腳慈濟人文課務團隊

內容簡介—生活實踐

生活實踐的設計及構想，可以從

幾個點去思考。例如，學生問題，社會現況，人性本善的構思，或節慶主題去設計。

故事內容：垃圾變黃金（唐朝小栗子）

生活實踐：

1. 在日常生活中做好垃圾分類，讓資源再利用使垃圾減量。
2. 物品充分的被利用以延長物命，養成惜福愛物的習慣。
3. 隨身攜帶手帕，環保碗，筷，杯（環保三寶）。



內容簡介——生活實踐

老師設計出來的學習單，在交給學生的時候，必須與學生們一起探討

適合實施的方法，讓學生有動力去落實

学习单范例

低

附件：「信」花朵朵開

班級：_____ 姓名：_____

◎親愛的小朋友：「
信用是做人的根本，答應別人之前要先想清楚，自己的能力是否能做到，若已經答應別人，就要信守承諾，確實做到。以下的事，如果你能做到就在花瓣上塗上顏色，如果每天都做到，就可以在花蕊上塗顏色，願你「信」花朵朵開，成為一個值得人信賴的人囉！」

答應的事情能做到的

遵守和父母的約定

平時交作業

自訂

上學不遲到

靜思語：一言為重，千言無用；言重則信重，信重則有大用。



• 台灣文教組——莊婉婷

婉婷師姊是台灣本會文教組同仁，一路陪伴了大家三天，今天特別邀請她跟大家分享台灣教育的方向。

● 內容簡介 | 教育路上
有你有我

台灣教育功能團隊和馬來西亞差不多，有兒童親子班，慈少，慈青，慈藍，慈青，大愛媽媽和教聯會，以生活教育，品格教育，生命教育和環保教育為主軸，以探索的方式來和孩子互動，主要提升孩子解決問題的能力。

● 加減乘除法：孩子的
品格教育，素養要加
分，減法的人生就是
簡單生活，知足常樂
，辦事效果需要乘，
在志工服務及生活教
育方面，習氣執念需
要做除法。



● 全球人文教育交流對
慈青也是收穫滿滿，
從籌備到歸來，應變
能力，台風，各國民
情語言都有成長。教
育團隊與時並進，培
育及參加各項課程提
升自己。



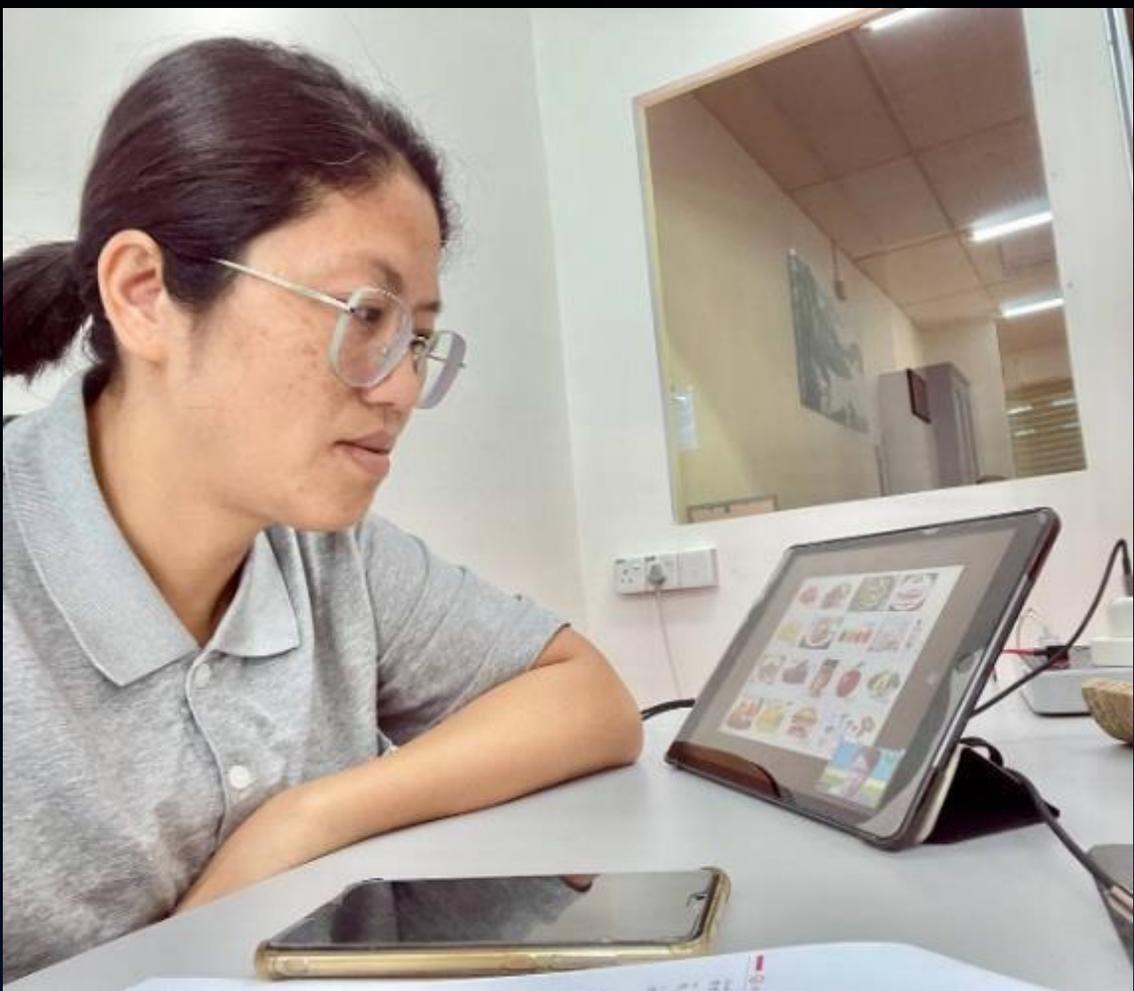
● 學習白心得

黃麗芳師姊說五段式
看似獨立，但都需要
很巧妙的把它連接起
來，發願要
好好落實
靜思語五
段式在教
學中。



● 學習心得

劉木莉師姊——老師們的
評論，是所有教學盲
點的明燈，心裡非常
感恩。讓自己更有方
向的去帶課了。



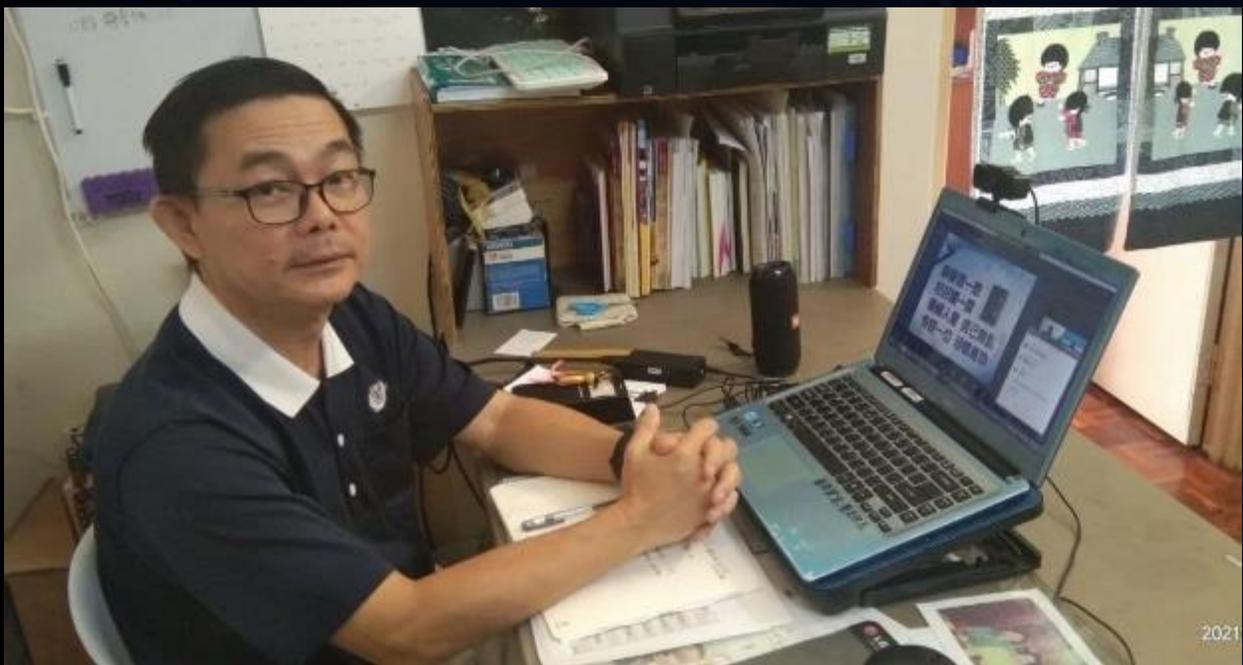
學習心得

● 張愫育(明浩)師姊——
祈願未來在教育志業
裡，自己要更加用心
，像婉婷師姊所說。
在多媒體裡，讓更多
年青人接觸慈濟。



學習心得

● 薛順義師兄——龍運是個福地，大家重視教育，這次和師姊一起培訓，有信心在當地把人文學校辦得更好。這次做學員又做隊輔，多做多得



● 學習心得

黃傑茵師姊感恩講師
舉例很多設計學習單
的妙用，原則和分類
。期許自己能夠在愛
的教育志業付出無所
求，不懈怠，培養孩
子的人文
素養。



學習心得

● 謝麗娥師姊第一次承擔隊輔，這次課程也學會注冊自己的ZOOM賬戶，並學會應用程式。團隊在討論過程，放下我執，互相包容，磨合，終於一起完成課業。



學習心得

● 葉鳳鳳師姊——在演示

時，犯了計時的錯誤，體悟到自己的不用心，身為師資，時間掌控很重要。老師不只是職業不是為了生活而教育，而是為了教育而生活，上人要我們要把精神理念傳承下去。

● 把握時間，善於利用
生命，期許自己退而
不休。為教育付一分
薄力。



學習心得

● 羅諺嗑師姐——第一次

承擔隊輔。把自己當學員和跟大家一起學習。組員個個很有經驗，能力超強，有來自課務團隊，教聯，師資等。第二天下課時，組員說要打鐵趁熱繼續編排教案，被他們的熱忱所感動。



● 待隊輔回饋結束，再
進線時，大家已經把
教案完成了。感恩有
好因緣和他們成為一
個團隊。

學習心得

● 吳振民師兄——小組在教案演示時，看到不同主題的設計方法，講評的即時回饋讓學習效果更佳。琬婷師姐的彙報，讓學員更宏觀認識慈濟人文教育的發展與願景，其中更有值得大家借鑒學習的地方。



攝影：吳振民

● 學習白心得

黃美菱師姊——聽到了許多感動的故事、感受到思考的過程，讓她更加相信靜思語確實有助於啟發孩子的愛心與善念。期許自己做到以父母心教育別人的孩子，以菩薩心教育自己的孩子。



● 學習心得

張屹師兄——收獲滿滿，
期許有機會和夥伴們
一同分享課程的心得
和喜悅。



● 學習心得

來自高淵人文學校的
洪美雲，在人文學校
可以圓滿當老師的夢
，希望盡己之力，撒
播善種子給孩子。了
解靜思語五段式的教
學精髓，對
明年課程設
計更有信心



學習心得

● 張佩雯師姊——變化球

無處不在，網課與實體課的挑戰也不一樣，大家為了給孩子們準備一個課程而不斷的討論、模擬及改進。感恩同伴們的相互信任及支持。



學習白心得

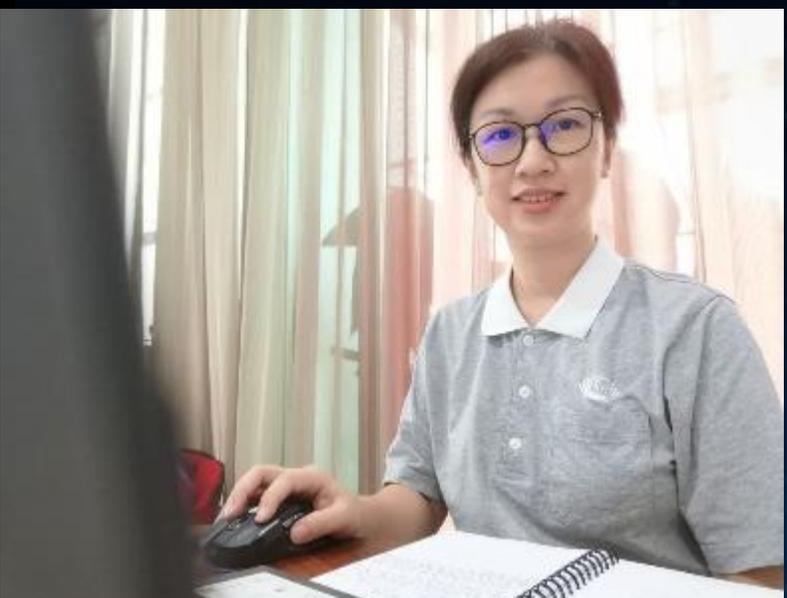
● 許峻瑋師兄——讀到完

整的課程是要經過重
重難關。自己真的要
更用心的去消化吸收
，才可以正確引導孩
子，不辜負團隊人員
的用心。



● 學習白心得

黃嘉嘉師姊——這幾年只當人文學校隊輔。這三天課程結束，發現原來靜思語五段式教學那麼寬闊及有厚度。在演示方面，學到當音控及演示時所要注意事項，期許自己不斷學習。



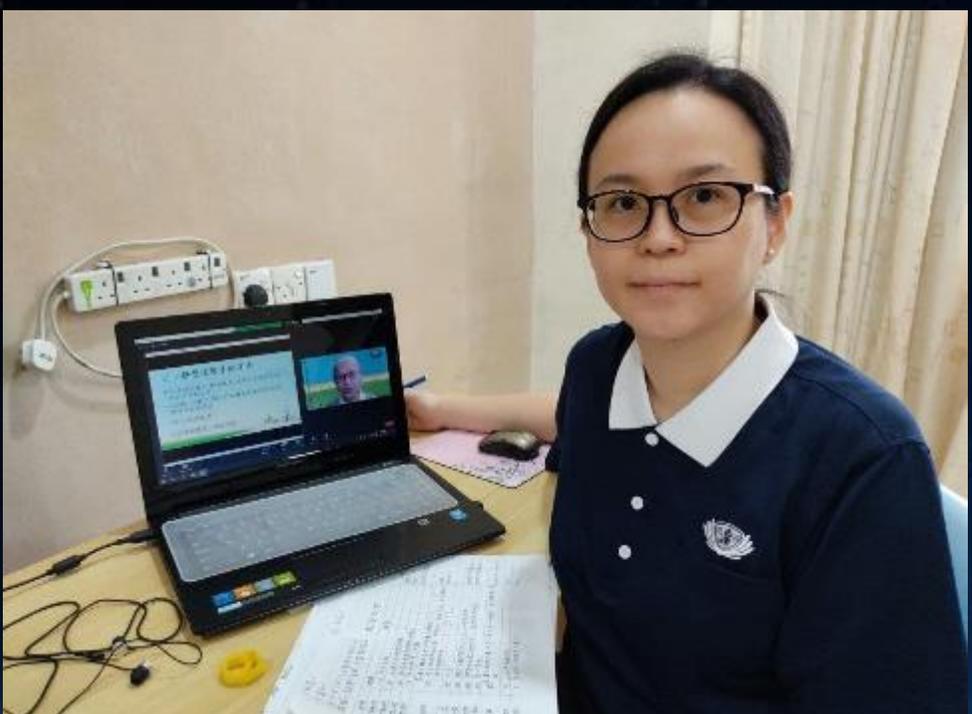
學習心得

● 邱美意師姊——深刻體會
會每一個靜思語教學
單元的聯系和關聯，
大家平時多閱讀多聽
聞，才能準備好教案
。教學時更
能明了靜思
教學的精髓



學習心得

● 張隨緣（明蕊）師姊——
很感恩慈薰師姊，在
學員們修改教案時，
給予引導，讓大家更
有方向及信心。
雖過程難免有變化球
，但學員
們合和互協
與善解包容。



學習心得

● 陳雪需師姊——了解到

學習單也能夠做得有趣和生動。琬婷師姊的分享也提醒我們要時時刻刻跟國際時事接軌。有別於以往，一組人完成教案的方式輕鬆許多，有機會聆聽他人的意見從中學習到不少法寶。

● 期許自己傳播更多的
正法和正能量給孩子
們。



● 學習心得

沈俐茗（慮育）——為她
講師的演說——為她
解答了許多內心的疑
惑。領悟到要把靜思
語很好的融入在教學
裏。



學習心得

● 陳秀娟師姊——父母陪伴孩子一起把方法落實在生活中實踐，可以見證到親子的成長和體悟。帶動教學的過程她自己也潛移默化受影響而自我反省。



學習心得

● 莊喻蘭師姊——把握學

習的因緣，活到老，

學到老，有願就有力

。這三天的課程編排

得緊湊，不過充實；

主持人帶動團康提神

醒腦，相

信小菩薩

也喜歡這

樣的帶動

。



• 學習白心得

林依倩師姊——這是第一次參與靜思語教學培訓營。大家犧牲了周日的時間來陪伴組員們上課，吸取很多寶貴的意見及各種注意事項，大家獲益良多。



學習心得

● 徐泰琨師兄——對比爾

蓋茲和扎克伯格的故
事印象深刻。好習慣
已經讓扎克伯格一生
受用無窮。從中體會

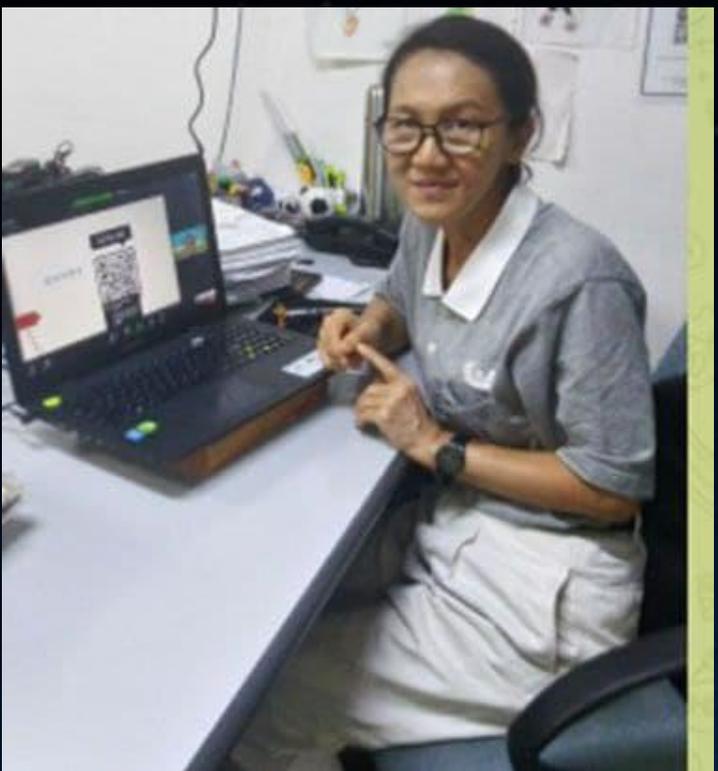
到育人前，
須先充實自
己。發願要
用愛心去培
育主人翁。



學習心得

● 陳月好師姊——很珍惜
在人文學校當師資。

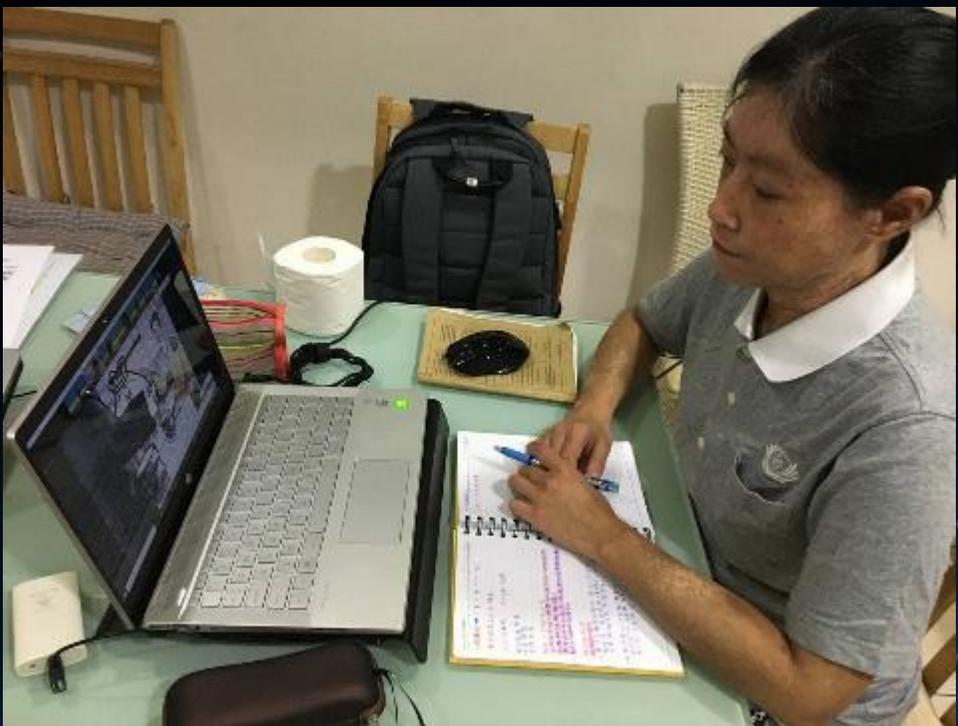
鄭安順師兄的分享及
演示，感覺到自己好
像學生在上課。也學
習到如何引導學生把
學到的實踐在生活裡



學習白心得

● 謝翠芳師姊——更明白

靜思語不單單可以用
在教學上，也可以度
化眾生成為一個有智
慧的人。希望還有這
樣的課程讓自己更進
步。



學習心得

● 楊鐘惠(懿謹)師姊 |

通過各小組的分享，
講評團隊的回饋，學
習到更多有趣的活動
。線上課程讓大家能
夠安全及
零距離地
學習、交
流及自我
提升。



學習心得

● 蘇玉芳師姊——教育是
一輩子的事，結業並
非結束。期許自己將
學以致用，把善和愛
的種子傳播出去，啟
發孩子們善良本性。



學習心得

● 來自玻璃市的郭美璇
師姊！每位講師的分
享真棒，把實踐過的
經驗和教學法傳授。
靜思語教學不只學生
受惠，最大的收獲還
是自己。

● 敬佩李美金老師善用
靜思語給予學生正確
的人生態度。



學習心得

● 施素雲師姊——雖然曾

參加過初階班及進階班的靜思語課程，但總覺得還有很多地方需要再精進學習。講師把每個細節都分析得如此細膩且透徹，真是妙不可言。最大考驗是找適合的故事。

● 內容要關係到大哉教
育，組員可說費勁心
思。
● 講評老師精準的點出
盲點及誤區，真的長
知識了。



學習白心得

● 魏麗君師姊——卸任校

長一職已一年多，依然對教學興致勃勃。因為在教學過程中，自己也不覺跟著成長了。靜思語可說是現今人類的靈方妙藥



學習心得

● 八十歲的張翠燕師姊
「活到老，學到老，
時時激勵自己。把握
當下吸收新知識。
● 靜思語教學，孩子與
老師有互動，學生要
思考、去觀察、體會
狀況、有參與感，與
正規學校的學習態度
不一樣，比較自由。

Zoom Meeting - 会议

11-唐探青

1-队 李依玲

11-唐探青

2-刘木莉

7-刘博文

1-甘慧敏

COO 徐佩玲

View

Remaining: 03:59:42

静思语五段式教学初阶培训课程

张翠燕

Choose a different breakout room

Unmute Stop Video

Participants 49

Chat

Share Screen

Record

Breakout Rooms

Reactions

Leave Room

學習心得

● 陳艷清師姊——美金老

師那句話「真棒！但

還是雞蛋裡挑骨頭」

聽了心裡舒

服又能進一

步糾正不足

的地方。



學習心得

●黃美師姊——是一名小學
學校長，看到編排課
程有那麼多的參考，
可以如此生動有趣，
。對孩子們是有吸引
力的。



學習心得

● 孫秀花師姊——看到馬來西亞講師的能力太棒了。自認學習能力弱，但還是很收穫。感動的是整個團隊的用心付出。



恭祝
上人

法體安康

常住世間

法輪常轉

馬來西亞分會

峇株巴轄聯絡處

負責人柯慈林

暨全體靜思弟子

恭敬頂禮