# 106學年度「良知教育」活動成果表

| | | | |
|---|---|---|---|
| 學校名稱 | 臺中市私立育仁國民小學 | | |
| 活動名稱<br>活動日期 | 良知教育<br>106年8月30日-107年6月29日 | | |
| 參加對象 | 全校學生 | 參加人數 | 989人 |
| 活動內容介紹 | 1.播放寧靜、柔和、優雅的音樂。2.老師輕聲、緩慢的誦念放鬆活動引文(感覺、呼吸、放鬆、相像、勇敢與快樂的省思、祈求與感恩、填寫良知教育、省思)，引導學生開始進行放鬆活動與良知教育。 | | |
| 整體效益評估 | 1.能靜下心來，卸下外在的束縛尋求內心的真我。2.願意藉著反省的機會，改善人際關係。3.在放鬆過程中，得到潛在的力量。4.能分享困難，且經過他人的協助獲得平安喜樂。5.能化解誤會，讓團體更和諧更進步。6.建立能自省關愛別人；尊重生命、熱愛生命；珍惜資源、愛護大自然：有責任、愛與關懷的良好品德。 | | |

活動照片



照片說明：將你的右手拿起來和良知打電話



照片說明：慢慢的、深深的吸入空氣，並呼出空氣



照片說明：我們感覺從頭頂到趾尖全都放鬆了



照片說明：反省你最近所發生的事情告訴良知