「良知教育-身體察覺」活動成果表

學校名稱	臺中市私立育仁國民小學		
活動名稱	良知教育-身體察覺		
活動日期	104年2月24日-104年6月30日		
參加對象	全校師生	參加人數	1205人
活動內容介紹	現在我們要作個身心放鬆的活動。先讓我們整理一下自己的坐姿，以一個輕鬆的姿勢坐著。手腿不要交叉，膝上沒有任何東西，手向上輕輕放在膝上，腳底緊緊地踏在地上，把背脊直立，然後輕輕的閉上眼睛。		
整體效益評估	良知教育讓孩子學會與良知打電話，反省最近所發生的事情，把快樂、困難、疑慮都告訴良知，最後靜聽良知的聲音，充分發揮自覺自省的能力，達到自助助人、勤學知禮、合群守規的要求。		

活動照片



照片說明：慢慢的、深深的吸入空氣並呼出空氣



照片說明：忘掉緊張感、擔心、煩憂、思考



照片說明：把整個身體放輕鬆



照片說明：共同祈求天主降福