

# 附件一、 母親節活動教案

## 一、 活動名稱：給妳抱抱

## 二、 緣起

許多親職的教導都是在教育父母如何肯定自己的孩子，建立他們的自信心；但我們知道，孩子也需要常常看見父母的付出，並學習將自己的感謝表達出來。如果家人之間，能常常看見對方的好，互相表達對彼此的感謝，家庭自然充滿美善的互動和恩慈的氛圍。

自 2003 年起，彩虹愛家生命教育協會每年在學校推動母親節感恩活動，教導孩子表達感恩，十年來獲得許多學校共同推廣及響應，並成為孩子成長過程中溫馨的回憶。我們相信透過活潑的律動、可愛的故事以及實作，可以讓兒童學習生命教育中人與人相互感恩的美好品格，達到寓教於樂的功效。

## 三、 課程目標

### 1. 認知

- (1) 了解母親及家人（照顧者）的辛勞。
- (2) 知曉正向、鼓勵之肢體語言的影響力。

### 2. 情意

- (1) 體會母親及家人（照顧者）的愛。
- (2) 感受正向、鼓勵之肢體接觸是很開心的過程。

### 3. 技能

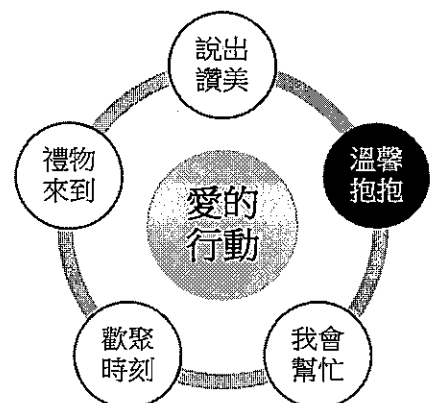
- (1) 感謝母親及家人（照顧者）的付出。
- (2) 用正向肢體接觸表達對母親及家人（照顧者）的愛。

## 四、 活動內容與特色

《兒童愛之語——打開親子愛的頻道》這本書中指出，人與人之間，有五種表達愛和接受愛的方式，彩虹愛家把這五種「愛的行動」整理如下：

- 說出讚美：用肯定與讚美的言語表達感恩。
- 溫馨抱抱：摸摸頭、牽牽手，一個抱抱，都讓人有溫暖的感受。
- 我會幫忙：服務行動表現孩子的愛。
- 歡聚時刻：把握與家人相聚的時刻。
- 禮物來到：貼心的小禮物，也是愛的表現。

而今年的活動，彩虹愛家將帶領孩子一起「溫馨抱抱」，讓孩子學習如何用肢體語言，即時表達對媽媽的愛。



## 五、活動方式

- 實施日期：國小母親節前一週，共一堂課（每堂 40 分鐘）。  
幼兒園母親節前兩週，共兩堂課（每堂 35 分鐘）。
- 實施地點：各班級教室。

## 六、國小版教案介紹

### 1. 課程流程

教學活動	時間	教學準備
歌曲歡唱：抱一下	10	彩虹出版《給媽咪按個讚》專輯（內附歌詞播放檔）、電腦、投影機
故事欣賞：給妳抱抱	8	電腦、投影機、ppt
延伸討論	10	電腦、投影機、ppt
製作卡片	10	彩虹出版《給妳抱抱卡》
總結	2	

- 註：教案、教具相關資訊，歡迎參考彩虹官網  
<https://www.rainbowkids.org.tw/index.php?module=faq&mn=4&f=content&tid=939>

### 2. 課程內容

歌曲歡唱：抱一下	10min
進行方式	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 引導語：「在今天課程的一開始，讓我們先一起歡唱一首歌。」</li><li>2. 播放歌曲〈抱一下〉與歌詞播放檔，老師帶著學生一同歡唱。</li><li>3. 帶領學生唱 1 至 2 遍，老師可視現場情況，加入律動。律動影片亦附在《給媽咪按個讚》專輯中。</li></ol>	
故事欣賞：給妳抱抱	8min
進行方式	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. 引導語：「你喜歡抱一下的感覺嗎？你有沒有發現，當你伸出手抱別人時，你也得到一個擁抱喔！母親節快到了，今年，我們要介紹一種簡單又幸福的感恩方法——溫暖擁抱。擁抱到底有什麼好處呢？我們先來聽一個故事。」</li><li>2. 講述故事。</li></ol>	
〈給妳抱抱〉故事內容	
無尾熊藍寶最喜歡抱抱了！他抱著媽媽說： 「媽媽，母親節快到了，我想送奶奶一張卡片，還有一個大大的擁抱。」 「可是，奶奶住在很遠的山上耶。」媽媽說。 「那……」藍寶皺著眉頭，努力地想著。 一旁，粉紅兔蹦蹦跳過來了。  「我可以幫忙啊，看我跳得這麼快！」粉紅兔興奮的跳個不停。	

「你不要亂動嘛！要把卡片和抱抱送給奶奶喔！」藍寶好不容易抱住粉紅兔。粉紅兔終於不再東跑西跳，他拿著卡片向著目標往前進。

粉紅兔跳著跳著，到了山谷邊。

「我跳不過去耶……」粉紅兔看著好深的山谷。  
有一隻彩虹鳥慢慢地飛過來。

「你可以幫我送禮物給藍寶的奶奶嗎？」粉紅兔拜託彩虹鳥。  
「可是，我這麼小，可以飛過這麼深的山谷嗎？」彩虹鳥說。  
「加油！我知道你一定可以的。」粉紅兔給了彩虹鳥一個擁抱。

彩虹鳥有了勇氣，努力向前飛。  
最後，他飛到了海邊。

「這麼大的海洋，我又不會游泳……」彩虹鳥說。  
「誰能幫我送一個擁抱，給藍寶的奶奶？」彩虹鳥對著海洋大聲的說。  
突然，海面浮出了一條好大的鯨魚。  
「我可以幫忙喔！只是，我太大了，從來沒有人給我一個擁抱。」鯨魚哥紅著眼說。  
「我想到要怎麼抱鯨魚哥了！」彩虹鳥抱緊鯨魚哥的頭，咻的溜過大大的身體，大叫  
「記得把禮物送給藍寶的奶奶喔！」  
收到擁抱的鯨魚哥，開心的游啊游，游到大海的另一邊。

「要怎麼把擁抱送給山上的奶奶呢？」鯨魚哥望著高高的山，嘆息著。  
大力羊說：「我幫忙送上去吧！」  
「謝謝你，你太好了！」鯨魚哥給大力羊一個高高的擁抱（高高的噴泉）。

大力羊努力爬上山，把卡片送給藍寶的奶奶，還給她一個大大的擁抱。  
「這真是最幸福的禮物了。」藍寶的奶奶開心地說。

擁抱，把愛緊緊包起來喔！

## 延伸討論

10min

### 進行方式

#### 1. 帶領問題討論。問題如下：

##### 內容回顧

- 藍寶送了奶奶什麼禮物？
- 奶奶住得好遠好遠，藍寶用了什麼辦法，把禮物送給奶奶？

##### 意涵討論

- 每個得到「擁抱」的動物，臉上有什麼表情呢？你喜歡「擁抱」這個禮物嗎？為什麼？
- 你覺得擁抱有什麼魔力？

（說明：帶著孩子回到故事的每一頁 ppt 中找答案：

安心的擁抱——讓急躁的粉紅兔，可以安定下來。

加油的擁抱——讓沒有信心的彩虹鳥，得到鼓勵。

秀秀的擁抱——讓孤獨的鯨魚哥，得到安慰。

感謝的擁抱——給自告奮勇的大力羊，一個感謝。

愛的擁抱——給最愛的奶奶，一個幸福的愛的抱抱。）

- 老師教導學生：「一個小小的擁抱，可以表達很多的心意喔！你也可以常常抱抱媽媽，安慰、鼓勵、表達我們的愛。」（從 ppt 中，每個媽媽的情境中找答案）
  - 媽媽很著急的時候→給媽媽一個 安心 的擁抱
  - 媽媽很緊張的時候→給媽媽一個 加油 的擁抱
  - 媽媽覺得孤獨的時候→給媽媽一個 秀秀 的擁抱
  - 媽媽為我們做好多事的時候→給媽媽一個 感謝 的擁抱
  - 覺得很愛媽媽的時候→給媽媽一個 愛 的擁抱

製作卡片

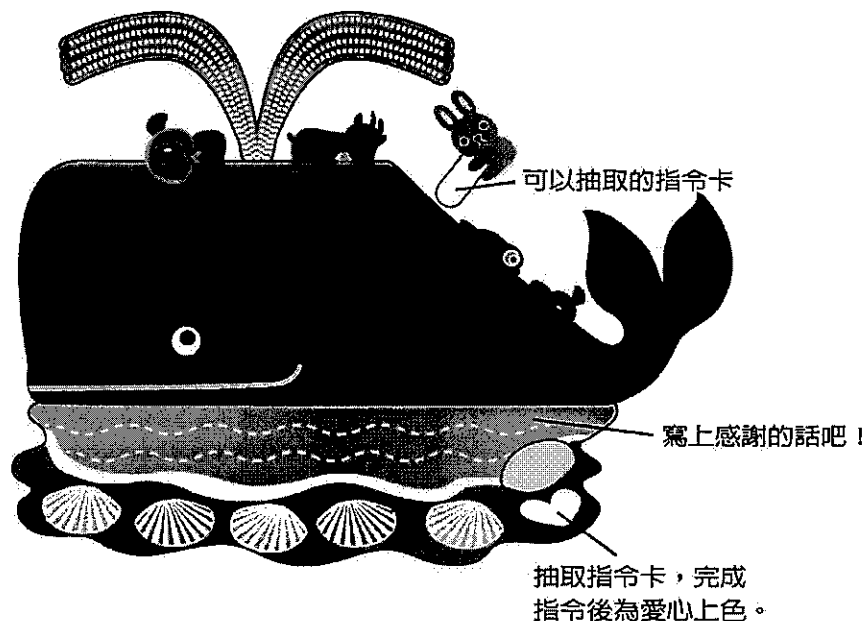
10min

### 進行方式

1. 每位學生一份《給妳抱抱卡》。
2. 老師依據卡片上的說明步驟，帶學生完成抱抱卡。
3. 老師引導學生，將感謝媽媽的話，寫在《給妳抱抱卡》上。
4. 老師提醒學生，回家後可以用卡片，抽取指令卡與媽媽互動。每一指令完成時，請媽媽為愛心泡泡塗上顏色。所有指令完成後（愛心泡泡都上色了），這張卡片會更多采多姿喔！

### 《給妳抱抱卡》介紹

1. 成品如圖一所示。鯨魚底下的卡片，可寫下感謝的話語，每完成一個一個指令，也可以為泡泡塗上顏色。
2. 鯨魚背上的每一動物，皆為可抽取的指令卡（如圖一）。指令卡內容如下：
  - 從頭到腳的擁抱
  - 牽牽手盪鞦韆
  - 啾一下
  - 抱抱你來扭一下
  - 勾勾手轉一圈
  - Give me Five! Give me Ten!
3. 除了和家人玩給妳抱抱指令遊戲，也可以用卡片再把故事說給家人聽喔！



圖一

總結

2min

### 結語

今年的母親節，讓我們用擁抱，跟媽媽、家人、老師、朋友，表達我們的關心、安慰和感謝吧！相信這個愛的抱抱，一定會帶來最溫馨、幸福的感覺。

## 七、 幼兒園教案介紹

### 1. 課程流程

	教學活動	時間	教學準備
第一堂	歌曲歡唱：抱一下	10	彩虹出版《給媽咪按個讚》專輯（內附歌詞播放檔）、電腦、投影機
	故事欣賞：給妳抱抱	10	電腦、投影機、ppt
	延伸討論	10	電腦、投影機、ppt
	活動回顧	5	

	教學活動	時間	教學準備
第二堂	歌曲歡唱：抱一下	5	彩虹出版《給媽咪按個讚》專輯（內附歌詞播放檔）、電腦、投影機
	製作卡片	25	彩虹出版《給妳抱抱卡》
	總結	5	

- 附註：ppt 請上彩虹愛家網站下載

<https://www.rainbowkids.org.tw/index.php?module=faq&mn=6&catid=304>

### 2. 課程內容

#### ● 第一堂

##### 歌曲歡唱：抱一下

10min

##### 進行方式

1. 引導語：「母親節要到了，你覺得除了跟媽咪說『我愛你』還有什麼方法讓媽媽知道你愛她呢？擁抱好像也是個好方法，老師想要跟小朋友一起唱一首歌，小朋友學會之後可以回家跟爸爸媽媽一起跳喔！」
2. 播放歌曲〈抱一下〉與歌詞播放檔，老師先帶領幼兒念過歌詞。
3. 播放音樂。
4. 帶領幼兒一起唱。
5. 分解動作教學。
6. 跟著音樂一起唱跳。

##### 故事欣賞：給妳抱抱

10min

##### 進行方式

1. 引導語：「你喜歡抱一下的感覺嗎？你有沒有發現，當你伸出手抱別人時，你也得到了一個擁抱喔！擁抱到底有什麼好處呢？我們先來聽一個故事。這個故事叫做《給妳抱抱》」
2. 講述故事。

## 〈給妳抱抱〉故事內容

無尾熊藍寶最喜歡抱抱了！他抱著媽媽說：

「媽媽，母親節快到了，我想送奶奶一張卡片，還有一個大大的擁抱。」

「可是，奶奶住在很遠的山上耶。」媽媽說。

「那……」藍寶皺著眉頭，努力地想著。

一旁，粉紅兔蹦蹦跳過來了。

「我可以幫忙啊，看我跳得這麼快！」粉紅兔興奮的跳個不停。

「你不要亂動嘛！要把卡片和抱抱送給奶奶喔！」藍寶好不容易抱住粉紅兔。

粉紅兔終於不再東跑西跳，他拿著卡片向著目標往前進。

粉紅兔跳著跳著，到了山谷邊。

「我跳不過去耶……」粉紅兔看著好深的山谷。

有一隻彩虹鳥慢慢地飛過來。

「你可以幫我送禮物給藍寶的奶奶嗎？」粉紅兔拜託彩虹鳥。

「可是，我這麼小，可以飛過這麼深的山谷嗎？」彩虹鳥說。

「加油！我知道你一定可以的。」粉紅兔給了彩虹鳥一個擁抱。

彩虹鳥有了勇氣，努力向前飛。

最後，他飛到了海邊。

「這麼大的海洋，我又不會游泳……」彩虹鳥說。

「誰能幫我送一個擁抱，給藍寶的奶奶？」彩虹鳥對著海洋大聲的說。

突然，海面浮出了一條好大的鯨魚。

「我可以幫忙喔！只是，我太大了，從來沒有人給我一個擁抱。」鯨魚哥紅著眼說。

「我想到要怎麼抱鯨魚哥了！」彩虹鳥抱緊鯨魚哥的頭，啾的溜過大大的身體，大叫

「記得把禮物送給藍寶的奶奶喔！」

收到擁抱的鯨魚哥，開心的游啊游，游到大海的另一邊。

「要怎麼把擁抱送給山上的奶奶呢？」鯨魚哥望著高高的山，嘆息著。

大力羊說：「我幫忙送上去吧！」

「謝謝你，你太好了！」鯨魚哥給大力羊一個高高的擁抱（高高的噴泉）。

大力羊努力爬上山，把卡片送給藍寶的奶奶，還給她一個大大的擁抱。

「這真是最幸福的禮物了。」藍寶的奶奶開心地說。

擁抱，把愛緊緊包起來喔！

### 進行方式

#### 1. 帶領問題討論。問題如下：

##### 內容回顧

- 藍寶送了奶奶什麼禮物？
- 奶奶住得好遠好遠，藍寶用了什麼辦法，把禮物送給奶奶？

##### 意涵討論

- 在故事裡每個得到「擁抱」的動物，有什麼表情呢？你覺得她們有什麼感覺呢？

- 你喜歡「擁抱」嗎？為什麼？
- 故事裡的每個擁抱有沒有不一樣的感覺呢？
- 你覺得「擁抱」是不是一種特別的禮物呢？有什麼特別的魔力呢？  
（說明：帶著孩子回到故事的每一頁 ppt 中找答案：  
安心的擁抱——讓急躁的粉紅兔，可以安定下來。  
加油的擁抱——讓沒有信心的彩虹鳥，得到鼓勵。  
秀秀的擁抱——讓孤獨的鯨魚哥，得到安慰。  
感謝的擁抱——給自告奮勇的大力羊，一個感謝。  
愛的擁抱——給最愛的奶奶，一個幸福的愛的抱抱。）

2. 老師教導學生：「一個小小的擁抱，可以表達很多的心意喔！你也可以常常給媽媽一個抱抱，表達你對媽媽的愛、安慰還有鼓勵。」（從 ppt 中，每個媽媽的情境中找答案）

- 媽媽很著急的時候→給媽媽一個 安心 的擁抱
- 媽媽很緊張的時候→給媽媽一個 加油 的擁抱
- 媽媽覺得孤獨的時候→給媽媽一個 秀秀 的擁抱
- 媽媽為我們做好多事的時候→給媽媽一個 感謝 的擁抱
- 覺得很愛媽媽的時候→給媽媽一個 愛 的擁抱

#### 活動回顧

5min

#### 進行方式

引導語：「今天我們跟著藍寶跑了好大一趟旅程，你記得我們作過哪些事情嗎？（待孩子回答）我們今天學會用『抱抱』來告訴媽媽我們喜歡她、謝謝她，那老師要給小朋友一個任務，回家之後天天要給媽媽一個抱抱，並且要告訴媽媽：『我愛妳！』或是『謝謝妳！』喔！」

## ● 第二堂

#### 歌曲演唱：抱一下

10min

#### 進行方式

1. 引導語：「上次老師出的任務有完成嗎？沒關係，你還有機會繼續完成，要加油加油喔！現在老師要考考你還記得我們上次一起學了什麼歌嗎？那現在我們一起來唱唱跳跳吧！」
2. 播放歌曲〈抱一下〉與歌詞播放檔，跟著音樂一起唱跳。
3. 視情況念歌詞、分解動作。

#### 製作卡片

20min

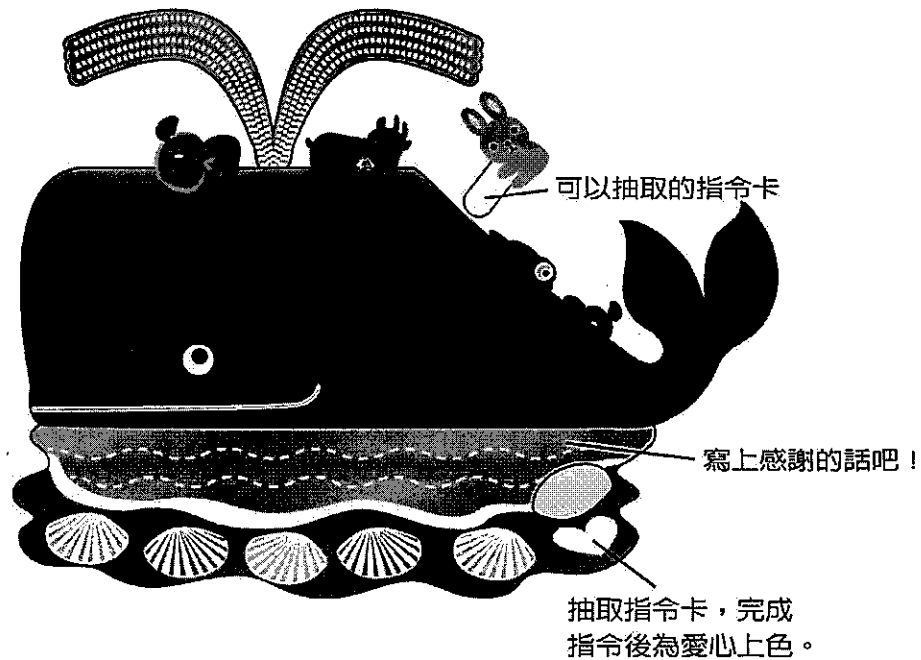
#### 進行方式

1. 老師講解製作步驟，並提醒注意事項。
2. 發下材料包(每位幼兒一份《給妳抱抱卡》)。
3. 老師依據卡片上的說明步驟，帶領幼兒完成抱抱卡。
4. 老師協助學生，將感謝媽媽的話剪貼／畫在《給妳抱抱卡》上。（可以先訪問學生或後續一個個協助填寫）

5. 老師提醒幼兒，回家後可以用卡片，抽取指令卡與媽媽互動。每一指令完成時，請媽媽為愛心泡泡塗上顏色。所有指令完成後（愛心泡泡都上色了），這張卡片會更多采多姿喔！（班上可放一組與老師互動）

#### 《給妳抱抱卡》介紹

1. 成品如圖一所示。鯨魚底下的卡片，可寫下感謝的話語，每完成一個一個指令，也可以為泡泡塗上顏色。
2. 鯨魚背上的每一動物，皆為可抽取的指令卡（如圖一）。指令卡內容如下：
  - 從頭到腳的擁抱
  - 抱抱你來扭一下
  - 牽牽手盪鞦韆
  - 勾勾手轉一圈
  - 啾一下
  - Give me Five! Give me Ten!
3. 除了和家人玩給妳抱抱指令遊戲，也可以用卡片再把故事說給家人聽喔！



圖一

#### 分享與結語

1. 老師可挑選幾位幼兒，讚美製作過程中很棒的事情，或是可以示範如何遊戲。
2. 老師可將作品展示在教室一角，放學時再帶回。
3. 今年的母親節，讓我們用擁抱，跟媽媽、家人、老師、朋友，表達我們的關心、安慰和感謝吧！相信這個愛的抱抱，一定會帶來最溫馨、幸福的感覺。