

如何善用ChatGPT

報告人：陳慮津

20250517

Introduction

1. 大愛媽媽簡報資料生成
2. 彙編優化
3. 上人開示重點整理

大愛媽媽簡報資料生成

1. 故事簡介：

2. 下指令

3. 再下指令.....



下指令

這些是陳彥博的資料，
向小朋友講這樣的故事時，
引導他們**省思**，
可提問什麼問題？

ChatGPT回應

1. 關於目標與努力

- 你有什麼夢想嗎？為了達成它，你願意付出什麼努力呢？
- 當陳彥博面對困難的時候，他選擇勇敢地繼續前進。你覺得如果遇到困難，我們可以怎麼做？

2. 關於失敗與勇氣

- 陳彥博說他很害怕失敗，但他還是勇敢地面對。你覺得失敗會帶來什麼樣的學習機會？
- 你有沒有曾經害怕做一件事？最後你是怎麼克服的？

3. 關於堅持與挑戰

- 陳彥博挑戰了非常多艱難的比賽，你覺得他為什麼願意承受痛苦來完成這些比賽？
- 如果你覺得一件事很難完成，你會怎麼做才能堅持下去？

4. 關於感恩與反思

- 陳彥博在非洲看到人們即使生活艱苦，仍然對生活充滿希望。你覺得我們應該怎麼看待自己的生活？
- 你有沒有什麼事情是感到幸福或感恩的？為什麼？

5. 關於生命的意義

- 陳彥博說，他的挑戰不只是為了比賽，而是為了找到生命的意義。你覺得生命中最重要的事情是什麼？
- 你覺得什麼樣的事情，能讓我們感到快樂和滿足？



簡短的一句**結語**，請給個建議

ChatGPT回應

「勇敢面對挑戰，從困難中找到自己的力量與生命的意義。」

故事簡介：

在森林，有愛睡覺的小老虎，經過貓頭鷹老師及同學小鹿的鼓勵，終於改掉想瞌睡習慣，成績進步。

下指令

這樣的故事可以引導一年級小朋友
友學到什麼，怎麼提問？

學習重點：

1. **克服壞習慣的重要性**：小老虎改掉瞌睡的习惯後，成績變好，說明改掉壞習慣可以帶來好結果。
2. **接受幫助與鼓勵**：小老虎得到貓頭鷹老師和小鹿的幫助，顯示朋友和老師的鼓勵很重要。
3. **努力的價值**：透過小老虎的努力，讓孩子們知道學習需要付出努力和堅持。
4. **友誼和合作**：小鹿的鼓勵提醒孩子們，朋友之間要互相支持。

提問方式：

1. 理解故事內容：

- 為什麼小老虎一開始的成績不好？
- 貓頭鷹老師和小鹿是怎麼幫助小老虎的？
- 小老虎後來的成績為什麼變好了？

2. 啟發孩子思考：

- 你覺得為什麼貓頭鷹老師和小鹿願意幫助小老虎？
- 如果你是小老虎，會怎麼克服想睡覺的習慣？
- 除了改掉壞習慣，你覺得還有什麼方法可以讓成績變好？

3. 聯繫生活經驗：

- 你有沒有什麼壞習慣想改掉？可以怎麼做？
- 有沒有朋友或老師幫助過你？當時發生了什麼？
- 如果你的朋友遇到困難，你會怎麼幫助他們？

針對需求再下指令

聯繫生活經驗：

有沒有什麼改掉壞習慣的**體驗活動**？請提供，謝謝！

壞習慣大風吹

- 目標：讓孩子們辨識日常生活中的壞習慣，並學習替換成好習慣。
- 活動方法：
 - a. 圍成一圈，老師說：「壞習慣大風吹，吹有……（如：不整理書包的習慣）的孩子」。
 - b. 被點到的孩子分享如何改掉這個壞習慣，例如每天睡前花5分鐘整理書包。
 - c. 討論每個壞習慣的替代方法，讓孩子們彼此分享。
- 延伸活動：設計「壞習慣 vs. 好習慣」卡片，讓孩子分組進行配對遊戲。

好習慣挑戰打卡

- 目標：幫助孩子通過連續努力，養成好習慣。
- 活動方法：
 - a. 每位孩子選擇一個壞習慣，例如：拖延、不愛收拾東西、愛發脾氣等。
 - b. 老師提供一張打卡表，列出「改掉壞習慣的行動計劃」，如：
 - 「今天我需：及時寫完作業、主動收拾玩具、耐心等別人說話」。
 - c. 每天完成後在表上畫上星星或貼紙，連續完成7天有小獎勵。
- 注意：可以設計群體挑戰，如全班一起完成某個共同的挑戰目標。



下一個結語指令

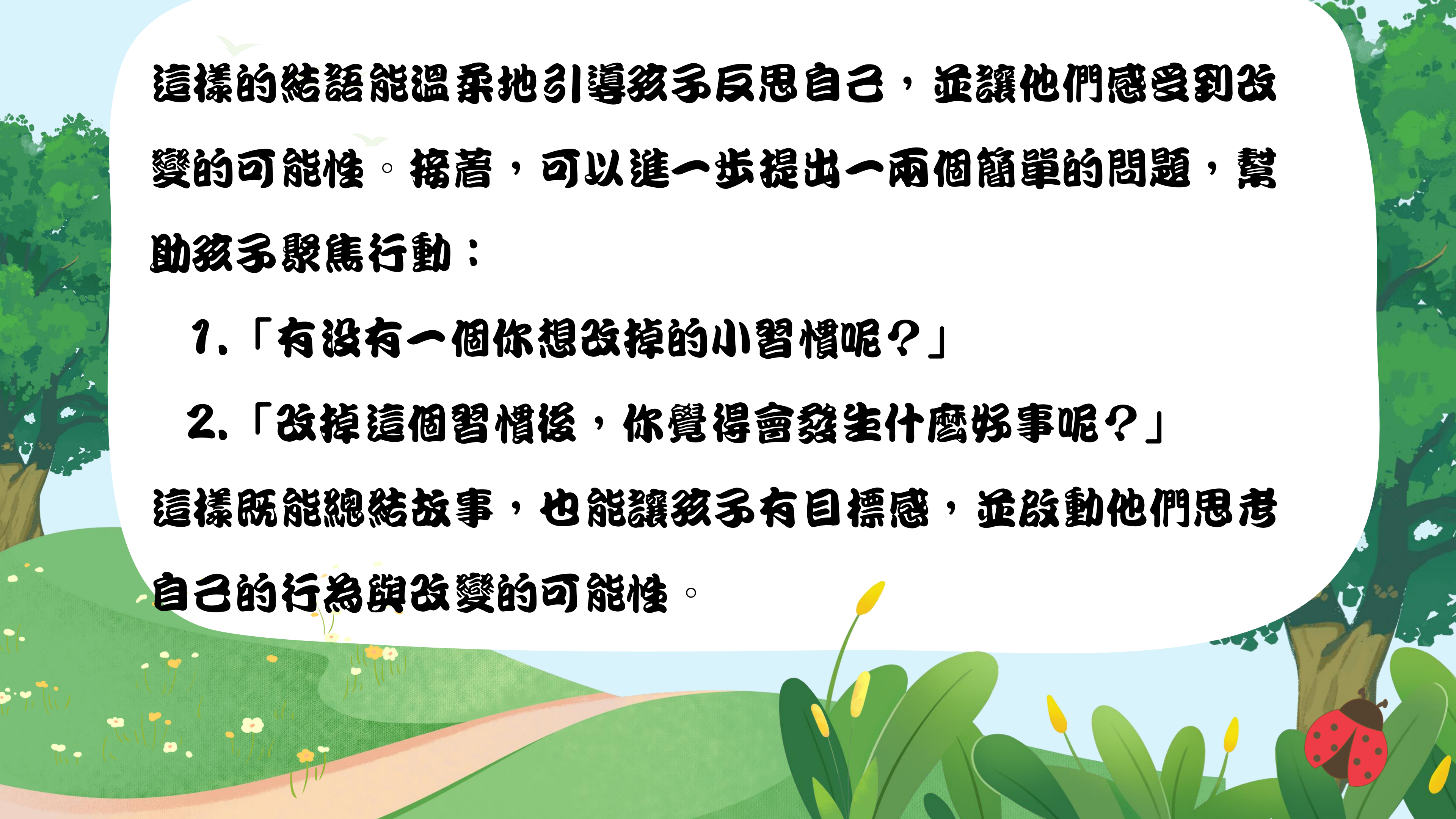
這故事說完後，您是否提供一個

結語，再讓小朋友能**聚焦**，謝謝

結語範例：

「小朋友們，你們看，故事裡的小老虎一開始雖然有想瞌睡的壞習慣，但在老師和朋友的幫助下，他很努力地改掉了這個習慣，成績也變好了。這告訴我們，改掉壞習慣其實沒有那麼難，只要有心，還有老師和朋友的幫助，每個人都可以變得更棒！

現在，我們一起想一想，自己有沒有什麼壞習慣呢？是不是也可以像小老虎一樣，試著改變呢？有時候，從小小的改變開始，就能讓我們有很大的進步！」



這樣的結語能溫柔地引導孩子反思自己，並讓他們感受到改變的可能性。接著，可以進一步提出一兩個簡單的問題，幫助孩子聚焦行動：

1. 「有沒有一個你想改掉的小習慣呢？」

2. 「改掉這個習慣後，你覺得會發生什麼好事呢？」

這樣既能總結故事，也能讓孩子有目標感，並啟動他們思考自己的行為與改變的可能性。



經過一學期的晨光時間，我們入校園講故事，最後一堂課，想要引導一二年級小朋友回顧整學期的學習，關於這樣的教案，可否請您提供一些方向與資料。

感恩

教案主題建議：《回憶的故事屋》



教學目標：

課程結構建議（40～50分鐘）

1. 【暖身回顧】我記得的故事！（10 分鐘）
2. 【創意表達】我的故事印象卡（15 分鐘）
3. 【角色扮演】故事重現小小劇場（10～15 分鐘）
4. 【感恩時光】感謝故事、感謝自己（5～10 分鐘）



循環經濟體驗：「節電小偵探」活動

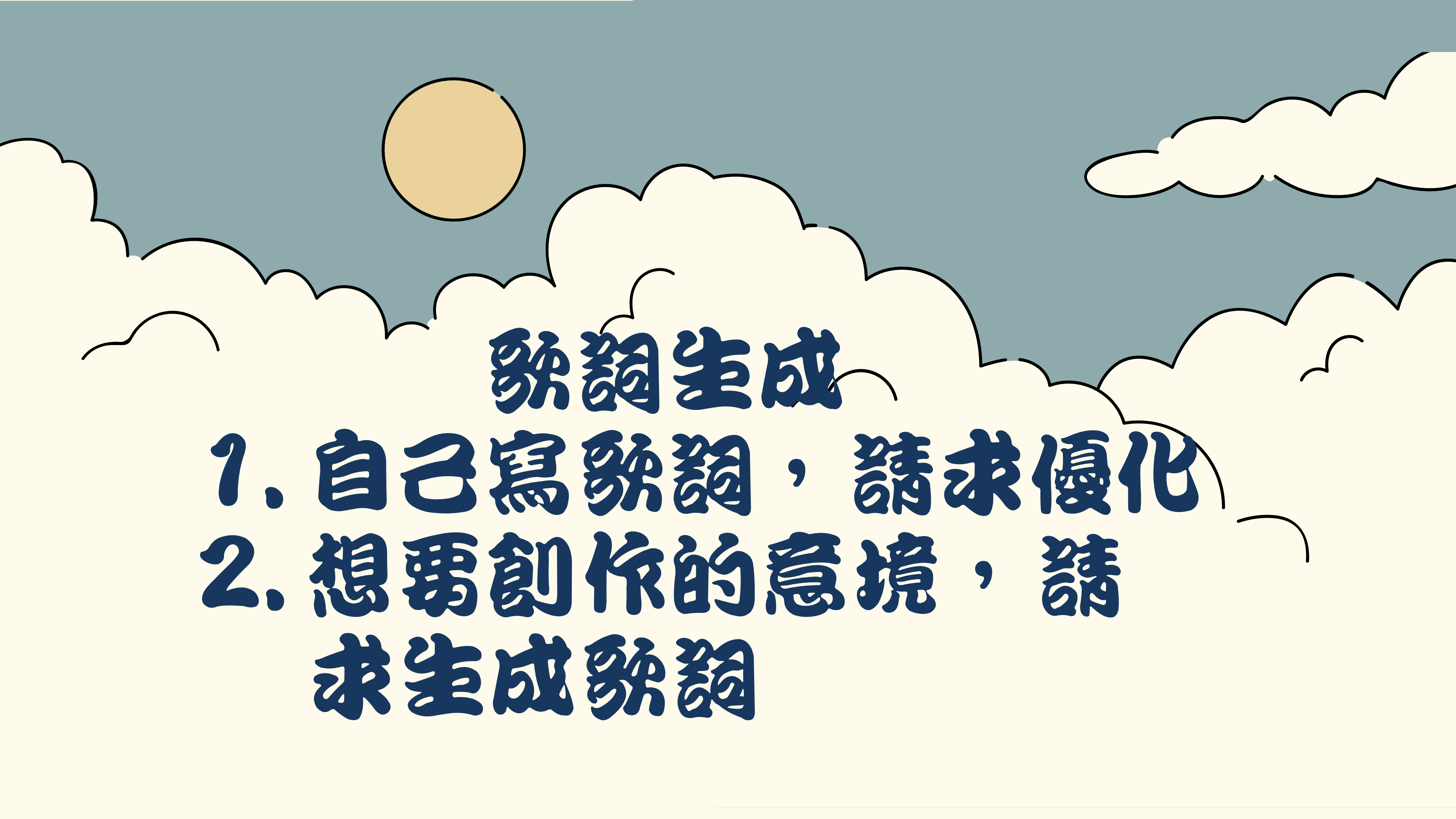
關於「節電偵探卡」，您可設計一份簡單的
表單，讓孩子有機會依表去執行實踐，可先
訂下約二周的表格，感恩

📌 我要當一個節電小偵探，找出每天節約「省電好行為」！

① 使用時間： ____月____日 ~ ____月____日

年 班 姓名：

日期	我有關 燈💡	有拔插 頭🔌	沒開電 視📺	用自然 光☀️	今天我還做了 什麼節電的事？
第 1 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 2 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 3 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 4 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 5 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 6 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 7 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 8 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 9 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 10 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 11 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 12 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	
第 13 天	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	☐ 有 ☐ 沒	

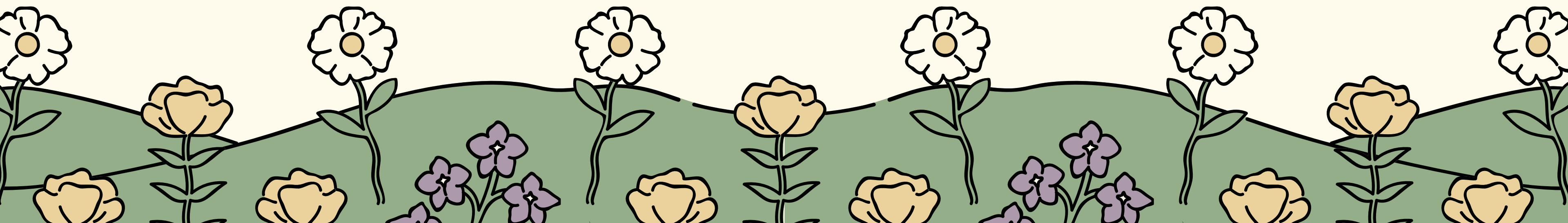


歌詞生成

1. 自己寫歌詞，請求優化
2. 想要創作的意境，請求生成歌詞

寫下想創作的意境

雲和月雖在天空，二者要相逢實在難，正如二人要
能相逢需要很有因緣，如何互相珍惜能長相守，互
相激勵扶持終能度過種種難關，這樣的情境如能變
成一首歌，不知您會如何作詞？

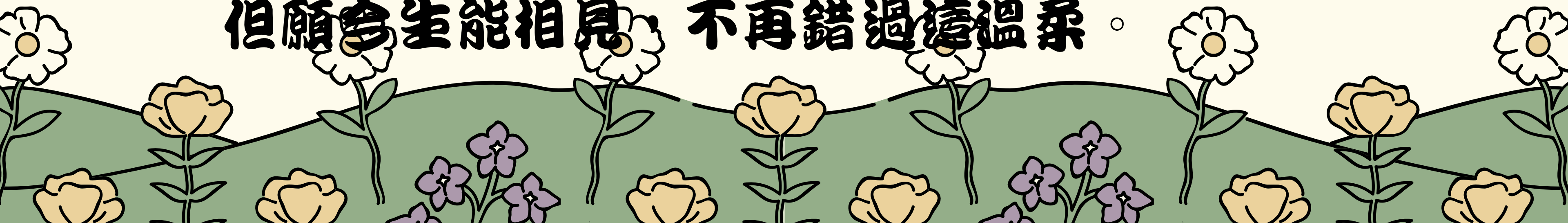


ChatGPT回應

《雲與月》

翻：ChatGPT
(Verse 1)

雲在風裡輕輕走，月在天邊靜靜留，
遙遙相望千萬里，卻難共度一時光。
若無緣分相依守，何必夜夜望星樓，
但願今生能相見，不再錯過這溫柔。



不滿意 「若能珍惜這段情，風雨來時不會痛。」

下指令

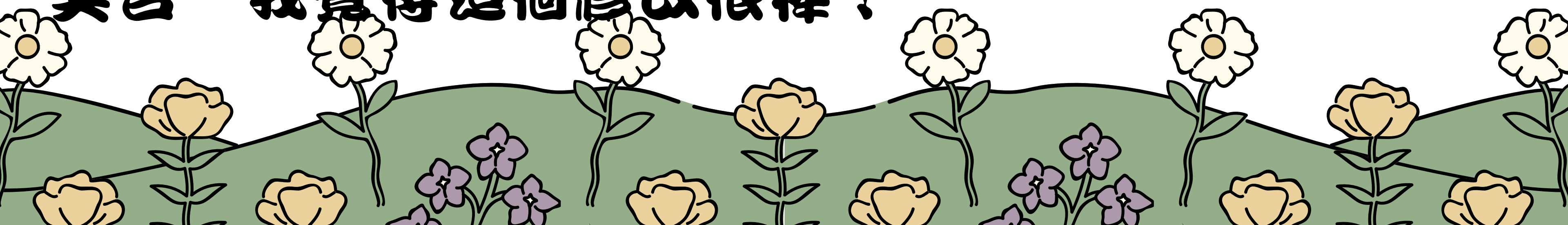
這一段 我想「若能珍惜這分緣，風雨來時仍相守」

您覺得這樣是否更顯得有力些

回應：

這樣的歌詞更有詩意、力量，也與整首歌的主題更加

契合。我覺得這個修改很棒！



自己寫歌詞 請您指正

是什麼力量牽引 讓我走向你

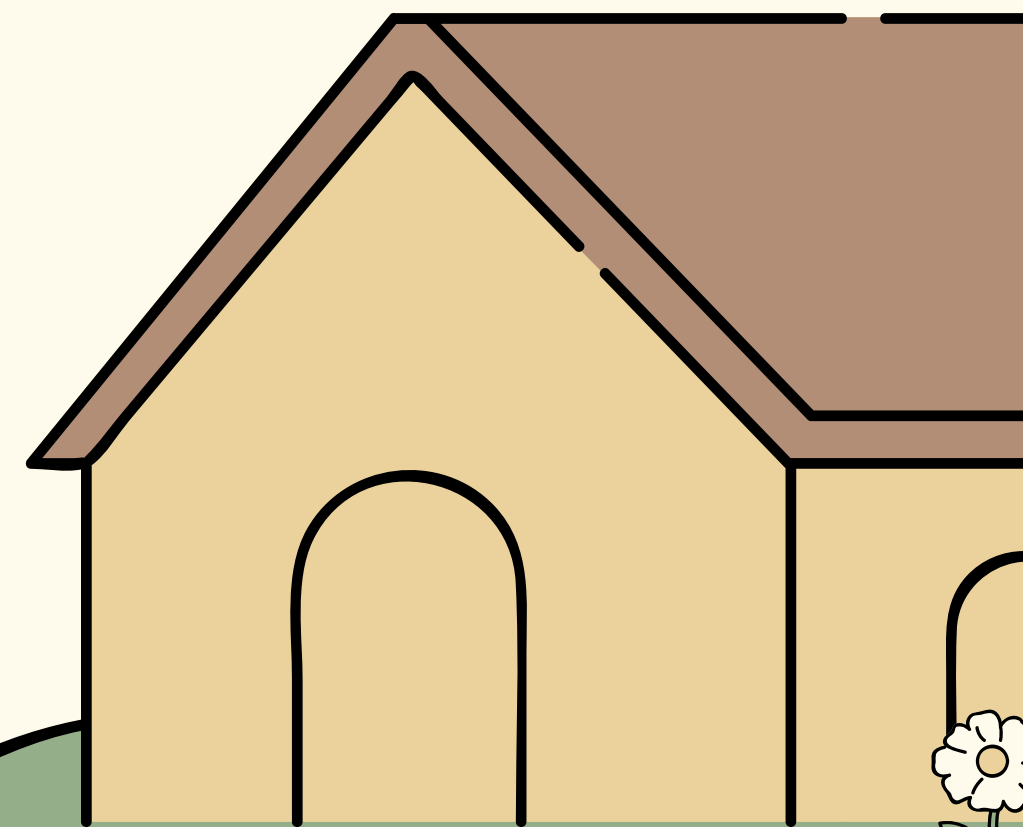
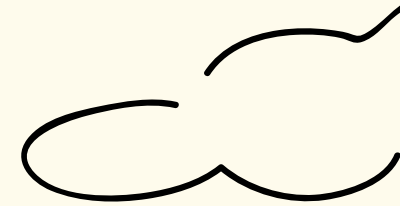
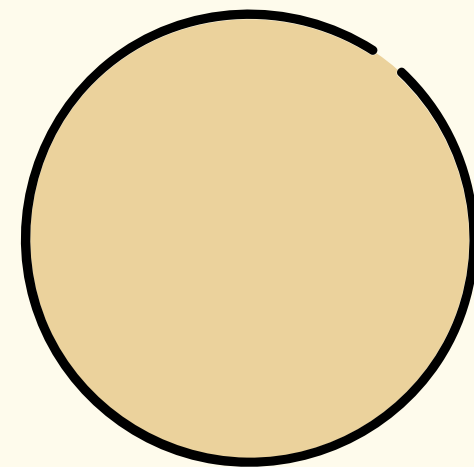
是什麼緣由 讓我信念璀璨

幾經反覆追問 答案就在眼前 是你

寬闊的胸懷 包容我 是你

堅挺的肩膀 支撐我 是你

燦爛的笑容 溶化我 是你



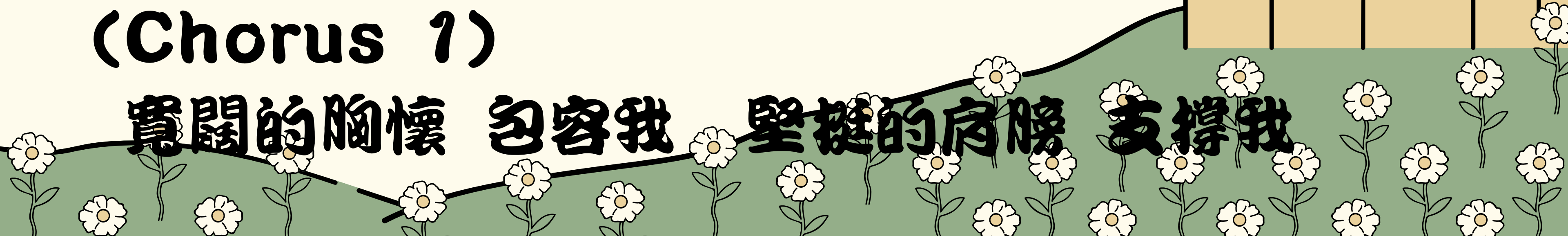
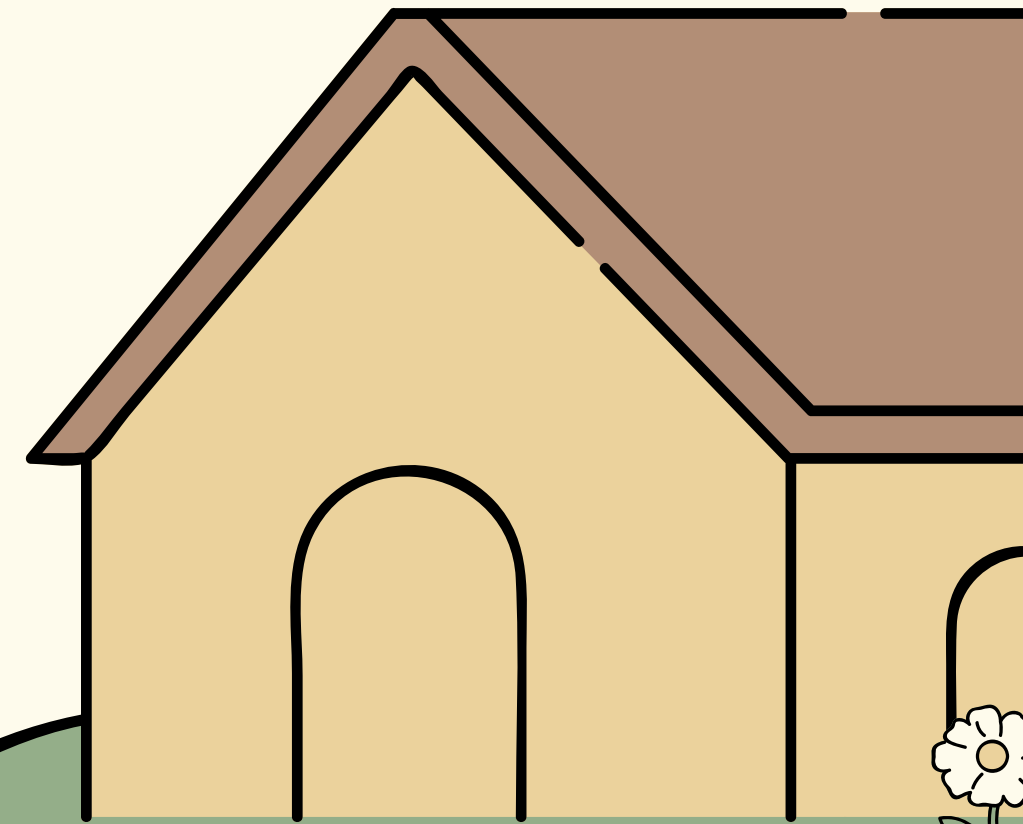
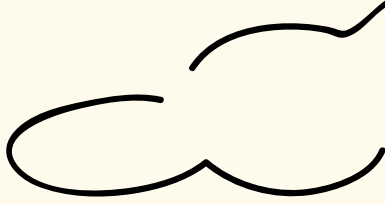
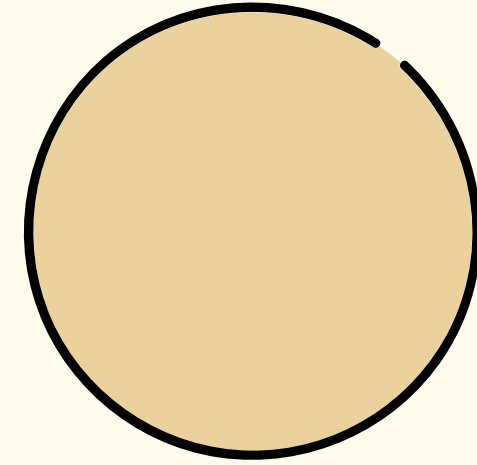
CHATGPT回應

《是你》（潤飾版）
(Verse 1)

是什麼力量牽引 讓我走向你
是什麼緣由悄悄 讓信念閃耀如星
幾經反覆追問 答案就在眼前 是你

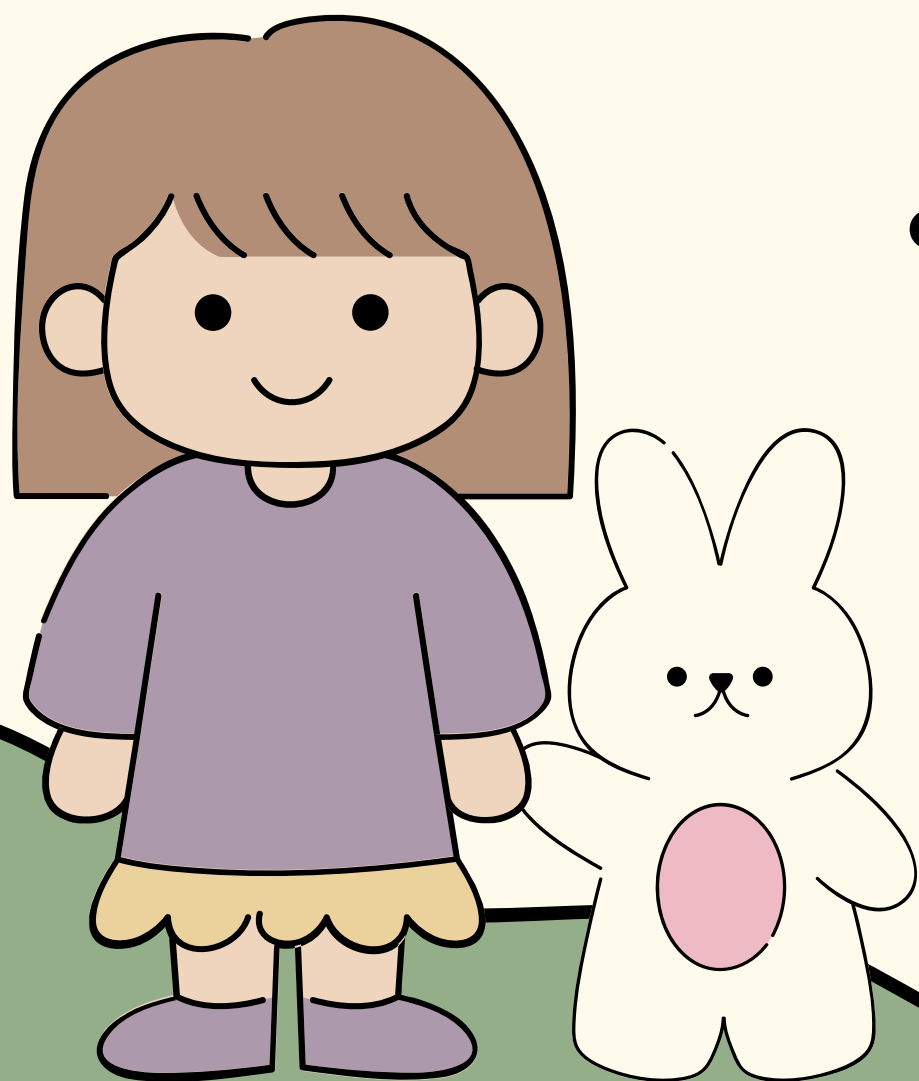
(Chorus 1)

寬闊的胸懷 包容我 堅挺的肩膀 支撐我



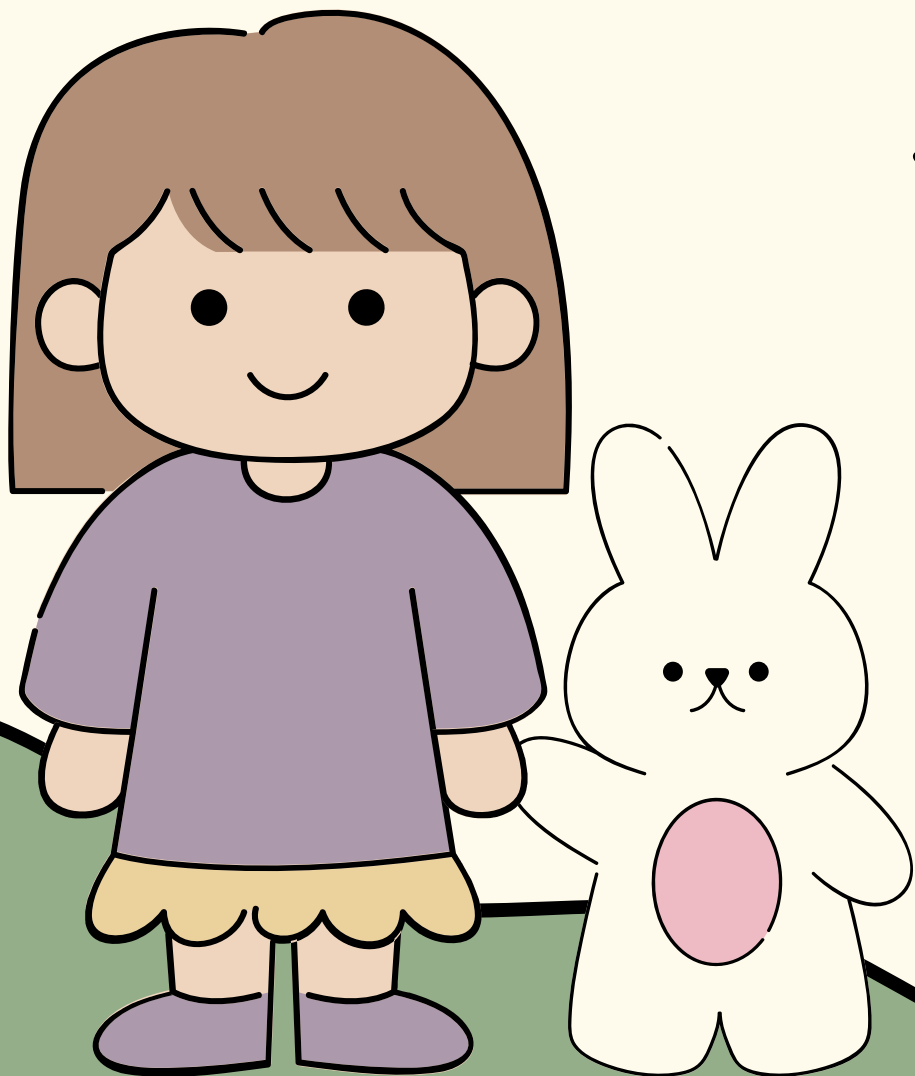
旋律與風格建議

- 根據你的歌詞氛圍，我會建議這首歌採用溫柔抒情的民謠或鋼琴流行風格，像是一首寧靜卻充滿力量的心靈歌。



SUNO 生成建議

- Emotional Chinese ballad, warm female vocal, gentle piano and strings, heartfelt, 4/4 time, 75 bpm, soft ambient background, inspiring and touching tone



是你

<https://suno.com/s/LxVPszJhzwW5b91I>





上人開示整理

貼上逐字稿

下指令

調整修正

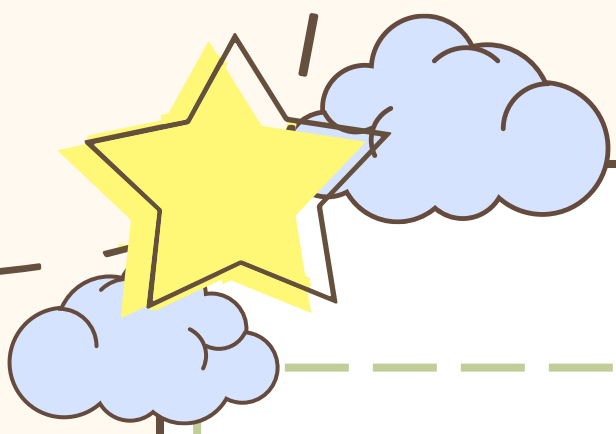
自己整理，請求優化





下指令

- 請協助整理核心重點及架構
 - please help sort out the key points.
- 
- 

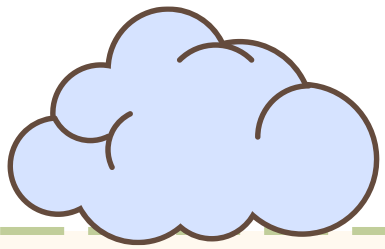


調整修正

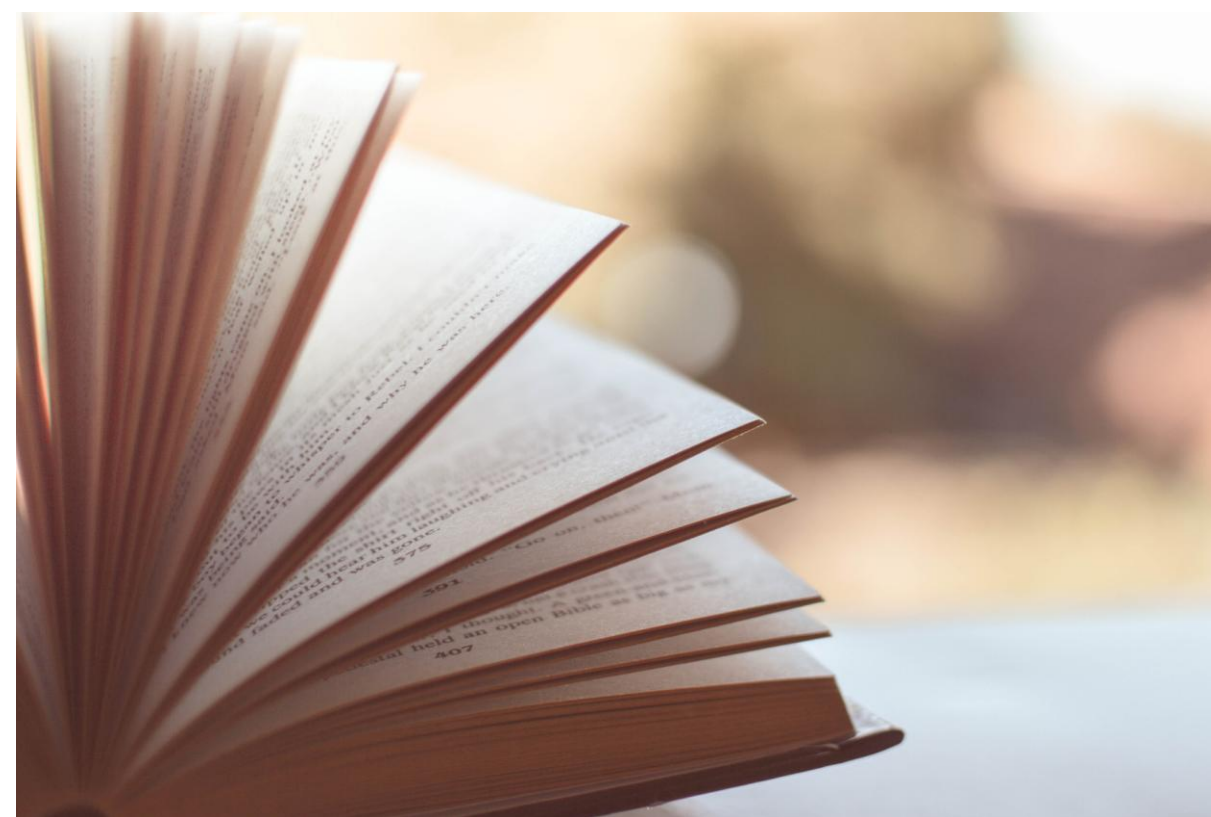
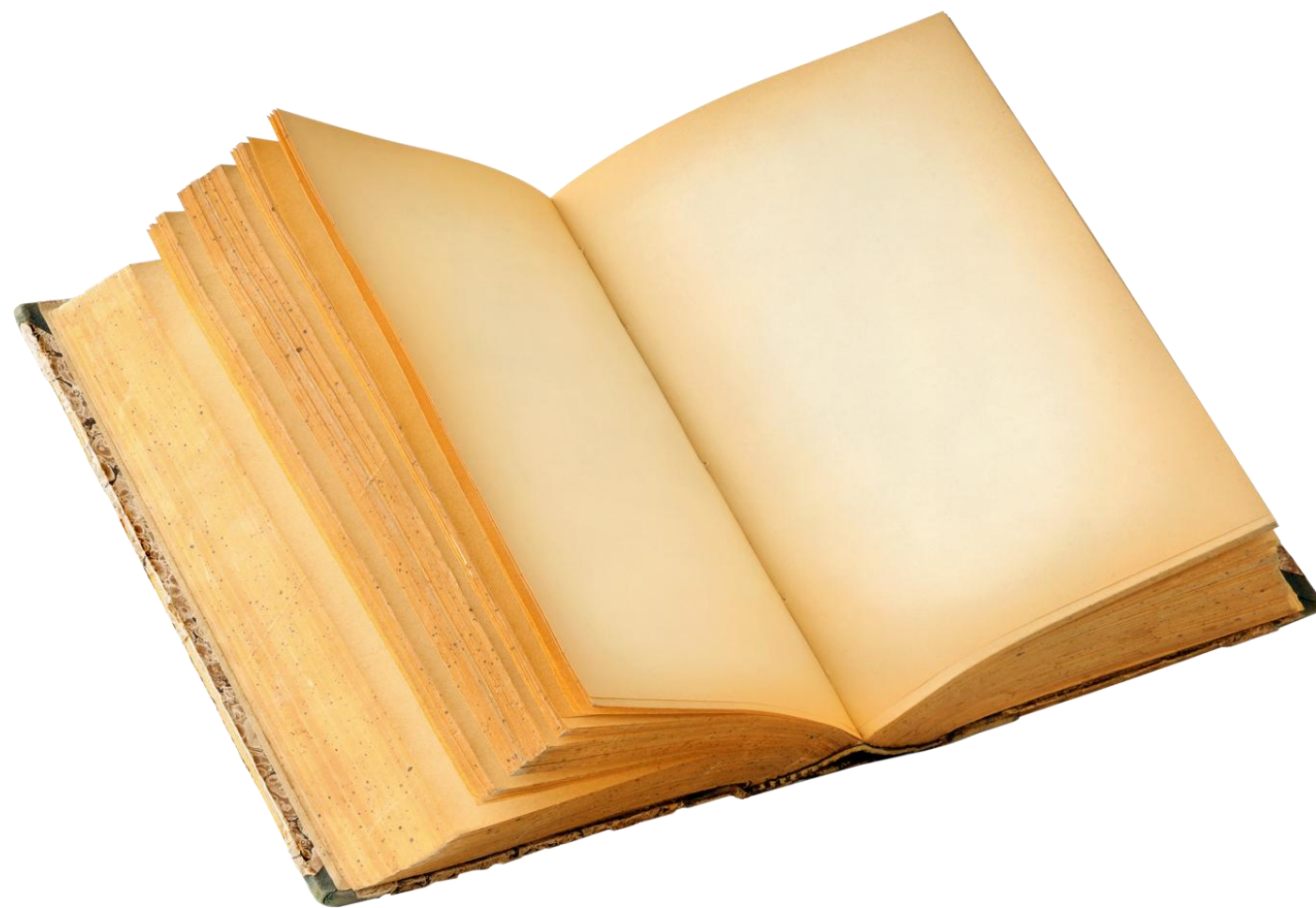
總是人間世間，光是「講道理」往往淪為各執己見，彼此不願承認對方的立場，總覺得自己的道理才是最正確的。

然而在日常生活中，我們也常不自覺地犯下相同的過錯，是看見別人的不是，卻不知反觀自心……。

這一段話，在日常生活中，也是我們經常會犯的過錯，錯的是別人，而沒有識到自己心胸不夠寬大，是否加進去？



自己整理請求優化



Thank You

