

環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

\*眼睛、鼻子、耳朵、口舌、手、足，是我們自己最初的老師\*

我的隨堂紀錄（仔細地分辨、盡可能譬喻描述）：

一、深深地呼吸（朝著牆外遠方、朝著操場草地、蹲下來湊近小花小草），我聞到：我聞到身旁小草的香氣，帶些微苦清苦，雖不像鮮花如此濃郁，但那味道並不刺鼻，  
鮮花也有不香的喔！

二、閉上眼睛（也暫時閉上嘴巴、幾分鐘、找個安全的地方），我聽到：身旁人群們的嬉笑聲，刺耳，能感覺到他們心中的愉快心情；籃球社練習籃球的聲音，吵雜中卻有幾分節奏感。

——鮮花音韻的感受力很強！

三、春分剛過一週，陽光曬了兩天半的草地，躺下來、看看天空，滾一滾、揉一揉小草（別怕髒、是難得的戶外自由課呢、敏感地與自己的身體相處吧），我又多發現了：

躺在草地上，任小草們撫摸自己的身體，有些溫暖，再帶些舒服之感，天空上的陽光灑下，是無比奢華的享受啊！

不會啦！一年有三百六十天，只是你不會這樣體會！

3月28日的課程主題是：拜訪校園的春天

115

四、其實我還是習慣依賴眼睛觀察周遭，想不到位於海邊的學校裡（只限寫屬於大自然的現象或生命），居然有下面我畫的這個影像：



讓我印象最深刻、或最感動的是：

最感動的是第一次真正躺在草地上，不顧丟臉與否，不怕弄髒衣服，做自由的感覺真棒！！

Yes! You can do it usually.

加分題：有一種細細的、綠色的、十字形的小草，揉起來超級香，叫做『水蜈蚣』，找到的人揉給老師聞，就可以加分！

署名：吳思璇  
育慧堂

環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

4月 11 日的課程主題是：感官

我的隨堂紀錄：  
答：  
我萍



看見花圃中有許多紫、粉色的小花，一朵看起來就超  
美麗的，更何況是整片花群，還有首次真正看見  
的好多好多令我驚嘆的植物。走出校門，漫步  
在小橋上欣賞小河的感覺：空氣中迷漫些水  
分的溼氣，悅耳的水流聲猶如交響樂，河上  
躺著的孩子們，流露出歡愉的氣氛。  
感想

讓我印象最深刻、或最感動的是：

最感動的是：熱情的大自然，這真的使我慚愧呀！  
因為人類用如此兇殘的態度對待它們，然而大  
自然居然不生氣，反而還用如此壯觀的花海  
祝福我們，那無悔的付出，使我熱淚盈眶！

有沒有誇飾？你一直有看錯嗎？

我今天的收穫是：

有時候，總以為看不到就沒有，然而猶  
如小花般，其實它一直都存在，只是你  
有沒有仔細觀察。

署名：吳思璇

95

101.8

95

環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

5月 2 日的課程主題是：感官(2)

我的隨堂紀錄：  
有許多常見的花花草草被我們搞混。其中最  
「賤命」的植物是布袋蓮，它在夏天時可以長出  
根紮實的紮在土中；有水時可以浮在水上，當  
然吳郭魚也是賤命的代表動物之一，因為牠  
在臭水溝也能長，乾淨的水中也能活得好  
好的，只是吃出來的感覺和乾淨的水相  
較之下，就顯得相當遜色。

讓我印象最深刻、或最感動的是：

在閉上眼睛放鬆身體的時候，真的有  
舒服一些，畢竟經過這幾天的魔鬼  
訓練任何人都會很累，然而不緊張  
的那當下，啊！超輕盈的，只不過  
快樂總是短暫的！

我今天的收穫是：

多認識自然，這位朋友，多靠近它  
一些，會從不相交的平行線，逐漸  
靠近，產生交點。

署名：吳思璇  
留念！

# 環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

2月22日的課程主題是：看見自己(1)

95

我的隨堂紀錄：

陳柏少：陳是陳水扁的姓；柏，事於白目；少，是多的相反詞。

黃涵妮：涵，是有內涵；妮，是蠟筆小新的妮妮。

徐芷昀：徐，是徐其萬議員的姓；一個艸加上停止的止是芷；一個日加上均勻的勾，總之，筆劃很簡單，不複雜。

難笑難倒

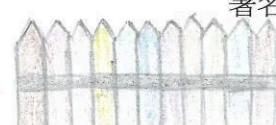
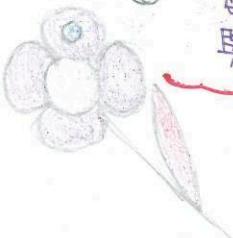
讓我印象最深刻、或最感動的是：

徐芷昀的自我介紹，因為她上台，都不會說因為緊張而胡言亂語，或隨意介紹想匆匆下台，反而很大氣的介紹完自己，勇敢上台的精神令我敬佩。

我今天的收穫是：

每個人面對問題，所採取的行動，與思考方式都各不相同，真的。

署名：吳思璇



育銀

# 環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

2月29日的課程主題是：看見自己(2)

95

我的隨堂紀錄：

李佩穎：李燈輝的李；佩是一個很長組織的其中一字；穎就這樣，而且這還是改過的名字，她將會再改名字。

徐宇峯：徐志摩的徐；宇峯的宇；沙峯的峯。

林沂錚：雙林林，後面不清楚。

陳致廷：陳是百家姓；致是玉的美名；廷不是廷部；廷是一個官名。

吳宇涵：吳；口如勺加大；宇是屋頂的意思；涵是容納

讓我印象最深刻、或最感動的是：

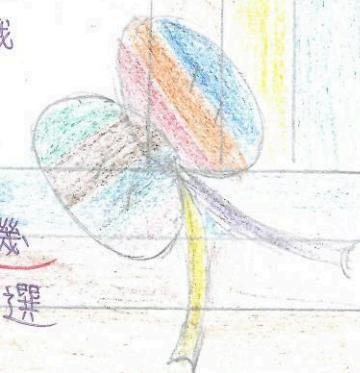
陳致廷的介紹，原因是她太過於情緒化，而大聲地說著，聽不清楚的學姐，十分使我驚嚇，也令我深深了解情緒管理不佳的嚴重性。

是這樣而已吧！

我今天的收穫是：許多人遇到可以表現自己的機會都不願把握時機，反而選擇逃避，放手吧！

署名：吳思璇

因為缺乏自信吧！



環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

3月 11 日的課程主題是：看見自己(3)

91

我的隨堂紀錄：  
江仁義：長江下游賣杏仁；義：無尾羊就我  
鄭怡萱：鄭成功許瀨文；期許的許；浩瀚的潭，文章的丈青  
的鄭小台心的怡；補充，言午許  
尹宣：陳新雅：東邊的耳朵；新，新的一年新希望；雅優雅  
陳柏佑：陳花，少  
的陳柏；一個人加上右。  
徐鍾庭：徐羽芸的徐，金加愛；庭院的庭  
黃冠宇：黃色的溫雅玲：溫泉的溫，優雅的雅；玲瓏的玲  
李翠穎：木子李；翠態的姿；翠穎的韻  
讓我印象最深刻、或最感動的是：

黃羽婧的介紹，因為她的小黃真的很爆笑，讓我想忘也忘不了，況且她還是最後一位。

那公園中這個人

是笑到掉眼淚嗎？

可見她反應很靈敏吧！

我今天的收穫是：

有時，做事並不需嚴謹的態度，偶爾跌破眼鏡的演出，也頗有幾分樂趣。自信做人是最高境界

署名：吳思璇

H

H 育銀

環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

3月 14 日的課程主題是：看見自己(4)

69

我的隨堂紀錄：  
廖婉琳：廖添丁的廖；婉轉的婉；勤勞的勤  
林雨的林。  
李彩英：李佩穎的李；彩虹的彩；英的英。  
曾雅昕：曾祖母的曾；父母的雅；父母的姓；希望她可以溫和典雅；昕是黎明的意思，父母希望她長大要光明正大，不偷雞摸狗。  
鄭子蕙：鄭子蕙的鄭；張杆的子；華麗的華加上心。

讓我印象最深刻、或最感動的是：

應該是周立勤的介紹，因為總覺得他的髮型、談吐所散發出的氣質都很妙，況且他的個性應該跟名字不搭，因為勤是老實不做作的意思，但...他却并不老實，還處處賣王賣瓜，唉...

這不是勤的意思吧！勤，要天天多加練才看得出來！

我今天的收穫是：上台是展現自己的機會，不要恐懼或慌了手腳，唯有鎮定才是真正正確的選擇。說來容易，背後需有許多自信的

署名：吳思璇

環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

5月16~30日的課程主題是：覺察自己的身體與律動

- \* 回顧5月16日在教室內坐著的放鬆和冥想，當時的身體感受是：

覺得很輕鬆、自在，藉由老師的帶領，反而進入了另一個無煩惱的異想世界，比我睜開眼所面對的世界還溫柔，還更令我舒服許多。

- \* 回顧5月16日在教室內站起來後的腹式呼吸和關節伸展，下課前的感受是：

腹式呼吸真的可能令我感到不緊張了，在中音直笛時我就有試著做做看，好有效；至於關節伸展，也只能說我未老先衰吧！超級累人的，然而偶爾也不錯啦！  
其實

- \* 回顧5月23日在室內籃球場倚靠牆壁的一系列活動，當時的身体感受是：倚靠牆壁那一系列，深深令我以為老師你在整我們，因為又難又累，回家也很好睡，骨頭都快散光光了啦！像這種活動還是久再做好了！  
天下沒事，就不怎麼樣了，真難受

- \* 回顧5月30日在室內籃球場配合音樂節奏做各種水平限制以及小團體的肢體互動，當時的心理感受是：

有點怪，因為老師叫我們在地上滾來滾去？爬來爬去？況且那很髒！我覺得那堂課的心理感受，是一無聊。這也是身體情況不好的時候。  
Sorry!

- \* 這樣幾次的活動下來，我對自己的身體的新認識是：

人的身體真的很奇妙，可以做出許多美妙、優美的動作，也可以藉由小小的動作，伸展肌肉

署名：吳思璇

署名：吳思璇

環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

6月6日的課程主題是：土地倫理

6月13日的課程主題是：

我的隨堂紀錄：所謂的垃圾並不包含全部，而「資源」回收室的物品都是「資源」，身為垃圾製造者的人類們，應該做起資源回收的責任，並非自私的將垃圾大量亂丟，因將資源做成生活所需的物品，才是第一項好辦法。

讓我印象最深刻、或最震驚的是：

最震驚的是「垃圾」與「資源」之間的差異，打破價值觀，做起愛護地球，回收再利用的責任與實行。

我今天的收穫是：

了解資源對國家的重要性，試著珍惜並擁抱它，會使國家更美好

署名：吳思璇

Yu-Ti

Bingo

我的姓名：【 吳思璇 】

星座：【 金牛座 】

班級： 107

徐立軒 的朋友	徐鍾庭	周立勤 打球
鄭千慧 聽音樂	陳玟廷 (無限)	三江一善 打球
本彩美 逛街	溫雅玲 搞笑	許雅欣 看电影

\* 我最拿手的 2 件事情是：完成交待的任務 不分階級都一樣溝通？

→ 演說 → 寫作

& 我最喜歡做的 2 件事情是：聽音樂  
看电影

￥ 如果想要在生命終了時，覺得人生毫無遺憾、覺得自己這一生很值得很棒，

一定要完成哪三件事？

(1) 當個優秀、醫術高明的醫生，且到醫療不發達的地方義診，順便環遊世界

↑  
內科

別忘了內科醫生需要的現及藥品、  
不容易四處走動呀！

(2) 改變國家的經濟、治安、水準與教育，成為能和美國抗衡的強國

方法呢？

錢沒多

這不是指的不起的國家！

(3) 給親人過更優質充滿愛的生活

現在天下却能做！

6/9

環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

4月 18 日的課程主題是：感受自己(1)

我的隨堂紀錄：精子只有在女性感到舒服、高興的情況下才能正確且快速的找到卵巢，而且精子會從好幾億個，慢慢藉由挑選、淘汰的過程中漸漸減少，最後只有最優秀、完美的精子能夠通過層層考驗與卵子結合，成為受精卵。每個人都得來不易，奇蹟似的生命！

讓我印象最深刻、或最感動的是：

印象最深刻的應該是好幾個精子黏在卵子上的那張圖，因為它讓我了解每個人都是最美、經過挑選、最好的個體。

啟發與感觸：

我今天的收穫是：

試著了解生命的珍貴，並且真心的珍惜，擁抱生命！

署名：吳思璇

育銀

環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

4月 25 日的課程主題是：感受自己(2)

我的隨堂紀錄：讓穆克 將嬰兒：女、男孩、男、女的細部表情、動作，甚至眼神都顯得十分逼真，或許會啟發他創作的原因，是他對人的一份不捨吧！想透過作品留下最後的回憶。孕婦在懷孕的當下真的很辛苦，只會水腫，還要以瘦弱的身體支撐如此龐大的重量，尤其是生產那刻才是真正考驗。

讓我印象最深刻、或最感動的是：

印象最深刻的是一兩位老夫妻相互依偎的畫面，因為人生最終時還能和自己心愛的戀人走到最終，即使美貌已不再，英姿已淡去，然而當牽起對方的手，卻依然有初戀的甜蜜與喜悅，我想，人生最大的幸福莫過於此了！

我今天的收穫是：

若用「心」觀察周遭的人、事、物，會有更新的發現。

這樣就絕不無聊了！

署名：吳思璇