

環境教育種子營隊—小小佈道師 課程回饋及自評表

3月28日的課程主題是：拜訪校園的春天

115

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，帶些微許清新的，雖不像鮮花如此濃郁，但那味道並不刺鼻。的芳

鮮花也有不香的時候！

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：身旁人們的嘻笑聲，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

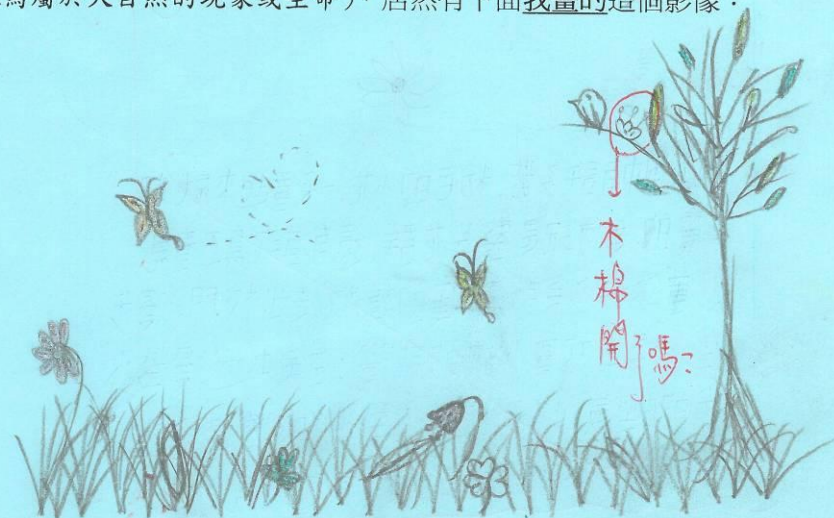
——你對音韻的感受力很強！

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軀，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！

不會的！——年有半這樣的日子。
只是你不曾這樣
體會！

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，不顧去臉與否，
不怕弄髒衣服，做自由的
感覺真棒！！

Yes! You can do it usually.

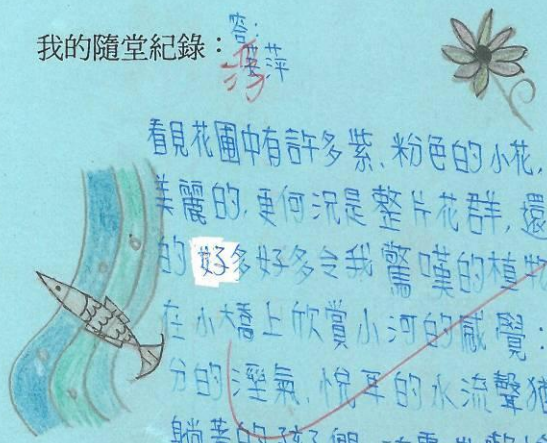
加分題：有一種細細的、綠色的、十字形的小草，揉起來超級香，叫做『水蜈蚣』，找到的人揉給老師聞，就可以加分！

署名：吳恩璇 育提學

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：廖萍



看見花園中有許多紫、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，流露出歡愉的氣息。

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！

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

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：有許多常見的小花小草常被我們搞混。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，真的有些舒服一些，必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！超輕鬆的，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

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)

我的隨堂紀錄：

陳柏少：陳是陳水扁的姓；柏，等於白目；少，是多的相反詞。

黃涵妮：涵，是有內涵；妮，是蠟筆小新中的妮妮。

徐芷的：徐，是徐其萬議員的姓；一個卅加上停止的止，是芷；一個日加上均勻的勻，總土，筆劃很簡單，不複雜。

黃笑詠

讓我印象最深刻、或最感動的是：

徐芷的的自我介紹，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

育護

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)

我的隨堂紀錄：

李佩穎：李，是李登輝的李；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。

徐宇崙：徐，是徐志摩的徐；宇，宙的字；崙，崙的崙。

林沂靜：雙木林，後面不清楚。

陳玟廷：陳是百家姓；我是王的美名；廷不是從部；廷是一個官名。

吳宇涵：吳，口如大；宇，是屋頂的意思；涵是容納。

讓我印象最深刻、或最感動的是：

陳玟廷的介紹，原因是她太過於情緒化，而大罵聽不清楚的學姐，十分使我驚心，也令我深深了解情緒管理不佳的嚴重性。

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，放手阿！

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)

我的隨堂紀錄：江仁義：長江下游賣杏仁；義：無異羊就我

鄭怡萱：鄭成功 許瀚文：期許的許；若瀚的漢，文章的文
補充：言午許

陳新雅：東邊的耳朵；新，新的一年新希望；雅優雅
的雅

陳柏佑：陳花少
的陳柏；一個人
加上右。

徐鏞庭：徐翊芸的徐；金加愛；庭院的庭
溫雅玲：溫泉的溫；優雅的雅；玲瓏的玲
李姿穎：木子李；姿態的姿；姿穎的穎

讓我印象最深刻、或最感動的是：

黃羽靖的介紹，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。

→ 那個圈中這個人
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。白蟻人是最高境界

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

3月14日的課程主題是：看見自己(4)

我的隨堂紀錄：

廖婉琳：廖添丁的廖；婉轉的婉；
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；文雅的雅；母
希望她可以溫和典雅，即
是黎明意思，父母希望
她長大要光明正大，不偷雞
摸狗。

讓我印象最深刻、或最感動的是：

應該是周勤勤的介紹，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...他來但不老實，還
處處老王賣瓜，唉...

→ 這不是勤時意思吧！
「勤」要天天相處才看得出來！

我今天的收穫是：

上台是展現自己的機會，不要恐懼或
慌了手脚，唯有鎮定才是真正正確
的選擇。說容易，背後需要許多自信的！

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！

- * 回顧5月23日在室內籃球場倚靠牆壁的一系列活動，當時的身體感受是：

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！像這種活動還是久久再做好了！

- * 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。這世界什麼情況就什麼幹的呀。

- * 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

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：所謂的垃圾並不代表全部，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囤積，而將資源做成生活所需的物品，才是一項好辦法。

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

Bingo

我的姓名：【 吳思璇 】

星座：【 金牛座 】

班級： 707

徐芷明 交朋友	徐鏗庭 玩	周立勤 打球
鄭千慧 聽音樂	陳玟廷 (無限)	江一義 打球
李彩英 逛街	溫雅玲 搞笑	許瑞敏 看电影

※ 我最拿手的 2 件事情是：完成交代的任務 寫作 不付性質過? 樣樣通?

& 我最喜歡做的 2 件事情是：聽音樂 看電影

至 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) 當個優秀醫術高的醫生，且到醫療不發達的地方議診，順便環遊世界

內科

別忘了內科醫生需要好藥及藥品，不容易回國支助呀！

(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

為啥呢?

這很難!

這是不計為了不起的國家!

(3) 給親人過更優質充滿愛的生活

現在天天都能做!

6/29

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：精子只有在女生感到舒服、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。每個人都是得來不易、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百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。
該感恩父母！

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

育錫

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、少女、男孩、男人、女的細部表情、動作，甚至眼神都顯得十分逼真，或許會引發他創作的原因，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，還要以身軀支撐如此龐大的重量，尤其是生產那一刻才是真正的考驗。

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配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

育錫