

## 2 親子橋

# 生態學校的規劃與實踐

總務主任 李建民

環境教育旨在教導人類關愛環境、善用自然資源、維護自然生態與文化並妥善處理的相關的環境問題。小學是發展自我態度與價值觀的重要時期，若能塑造保育環境的心、教導解決環境問題的能力，更能提升環境教育之成效。但根據研究，在學校的環境教育實施的五個層面中，以環境覺知和敏感度的次數最多，以環境動經驗最少（韓名璋，2000）。國內的環境教育計畫多參考自國外模式，如綠色校園計畫及永續校園等，因倚賴教師及學校行政的主導，較缺乏學生自我觀察省思。而英國的生態學校計畫（Eco-schools, <http://www.eco-schools.org.uk/>）則提供一個明確可行的方法，據以從課程中的環境議題取材，並應用在學校生活中的日常工作上。

國際生態學校（Eco-School, ES）是國際環境教育基金會（FEE）在全球推展的五個環境教育項目之一，旨在幫助學校改善當地環境，節約資源並減少他們的碳足跡。目前全世界已有50多個國家（FEE國家會員組織）開展了國際生態學校項目，並形成了全球生態學校網絡和資源平台。

以前，環境教育大多以課堂教育為中心，減少了學生親身接觸和感受自然與社會的機會，學生鮮少參與學校有關環境問題的決策。構建生態學校的目標，在創設一個具有良好教育生態的學校文化，將課堂環境教育轉變化為學生的環境思維和行動，引導尊重人的生存價值和環境發展。

國際生態學校提供了七項實踐步驟，鼓勵兒童和青年發揮積極作用，並採取行動學習在他們的學校與社區，茲介紹如下：

1. 建立生態學校小組：制訂環境計畫和策劃環保活動，並指導和安排計畫的實施及活動的開展，同時制定環境計畫的監測評估辦法。
2. 進行環境審核評估：了解學校目前的生態環境狀況，提供生態行動計畫之依據。
3. 擬定生態行動計畫：依據環境審核結果，提出了一系列生態行動目標和時間表，並隨時省思修正。
4. 監測與評估：藉由科學工具，檢核調整行動計畫、了解進步幅度，以確保方向與程序的

正確，並獲致更大的成效。

5. 結合環境課程：每位教師都可以從自己的學科知識和學生的認知水準出發，來規劃不同的環境課程內容，可以是地方性、全國性，甚至全球性。重要的是讓生態學校計畫成為整體課程的一部分，而非另一項「外加」課程。
6. 活動宣傳與社區參與：利用學校的公告牌、校刊、簡訊等園地積極宣傳生態學校環境計畫的進展情況；在校內外舉行主題集會和舉辦主題展覽，宣傳某一環保思想（如保護動物、廢品回收等），展示學生環境研究成果，同時邀請家長和校外人士參加，擴大社會影響。
7. 創建「生態宣言」：生態宣言是讓學生藉由自己的方式，以聲明、歌唱、詩歌等方式，賦予自己更大的保護生態使命感與承諾，以期在日常生活中建立正確的行為準則和價值觀。

在執行層面上，美國生態學校網站提供了八個環境途徑，這些途徑可能重疊但彼此密切關連，當你選擇一個目標努力進展時，其他向度也可能獲得成果。

**能源**  
通過實施節能措施，使用節能技術，以節省財政開支以及減少對環境的影響。

**水**  
新鮮、乾淨的水是一種基本的生活所需的。由於全球氣候變遷，水資源保護變得更加重要。實施節約用水的生活實踐，可以降低日常用水量百分之三十以上，並培養學生從課業成績到改造生活環境的具體實踐。

**氣候變遷**  
當學生還年輕時，實施氣候變遷的教學極具挑戰性。學校可以從減少溫室氣體排放，尋求縮小「碳足跡」做起，並藉此探索關鍵科學、數學、技術和社會科學技能。

**全球化**  
生態學校是一個國際倡議，我們面臨的環境問題從未像現在如此緊迫。通過生態學校計劃，學生的學習經驗和處理環境問題的方式可以建立全球觀點，並藉由當地行動影響更廣闊的世界。

**運輸途徑**  
現代社會已離不開汽車，它意味著孩子經常坐汽車，縱使他們可以選擇步行、騎自行車或乘坐公共交通工具，這加深了日益嚴重的兒童肥胖問題。在任何一所學校，你會看到每天上、放學的交通堵塞，家長為接送孩子造成5到15分鐘的引擎空轉，所產生大約20萬磅的二氧化碳排放，形成一個巨大的碳足跡。生態學校計畫的目的是

提高對可持續發展的運輸解決方案，鼓勵學生以步行取代搭車，讓每個學校可以改變上放學產生的碳足跡。

**校園**  
學校可創造戶外教室，營造適當的生態學習空間，讓學生有機會直接從事戶外體驗式學習，以提升其學習能力。

**消費和浪費**  
消費和浪費具有重大環境影響。生產和運送貨物給消費者使用大量的化石燃料，產生的污染，特別是二氧化碳。當這些產品成為廢物，在運送處理過程中，因分解、焚燒而產生更多的污染。我們可透過減少、回收、再利用方式，減少廢棄物產生與環境污染。

**綠色時間**  
現今，孩子們每週從事戶外活動往往不到50分鐘，但平均每天卻花近六個小時在電視、電腦或電視遊樂器前面。數位化產品佔滿了孩子的生活作息，也減少他們對社區自然生態的基礎體驗。藉由給孩子們一個「綠色時間」的非結構化時間設計，增加與自然生態互動的頻率，讓孩子能有更活躍的思考，更強的免疫力，以及學習尊重自己、他人與環境。

九年一貫課程強調帶著走的能力，但是學生往往無法在課程中具體實踐，生態學校計畫給予充分動的機會，學生可以離開教室拋開書本，將課堂上所學的以雙手去實踐，此項行動賦予孩子繼續學習的動力，孩子亦能透過自身較為優異的智能向度，來發展自己的環境行為。

未來學校在推動生態學校計畫時，可能先採有意願單一班級，組成生態委員會，以主題方式進行，以完整實踐環境教育所要達到的目標，並透過發展學生的多元智能來肯定學生的行為。後續再逐漸將整個生態學校計畫擴展至更多班級，以更長時間或特定主題實施，並納入整個社區和家長的參與，以期在親、師、生與社區共同努力下，讓生態學校在本校深耕發展。

參考資料：  
張慧娟、張成華(2008)。生態學校實施之探討－以花蓮縣水璉國小為例。2008年自然資源保育暨應用學術研討會，台南麻豆，97年6月6日，真理大學。

韓名璋(2000)，現行國小自然科教科書有關環境教育教材之研究，碩士論文，國立花蓮師範學院，國小科學教育研究所，花蓮，未出版。  
<http://www.eco-schools.org.uk/>  
<http://www.nwf.org/Global-Warming/School-Solutions/Eco-Schools-USA.aspx>

# 閱讀花博，邂逅美麗

訓導主任 黃士嘉

「2010臺北國際花卉博覽會」將於2010年11月6日～2011年4月25日舉辦，這是臺灣首次獲得國際授權舉辦的世界級博覽會，也是亞洲第七個城市經AIPH（國際園藝生產者協會）正式授權主辦此國際盛會。臺北國際花卉博覽會以「彩花」（園藝文化）、「流水」（環保生態）、「新視界」（科技）為主軸，即表現園藝、科技與環保之技術精華，達成減碳排放及 3R（Reduce、Reuse、Recycle）的環保目標，結合文化與藝術之綠色生活。

花博會場近 92 公頃，分為圓山公園區、美術公園區、新生公園區、大佳河濱公園區 4 大部分，走進花博遊玩，將看到14個展館展現由科技、文化、花草等元素結合而成的繽紛旅程。這次場館有名人館、真相館、文化館、美術館、故事館、養生館、花茶殿、爭艷館、反映大、舞蝶館、風味館、生活館、未來館、夢想館。這十多個新場館可反映大自然的美麗力量及建築師群們匠心獨運的創新精神。另為了增進師生對於花博會活動的認同，教育局鼓勵學校師生結合相關課程或教學活動進行花博的教學推廣，即是結合健體領域、表演藝術及相關課程，鼓勵師生藉由參與活動，激發創意，也特別設計多條適合國小學生校外教學的路線：

- 一、**藝術饗宴線：美術公園區＋圓山公園區遊學路線**  
美術出入口>【舞蝶館】>【環宇庭園區】>美術館外看表演或參觀【故事館】>【美術館】>【風味館】休憩及午餐>行人陸橋>【國外花卉特展區】>【流行館】>【爭艷館】>圓山出入口
- 二、**彩花藝文線：圓山公園區＋美術公園區遊學路線**  
兒童中心入口>【真相館】>【文化館】>【名人館】>行人陸橋>【故事館】>【美術館】>【風味館】午餐休憩>【寰宇庭園區】>【舞蝶館】看表演>美術出入口
- 三、**生態流水線：大佳公園區遊學路線**  
大佳出入口>【大地花海區】>【行動巨蛋】>【兒童探索區】>【生態劇場】>【台灣文化植物園區】>【蔬果饗宴區】>【親子休憩區】午餐>【大佳碼頭】搭船>【濕地生態區】>大佳出入口
- 四、**環保流水線：大佳公園區遊學路線**  
圓山碼頭站>搭乘藍色公路>【大佳碼頭站】>【兒童探索區】>【行動巨蛋】>【大地花海】>【親子休憩區】休憩午餐>【生態劇場】

>【台灣文化植物園區】>【蔬果饗宴區】>【大地花海】>大佳出入口  
幾個特殊場館都有主題設計：

【舞蝶館】花舞、蝶飛、綠生活的主題設計，看舞蝶館傳達出像蝴蝶綵繞飛舞的美麗形象。舞蝶館內設置1201個座位，也是花博開幕的典禮場地。

【環宇庭園區】充滿異國風味的各國庭園的造景技術，此次有來自世界各地具特色的國家及城市來共襄盛舉，在這裡就有機會飽覽全球知名的花園風情！

【美術館】展出印象派知名畫家「莫內」與「高更」的名作，可以進入欣賞印象派畫家如何捕捉花卉與光影之間的美感；

【流行館】它是一座結合科技、時尚、環保，形成自我風格的流行展館。這個以 120 萬個回收的寶特瓶，像 logo 般砌成的流行館，取其防水、透光、輕量特性，配合鋼骨、竹材建成。

【未來館】展示主題為「大自然的過去-現在-未來」，是結合最新生物技術、節能技術、綠建築科技、與智慧型的綠建築，以未來人類、環境與植物的關係及環境保護為主軸，將成為國內首座智慧型節能溫室建築。

【夢想館】規劃為五個廳，每一個區域都有單獨的表現主題，每一個廳也都分別結合一種以上尖端技術。館內透過特殊的動畫手法，以不同的地理情境營造出春、夏、秋、冬不同季節的變化，可以體驗台灣特有植物的多樣性與豐富性，營造出物種多元、繽紛的自然風情。

【大地花海區】總面積約1.5公頃，是一望無際的花海主題區，塑造出高低起伏的自然花卉景觀，展現台灣本土植物與優勢花卉的嘉年華會。每一季會呈現不同的花卉色彩做為每月展現主題的延伸，呈現多樣性的花園樂景面貌。

【行動巨蛋】是一個超大拱圓型的帆布帳棚空間，外部設計花博的創意彩繪，且是一個非常節能的場地，空間內部設有1200～1500個的觀眾席位，文化局每週會安排曲藝、傳統民俗、搖滾、管樂、霹靂金光布袋戲等多元類型節目。

【兒童探索區】遊玩，在遊樂間進行植物認識的體驗活動。這裡可以讓小朋友實際摸、聞、聽、看，甚至吃到花卉植物的相關製品。

國際花卉博覽會猶如一場園藝界的奧林匹克盛會，在寬廣遼闊的博覽會場中，可看見各國園藝的美麗，也可以親手觸摸科技的奇妙，親身發現環保的美好，藉由本次花博更可以讓學生親身體驗園藝、科技與環保技術之美，並透過體驗後之感動，鼓勵學生在生活中實踐綠色生態理念，傳達愛護地球、保育美好家園的目標，並希望吸引國內外朋友眼光能實地造訪臺北市，感受精彩獨特的城市魅力。

## 3 親子橋

心教育～～

# 看見孩子的天才，賞識孩子的獨特

主講人：盧蘇偉 整理：鄭婷云

教出優秀的孩子，不難，但要教出充滿笑臉的孩子，卻不容易！我們常把孩子的成績擺在第一，而忘了培養他們挫折容忍力，因此社會新聞中，會看到考第一名的孩子，臉上沒有喜悅；考第二名的孩子，選擇從樓上墜落；考最後一名的孩子，覺得上學是天大的折磨。我們愛孩子，但為什麼我們的愛，無法讓孩子得到自信呢？

今天，盧蘇偉少年保護調查官以自身的成長歷程，與父母親分享：接受與鼓勵孩子，就能看到孩子獨特的天賦。以下為本次演講內容：

### 一、我的成長故事

小時候因為腦膜炎的侵襲，讓我的記憶功能受損，命救回來了，但智商也只剩下70，直到小學五年級才真正的學會認字。讀過啟智班、特殊教育班，然而家人永不放棄的支持，讓我花了七年，重考五次，終於考上了中央警察大學犯罪防治學系。大二那年，遇到馬傳鎮教授，這才發現我的記憶理解能力像個白癡，但邏輯分析及創造思考能力卻有如天才，這時才知道「原來我不是笨，只是過去不被社會認同而已」。

### 二、接受你的孩子

我小學的數學成績幾乎都是零分，有一次考了個10分回來，我爸激動的衝出屋子大喊：「快來看！」，全村的人都圍過來看那張10分的考卷。班上班長的父親很不苟同的對我父母說：「哪有你們這麼寵孩子的，你們沒有看過真正的分數嗎？」，媽媽說：「我們就是沒看過才高興嘛！」，當時媽媽正好拜土地公回來，立即砍下一隻大雞腿遞給我以示鼓勵。班長在班上考了第一名，他的父親拿出他的考卷給大家看：「一百分的考卷你們有沒有看過？」你看，這科是一百，你看，這一科還是一百……，可是到了第四科，他生氣的問：「這科怎麼只有九十分？那十分跑到哪裡去了？」，圍觀的鄰居起哄說：「那十分跑到阿偉家裡去了，你沒看到嗎？」，那個父親當場翻臉，抽出皮帶打了班長十下屁股。

父母親的觀點非常重要，你用什麼觀點來看待你的孩子，你是用積極正向來看看待孩子呢？還是別人嘲弄孩子，回來後再把他打一頓？我很感念我的父親，因為他積極正向的接納，讓我不至於自暴自棄。

### 三、做孩子的激勵大師

另外，讓我印象最深刻的還有一次，小時候因為聽不懂老師說的話，結果老師生氣了，對著我說：「老師跟你講了這麼多遍，豬也聽得懂！」，我一聽老師提到“豬”，立即高興的問「老師，豬在哪裡，豬在哪裡？」，老師更生氣了，罵說：「你怎麼會笨到別人罵你是豬都不懂，你真是個腦震盪的豬！」。姐姐將這件事告訴爸爸，爸爸卻毫不猶豫的告訴我姐姐說：「如果你弟弟是豬，他也是全世界最聰明的豬」。一直到現在，只要我有一點點灰色想法，有一點失敗的念頭，我父親的聲音就會浮現：「偉仔!你最聰明，越來越聰明，全世界你最聰明！」。

所以我跟很多父母、老師分享，不要輕易說你的孩子不行，不要輕易的放棄你的孩子，因為我們沒有這個權力。我們的權力就是，造就孩子成為這個世界的禮物及希望，父母的角色就是，永遠的肯定、永遠的鼓勵、永遠的賞識。

### 四、看見孩子的獨特

我認為每一個孩子都是獨特的，都是唯一的，他的獨特跟唯一，就是他的資產，我始終相信「絕對沒有笨的小孩，只有聰明不一樣的小孩」、「也沒有學不會的小孩，只有學習方法不同的小孩」。那麼，孩子的優勢能力又在哪裡呢？那不是用測驗測出來的，很多測驗測出來的結果未必是真實的，只有父母堅定永不放棄的態度，才能讓孩子全力以赴的去努力，如此一來，每個孩子的優勢能力都能被激發出來。

每一個人都是天才，只是天才的地方不一樣，因為大家都有自己適合的位置。孩子們一直都很棒，只是等著爸媽學會懂他，於是父母必須不斷的學習，用別人的經驗和知識，增加自己生命的深度和廣度，讓自己視界大開，創造自己和孩子生命的無限可能。

## 搭起世代傳承情，敬師遞送感恩心。

### 敬師感恩活動



### 祖父母節—大手牽小手活動



◎ 張老師 二七七二九九〇  
◎ 少年保護專線 二七〇四八五八五  
◎ 少年關懷專線 二五四五一〇〇〇代表號

◎ 臺北市家庭教育服務中心 二五七七五九六八  
◎ 臺北市立教育大學特教諮詢專線 二三八九六二二五

# 分心不是我的錯！？ 淺談注意力缺損症候群

『專心一點！認真一點!』『注意聽老師講話，不要再看看去了!』『用心寫功課，不要再拖拖拉拉』『仔細看，動腦筋，不要再分心了!』

老師與家長不斷提醒學生和孩子，為什麼不專心的孩子越來越多？孩子在想什麼？是什麼讓孩子不專心？如何提升專注力？這是在巡迴演講時，最常被老師和家長問到的問題，其實透過簡單的職能治療實證醫學觀察，就可發現孩子注意力不集中可簡易分為以下幾種類型：

- (1) **孩子老是坐不住、動來動去，東摸西摸…，可能是過敏體質導致的後遺症合併感覺統合失調—觸覺敏感症狀：**導致身體要不斷的扭來扭去動來動去來代謝掉這些興奮的感覺刺激，孩子當然無法專心的靜下來上課，甚至影響孩子的情緒中樞，導致畏懼人群、害怕肢體接觸以及行為上的偏差。
- (2) **上課時易分心、東張西望、常被無關緊要的聲音干擾，無法專心聽老師或父母說話……，其實是聽覺注意力系統調整有問題，無法過濾周遭雜音，因而無法專注聽課，這類型的孩子通常都有感覺統合前庭平衡覺整合異常的問題。（過動兒、遲緩兒皆會發生）**前庭系統調節能力異常造成警醒度失衡忽高忽低，會導致上課情緒亢亢或是容易昏睡，燈光昏暗精神差，體育課興奮過頭，課堂內萎靡不振，容易發呆放空或是一直聊天不斷變換姿勢。
- (3) **寫功課時總是坐不正、容易累、常改變姿勢，缺乏耐心……，**生活上會發現孩子體適能不佳，肌耐力偏低，動作協調不好、兩側整合差，導致低頭看書就趴在桌上或倚靠桌面，讓孩子無法維持上身直立的坐姿。
- (4) **特別不喜歡國語課，或需要書寫能力表現的課程，這些學生不愛寫字、字跡潦草或用力、抄寫較弱……，**不專心的原因是精細動作發展遲緩、操作學習書寫能力不足。
- (5) **上數學課時常常發呆、恍神，學東西而聽不懂、學不會、記不住……**分析其學習狀況，應是其邏輯思考能力、數學認知反應慢，或短期記憶學習策略差。
- (6) **學習內容太簡單、不好玩、無趣味、沒有成就感……**孩子是假裝不專心……這是最後才考量的心理因素…，恭喜您孩子或學生可能是潛在的小天才。

我們的學生跟孩子不專心時到底是以上哪個類型？或是混合型的呢？  
※大部份注意力不集中的孩子並沒有過動兒的症狀，是不需要服藥的!

※只需要職能治療感覺統合訓練，加專注力訓練，與行為引導，就可改善其學習情況。  
※什麼是感覺統合？

簡而言之，我們從環境中接觸到各種不同的感覺刺激，如觸覺、視覺、聽覺、嗅覺、前庭平衡覺、本體運動覺。當各神經系統接受到這些感覺刺激後，即會傳入大腦，在腦中進行組織整合。而大腦在經過此一整合的過程後，就會發出指令，讓身體各器官表現出適當的反應行為，以便於日後我們能有效的使用我們的身體。此一大腦組織、分析這些感覺的過程，被稱為「感覺統合」，經由感覺統合的完成，才能在各種不同的環境中，做出適當的行為反應及表現。

### 感覺統合障礙儀器難以檢查

相對的，所謂「感覺統合障礙」是指小朋友無法將環境中所接觸到的各種感覺刺激，加以組織、整合，因而在適應環境及學習的能力上出現了問題，而這些障礙，目前為止很難用儀器檢查出來。引起感覺統合障礙的原因，至今仍沒有一個定論，但可歸納成幾類，包括：遺傳性因素、化學性因素、腦部缺氧及內在或外在的感覺剝奪。內在的感覺剝奪包括腦傷、胎兒營養不良等，外在的感覺剝奪則包括過度保護及握握助長等。整體而言，感覺統合失調兒童會有動作、行為、情緒控制多方面的問題，也因此容易受到誤解，例如被認為是偷懶、不合作、笨拙、怪異，而造成他們心理上的不平衡。因而在對待這些小朋友時，應以同理心看待，以他們的觀點來了解問題所在，並陪伴他度過這段困境，及給予適當的感覺統合訓練，即可漸漸改善問題，促進適應環境的能力，並建立自信及成就感。

建議家長，如果發現孩子在注意力、動作、學習、行為及情緒上有問題，應該尋求職能治療師協助，評估有無感覺統合失調，早期發現問題並接受治療，以提升療效，改善心理及行為上的問題。

### 簡單讓孩子更專心的訓練小秘訣

- 一、吃藥只是暫時的方法，沒辦法解決根本問題，不該讓孩子依賴藥物。
- 二、養成孩子注意聽的習慣…隨時隨地1.2.3.木頭人，訓練聽覺反應力。
- 三、培養喜歡運動的孩子，增進體適能，並直洩過多動能。
- 四、睡前遠離電腦、電視聲光刺激，改善睡眠品質讓大腦適當休息，減少失眠。
- 五、多玩組合積木、七巧板、拼圖、下棋遊戲，提升邏輯策略與操作學習注意力。
- 六、均衡飲食，學習放鬆，讓身心健康。

幫助孩子進步，是我們成長的最大動力  
北投祐民聯合診所 兒童訓練中心 呂忠益主任治療師