

# 大自然

## 是孩子最理想的成長教室

大自然是孩子成長中最理想的教室，可是台灣的未成年孩子自幼稚園開始，在父母太高的期望下，除了整天讀書及回家看電視，根本沒有什麼休閒活動，尤其在都市的孩子們根本沒有機會接觸大自然。

大部分學校缺乏足夠的安全符合各階段身體成長需求之運動設施及綠色樹林及草地，加上每天被所謂「升學主義」、「用功讀書」逼迫得團團轉，使正值精力旺盛、食慾良好成長期的中、小學生卻無腳跑步、運動、鍛鍊身體。加上大班大校導致老師缺乏啟發式教學之專業能力與耐心，祇求易於管理，不發生意外而限制學童作戶外運動，或儘可能待在教室內看書作功課。

事實上，根據醫學上之研究，早就肯定活動身體可以促使兒童頭腦的運用發達且靈活。在健身運動的種類當中，近年來手脚運動開始受到重視，特別是「手指」的運動。指頭訓練給予腦細胞良好的刺激，這種情形可由提早學習小提琴或鋼琴、珠算的孩子當中，頭腦聰明優秀的比例佔絕大多數的統計中獲得驗證。

人之為「萬物之靈」，其所以能獲得崇高的智能就是因為能



帶孩子到戶外活動

以兩腳站立，兩手自由活動，依賴雙手自由地做到其他動物所不能做的各種複雜的動作，因此人類的頭腦能快速地成長、發展。

支配人體各部位的大腦，其控制手以及顏面肌肉活動所佔的範圍，最為廣泛，由此可見，腦部的發達與手指的運動有相當程度的關連。複雜的手指訓練會連帶鍛鍊孩子的集中力、忍耐力等能力。

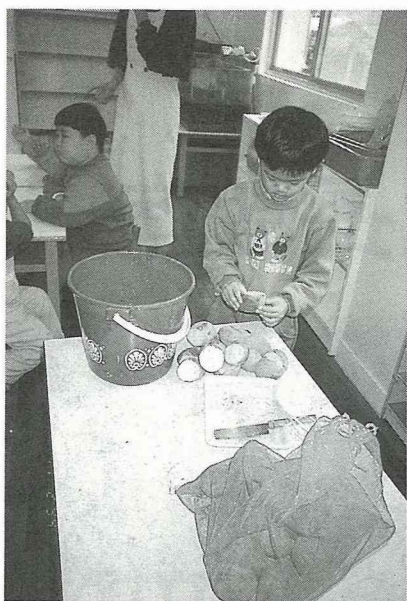
有健全的體格，才会有健全的頭腦。為彌補光復以來本省學校教育普遍缺乏體能運動體制下，對成長中的兒童與青少年無形中妨礙其健全成長之現況下，父母為兒女選擇與安排合適之戶外活動成為刻不容緩之責任。

對成長中的兒童，充足的睡

眠，適當的戶外運動和均衡的營養，良好的飲食習慣，比什麼都來得重要。此外，學做家事，處理日常生活工作和學會洗澡、穿衣鞋一樣皆為孩子可以從中享有成就感與參與感之成長過程，因此，戶外休閒活動之安排，皆可以考慮達到上述目的使設計更具效果。

刻板的教室課程不可能教導出反應靈敏，懂得愛惜與愛護生命，結實健康的現代化兒童與青少年，祇有在大自然中由父母的機會教育與共同採集標本、觀察與認識花草昆蟲等自然生態中學到日常生活知識與良好的習慣與行為。

兒童成長過程之需要依其功能，大致分為腦力（智育）、體



種馬鈴薯之前的觀察學習



小孩子學習觀察綠豆發芽

力（體育）與情意（德育）三大類：

#### 一、以腦力為主之休閒活動：

為彌補學校祇重背誦，一意灌輸教條式內容而不注意學習興趣的激發與培養，以分數、考試、獎品獎狀妨礙孩子正常智育發展現況下，須藉課餘戶外休閒活動激發兒童學習興趣，始能發揮知識學習之效果。

當孩子喜歡花卉及園藝，絕對會主動投入植物（或病蟲害）、水土研究、美工、藝術等多方面相關學科之學習，透過下列各項活動方式較易達致效果：

(1)博物館與美術館、水族館：博物館是人類文明與經驗的精華和史實歷程的寶庫，透過實物和展示的功能，系統化地以靜態與動態方式讓人一目瞭然學得知識，發揮最大的教育功能。

(2)生活體驗營：兒童與青少年參與各種不同主題之生活體驗營得以親自體驗由書本、博物館、美術館、圖書館所獲得的資訊加以驗證深植其心，比背誦更有

效。

都市的兒童儘量安排遠離城市型態之生活體驗營，諸如農家之旅、茶園、養殖場、養豬、養牛、養鳥等農牧場之生活營、鄉村山區的兒童安排城市生活體驗營，由民間團體舉辦暑假生活體驗營，亦可解決假期兒童無處可去而流連電玩店等不良場所之問題。

(3)自然生態保育營：由動物園、植物園、賞鳥活動、紅樹林觀察營、自然步道等生態觀察及培養保育觀念及行動。

(4)近郊探幽：一般家庭孩子不多，一家人郊遊不如多約幾家孩子年齡相近的朋友們一道郊遊，找個森林或湖邊，不一定名勝古蹟，搭公車祇要到終站，總有山林可探幽，共同採集標本，認識花草昆蟲中學自然生物知識，同時達到訓練體能之目的。

(5)設法結合社區舉辦各種知識之旅，參觀工廠及與生活有關之現代科技工作現場，諸如空中廚房、琉璃廠、垃圾焚化爐、郵

政總局作業、製茶廠、傳統民俗工藝坊等現場觀摩與開眼界。

(6)展覽會：台北世貿中心、外貿協會及各省縣市文化中心經常舉辦國際性食品、環保、家具、建材、汽車、電器、陶藝等各種生活用品知識性展覽會，對兒童與青少年學習助益大。

#### 二、以體能訓練為主之休閒活動：

兒童之需要遊戲正如成人之需要工作一樣，遊戲是兒童的學習媒介，除了從中享受好玩與愉快的氣氛外，遊戲本身也是一種體能訓練的過程，當兒童接觸玩具、工具以及一些用具時，同時學會如何協調控制肌肉，以及讓意願成為行動的經驗。

兒童遊戲活動絕非無意義的消磨時間，而是獨立生活的準備訓練，亦為體育活動主要目的之一。良好的遊戲本身具有極大的教育功能，讓愛冒險、好動、對新事物充滿強烈好奇心的孩子們，從遊戲及技藝學習中鍛鍊他們的體能與智力及耐力。

目前本省既存的社區公園，

雖然為數不多，尚不失為孩子們可以安全遊戲的好去處，缺點在於一般社區公園中一律採用鋼筋、水泥、磚石、鐵欄柵為主建材，遊樂設施也趨向固定式的滑梯、攀爬鐵架、鞦韆、水泥模型、人工塑膠草坪，無創意且不具環境教育意義。尤其塑膠草坪除破壞自然景觀，不耐用易破損導致積水，更成為環境污染源。

政府祇要稍加整理成為社區運動公園，作為球類運動、騎腳踏車、溜冰、游泳、爬樹等活動作平常性體能活動。此外，社區與學校結合組織活動管理委員會讓父母帶著孩子養成到操場運動、學習氣功、太極拳、香功、慢跑等，比開車跑到人工遊樂中心，大部分時間花在塞車、排隊來得愉快。

由於五十年來政府未曾落實推廣全民體育，國人傳統休閒方式多半以戶內為主，諸如打牌、看戲、喝茶聊天、看電影、唱卡拉OK、KTV等室內活動積習難改，導致祇重蓋大樓，市民運動場所及設施嚴重缺乏，惟有利用學校操場作社區運動會，諸如放風箏、打陀螺等並由兒童、青少年自己設計「團體活動與遊戲」

等以興趣為主自發性體育活動，從中培養良好的團體規範，彼此尊重及團隊精神。

### 三、以「情意教育」功能為主之活動：

其目的為：

(1)善用孩子經常有著想自己的生活變得更快樂、更充實之夢想，藉著戶外活動加以實現。

(2)藉著參觀旅遊方式實地了解父母親們的工作環境與品質，有助將來其就業規劃與工作品質，落實目前這一代無法做到的「敬業精神」，以減低本省不斷因疏忽所發生之意外事故。

(3)藉著活動關懷他人、生命以及大地，以免步入這一代不斷為己利破壞賴以生存之環境行為，其方式舉例如下：

(a)義賣會：在社區公園或校園由青少年自己設計策劃佈置會場，成人祇作消費，從中學習社會行為及一分耕耘一分收穫之道理以及產生責任感。

(b)環保活動：鼓勵青少年參與環保團體淨山運動或環境清潔活動、候鳥保護運動等，從中了解居住環境問題及自然生態破壞之現況與嚴重性，以及人類無知之破壞力。

(c)探險遊戲活動：對大自然

四季變化進行探險遊戲，觀察動、植物之生態，達到關懷生命之教育目的。

(d)戶外的音樂會：動物園內森林音樂會及廣場、社區公園等舉辦戶外音樂會，由青少年自行組團表演。

(e)山林、古蹟、寫生或攝影：加強對大地之認知與尊重。

(f)戶外野餐：自備餐飲，從中學習分工合作與餐飲禮節，由大自然開放空間之薰陶，有助於正確之人格發展教育，培養無私熱愛生命，尊重大地的下一代。

青少年時期是一個人一生中身體成長變化最大。由孩子蛻變成男人或女人的過程，恰如醜小鴨變天鵝，毛毛蟲變成蝴蝶，工程十分浩大，心理調適當然不順暢，自尊心強，易衝動經不起打擊。

提供開闊寬敞的場地運動，或跳舞發洩過剩的精力與體力，或全神投入之工作或學習項目，自然能順利走過這一段人生尷尬期，但是，父母及政府教育單位都往往疏忽青少年身心需求問題，一味要求遵循成人自我評定之價值觀與學習方式，強迫仍未成年青少年就範，或達到連成人自己都辦不到的行為標準，自然問題叢生。

沒有一個孩子自願吸毒或自甘墮落，全因成長過程在學校、家庭中被父母、老師祇為一句「為你好」而拳打腳踢，吃耳光或以尖酸刻薄的惡言語當眾羞辱，將青少年的自尊踩在地上，將大好青春浪費在暗街裏，其實他們要求不多，祇求被尊重，給予自由愉快的學習成長環境與空間。

