



山與海教室很榮幸成為樂施小小毅行者的支援機構。

山與海是由一群熱心教育的老師及家長創立，
為非政府資助的慈善教育機構。

其屬會山與海教室

旨在推廣及普及野外生命教育，

陪伴孩子・經歷成長

啟導孩子・自我覺察 探索生命

山與海教育有限公司 CHARITY NO : 91/16067。Mountain and the Sea Educo

Whatsapp | [9705 0378](https://www.whatsapp.com/channel/00299100000000000000) Facebook | [山與海教室](https://www.facebook.com/mountainandthesea)

為了甚麼參加？



孩子的喜好？

孩子的體能？

孩子的年齡？

孩子的性情？

甚麼是孩子喜歡
吃的和喝的？

你了解你的孩子嗎？

孩子遇到困難時的情
緒表現？

孩子在大自然裏有沒
有害怕的東西？

孩子會想在大自然
遇見甚麼？

帶孩到戶外

常見問題

- 覺得辛苦
- 感到沉悶
- 害怕昆蟲
- 找不到廁所
- 怕小朋友走失
- 扭計
- 擔心受傷
- 到處採摘
- 好熱
-



父母的角色



Communicate 多溝通

Appreciate 多欣賞

Relax 多放鬆

Encourage 多鼓勵



父母的角色

①參加者？

②照顧者？

③陪伴者？

④引導者？

⑤監察者？





小朋友可擔當的任務



樂施會
OXFAM
Hong Kong



走出課室・深入自然
陪伴孩子・經歷成長

Communicate 多溝通

Appreciate 多欣賞

Relax 多放鬆

Encourage 多鼓勵



小朋友可擔當的任務

👁️ 出發前

大小孩子

①設計及製作午餐或飲品

午餐 沙律、冷麵、墨西哥卷、無肉糰子……

飲品 檸檬薄荷水、檸檬蜜糖水、冬瓜茶、五花茶、洛神花茶……

②閱讀地圖，認識路線，定一個大休及午餐位置

③製作小橫額

（讓孩子把自己/其他有需要的孩子的心聲，畫到當中，途中可展示/拍照

④自己收拾小背包



樂施會
OXFAM
Hong Kong



走出課室·深入自然
陪伴孩子·經歷成長

Communicate 多溝通

Appreciate 多欣賞

Relax 多放鬆

Encourage 多鼓勵



小朋友可擔當的任務

步行中

大小孩子

1. 背上自己的小背包 (讓孩子學會承擔自己的責任)
2. 讓孩子自己走路 (大孩子在安全路徑，在視線範圍內，可讓他帶路探索/幼兒可放手，讓他自己走)
3. 讓孩子做紀錄 (用孩子的視角紀錄，拍照/畫畫/收拾物件做記念，做旅程樹枝)
4. 其他小朋友/家庭感興趣的事

(帶個小貨袋子+筷子 清淨山林 / 與陌生人交談/收集路上笑容以示支持)



如何看見自然、發掘樂趣？



Communicate 多溝通 Appreciate 多欣賞 Relax 多放鬆 Encourage 多鼓勵

小小孩子

五感體驗活動



聲音地圖
聽聽樹的心跳



Communicate 多溝通 Appreciate 多欣賞 Relax 多放鬆 Encourage 多鼓勵

小小孩子

五感體驗活動



Communicate 多溝通 Appreciate 多欣賞 Relax 多放鬆 Encourage 多鼓勵

小小孩子

五感體驗活動



摸摸猜猜

(給孩子不同質感的東西，合上眼睛摸摸，再猜猜是甚麼)

Communicate 多溝通

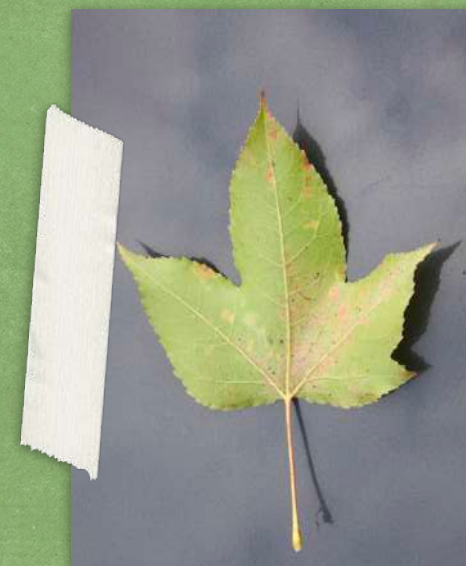
Appreciate 多欣賞

Relax 多放鬆

Encourage 多鼓勵

大小孩子

五感體驗活動



樹葉、花兒的氣味，若在地上發現到氣味
獨特的葉子，可以拿來嗅嗅

例如：楓香、崗松、樟木

Communicate 多溝通 Appreciate 多欣賞 Relax 多放鬆 Encourage 多鼓勵

大小孩子

五感也可應用在單一物件上

葉子**看**起來長長

摸上去滑滑的？



花**聞**起來香香的

它是白色呢

嚐起來有薑香

月 桃



Communicate 多溝通 Appreciate 多欣賞 Relax 多放鬆 Encourage 多鼓勵

大小孩子也愛玩

大小孩子

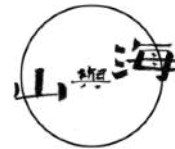
肢體活動：若有合適的大小石頭／樹木，在成人的陪伴下，作攀爬

文化遊戲：詞語接龍、分享自己的自然經歷

生境觀察：（小樹洞、河流、引水道、欄杆）



樂施會
OXFAM
Hong Kong



走出課室・深入自然
陪伴孩子・經歷成長

Communicate 多溝通 Appreciate 多欣賞 Relax 多放鬆 Encourage 多鼓勵

陪孩子一起玩

多利用自然物件

例如：樹葉、野花、樹枝、石頭……，
創作遊戲，與孩子一起保持好奇心



小小孩子

Communicate 多溝通

Appreciate 多欣賞

Relax 多放鬆

Encourage 多鼓勵



隨遇而安

一顆喜悅的心



樂施會
OXFAM
Hong Kong



走出課室・深入自然
陪伴孩子・經歷成長

Communicate 多溝通

Appreciate 多欣賞

Relax 多放鬆

Encourage 多鼓勵



“讓人類和大自然握手言和最好的方法，
就是讓孩子走進自然。”

—珍古德 (Jane Goodall)



Communicate 多溝通

Appreciate 多欣賞

Relax 多放鬆

Encourage 多鼓勵



父母的角色

- ①參加者
- ②照顧者
- ③陪伴者
- ④引導者
- ⑤監察者



在野外 與孩子相處要.....

Communicate 多溝通

Appreciate 多欣賞

Relax 多放鬆

Encourage 多鼓勵



Communicate 多溝通

Appreciate 多欣賞

Relax 多放鬆

Encourage 多鼓勵



“對教育孩子的方式是放膽嘗試。”

— 珍古德媽媽 (Vana Morris Goodall)

