

## 標題：想吃自己種-從「土」開始

課程內容：將原本布滿雜草的土重新進行翻土、拔草、整地等動作，再將準備好的種子埋進土中，並進行菜園旁其他空間的美化

活動照片：



《過程一》第一次先練習在盆栽種菜



《過程二》開始美化菜園旁邊



《步驟三》種在菜園的菜都長出來了！



《步驟四》開始收成了



《步驟五》這是我收成的菜心



《步驟六》挑選自己喜歡的菜

#### 活動心得：



一開始的我完全不知道如何下手，只好看著老師的動作一步一步跟著學習，後來在老師耐心的教學下我也逐漸熟練了起來，慢慢的開始感受到其中的樂趣，並享受親手栽種的菜長出來時的成就感。

最後，老師也讓我們挑喜歡的菜回去吃，吃到自己種的菜的那一刻真的感覺特別美味，也感受到農夫的辛苦。

這堂課除了學會自己種菜之外，也學會了更加珍惜眼前的食物。

#### 省思：



雖然有些動作已經重複過不只一次，但還是常常忘記一些很重要的細節，就會麻煩老師又要幫我重新來一遍，也常常因為外面天氣熱就偷懶。

最後挑選菜時也發現有許多是沒種好不能吃的，或是沒有足夠時間長大，看著這些沒長大的菜時，內心感到特別可惜。

課程結束時，讓我有種意猶未盡的感覺，一開始也沒對種菜有太多期許，但隨著過程中的投入和看著菜苗逐漸長大，心中彷彿也跟著經歷了一段奇妙的成長。希望以後還有機會參加相關的課程，我也會更用心地去完成每項任務。