

生活科學講義

第一回

804540-1



社團法 人 考友社 出版發行

生活科學講義第一回 目錄

第一講 環境與保育	1
一、環境意識的內涵	1
二、人與環境的關係	2
三、人與環境的調適	2
四、提升人類生活品質	2
五、有效率地使用環境資源	3
六、保護及管理自然環境資源	3
七、人類居住環境的管理	4
八、化學製品及廢棄物管理	4
九、永續經濟成長	4
◆精選試題◆	5
第二講 休閒與生活	14
一、休閒的意義	14
二、休閒活動的分類與功能	14
三、工作與休閒的關係	17
四、影響參與休閒活動的因素	17
五、休閒的需求與動機	18
◆精選試題◆	20

第一講 環境與保育

◎ 命題重點 ◎

一、環境意識的內涵

(一)環境的認知：

1. 古籍的解釋：

元史：「環境築堡寨，選精甲外捍而耕稼其中」。

2. 辭海與辭典的解釋：

(1) 辭海：「在生物周圍的一切事物，能貽生物以若干影響者」。

(2) 當代國語大辭典：「環境是人類所賴以生存、生活之空間與資源等」。

3. 社會學的角度：

(1) 狹義的環境：指人類生活的「家」。

(2) 廣義的環境：外界的一切事情、條件、狀態和境遇的總稱。

4. 心理學的角度：

(1) 內環境：指個體內在的一切生理和心理的變化與功能。

(2) 外環境：指個體體外一切能影響其身心發展的因素。

5. 人類學的角度：「環境」是指孕育人及其文化之所有外在的事物。

6. 地理學的角度：「環境」是指人類棲息之所，有關人類的文化體系及當地的自然環境之描述。

(二)環境問題的關切與解決：

1. 環境問題的認知：由「家」開始而逐漸關切「生態」；亦即是從反污染意識出發，逐漸提升到保育意識。

2. 環境問題的解決：

(1) 環境問題為世界性普遍存在的問題。

(2)環境問題的範疇：包括自然科學、社會科學和生命科學在內。

(3)環境問題的解決之道：①科學方法；②價值判斷。

二、人與環境的關係

(一)人類文化變遷與環境的關係：人類進化是從狩獵生活、畜牧生活、農業生活，逐漸跨入工業生活。而高度工業化的結果，衍生出資源濫用與環境污染問題，我們必須利用適當的技術減緩傷害地球的各项活動，以維護地球的生命支持系統能永續利用。

(二)環境對人類的挑戰：

1. 人類的進化正是對新環境的一項挑戰：早期的人類，以改造器官來適應環境，後期則征服環境。
2. 人類對惡劣環境的改善：使環境中不利於人的因素，逐漸降低其對人的負面影響。

(三)人類對環境的衝擊：人類對環境之開發與利用行為，會對環境造成衝擊，甚至禍延子孫。

三、人與環境的調適

(一)認識自己在自然界中的地位。

(二)隨著自然的規律運行：

1. 掌握自然規律。
2. 觀念的釐清。

(三)地球公民的環境覺醒：

1. 改變個人的生活型態。
2. 建立新的倫理觀。
3. 喚醒社會大眾的責任意識。

四、提升人類生活品質

(一)掃除貧窮。

(二)改變資源消費模式。

(三) 控制人口成長。

(四) 提升健康水準。

五、有效率地使用環境資源

(一) 土地利用規劃與管理：

1. 土地利用應考慮環境、經濟和社會因素，以及各種使用對人類的衝擊。

2. 詳細評估人類使用土地對環境和自然資源的衝擊。

(二) 水資源：

1. 確保所有人類都能享有質佳量足的水供應。

2. 維持、保護水的生態功能。

(三) 能源資源：

1. 大幅提升能源的使用效率，並設法降低礦物燃料的消耗量。

2. 以其他安全而可再生的能源替代不斷提高的能源需求。

(四) 農業發展：

1. 增加食物生產，滿足人口成長需求。

2. 農業增產必須符合生態和經濟原則。

(五) 森林資源：

1. 保存並增加地球森林披覆。

2. 由符合環保的土地管理措施，保障人類生活品質。

六、保護及管理自然環境資源

(一) 大氣：

1. 提高傳統礦物燃料（特別是石油和煤）的使用效率。

2. 開發可再生的能源和符合環保的新能源系統。

(二) 海洋：

1. 防範海洋污染。

2. 開發海洋生物或非生物資源。

七、人類居住環境的管理

- (一)合宜的住宅：提供人類安全而健康的居所。
- (二)住宅區管理：以共同管理的方式，改善都會區居民的生活條件及居住環境。
- (三)土地利用規劃：透過符合環保的計畫，提供人類居住的土地需求，對土地合理及永續的使用。
- (四)都市環境基礎設施：以符合經濟與環保為原則。
- (五)能源與運輸：推廣能源效率技術、可再生的替代能源，以及減少能源生產和利用對環境和人體健康的負面影響。

八、化學製品及廢棄物管理

- (一)毒性化學品：
 1. 建立化學品分類和標示系統。
 2. 鼓勵毒性化學品和化學危險的各類資訊交換。
- (二)危險廢棄物：
 1. 改變生產程序與消費模式。
 2. 提高並強化處理及評估危險廢棄物的能力。
 3. 加強危險廢棄物管理的國際合作行動。
 4. 預防危險廢棄物的非法輸送。
- (三)輻射性廢棄物：以保護人體和環境的方式，安全的管理、運送、儲存和棄置。

九、永續經濟成長

- (一)國際貿易政策：建構開放而互惠的世界貿易系統。
- (二)環境與發展決策過程：整合經濟發展與環境保護。
- (三)環保技術移轉。

⊕ 精選試題 ⊕

一、何謂「環境意識」？請簡要說明之。

答：所謂「環境意識」，泛指人們對於環境之認知、環境問題之知覺、關切與敏感，環境問題解決途徑之看法與態度，以及爲了較好的環境品質，人與環境應如何維持與調整等內容。

二、何謂「環境」？請以不同角度解釋之。

答：

(一)古籍的解釋：

根據元史之記載：「環境築堡寨，選精甲外捍而耕稼其中」。也就是人們生活作息的地方。

(二)辭海與辭典的解釋：

辭海上的解釋：「在生物周圍的一切事物，能貽生物以若干影響者。有自然環境，如山川、氣候、物產者，有社會環境如政治、法律、風俗、習慣等」。當代國語大辭典則謂：「環境是人類所賴以生存、生活之空間與資源等」。

(三)社會學的角度：

狹義的環境，就是指人類生活的「家」，強調日常生活的空間，所以注重環境品質之舒適、清潔、美觀及有趣。廣義的環境，正如英國社會學之父史賓塞所說的：「環境就是環象，也就是外界的一切事情、條件、狀態和境遇的總稱，終究會影響有機體之生命與發展」。環境與有機體之間，透過文化使兩者產生互動。所以將環境視爲人類賴以生存的「維生基礎」，注重資源之保育、善用與分配。

(四)心理學的角度：

(1)內環境：指個體的體內環境，包括細胞內以及細胞間之環境。就個體的整體而言，是指個體內在的一切生理與心理的變化與功能。

(2)外環境：指個體體外一切能影響其身心發展的因素，又可分成產前環境與產後環境。

(a)人類學的角度：

「環境」是指孕育人及其文化之所有外在的事物，包括地理方面以及生物方面之環境。認為人體會改變環境，同樣地環境也會改變人體。可以說「環境」指的是自然環境，而文化或社會周遭的情形則稱為社會或文化的「境況」。

(b)地理學的角度：

「環境」是指人類棲息之所，有關人類的文化體系及當地的自然環境之描述。

綜上所述，「環境」其實就是指以人類為主體的外部條件；亦即人類為了生存和發展，所必需之外部條件綜合體。一為物質環境，包括自然環境和人為環境；二為外部條件的綜合體，包括生物系統、物理系統及經濟系統。

三、人類在自然界中的地位如何？試說明之。

答：人類和其他的生物有著本質上的不同，他有高度發達的神經系統，有語言和思想，有極高的智慧，具有創造和發明的屬性。因此，人們常自豪地自譽為「萬物之靈」，意圖支配和統治整個世界。

在生物進化史上，人類的出現是最晚近的事情。如果沒有多彩多姿的生物界及其億萬年之發展史，就不會有今天的人類。大自然是孕育人類的搖籃，因此人類與大自然可說是緊密相連不可分離。人類做為大自然的一個成員，必須遵循和服從自然的生態法則。

人和生物一樣，是不能離開周圍的環境而得以生存，也不能離開其他的生物而得以存活。地球上綠色植物行光合作用釋出氧氣造就了有氧的環境，生物可提供糧食，森林提供建材興建人們的居所，也扮演調節氣候、消除污染、改善和穩定人類的生活環境；礦物資源和石化燃料從環境中取得而應用於人類，並製造出各種工具、藥物和能源等，改善人類之生活；對於微生物而言，它扮演著分解者的角色，使營養