

新北市私立及人小學  
CHI-JEN PRIMARY SCHOOL

04

# 及人心橋

2012年12月號



● 推己及人

● 品德為先

● 五育並進

● 多元展能





封面作品：賞花  
作者：二忠 張庭瑄

## 新北市私立及人小學

發行人／陳浙雲  
編輯委員／石美雪·管世樑·戴月琴  
總編輯／張政義  
編輯小組／林瑪琍·鍾悠儀·吳詠綺  
林美秀·張婉逸·張維玲  
吳俊良·凌靜芬·陳明珠  
陳盈潔·陳羨石·陳季旻  
莊琇清

校址／新北市永和區文化路172號  
電話／(02) 2921-2145  
網址／www.cjps.ntpc.edu.tw  
發行日期／中華民國101年12月20日  
承印／凱意視覺設計有限公司  
美編／Paul  
電話／(02) 2263-2220

## 目次

### 校長的話

別讓安親班取代家庭 文◎陳浙雲 校長 /3

### 繽紛校園

注音符號學習檢測 /4

幼童軍宣誓入團 /4

基本動作觀摩 /4

自治市團隊宣誓就職 /5

高空彈跳挑戰自我極限 /5

幼兒園培養生活好習慣 /5

### 教學心得

那一天我們談讀書 文◎陳羨石 老師 /6

「慢的教育」閱讀心得分享  
文◎吳俊良 老師 /7

### 親職交流

孩子成長中父母應有的態度  
文◎家長 劉榮榮 /8

陪著孩子一起學習 文◎家長 李惠錦 /9

親子溝通中的堅持 文◎家長 詹莉芬 /10

學習正向看人生－與挫折相處  
文◎家長 謝惠芳 /11

### 學習園地

下課十分鐘 文◎五信 林芯妤 /12

北海岸一日遊 文◎五愛 楊家丞 /12

那件同學教我的事 文◎五忠 王婉懿 /13

難忘的拔河比賽 文◎五義 黃儷璉 /13

吶喊 文◎五孝 柳馨 /13

**If Santa Claus gives me  
a gift on Christmas /14**

文◎五忠 林芊妤(Ingrid) 五忠 王婉懿(Vera)

五忠 邱容絹(Paula) 五忠 陳品筑(Elaine)

文◎五仁 許芸瑄(Emily) 五信 張敏悅(Melody)

五信 張語軒(Vanessa)

文◎五愛 莫謨(Apple) 五愛 林紘平(Brian)

文◎五仁 吳如宸(Melody) 五忠 鄭詠慈(Lydia)

五愛 鄒宜榛(Mabel) 五愛 王俐(Lisa)

### 榮耀分享

### 學生畫作

## 別讓安親班

# 取代家庭

■ 陳浙雲 校長



前些天，一個家長來校和我討論「是否該讓孩子放學後參加安親課輔」，不禁想起之前學校老師的分享：老師發現孩子作業的字越寫愈亂，想請家長協助共同督促，家長說：「因為孩子的安親班最近換了老師，不像之前的老師會督促，孩子就隨便了。」並表示會再要求安親班老師嚴格些。

將教養之責委由安親班代勞，是現代社會常見的問題。有些家長忙於事業，很晚回家，孩子放學後就到安親班，待到晚上九、十點才由安親班老師送回家，晚餐也都是在班解決。家長甚至忙到沒時間看聯絡簿，孩子的作業、考卷都是安親班老師代為簽名。安親課輔班儼然成為孩子的「第二個家」！

隨著社會型態的快速轉變，國小學生放學後到安親班、補習班上課的情形愈來愈普遍。根據兒童福利聯盟前些時候的調查，台灣地區國小學生有近八成放學後要上安親班或補習班，其中更有超過一成的學生，每天超時學習達十二小時。國內學生的在校時間與世界各國相比早已名列前茅，若再加上課後安親課輔的時間，更是驚人。我曾問過學校的孩子，有人甚至要到晚間十一點鐘才能回到家，真是讓我不敢相信，也深覺不忍！

其實，上完一整天課後，孩子需要的是「休閒」，而不是加強課業的練習。長期長時間的學習，不但對學習無益，對健康更會造成傷害。想想，孩子從一早到校，至放學回家，在校時間少則八小時，多則十小時，較諸上班族一天工作的時間，已不遑多讓。若再到安親課輔班，不僅花錢，還會破壞學習胃口。國小孩子正值發育階段，過多的學習負荷，自然會排擠自由玩樂、親子互動的時間，絕對影響孩子身心的均衡發展。

有些家長送孩子參加安親班，是因為孩子在校學習吃力、作業無法順利完成，於是求助於課後輔導的協助。但絕大多數的安親班都有額外的考試與作業，許多孩子除了應付課堂作業，還要利用下課補寫安親班的作業，無法有正常的休息時間，如同蠟燭兩頭燒，豈不是雪上加霜？學校老師就曾轉述孩子的話：「老師，今天的功課可不可以少出一項？因為安親班要寫很多考卷，寫不完不能回家。」這種「捨本逐末」的現象，真讓老師哭笑不得。

為了讓家長放心，表示自己「不負所托」，安親班老師通常會多方代勞，幫忙檢查孩子功課是必然的，甚至代孩子寫功課的離譜行徑也曾有所聞。長此以往，孩子無法養成自己動腦思考、自己檢查作業的習慣，也喪失自己察覺問題、解決困難的能力。依賴、被動、無責任感的習性一旦養成，又會影響其各方面的學習效果，於是形成惡性循環，要調整過來就十分不易了。

老師再好，不能代替父母的功能；安親班再貼心，也不能取代孩子的家。家庭是孩子安全的避風港，心靈的補給站。上完一整天課，回到家能有家人的陪伴，分享學習心得，一起享用晚餐，是何等幸福的事。放學後，孩子需要的是休息，並反芻當日所學。若家中實在乏人照顧，無法讓孩子放學後就回家，也建議家長慎選安親班，提供孩子富於變化的活動內容，協助孩子的身心健全成長，相信這樣的「安親」，家長才能真正放心！



### 【注音符號學習檢測】

為確保教學品質，奠定國語文學習基礎，本校於11月18日進行一年級注音符號檢測，檢測題型含聽寫、配合、選擇、圈選及填充題；透過難度、鑑別度、答對率的分析，本次檢測試題平均難度0.96（當此值趨近於1，表示學生們作答有一定水準）及鑑別度0.09（當此值大於0且趨近於0，表示學生們程度均優）的情形下，各班學生平均答對率達90%以上，精熟注音符號，學習成就沒有落差，表現優異。



### 【幼童軍宣誓入團】

本校四年級134團幼童軍，於11月22日進行宣誓入團儀式，傳承「日行一善」樂於服務社會人群的美德。



### 【基本動作觀摩】

本校為加強學生正確的基本動作，提升集會時的團體精神，針對四、五、六年級全體學生，進行「基本動作觀摩比賽」。各班學生雄赳赳、氣昂昂的上場，動作整齊劃一，展現及人寶貝不怕苦、守紀律的精神。





### 【自治市團隊宣誓就職】

本屆自治市團隊經全校同學投票選出，在校長期勉下宣誓就職，為校園民主法治學習立下良好的典範。

- 自治市長 五義 / 劉昱汶
- 自治市副長 六忠 / 沈耘榆
- 市政委員 六孝 / 葉芷廷、六義 / 林潔好、五愛 / 莫 謨、五仁 / 江宸好  
五忠 / 王婉懿、六信 / 夏祥佑
- 候補委員 五信 / 謝劭和、五孝 / 陳美辰、六仁 / 劉詩好、六愛 / 柯筱羿



### 【高空彈跳挑戰自我極限】

「高空彈跳」挑戰極限，是讓及人寶貝們興奮與期待的年度活動，每個小朋友摩拳擦掌，又愛又怕的像鳥兒在天空中自由飛翔。及人寶貝在盡情吶喊、跟藍天打招呼、與風兒為伴的飄盪中，留下人生難忘的體驗。



### 【幼兒園培養生活好習慣】

及人幼兒園的小朋友，每天一到園內，就在生動活潑的活動中，認真學習，相互觀摩，養成良好的生活習慣，成為懂禮貌、守規矩、重衛生、愛整潔的好孩子。



● 有禮貌—向老師同學說聲早！



● 能排隊—學習輪流等待！



● 好習慣—大鞋小鞋擺擺好！



● 學收拾—玩具玩好要歸位！



● 勤洗手—濕搓沖捧擦，細菌不見了！



● 懂衛生—餐前廁後要洗手！



● 學潔牙—上下左右認真刷！



● 能實踐—潔牙漱口沒蛀牙！





# 那一天我們 談讀書

■ 陳羨石 老師

## 孩子不喜歡看書怎麼辦？

親師懇談會那天，幾位家長不約而同的提出同一個問題：「老師，我的孩子不喜歡看書怎麼辦？」我先問孩子都在家從事哪些休閒活動？原來大部分孩子都只對電玩感興趣，可以玩到通宵達旦，甚至廢寢忘食，陶醉在虛擬的世界裡無法自拔，一旦離開電玩，脾氣就來，使得親子之間的關係緊繃，在網路電玩、電影無限下載的時代中，推動閱讀的難度將會更高，家長只能多些耐心、少點苛責。

## 懂得克制，才能主宰自己的行為

我想起洪蘭教授曾說過：「吸引孩子的東西，父母用禁止的方式，容易產生反效果，要從『心』著手」，它雖然很花時間，成果卻很值得；首先家長需篩選孩子玩的電玩類型，一定要排除暴力、色情遊戲；先挑好適合孩子玩的遊戲，再教會孩子玩時必須遵守的紀律，有了紀律才不致於玩到廢寢忘食，接著儘量想辦法找跟電玩一樣好玩的戶外活動，例如：打球、爬山、射擊……，慢慢把孩子的興趣焦點引導到戶外，打電玩的時間自然慢慢少了，也就是說：不必一味禁止，把孩子引領到有紀律的生活，才是釜底抽薪的辦法。

如何讓孩子有意義的過好每一天，是我們大人的責任，以前我們放學回家要幫忙做所有的家事、要照顧弟妹，才可抽空讀書。現代父母把孩子照顧得太好，什麼事都替他做，包括整理書包、準備學用品……，這些應屬孩子份內的事，都不厭其煩的代勞，但是我們不可能陪在孩子身邊一輩子，現在不放手，以後他就不會做。與其責備這一代的孩子是溫室裡的花朵，不如撤去溫室，讓他體驗一下風雨；與其評論他是草莓族，不妨讓他嘗試克服失敗，才有越挫越勇的可能。

## 每天都離目標更靠近一步

家庭是培養閱讀習慣與興趣最初也最直接的場域。雖然學校推動閱讀，會提供圖書資源、進行閱讀教學，但畢竟教學時間有限，因此在培養孩子閱讀興趣和習慣上，家庭扮演著舉足輕重的角色，舉凡家人閱讀活動的頻率、家庭提供的資源、藏書量、家長對閱讀的態度與興趣……，都引領孩子閱讀的走向。孩子的任何活動，剛開始都需要陪伴，包括親子一起看書、說故事、玩文字遊戲、看招牌或標籤等，客廳裡飯桌上和孩子聊聊所讀的東西，談談所發現的事，也讓孩子體會書不只可以看還可以聊，其中更棒的體驗是：為家人編織出一段段難忘也珍貴的閱讀回憶。

## 看似不起眼的行為，也會產生長久的影響

凡事都有個起步，書多讀一句有一句的功效，多讀一本有一本的受益，要收到長遠的學習效果，須在讀書階段種下根苗。教孩子讀書的方法很多，每個孩子也許受用於不同方式，只要父母肯下工夫，善於利用課餘時間引導鼓勵或讚美陪伴，不但本身受益，同時也是最佳的親子成長活動。

根據報導：若能把握記憶力最好的十年，每天讀書三十分鐘且持之以恆，將能終身受益。父母希望子女具備什麼特質，就要從小針對這項工作讚美、肯定並帶領孩子，每天愉快陪伴，他必定深深印入純淨的心底，形成終身不移的人格特質與良好習性。寒假即將來臨，希望聰明的父母，利用假期逐步引導孩子加長閱讀的時間與份量。別忘了，小習慣也能改變孩子的人生哦！



# 「慢的教育」閱讀心得分享

■ 吳俊良 老師

Carl Honoré 是《慢活》與《慢的教育》的作者，他走訪歐美亞各地，也曾來台灣兩次，實地考察各地學校教育變革、教師教學情形、小孩的上學學習狀況，而有諸多親職經驗的分享，例如作者在台灣，看到孩子每天讀書快18小時，兩眼無神去補習班，每天都在大人們的期望下生長與生活，常常在學習方面越來越無力。作者在《慢的教育》書中利用很多文獻探討與舉例，闡明許多父母都拼命想給孩子最多和最好的，卻往往揠苗助長，得到反效果；最後作者分別以社會、學校、父母與孩子的立場，重新定義孩子的意義，提出給現代父母親及教育者的許多中肯建議，希望這一代的孩子能活出自己—活出屬於自己的童年。以下是個人閱讀《慢的教育》一書的些許心得分享：

## 一、學校要營造「有感覺」的學習

在上小學以前，許多小朋友每天在家，和鄰近的小朋友盡情嬉戲，無論男生女生都很開心。偶而在芒果樹上抓到蟬來仔細觀察與飼養後，就會主動去翻閱家中的百科全書；看到描述大自然與科技新知的書籍，常常自然而然的讀完書中的知識。上小學後遇到許多同學一起學習、遊戲，還有老師教導許多知識，剛開始是非常興奮的。隨年級遞增，似乎學習熱忱就在不知不覺中被磨滅了，取而代之的是面臨升學考試的壓力及父母親的期待。雖然透過老師的關懷、鼓勵，及多樣化的教學方式，仍可以轉化學生厭倦學習的心態，但如果能讓學習從根本上成為美好的事，也許就沒有小朋友會害怕上學吧！書中Victoria S. Kniewel認為：「抓到學習的關鍵時刻—也就是讓學習者眼睛一亮，神情振奮，握拳高喊『啊哈！』的興奮時刻」是「有感覺」的學習。要讓學生「有感覺」的去觀看事物，老師得先要「有感覺」。譬如說，在教「太陽」這個單元時，如果老師自己覺得無聊、無趣，那學生也會覺得沒

趣。反之，如果把學生生活中與太陽息息相關的人、事、物融入教學中，讓學生在上課學習中做連結，就比較容易帶出學生的「感覺」，進而找到學習的「關鍵時刻」！這樣，也許可讓學習更加有趣。

## 二、老師要提供「須思考」的作業

Carl Honoré 書中的Lily Tomlin說：「我欣賞的老師除了會給家庭作業，還會教你帶點東西回家去思考」。早期家長認為家庭作業有助於學生提升學業水平，增加學習的機會。許多老師也覺得給家庭作業是自己盡職的一種表現，致使孩子的家庭作業越來越制式化，也越來越多。然而孩子在這種現象下漸漸地被制約了！對課程的相關學習變成是機械式的練習連結，越來越不喜歡探究思考課程中的深層意義。

我在上自然與生活科技課程時，常讓學生進行觀察，或配合看過、聽過的生活例子陳述某種大自然現象，但是發現學生只想等待老師給的答案，懶得去花時間思考。因此，我認為老師必須反思提問技巧，是否有考慮學生的先備知識，以幫助學生循序漸學習。例如在「太陽每天會東升起、南偏移、西落下」的教學時，可以先問：「太陽為何每天東升起而西落下？」以此來引導學生理解，並能說出這是「地球的自轉所造成的，而地球公轉會造成季節的變化」；再問：「太陽為何每天會偏南移？」讓學生思考並能說出「因地球的傾斜所造成的」。教學中不僅要讓學生「有感覺」，也要懂得「思考」。

Carl Honoré 曾試圖尋找二十一世紀裡，養育子女完整而正確的方法，希望為人父母者不要再跟著別人一窩蜂地走卻徒勞無功。他最後找到的答案是：世上沒有養育子女的單一標準公式；父母讓小孩在學習發展上，順其自然就好。這些想法在教學上，也提供學校、老師許多值得省思的地方。



## 孩子成長中 父母應有的態度

■ 家長／劉榮榮

我是一位晚婚的媽媽，四十四歲才生下老二禾軒，年輕時並不覺得自己適合婚姻生活，所以當我「為人母」，踏入人生另一個階段，已經是中年了，因此比起一般的父母，管教孩子會比較手足無措，尤其是禾軒從小好動，不論是在學校或家中，幾乎每天都有令人意想不到的狀況發生。

剛開始，由於自己性子較急，脾氣也不好，所以總是會又打又罵，完全不懂得了解與溝通，造成孩子日後不論在外發生任何事，回到家中，都不敢向我們陳述。在一次偶然的機緣裡，我參加了一場親子座談會的演講，方才恍然大悟，原來我對孩子已造成了多大的傷害。我想該適時改變我和孩子之間相處的模式了。從此，我開始了以下的作法：

一、傾聽孩子說話，鼓勵並讓他表達他的看法與意願。許多父母常犯的毛病，就是太過主觀，還沒有深思孩子的要求是否合理時，就一口加以否決，這樣抹殺孩子的需求，並不能讓孩子心服口服。

二、軟性的處理方式。當我心中感到生氣時，稍微留幾分鐘深呼吸，讓自己的情緒舒緩一下，冷靜下來，不說些情緒性的話語，且就事論事，不翻舊帳，不做人身攻擊。

三、我與孩子雙方都勇於承認錯誤，誰不對誰就道歉。這一方面讓孩子知道我也是人，也有喜、怒、哀、樂的情緒，一旦做錯事勇於道歉，給孩子一個良好的身教示範，另一方面也培養孩子負責任的態度。

四、以同理心了解孩子的感受，耐心化解親子間的爭執。我會以同理心對待孩子，站在孩子的想法上思考，循循善誘，化解親子間的爭執，希望孩子能體諒我的苦心，一切無謂的爭論，自然化解於無形。

這樣經過了一段時間，禾軒現在不再對我感到恐懼，也漸漸的會和我分享在學校所發生的點點滴滴。我對他所說的事情，也會表達我的看法與應該處理的方式、態度。感謝老天給了我一個機會，讓我能及時頓悟，並改變對孩子的教育方式，禾軒因此更有自信，不再對我有所隱瞞，雖然他現在還是活潑好動，但是至少未來他的成長方向是正確的，我相信這是所有為人父母所樂見的！

作者為五愛／孫禾軒 媽媽





# 陪著孩子 一起學習

■ 家長／李惠錦

「陪伴與等待」是我近年教育孩子所奉行的原則。

孩子念小學後，生活的重心就是家庭與學校。我和先生都希望給孩子一個快樂的童年，所以，對敏悅課業上的期待就僅是學好校內的功課即可。每天晚上，我會和敏悅一起檢視她所做的功課，針對數學和英文，如有必要我會再行加強，讓孩子的觀念更明確清楚。我很享受這段親子互動時間，透過雙向交流，讓我知道今天學校發生的趣事、知道孩子這段期間的好朋友是誰，甚至是今天的午餐有仙草蜜……。我因為充分掌握孩子的學習內容，可以將其融入我們的日常生活中，例如孩子提到音樂課老師說了茶花女的故事、國語課學習到歌仔戲，我就會留意有無相關戲曲的演出，英文學習到「go+Ving」的用法，我們就會嘗試用相關句型互動，如「Are you going to go swimming this weekend?」等。在這互動過程中，我自然會瞭解孩子的讀書態度及方法。而我也非單純的付出者，我「偷偷」學會了自然拼音法、對台灣的原住民族及地理環境有更深刻的認識，也終於知道國語修辭學中的「頂真、映襯」為何意了。這個歷程更重要的是，拉近了我跟孩子的距離，我們有了共同的平台及話題。

每學期開學的第一天，孩子的爸爸最關心的就是行事曆拿到了沒？這是因為要規劃寒、暑假的旅遊行程。兩個孩子都喜歡住飯店，所以我們通常一個月會選一個周末出遊外宿，寒暑假則規劃較長期間且頻繁的旅遊計畫。這兩年旅遊景點均配合敏悅的社會課程來選定，例如台南七股鹽田、高雄旗津、澎湖二崁聚落、蘇花公路、嘉義



北迴歸線、新竹北埔等等。要不是因為這兩個孩子，我這輩子還真沒這麼深入台灣哩！

除了將學校的課程融入我們的家庭生活之外，閒暇之餘，我也讓敏悅選擇她所喜歡的休閒活動，平日學繪畫、溜冰，夏天學游泳，寒暑假上短期戲劇課或相聲課，豐富她的藝文生活。

親子間在陪伴、付出的過程中，適度的鼓勵是很必要的。我很喜歡讚美孩子，除了孩子會很開心外，也增加了他們繼續前進的動能與信心。當然，我們對孩子一定會有期待，既為「期待」，勢需等待；其中我也深刻體會到，「等待」過程需要耐心與包容的支撐，才能在兼顧和諧親子關係前提下順利達陣。

每個父母對孩子的期待都不一樣，我們只希望敏悅和妹妹快樂學習、平安長大。我會在意敏悅學習過程中的情緒變化，當她對某個科目感到不安、沮喪時，我會試著去發現原因，是因為內容太艱澀、不感興趣、還是……，有時為了證明國語課文、英文單字真沒這麼難背，我會和敏悅一起背，只為證明沒有這麼難，在背誦的過程中，還可以順便問問她，「am」起頭的單字除了「ambition」還有什麼？「in」和「inside」有什麼差別？透過雙向交流解除焦躁。畢竟，保有學習的熱忱才有再進步的空間。最近，她回家有時一開口就是兩句論語，接著要我接下兩句，這可真難倒我了！

說真的，我和敏悅除了是母女之外，更是一起讀書的好夥伴！若以「活到老、學到老」的論點來看，好像也挺好的！

作者為 五信／張敏悅 媽媽  
袋鼠班／張敏虹



## 親子溝通中的 堅持

■ 家長／詹莉芬

三年前，同事要送我兩隻她家繁殖過剩的倉鼠，我回家和兩個寶貝詢問意願，他們當然欣喜若狂，但我馬上想到所有媽媽的經驗，寵物養一養，玩一玩，最後照顧寵物的身份總落在媽媽身上。因此我再三和兩個寶貝溝通，包括珍惜生命的概念、餵食、清潔等工作。我還排定照顧時間、責任順位，並要求兄妹倆要相互支援。經過溝通確定後，我才把兩隻倉鼠接回家。剛開始寶貝當然熱情有餘，但幾天後開始偶有賴皮，我連哄帶騙、動之以情、恩威並重下堅持我的原則。孩子是可以教育的，他們也在協調中找到規則，因此我、寶貝及倉鼠就相安無事的過日子。

倉鼠飼養過程中，我看到寶貝的智慧與成長，由於不熟悉倉鼠的繁殖力，我們家的倉鼠不小心就生了兩窩小倉鼠，共計十五隻！於是我帶著他們研究如何「節育」（我當然知道啦！裝傻一下），兩個寶貝則根據倉鼠的性別、個性分成好幾個籠子飼養。一時間，我家客廳儼然變成寵物店了！只要有客人來，在我看來每隻都長得一樣的小倉鼠，他倆居然可以如數家珍的介紹這些倉鼠的名字、個性。

可是十五隻倉鼠實在太多了，

我詢問寵物店可以寄賣，於是我求兩個寶貝留下幾隻倉鼠，其餘的寄賣處理。那幾天妹妹每天把倉鼠移來移去，嘴巴還喃喃的說：「妳乖，留下；妳不乖，送走。」總是這也不捨那也不捨。

倉鼠養了多年之後，孩子又開始嚷著要養狗，但養狗非同小可，我沒輕易答應。於是我和兩個寶貝花了三個月的時間，去詢問各種養狗須知，包括哪種狗適合我們家，譬如不會亂叫（我們住大樓）、可以耐得住寂寞（白天家裡沒人），還有體力好，可以讓我們一起去爬山露營……，更重要的還是照顧狗狗的責任，絕對不落在我和孩子爸爸的身上。

我還沒正式允諾孩子養狗，孩子爸爸卻受不了女兒的撒嬌，就答應養狗，於是「黑糖」——一隻兩個月的黑色「雪納瑞」就成了我們家的一份子。我和兩個寶貝一起教「黑糖」規矩，留意健康與衛生，排好所有照顧「黑糖」的責任時間表。我沒有養過狗，所以我也和寶貝一起學習照顧另一個生命。相較於之前養倉鼠的經驗，養狗顯然複雜多了，但兩個寶貝的糾紛與賴皮，總是可以找到一個平衡點。因此所有照顧「黑糖」的工作，主要落在兩個寶貝身上。有趣的是當初心軟衝動、允諾養狗的先生，目前仍和「黑糖」是絕緣體！

大家都知道，孩子大了很難全家一起出門，但「黑糖」居然成了我們帶孩子出去的動

力！現在我和孩子爸爸總說：「我們帶『黑糖』去爬山！」兩個寶貝就傻呼呼的跟來了。今年暑假，我們全家去登合歡山主峰，在那之前兩天，其實我們已經爬了兩天的山，所以爬合歡山時，兩個寶貝和「黑糖」顯然體力上稍有吃力，一路當然賴皮想放棄，哥哥賴在路邊坐著，妹妹要爸爸抱，連「黑糖」都躲在草堆裡不肯走，孩子爸爸一度想不要勉強他們，但我軟硬兼施、曉以大義，終於把他們連推帶拉地拖到主峰，兩個寶貝氣得直說：「再也不和爸爸、媽媽爬山了！」。

下山的路上，看見有很多小朋友也是賴皮不走，此時，我們家的寶貝及狗兒，儼然就成了其他長輩鼓勵孩子的榜樣。更有趣的是，哥哥居然發現，其實上山沒有那麼難，路程也沒很遠，只是他們不懂得分配體力，一開始就莽莽撞撞向前衝。我問兩個寶貝明年暑假要不要再帶「黑糖」來爬合歡山，他倆又高高興興的說好。

在我的生活哲學中，對孩子學習上確定可行的事情，都會有所堅持，並透過親子溝通加以實踐。在這種堅持中，相信我們大人和寶貝們，都可以體會到相互關心的心情，讓親子關係更加緊密融融！

作者為五仁／陳楷欣 媽媽





# 學習正向看人生

## ——與挫折相處

■ 家長／謝惠芳

在人生道路上，總是會遇到許多挫折，如何與這些挫折和平相處，個人以為是每個人都必須學習的功課。曾有個學者說過：「挫折在人生中一定會有的，既然會有，就趁早來到。」提早認清人生的難題與挑戰，學習在逆境激發潛力，對於將來出社會是有幫助的。

當孩子面對挫折時，有些可以在很短的時間內快速地復原，有些卻從此一蹶不振，這中間的差別，在於父母是否對孩子有過度壓力與干預。有些時候，挫折的產生並非來自孩子本身，外在環境也有可能影響到孩子的學習狀況，如果此時一味地責怪孩子不用心，會造成孩子信心大受影響，進而直接放棄原本有興趣的事物。

我是個很好溝通的媽媽，小孩有興趣的事情，只要在不影響課業前提之下，我都會讓她去試。記得琬諤升上五年級時，除了面對加深、加廣的課業外，課外的活動也一下子暴增了許多，每天除了正常課程，其餘時間都在小市長選舉、全國美展、直笛團間打轉，在外人眼中，或許覺得她是個很優秀的孩子，琴、棋、書、畫樣樣通，但是我了解孩子的個性，這對她來說是一種考驗，因為她根本無法自行去管理、調配自己的時間，每天只是盲目地去做這些事，這樣一來終於她嘗試到了人生的第一個挫折。

琬諤從小就對美術有獨特的天分，小學開始，任何的美術比賽都有她的身影，而她也都會拿到不錯的成績，習慣了別人的掌聲與讚美，讓她覺得這些成績是理所當然。今年再度參加全國美展時，剛好與直笛團練習時間相衝突，常在直笛團與全國美展中掙扎，加上又被老師退件了好幾次，情緒大受影響，最後只好草草畫完，交差了事。因為她的敷衍，當然今年第一次沒有得

獎，對她來說，這是一種嚴重的挫折，但是對我來說，這卻是個很好的教育機會。

我認為要讓孩子了解，任何事情的成功絕對不是偶然，「一分耕耘，一分收穫」。任何的比賽也一定有輸贏，如何在挫折與失敗中累積智慧，更是一門要學習的課業。父母此時扮演的角色，就是陪著孩子一起尋找失敗的原因，一起用正面的思考模式來面對這樣的挫折，當孩子永遠的後盾。

人生充滿著各式各樣的比賽，比賽只是當下，學習才是永久，從挫折中反省，可以看到自己的盲點！或許因為有了全國美展的挫折經驗，當直笛團沒有拿到預期第一名時，許多人難掩失望之情，琬諤卻以正面樂觀的思考模式，告訴六年級的學長、姊說：「歷經了這麼久的練習與努力，拿到第二也算還不錯，但或許是我們還不夠努力吧！我知道大家都很努力了！但我們需要一些運氣及技巧，各位學姐長以及同學們，我們要振作起來，為明年的比賽做好更多的準備，六年級的學長姐們，我們明年一定會拿到第一的！因為在我的心目中，我們永遠是最好最棒的團隊了，我們一定可以！」這樣的教育方式，很高興在孩子的中心萌芽。曾有學者說：「找到每件事情的正面意義，讓自己具備看待挫折的動力與勇氣」，如此才能有更大的勇氣，迎接接踵而來的挑戰。

學習是終生的事，重要在於孩子能一直保有對學習的熱情，陪伴、鼓勵、寬容、放心、耐心及以身作則，是父母的角色。壓力可以使人成長，挫折可以讓人進步。每個小孩都需要一個追求目標的希望和勇氣，父母應幫助他們克服逆境，唯有面對、突破這些的逆境，才能超越現在的自己，也才有機會展現出自己的潛力。所以，別擔心讓孩子遭遇挫折，挫折和壓力都是孩子成長過程中，最好的營養補充劑；父母只要提供孩子強大堅定的精神支柱，就可以放手讓孩子去闖一闖，那怕跌得鼻青臉腫，這都可能成為孩子日後成功的動力。

作者為五孝／黃琬諤 媽媽





## 下課十分鐘

■ 五信／林芯好

在校園中，有些同學覺得最快樂的時刻，是在操場上奔跑、追逐玩樂；有些同學覺得是在教室，靜靜的溫習課堂上老師所教的課程；也有些同學覺得最快樂的時刻是在校園的角落中，和同學聊聊天，而我認為這些快樂的時光，都是在「下課十分鐘」。

這些同學所做的每一件屬於

快樂的事，都是在「分享」。你可能很納悶，怎麼會是分享呢？原來在操場上奔跑、玩耍、溫習作業、和同學聊天的同學，都是在分享他們內心的喜悅、歡喜，就像園丁播種一樣，把內心的快樂、喜悅散播到校園的各個角落。每當我聽到他們內心的笑聲，我的心就像被勾走了一樣，勾到一個屬於快樂、樂於分享喜悅的世界。

記得有一次在澎湖旅遊釣魚時，等待已久的我，一直沒釣到魚，倒是釣到海中的珊瑚，雖然船上的人幾乎都沒釣到魚，不過我下定決心，在這短短的時間內，要有耐心釣魚。果然，「皇天不負苦心人」，我突然感覺到浮標在海面上點頭，而且它的重量也突然變得很沉，所以心中興奮不已，迫不急待想一探究竟，心想咬這誘餌的生

物，是大魚還是植物，但因為我力氣太小，所以請爸爸來幫我。果然，是一隻漂亮的魚，而且是當時釣到最大的魚，心中湧入一股難以形容的愉悅。當時，我便期待在假期結束的第一個下課時，把這份喜悅分享給同學。

每當周末和國定假日的第一個上課日，我就會和三五好友，一同聊聊這個假日去了哪些景點、做了甚麼事；當我心情不好時，也會找同學訴苦，或分享遇到的有趣、奇妙的事；偶而也去打打球、流流汗，雖然只有短短的十分鐘，不過快樂分享的感覺卻不會停止。

下課短暫的十分鐘，不僅讓我能盡情的玩耍，也讓我在分享中更有活力，更能專心上課，我們都深深期待下一次的「下課十分鐘」。

## 北海岸一日遊

■ 五愛／楊家丞

近來秋高氣爽，氣候宜人，是最適合到海邊漁港走一走、逛一逛的時候，同時也是螃蟹最美味、肉質最鮮嫩的季節，在媽媽的提議之下，全家就來了個金山、萬里漁港一日遊！

一路上，雖然車子走走停停，塞在擁擠的車陣中，可是一點也不減全家人出遊的興致，大家有說有笑的，我則隨著彷彿搖滾樂演奏般的音樂亂哼一通，惹得全家人笑不攏嘴。好不容易下了基金交流道，竟然還是一連串的車陣。不知過了多久，眼前終於出現海天一色的美景！原來這就是北海岸有名的「外木山風景區」。順著崎嶇的山路往下開，旁邊有長長的自行車道，還有情侶散步的小徑，也有供應全家人休息、玩跳棋、泡茶的涼亭。一波又一波的海浪，在凹凸不平的岩岸和柔軟的沙灘上，激起雪白浪花的浪花，涼涼的海風吹來，真讓人心曠神怡啊！

休息了一會兒，肚子咕嚕、咕嚕的叫，我催促著爸爸趕快開車，前往我最期待的漁港，那裡有活跳跳鮮蝦、八爪章魚以及張牙咧嘴的石斑，還有我的最愛，也就是遠近馳名的「萬里蟹」。

逛了一下漁港，我們挑了一間有名的海鮮餐廳，這間餐廳人聲鼎沸、座無虛席。在排隊點餐之後，我已經等不及要享受那精緻的美食了。我們點了：蚵仔捲、三杯中卷、吻仔魚粥、魚卵壽司、現撈的花蟹以及哥哥最喜歡的鐵板牛柳。

今天真是豐富的一天，不僅有迷人的風景，更有美食相伴，建議大家有空時不妨到北海岸走一走哦！



## 那件同學教我的事

■ 五忠／王婉懿

早晨的陽光灑落在學校的屋頂上，耀眼的光芒彷彿訴說著新的校園生活。我坐在位置上，想起了以前的同學，我和她們一起度過了快樂的兩年，現在已開始懷念她們了。

還記得，我三年級時是個轉學生，走進空蕩蕩的教室，感覺很陌生也很害怕。隨著時間過去，同學們

都陸陸續續來了，我一個朋友也沒有，每次下課都好寂寞，因為個性內向的我，不會和同學聊天、玩遊戲，因此都沒有交到朋友。

直到有一天，一個同學不小心受傷了，熱心助人的我，飛奔過去安慰她，並且遞上衛生紙。沒想到，一段真誠的友誼就這樣開始了。「友誼」不但改變了我的國

小生活，也讓我在學校充滿了快樂與歡笑，更重要的是，當遇到困難時，朋友一定會第一個跳出來，陪我一起度過。

交到許多朋友後，我們每天形影不離。下課時，一起嬉戲、聊天，功課遇到問題，我們一起討論，並想出最好的答案，其中一個人如果有困難，我們就會一起想辦法解決問題。

現在的我，已經五年級了，升上高年級，我深深體會「友誼」的重要，任何人如果生活中少了朋友，就會很孤獨。所以，有朋友真好！

## 難忘的拔河比賽

■ 五義／黃儂瑾

前年我們還是懵懂無知的三年級，學校舉辦了一年一度的「拔河比賽」，因為是第一次參加比賽，所以我們又興奮、又好奇，心裡充滿期待！

猶記得比賽當時，我們傻傻地站上比賽位置，和對方一起提起了又粗糙、又笨重的麻繩，並且放低重心預備著……。「砰」！比賽開始的槍聲一響，我們拉了又拉，拉了又拉，似乎拉不過對方，儘管用再多的力氣，

我們都知道已經輸給對方了……。因為失敗了，所以更要站起來重新面對，俗語說：「失敗為成功之母」，有失敗才有成功。果真，這句話應證在來年的四年級拔河比賽……。

比賽前幾個禮拜，我們努力加緊練習，練習的那段時間，大家既辛苦又勞累，不過不是只有我們辛苦而已，老師也用了很多的心力。所以，大家互相鼓勵，一定要在這次比賽中得到好成績。

到了最緊張的時刻，同學們抱著「全力大反擊」的精神，緩緩走向比賽場地，站好位置。

「砰！」當槍聲響起，兩隊站在白線兩端，就像勢不兩立的國家在爭鬥著，努力拉著手中的麻繩，隨著老師的加油聲：「一、二、殺！一、二、殺！」我們奮力一搏，努力保持身體的平穩，以免被對方拉走，並且不斷的將繩子往後拉，直到決定勝負的槍聲響起為止……。終於，我們在良好的團隊默契下，贏得了冠軍，每個人都淚眼盈眶的迎接這場勝利。

我覺得人生有無數的第一次，不見得每個第一次都是順利的，只要記取失敗的教訓，然後檢討改進就會有好的成果，就像是這次的拔河比賽，給了我深刻的啟示。

## 吶喊

■ 五孝／柳馨

我獨自關在房間，內心藏著無數的悲傷，彷彿心中成了一個無底洞，我不管怎麼爬、怎麼走、怎麼跑、怎麼跳都出不來，只能看見眼前的一片黑暗，及自己流露出的悲痛。

我困在一個未知世界裡，不論

我尖叫、哭泣或吶喊，都沒有人管我，心中舒暢極了！當我尖叫完了以後，彷彿發現了出口，一直跑啊跑，睜開眼才發現自己是在房間裡。

我走出了房間，離開了家中，獨自走到附近海邊，盡情吶喊，喊出悲傷，但也感到了一絲喜悅。原來我是因為要畢業了，家裡的支柱卻倒下了，不知該怎麼辦才好。但也因為吶喊，將悲傷痛苦都喊了出來，心中重獲光明，才讓自己從悲痛中知道：父母努力照顧我

們，如今卻倒下了，這算是考驗自己，在這些年中，自己成長了多少；這也是一個機會，看看自己可不可以獨立，讓大家放心。

在橋上，我吹著海風，看著大海，心中感謝著：吶喊，使痛苦煙消雲散；同時也看著大海，心中想著：自己就像大海，有著無限的可能性。未來，是要自己創造的，走哪條路，都能闖出一片廣闊及無限延伸的天空，只要對自己有信心，堅持不放棄，一定可以實現自己的夢想！（本文為看圖作文想像創作）



# If Santa Claus gives me a gift on Christmas

by Ingrid (五忠/林芊妤), Vera (五忠/王婉懿)  
Paula (五忠/邱容絹), Elaine (五忠/陳品筑)

If Santa Claus gives me a gift on Christmas, I will share it with my brother.  
If I share a gift with my brother, my brother will kiss me.  
If my brother kisses me, I will be very happy.  
If I am very happy, I will eat pasta.  
If I eat pasta, I will be fat.  
If I am fat, I will exercise.  
If I exercise, I will get tired.  
If I am tired, I will go to sleep.  
If I sleep, I won't finish my homework.  
If I don't finish my homework, my teacher will shout at me.  
If my teacher shouts at me, I will be scared.  
If I am scared, I will cry.  
If I cry, my dog will laugh at me.  
If my dog laughs at me, I will be unhappy.

by Emily (五仁/許芸瑄), Melody (五信/張敏悅)  
Vanessa (五信/張語軒)

If Santa Claus gives me a gift on Christmas, I will open the gift.  
If I open the gift, I will be surprised.  
If I am surprised, Mom will take me to the restaurant for dinner.  
If we eat dinner at the restaurant, the waiter will take the order.  
If the waiter takes the order, we will eat the food.  
If we eat the food, Mom will pay the money.  
If Mom pays the money, we will go home.  
If we go home, we will decorate the Christmas tree.  
If we decorate the Christmas tree, my brother will be excited.  
If my brother is excited, Santa Claus will give him a bigger surprise.

by Apple (五愛/莫謨), Brian (五愛/林紘平)

If Santa Claus gives me a gift on Christmas, I will be happy.  
If I am happy, I will jump to the Jupiter.  
If I go to the Jupiter, I will give aliens food.  
If I give aliens food, they will be excited.  
If they are excited, I will be the King of Jupiter.  
If I am the King of Jupiter, I will bring them to the Earth.  
If I bring them to the Earth, they will help me to attack every country.  
If they help me to attack the countries, I will be the king of Earth.  
If I am the king of Earth, I can do anything.  
If I can do anything, I will be excited.  
If I am excited, I will fly in the sky.  
If I can fly in the sky, I will want to be a bird.  
If I am a bird, I will be tired.  
If I am tired, I will die...

by Melody (五仁/吳如宸), Lydia (五忠/鄭詠慈)  
Mabel (五愛/鄧宜榛), Lisa (五愛/王俐)

If Santa Claus gives me a gift on Christmas, I will be happy.  
If I am a monkey, my mom will be a monkey, too.  
If my mother is a monkey, my dad will be crazy and he will be a big lion.  
If I see him, I will shout out loud.  
If I shout out loud, Mrs. Lin will be very angry.  
And my aunt will say, "You are a BIG monster!"  
Oh! I hate this Christmas.







- ❁ 四忠李承遠參加「2012溫世仁文教基金會成語達人競賽」決賽榮獲優勝。
- ❁ 六愛陳聖坤參加2012年福爾摩沙盃全國太極拳錦標賽榮獲37式太極拳第一名。
- ❁ 本校參加新北市中區101學年度國民中小學英語歌曲演唱，學生團隊默契十足，以優異精采的表現，囊括國小低、中、高年級特優，將代表本區參加市賽。

獲獎學生：黃暉翔、劉靖仁、陳彥全、簡友謙、張凱達、簡瑞宏、黃鼎紘、林彥宇、林群峰  
 (二孝) 余易宸、楊林翰、鄭晨宏、孫嘉鴻、劉律辰、何鎧丞、施品辰、何倚瑄、王沛棋  
 陳信汝、隋宛諭、蔡欣宸、陳柔蓁、嚴曼華、王彣文、黃楚茵、江佳蓁、洪苡馨  
 鄭如婷、呂芷晴、黃致寧  
 指導老師：顏絹純、陳怡真、尉遲佩君老師

獲獎學生：林子喆、黃建勛、高翊展、詹善賢、歐陽宣、林宥頡、郭宇祥、茅佑宇、藍天擊  
 (四愛) 陳柏鈞、羅凡菩、張芷瑜、王苡禎、唐詠妍、謝靜誼、許安騏、張微婕、徐佑茹  
 呂蕎安、黃心妤、茅瑋庭、張睿婷、孫郡彤  
 指導老師：杜逸玲、柯良蕙、許美惠、Martin Smith老師

獲獎學生：衛子揚、陳勇廷、王均揚、曾紀維、鐘傳凱  
 (六義) 劉易達、董敬恆、林宗麒、蔡亞宸、黃安琪  
 談子晴、李玟瑄、李宜家、何欣蓉、陳庭軒  
 邱 婕、林苡晴、陳采婕、任容嫻、林潔妤  
 嚴之柔、黎 婧、林品君、劉柔辰、張芸慈  
 謝懷慶、毛思涵、郭妍汝、簡雨婕  
 指導老師：吳月貴、許毅、楊嘉容老師



- ❁ 本校參加101年度全國小學生電費計算網路活動成績優異。
- 獲獎學生：六仁／李宗霖 六仁／林儀綸 六義／陳采婕 六愛／陳品穎 六愛／陳霈晴  
 六忠／曾祥瑋 六仁／趙詠婕 六信／魏君佑 五愛／呂冠儀 五信／林芯好  
 五信／胡明謹 五愛／曹瑜纓 五義／陳詠詳 五信／馮識蒼 五義／戴歆儒  
 指導老師：洪福意、嚴丰駿老師



學

生

畫

作

● 五孝 / 王顯達  
遊樂園



● 三義 / 邢丞傑 機器龍星際戰爭



● 三信 / 饒晴斐 釣魚



● 五信 / 林詩容 外星人和嫦娥都拒收



● 三孝 / 嚴士庭 來喝一杯吧



● 六愛 / 呂尚樺 新加坡趣遊



● 六義 / 陳勇廷 地球的困境



● 二仁 / 周仁澤 和爸爸看夕陽

● 四愛 / 王苡禎 農場騎馬記

