



中角報報

發行人：朱聖雯 校長

編輯小組：簡翠琴 主任 黃朝傳 主任

黃文俊 主任 賴玉珍 主任

執行編輯：陳靜惠、謝書沛 老師

出版日期：中華民國112年3月10日

由家庭出發

開放胸懷

接納多元性別角色

我自己 我做主

2023.02~03



新北市金山區中角國民小學
A great school to learn and explore

校長手記

我的時間我做主~

計畫·專心·省思

校長 朱聖雯

兔吉利來的新春，再次啟動了中角的學習生活，希望中角國小的親師生都能平平安安、健健康康，中角寶貝都能在優美、安全、友善的中角校園裡，認真學習、適性發展。開學始業式時，依然鼓勵孩子努力做好三件事：閱讀、運動、做時間的主人。

閱讀是學習的基礎，中角一天的學習由晨間的寧靜閱讀開始，靜下心來，品味書中文字，感受作者情感，傾聽內心聲音，激發想像力，讓剛起床的大腦被喚醒，用閱讀展開新的學習生活。接著透過SH150的運動，提振懶洋洋的身體，到戶外動一動，跑步、伸展運動、健康操、舞蹈、跳繩、扯鈴...等活動，玩得有趣，動得健康，不但能讓身體健康，增強抵抗力，更能提升學習專注力，養成運動的好習慣，一輩子受用無窮。

今年是兔年，希望中角寶貝也能像兔寶貝一樣，靈巧可愛，受人喜歡，但千萬不要像愛麗絲夢遊仙境中，那隻掏出懷錶，口裡叨唸著「糟糕！糟糕！要遲到了！」的兔子，總是匆匆忙忙、急急躁躁。可惜還是常會看到孩子慌張忙亂，探究原因大多為沒有掌握當下，錯失了原先適合的時間，然後再額外花時間去做之前未完成的，不斷追著時間跑，就像故事中的兔子，永遠來不及，學習一定很辛苦。

中角寶貝要當時間的主人，學會讓自己從容不迫，可以從以下三方面著手：

1. 計畫：每天一早起床就想一想，今天有哪些事情要做？什麼時間要完成？每件事大概要安排多少時間？擬定出今日計畫，再按部就班執行。
2. 專心：計畫好的期程，務必要專心投入，不要東摸西摸、發個呆、晃一下，時間可是不等人的，一不小心又浪費掉了。
3. 省思：每晚睡前先反省思考，今天的計畫完成了嗎？有沒有拖拖拉拉做不完，趕快規劃明天補好，才不會積少成多，又要開始追著時間跑了。

新的一年，希望中角寶貝都能天天閱讀，時時運動，做自己時間的主人-計畫·專心·省思，讓學習規律又有效率。

