

2016.01

中角 報報

特教&感恩月

不論感謝、讚美或鼓勵，打開心，為他人而綻放，身邊的環境就會變得不一樣。



2016

Happy New Year!

新北市金山區中角國民小學

A great school to learn, explore, play in

發行人:蔡建文 校長

編輯小組:趙景宜 主任

詹雅婷 主任

黃建誠 主任

執行編輯:陳靜惠 老師

出版日期:中華民國 105 年 1 月 1 日

校長的話

2016 中角健康年

校長 蔡建文



送走了 104 年，喜迎 105 年，中角的學生學習持續精彩，校園活力蓬勃繽紛。

回顧近五年，學校年年訂定校務發展重點，在全校親師生共同努力之下，獲得不錯的成績。100 年度是「中角起飛年」，全校盤點既有的堅實教育基礎，擴大參與各項競爭型計畫，爭取更多元的教育資源。

101 年度是「中角閱讀年」，我們在這年榮獲了「教育部閱讀磐石學校獎」。

102 年度是「中角環教年」，我們分別在生態環境(首度獲選新北市環教計畫海洋教育及諾亞方舟雙方案)、校舍環境(整修廁所、圖書館、屋頂等工程，並加高女兒牆、增置遊具等設施)、心靈環境(參與教育部品德深耕、藝文深耕雙計畫)等「三大環境」有諸多收穫。

103 年度是「中角 60 年」，創校 60 週年校慶活動空前成功，校務評鑑更榮膺「優質學校」認證，也啟動了學生交通車通學接送服務。

104 年度是「中角國際年」，著力於國際、校際、人際等「三際」，在國際上，我們參與環保署臺美生態學校策略聯盟，和紐約 PS154 學校結為姊妹校；瑞典、奧地利、韓國等地學者也陸續來訪。在校際上，我們參與教育部師培大學典範計畫，全國唯五，由國立臺北教育大學挹注 4 系 1 館的資源入校，學習活動空前豐富；同時，臺北市五常國小與桃園市永安國小亦前來交流參訪。在人際上，中角學子因迭有與外部人員互動機會，應對進退不失既有純樸但卻漸有大將氣度。

今(105)年，我們訂為「中角健康年」，將校務發展的重點方向，擘劃為「讓中角的親師生都健康，環境設施都健全，學生進步要穩健」，目的是讓全體中角人的身心更強健、正向，為學生的德、智、體、群、美五育進步厚植基礎，以擴展學習經驗，提升學習格局，培養鄉土情懷與全球視野，能有強大的軟實力迎向未來全球社會的挑戰。同時，逐步建置完善的教學環境做奧援，師長更能在專業上自我實現。

因應「中角健康年」，學生健康為首要關注。本學期落實「零時體育」(註 1)推動 SH150(註 2)，學生的健康體適能已看到進步；同時，視力保健、齲齒防治、健康體位及午餐營養等健促方案亦持續推動。此外，學生輔導、品德教育、生命教育、性平教育等友善校園重大議題持續推展，與師長的言教身教共同形塑孩子的心理健康正向發展。

師長健康亦須重視，有健康的師長，方能在課堂上發揮百分百的專業實力，為孩子付出百分百的耐心與關愛。因此，適時運動、適當飲食及適度紓壓將可確保身心健康發展。

家長健康也不容忽視，有健康的生活模式與養身態度，會讓家庭更有活力，也會帶動孩子更關心自己的健康。

身心健康，任何學習都帶勁，任何挑戰心不驚，面對每天都開心。新的一年，大家一起來努力！

註 1：「零時體育」是還沒正式上課前，學生有氧運動達到最大心跳率或最大攝氧量的百分之七十，以增加血液含氧量，促進學習效能。

註 2：「SH150」S 代表 Sports 運動，H 代表 Health 健康，為國教署依據國民體育法第 6 條之規定，推動「學生每週在校運動 150 分鐘方案」。明訂學生在校期間除體育課程時數外，每週參與體育活動之時間應達 150 分鐘以上。冀望由晨間、課間、空白課程及課後時間增加身體活動，帶給學生活力、健康與智慧。



輔導天地



本年度爭取家庭教育中心資源，舉辦「寒冬送暖溫馨關懷之旅」虎頭山親子遊活動，增進本校家長和孩子之間的情感交流。古希臘哲人曾說過：感情是由交流堆積而成的。任何一種感情的昇華都有賴於交流。血濃於水，親子之情雖是與生俱來，但由於現代社會競爭的日趨激烈，年輕的父母大多把大部分精力都用在工作及不斷學習、提高中。曾幾何時親子間的接觸不再如往日般頻繁，與孩子共同遊戲的時間更是明顯減少。

親子活動有利於孩子身心的健康成長。現代健康理念已將健康的概念拓寬到生理、心理及社會適應能力三方面，而親子活動寓教於樂，寓知識於遊戲中，同時開發孩子的智力，提高其動手能力、反應力、創造力，使孩子能在德、智、體、群、美各方面得到全面發展！

這次走出家庭外的親子共學，是非常好的學習體驗，孩子們能在假日參與有趣、有意義、能動手操作的學習活動，學習動力與參與活動的意願大大提昇，也使參與的家庭彼此相互認識交流，讓孩子和家人製造共同美好的回憶。



「寒冬送暖關懷之旅」親子遊



特教宣導—視覺障礙體驗活動

特 教 體 驗 感 想

我覺得看不見很恐怖。 潘采潔

看不見很容易跌倒，也看不見美麗的世界。 黃 □

沒有手，用腳畫圖很不容易，要隨時幫助有需要的人。 許晨睿

要隨時幫助有需要的人，而不是瞧不起他。 李天佑



特教宣導—肢體障礙體驗活動



面對口頭調戲，如何說「不」



品格教育宣導，學習懂得「感恩」

特教專欄



運動有助於提升專注力

兼輔教師陳靜惠

國內 6 到 12 歲學齡兒童約 120 萬人，當中「注意力缺陷過動症」的盛行率約 9%，患者常見症狀是上課愛講話、發呆、甚至出現衝動、攻擊行為等。臺灣師範大學體育學系特聘教授洪聰敏帶領的研究團隊，發現運動能有效幫助過動兒，抑制衝動能力，以及提升專注力。證實運動能幫助注意力缺陷過動症（ADHD）兒童抑制衝動和提升專注力。洪聰敏表示，運動能產生鎮定作用，所有運動中，洪聰敏推荐跳繩。跳繩是有效率的運動，一方面器材便宜，運動時所需空間小，而且運動強度絕對達到中等以上；另一方面，跳繩需要高度肢體協調性，而肢體協調是過動兒的一項弱點。洪聰敏更表示，大腦神經主導肢體協調的區域，和進行複雜思考的區域有很多重疊，顯示兩者有密切關係，因此，訓練肢體協調可以提升認知處理能力。

運動能產生神經滋養因子，功能包括促進神經分支及增加神經存活，等於是改善體內的神經基礎建設。運動後是大腦最佳學習時機，本校庭光老師推動「晨間零時體育」，孩子們一到校，放下書包便開始奔馳在操場上，讓運動作為讀書學習前的準備活動。有效改善讀書效率，提升記憶力和思考力。

在推廣運動方面學校也相當用心，下課時間做到教室淨空，維護孩子們的視力以及增強體適能，讓身體動起來為下一堂課的學習做更多的準備，課間活動多元豐富，有跑步、扯鈴、跳繩、健康操；更安排游泳、衝浪課程以及太鼓、舞蹈社團，讓全校師生一起運動，活力十足。

在台灣，平均每 10 個小孩就有 1 個是過動兒，部分孩童在就醫後雖有藥物可輔助改善，但其副作用常讓孩子食慾不振。將運動融入在孩子例行生活內，刺激孩童的手、眼、腳的專注力，運動後，孩子即使沒有吃藥也能靜下心來，亂動的情況也會改善很多。

資料參考:國語日報 特教觀察站 <https://www.mdnkids.com/on/detail.asp?sn=1163>

小詞典

持續從事運動十分鐘以上還能順暢的說話，但無法唱歌，就是中等強度運動。這類運動會讓人覺得有點累，呼吸心跳比平常快一些，也會流一些汗。

~提升專注力建議活動循環~

運動 20 分鐘

緩和活動 10 分鐘

讀書 60-90 分鐘



你是否也曾遇過
孩子的行為出現問題
而身為家長卻不知所措的情況...



推薦您!
一本好用的書

答案
始終在原因裡...



原因?

弄懂 6~12 歲孩子的內心×情緒×行為問題

本校圖書室有購置，歡迎借閱!

資料參考:<https://www.youtube.com/watch?v=ZHT4BVxwOQ>



感恩有您



這一年又過去了，
我想對您說：

二甲 劉姿君

我要謝謝奶奶

因為她會帶來無限歡樂。

祝您 身體健康！

三甲 林書約

我要謝謝楊老師

因為她教會我很多國字和數學。

祝老師 天天開心！

四甲 吳浚璋

我要謝謝全家人

因為他們給我無限幸福。

祝家人 HAPPY!

四甲 劉丞育

我要謝謝全部的老師

因為老師們教導我，讓我更聰明。

祝老師們 長命百歲！

二甲 許仁澤

我要謝謝趙趙

因為她會辦很多好玩的活動，

給我們玩。祝您 萬事如意！

四甲 朱嘉宏

我要謝謝孟倫老師

因為她很和藹可親對待我們。

祝您 天天快樂！

二甲 吳珮瑜

我要謝謝淑吟老師

因為她教我一些做人的道理。

祝您 快快樂樂！

一甲 許承輔

我要謝謝簡老師

因為她會跟我媽媽說我的好話。

祝簡老師 身體健康！

三甲 林芷妘

我要謝謝靜惠老師

因為她會教我們跳舞。

祝您 年年有餘！

二甲 黃閻妍

我要謝謝爸爸

因為他人很好，會照顧我、

陪伴我。

祝爸爸 春風滿面！

二甲 張好瑄

我要謝謝阿嬤

因為我肚子餓時，

她會給我東西吃。

祝您 平平安安！

四甲 林好婷

我要謝謝外公

因為他會出海捕魚。

祝外公 大吉大利！

四甲 蔡宇翔

我要謝謝媽媽

因為她下晚班之後，

會來找我到她的家。

祝媽媽您每天都可以過得很好！

二甲 許展睿

我要謝謝抬餐的哥哥姊姊

因為你們中午都會幫我。

祝哥哥姐姐們 開開心心！

二甲 賴有廷

我要謝謝浩雄老師

因為他會教全班健康知識。

祝您 身體健康！

三甲 郭志賢

我要謝謝阿嬤

因為她常常教我寫作業。

祝阿嬤 亭亭玉立！

一甲 王有喧

我要謝謝爸爸媽媽

因為他們養育我和妹妹長大。

祝你們 長命百歲！

一甲 賴亞欣

我要謝謝媽媽買吃的東西，

謝謝媽媽陪我長大。

祝媽媽您 美麗！

一甲 許芸瑄

我要謝謝全班同學

因為大家天天陪我玩。

祝同學 身體健康！

一甲 姜淇真

我要謝謝品序老師

因為她會教我英文。

祝您 平平安安！

二甲 黃姿璇

我要謝謝父母

因為他們賺錢讓我上學，

我就可以交到好朋友。

祝爸爸媽媽 身體健康！

三甲 李育成

我要謝謝淑吟老師

因為她教我太鼓怎麼打。

祝老師 天天快樂！

您沒說，我們都知道。謝謝您！





中角采風

處處是學習的場域，不侷限在課本裡，學習延伸到...



北師美術館全校移地教學



金山老街探訪

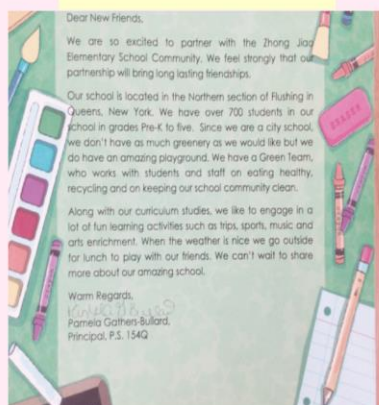


金山在地溫泉踏查



國北教大師培生入班教學

美國紐約皇后區姊妹校交流



P.S.154Q 姊妹校 校長來信

親愛的新朋友，

我們非常期待和興奮與中角國小結為夥伴，我們堅信我們的關係會成為長期的友誼。

我們的學校位於紐約皇后區的北法拉盛，從幼稚園到五年級我們擁有超過 700 位的學生，位於市區學校的我們，並沒有如我們想要的那麼多綠地與自然環境，但是我們有個很棒的操場。我們有個綠色團隊，專門向師生們推廣健康飲食、環保、校園社區環境整潔。

在我們的學校課程裡，我們喜歡參與許多的趣味學習活動，像是：校外教學、體育、音樂、多方面藝術發展。每當天氣好的時候我們師生會在戶外使用午餐。我們迫不及待想要與您分享更多我校美好的事情。

溫暖問候，

Pamela Gathers-Bullard，校長



教師增能研習~與許育健教授對話



小書蟲分享活動



花格格劇團—日本高橋先生為全校演偶劇



談文弄藝



陳天羽 穿裙子的女孩



潘采書 五彩繽紛的房間



何宗諭 愛說話的烏龜



張紋涵 營養小子



北師美術館一日遊 四甲 許甯琬

充滿藝術感的北師美術館裡面有許多漫畫家的原稿和一些驚人的畫作，我十分高興能有機會和全校師生到這裡參觀。

令我印象最深刻的活動是在看漫畫原稿時，我發現原稿本來是一張張沒上色的圖，但經過電腦的修改之後，就成了一本本彩色的漫畫書。尤其是一位台灣的漫畫家認為女神也會有煩惱，漫畫家把蒙娜麗莎想像成一位愛漂亮的女神，不但會幫自己的臉打上粉底，還會綁頭髮，真有趣！

上午的參觀活動很充實精彩，但是下午的小畫家活動更加厲害、好玩嘞！下午的活動主題是「美術館開派對」，大家拿到紙張和蠟筆都迫不及待地開始創作。我畫了一幅「畫中畫」，內容是小女孩在蒙娜麗莎畫像旁邊自在的跳舞，丞育和育宸還畫了一個十分精緻的10吋大蛋糕，最後大家還高興的和作品合照。

最難過的時候到了，大家都依依不捨地上遊覽車回學校，但我留下了一個難忘的經驗。我永遠記得蒙娜麗莎的微笑，也忘不了那恐怖的紅廳，更忘不了那些哥哥姊姊親切的笑容。



老師 謝謝您 四甲李翊瑄

時常在校園裡看見一個熟悉的身影，她有著一頭既長又捲的秀髮，戴著一副細框眼鏡，每當我經過她身邊時，總會聞到一股淡淡的香味，她就是令我懷念不已的張淑吟老師，溫和而堅定的淑吟老師帶給我充滿美好回憶的二年級生活。

「卡滋！卡滋！」老師和我們一起在農園裡種的無毒有機小黃瓜收成了，那清脆又爽口的小黃瓜搭配上酸酸甜甜的陳皮，真是令我回味無窮、難以忘懷！

「冷靜與聆聽」是老師教給我最重要的一課，還記得二年級的我脾氣很差，三天兩頭和同學吵架，老師經常提醒我在生氣時，要先冷靜地聆聽同學的想法，並清楚解釋自己的想法。老師，謝謝您在短短的一年之中，讓我成長了許多，成為一個懂禮貌的孩子。



上英文課

一甲李天祐

昨天早上，上英文課時，我很開心。因為替代役維翊哥哥教我們唱〈冰雪奇緣〉電影裡面的歌曲，我覺得好好聽喔！

很希望下次維翊哥哥還可以再來教我們。

放風箏

一甲黃瑋婷

昨天下午，上生活課的時候，老師帶我們到操場中央放風箏。

看到風箏輕輕的隨風飛，我覺得很好玩，我也玩得很開心呢！



許健喬 我的小熊



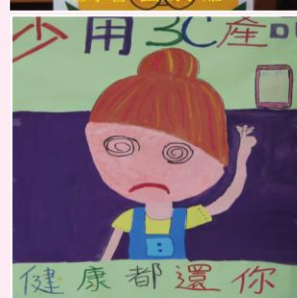
李翊瑄 我的柚子



王有喧 加福雞哥哥



許永育 畫成小雞



許永育 快樂的用餐時光

活動訊息



七星區田徑對抗賽成績表現優異

黃廷妘榮獲女童乙組 200 公尺賽跑冠軍、女童跳遠第八名

女童乙組 400 公尺接力第六名、女童乙組 800 公尺接力第五名

男童乙組 400 公尺接力第八名、男童乙組 800 公尺接力第五名

狂賀

四甲李翊瑄作品獲國語日報刊登，榮獲國語日報小作家殊榮

聖嚴教育基金會 104 年兒童生活教育寫畫創作

五甲林書亞 榮獲作文組 優選

二甲許展睿、許仁澤、賴宥廷 榮獲作文組 佳作

黃文俊老師、葉孟倫老師榮任 104 級薪傳教師

1/07 桃園市自然領域輔導團蒞校參訪

1/8 ~3/4 品德教育孝悌好兒童全國徵文比賽

1/11 特教推行委員會議

1/13 ~15 期末考

1/15 貓頭鷹&EPSON 到校說故事

1/16~18 國北教大體育樂活營活動

1/19 社團成果發表暨才藝廣場

1/20 休業式

1/23 受邀世界和平會與開源牛奶至台北兒童樂園參加記者會

2/15 開學日



受邀參加法鼓山金金會「歲末關懷」活動，為弱勢家庭祈福感恩



世界和平展望會「耶誕送愛」活動，為全校學生帶來美好的聖誕禮物

《圖書館活動快訊》

寒假不無聊

寒假前，請小朋友記得來圖書館借書，每人至少 10 本，越多越好，讓你的寒假充滿書香樂趣，開學還能上台分享好書，參加[回答問題送禮物]活動，GO!GO!

有您真好

捐贈芳名錄 104.8.1~104.12.28

威利傳播公司補助太鼓社團活動發展經費陸仟元整

景駿投資股份有限公司捐贈課後輔導班費用及教育用途經費參萬玖仟貳佰捌拾元整

金山財神廟慈善會補助學校社團經費貳萬元整

金山財神廟慈善會捐助學生獎學金肆萬元整

金山承天宮頒發鄭成功獎助學金壹萬元整

法鼓山基金會贊助太鼓社團貳仟元整

Love

