



# 桃園市/中壢區 中壢國小

Taoyuan city  
Chung-Li Elementary school

## 110 學年度 電子校刊







## 新建校舍上樑典禮 —以行百里者半九十自勉

校長：楊文森

最近一直想著『萬丈高樓平地起』這句話中的『萬丈』二個字，『萬丈』是多少？為何用『萬丈』？『萬丈』高樓真的可以從平地就可以建起來了嗎？我查了一下網路的老師—google解釋：一丈等於3.3公尺，因此『萬丈』則會有3萬多公尺；台灣目前最高的101大樓，其樓高約510公尺，其基樁要深入地下15-33公尺，因此，我想如以現在興建大樓防震規定，這個從平地起來的萬丈高樓若是只從平地建起來一定是有問題的！還好這句話的『萬丈』只是形容詞，形容它非常高、非常深、非常遠大，並非拿來作為今日的建築工法依據。

會談到『萬丈高樓平地起』的真正原因其實是和我們正在新建中的校舍是有關係的；近日和總務主任到新建校舍的工務所開會，主持會議的交通局長官說，預計12月中旬要舉辦上樑典禮，學校要邀請的貴賓名單要預先準備著來，而當天他們也會邀請很多大咖到現場來助陣以增光加彩和展現榮耀，哇！從去年七月動工的校舍，地下一層、地上五層外加第六層的水箱機房終於快要有較完整的樣貌出現了，在校友、全校教職同仁及周邊的居民大家深切的共識下，結合著市長「老舊學校更新，提昇教育品質」施政目標指引下，一所百年老校的指標型學校即將脫胎換骨，而它也將會是一所友善、美感、自然永續等指標下、風華再造的優質學校，未來這所學校不僅是提供孩子學習的空間而已，更是孩子生活體驗、人格成長、美學養成之所在。

- 一、友善—以學生為核心，全面達成安全、溫馨適性的學習環境場域
  - (一) 校門口臨接退縮8米的康樂路設置，作為學童上下學及家長接送最安全的場域空間。
  - (二) 中央棟配置資訊、圖書館場域，作為校園主要核心空間，提供各學齡孩童於課間、課後學習及提升教師即時輔助教學和支援所在。
  - (三) 行政空間配置於國小出入口並接續主要教室區，兼具導引、輔助及維護校園安全之功能。



二、美感—在硬體空間上真正落實美感教育，讓學校成為美感浸潤的場域

- (一) 一期校舍主體沿著退縮15米的延平路和康樂路配置，得到最佳中庭空間及採光設計。
- (二) 緊臨康樂路的大門廣場透過一面有遮蔽面的入口廣場串連中庭廣場，增加空間的穿透性。
- (三) 外牆材質採十三溝面磚設計，為日治時期常用於校園建築的立面材料，並搭配仿清水、仿石覆層塗料、搭配清玻璃及彩繪窗簾局部使用洗石子等工項設計，增加古典和現代的調合美感。
- (四) 未來夜間透過照明加強安全性同時突顯建築物外觀輪廓美感。



三、自然永續—透過硬體方面的「生態環境恢復與維護」以及「永續建築」的努力來盡到環境保育的責任

- (一) 校舍三面臨路，基地皆退縮4米，並設有2.5米的綠蔭人行道，除可供公眾使用，亦可增加課後休閒及樹下閱讀、學習的空間功能。
- (二) 地面層停車位設置植草磚以達保水功能，入口廣場設透心崗石地磚，樹棚雨遮通廊入口區則設計噴砂地磚，同時，在人行道使用透水、透氧鋪面，以提高基地保水、植物生長之效益。
- (三) 延平路側退縮15米建築處設計地下停車場採光通風井，可引進新鮮空氣，透過誘導式風機將空氣帶入。天井種植喬木與人行道喬木形成綠蔭道，可降低噪音及週邊溫度，落入地下室的水可經回收成為澆灌用水。

中壢國民小學是一所友善、美感、自然永續等指標下規劃、再造風華的優質學校，它即將在眾人的期盼下順利完成，並將提供給中壢國小全體師生有更多的體會與學習之最佳學習環境，讓學校不再只是提供學生學習的空間，更是生活體驗、人格成長、美學養成的載體。現在已到了上樑階段，離校舍落成完工僅差一段的路程要走，讓我們一起繼續努力，共同引領期盼即將到來的完工之日。

謹訂於110年12月17日(星期五)13時30分  
假 中壢國民小學(桃園市平鎮區康樂路57-2號對面)  
舉辦

**桃園市中壢國民小學**  
**校舍重建暨停車場興建工程**  
**上樑典禮**

恭請 蒞臨指導

桃園市長 鄭文燦 敬邀  
桃園市議長 邱奕勝

行政處室



## 110學年度校內語文競賽獲獎名單

美聲朗讀	第一名202陳昱晴	第二名201張芸熙	第三名202楊振華
書法	第一名604邱仔彤	第二名604徐振翔	504鍾昊昕
	第三名504胡宇晴	504劉山嶽	405陳佺璇
英語說故事	第一名604蘇千淮	第二名504曾宏育	602許見齊
	第三名603朱陳子淵	501邱毓博	604游雅晴
國語說故事	第一名201馮楷翔	第二名203 尤彥博	第三名202陳睿穎
	第一名304蔡孟澄	第二名302劉子翎	第三名304吳娉婷
國語演說	第一名405戴行謙	第二名504黃湘然	405陳羿綾
	第三名402謝語婕	503羅楚玄	405林琬甯
閩語演說	第一名504吳沛恩	第二名從缺	
	第三名405蕭妤姍	404邱亮諭	501侯昀彤 405陳雋棠
客語演說	第一名504林鈺諺	第二名504廖怡均	
	第三名501賴依晴	502吳致捷	504許新妮 405陳楷彤





## 110學年度校內語文競賽獲獎名單

國語朗讀	第一名503陳婕妤	第二名502卓芯筠	503陳可加
	第三名501江曼菱	401廖翌安	404魏晨欣
作文	第一名603徐明安	第二名503梁芮誠	602黃湘婷
	第三名604李岱祐	604林煜崴	504李明宥
字音字形	第一名603吳昌益	第二名504黃語潔	602詹翔宇
	第三名602黃湘婷	603林雅婕	603許雯媛
英語朗讀	第一名304陳思羽	第二名405戴行謙	404葉雨璇
	第三名304蔡孟澄	405張芙涵	301邱昱涵



# 11/10科學日~空氣砲比賽



## 班級創意空氣砲



# 萬聖節慶及主題教學活動



# 正向心理健康促進

## 一、正向情緒是甚麼？

情緒可以分為正面和負面的情緒。你能分辨出以下哪個屬於正面或負面的情緒嗎？



我們每天都會經歷不同的情緒，在生活中最常出現的十種正向情緒是愉悅、感恩、平和、感興趣、希望、自豪、有趣、有靈感、敬畏和愛。

正向情緒是正向心理學之中的第一個元素，是幸福理論的基石，不但有助我們開發、經歷及延長正向經驗，更促進我們建立及發展其他幸福的主要元素，邁向健康豐盛的生命。

**二、正向情緒的重要性：**當人擁有正向情緒時，會較願意開放自己，更容易留意到身邊的事物。在身體上，可以避免負面情緒對身體健康的影響；在心理上能快速回復負面情緒，並且能感受生活的意義；在人際關係上會比較願意幫助有需要的人並且也能夠有好的友誼關係；在學習上能夠更有創意並且更能投入學習，增加學習成效。

## 三、正向情緒可以如可做呢？好情緒是可培養的習慣

### ☆練習一：每天大聲唸出理想的正向行為

先認為自己的理想一定會實現，並把這樣的想法寫下來。請拋開那些負面的表現與詞彙，只擇正向的詞彙吧！要以具體的言語和行為描述，例如：

- ➔我每天都選擇好情緒，這讓我的心能夠專注於平靜。
- ➔生氣時我會先暫停並專注調整呼吸，心情就會變得平靜。

### ☆練習二：大聲唸出舒適、滿足、喜悅等詞彙，對自己發出正面訊號。

我們應該要培養正面思考、創造幸福的習慣。負面經驗在大腦中停留的時間會比正面經驗久，所以負面的詞彙、胡言亂語、髒話等都會記得更久。聽到髒話時，大腦邊緣系統中的杏仁核就會受到刺激，無論是罵髒話的人還是聽的人，心跳都會跟著加速，進而使得理性麻痺、使負面情緒活躍起來。

➔正面語詞：寧靜、舒適、平穩、從容、悠閒、幽靜、平和、安全、溫暖、熱切、感激、可愛、踏實、柔和、滿足、充實、快樂、充實…等等。

**一旦使用的語言改變，與自己對話的人所說的話也會跟著改變，因為言語和情緒具有強大的傳染力。**

### ☆練習三：當負面情緒湧上，花5分鐘擺出最讓你感到有力量的姿勢

哈佛大學商學院的社會心理學家艾美·柯蒂教授 (Amy Cuddy)，曾經針對「力量姿勢」對身體與精神帶來的影響進行研究，結果顯示雙手高舉過頭，或是把雙腳放在桌子上並靠著椅子坐等「把身體舒展開來的姿勢」，有助於把無力感轉變成自信，

➔**當你覺得不安、恐懼、煩躁、憂鬱、憤怒等負面情緒湧現時，就試著擺出那個「老闆的姿勢」。**

## 數位時代下的教養挑戰- 如何妥善使用3C

孩子一生下來就是數位世代，有四個危機：3C低齡化、3C保母化、3C親職空窗化、3C沉迷化。進程是這樣子的，許多家長在3歲前，不管出自何種理由，讓孩子開始接觸3C(低齡化)，然後愈來愈依賴，變成出門用餐、坐車時捧著平板(保母化)，再接下來，家長想說自己追劇、打電動時孩子沒事做，不如多買幾台，人手一台，我們在同一個空間各自安好(?) (親職空窗化)，最後，孩子習慣面對手機、平板找自己的樂子，懶得理大人也不期待有親子互動了(沉迷化)。若我們忽略日常生活中的警訊，這些危機就會慢慢一個接著一個出現，愈來愈難處理。

現在好多的親子衝突都來自於大人對孩子使用3C的擔心，以及孩子對本身使用3C的貪心，對嗎？家長的初衷鐵定沒想過要讓孩子沉迷3C，拿出手機或平板的第一次，可能只是想獲得片刻安靜，我們都懂那種迫不得已的情況。這年代，誰沒用過3C育兒？(不准舉手！)但在第一次之後的接下來呢？為什麼有些孩子能自我控制，另一些孩子卻上得去下不來，不給3C像要了他的命一樣。必須要殘酷地說，重點不在孩子身上，而是在大人的給予態度上。

疫情以來我們都見識到了，未來趨勢絕對是數位工作，大人不可能防堵3C的使用，但也不能因此放任3C的濫用，我們要做的是：協助孩子培養健康上網的好習慣，怎麼開始？

## 數位時代下的教養挑戰- 如何妥善使用3C

### 一、記住數位教養三原則：

- (1)3C網路是工具，不是玩具。除了娛樂外，也要帶著孩子從網路上體驗學習的樂趣，例如：搜尋資料等。
- (2)網路使用的自我控制需從小培養。這一定要大人幫忙，不要只會在那邊說讓你玩10分鐘喔！結果時間到也不徹底執行，又給孩子好幾個10分鐘。
- (3)高品質的陪伴是最終解方。3C的低齡化、保母化我們都能理解不得不的情境，但若不花時間經營親子關係，老是用3C打發孩子，導致演變成親職空窗化、沉迷化，真的就是家長的問題了。

### 二、自制力不會憑空出現，要從網路控管開始。總有一天孩子要養成使用3C的自制力，不如就在剛開始接觸時慢慢培養。國小學童除了實際學習需要之外，建議每天不超過2小時。

### 三、最後一個很重要的建議是：「創造家庭的每日零3C使用時間」，也就是前面提的「高品質陪伴」，想想自己有多少次在孩子跟我們講話時，還一邊滑著手機？是在工作嗎？是的話，請告訴孩子：「你分享的事情媽媽好想聽，但手上有重要的事要先處理，等媽媽忙完，再聽你說好嗎？」邊滑邊聽，不但沒尊重孩子，也在無形中示範這種態度是被允許的，未來就別罵孩子吃飯不好好吃，卻在那邊滑手機。

## 數位時代下的教養挑戰- 如何妥善使用3C

有時會碰到一個難題，該規範的、該約定的都做了，但時間到了，孩子不願意放下手機怎麼辦？又哭又氣耶！再次強調，他們自制力不夠，我們要做的是反映他的不甘願跟生氣，然後堅持該做的事一關掉或收回3C。可以說：「媽媽知道你還想玩，但我們約定的時間已經到了，請你還給媽媽。」（記得在剩3或5分鐘時先提醒時間還有多少，以降低時間到的不甘願）。

大人要以強大的意志力進行反覆練習，一次又一次，過程中孩子可能會鬧脾氣、罵我們小氣，理解他但不需要縱容他，控制他但不需要斥責他，就繼續堅持我們該做的，這樣孩子就能上得去、下的來，由外控到內控，建立使用3C的自我控制能力。

Go！我們一起從今天開始創造每日零3C的美好時光吧！時間長短不重要，就算只有10分鐘也好，請放下手機，好好陪伴可愛的孩子吧！

（部分資料整理自陳志恆心理師的講座分享）

# 輔導室活動寫真

## 1 迎新暨祖父母節活動



## 2 友善校園宣導



# 輔導室活動寫真

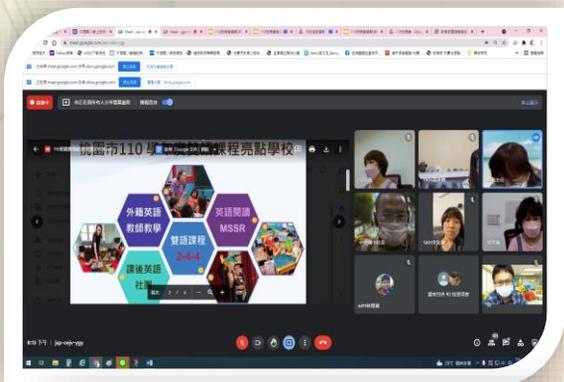
3

## 特教宣導活動



4

## 親職宣導活動



# 輔導室活動寫真

5

輔導諮商活動



6

希望小學課輔



7

美術班親子活動



# 110學年度全國學生美術比賽得獎名單

## 繪畫類—國小低年級組

佳作 201 曾苡珊、202 鍾佑謙、203 葉米娜

## 繪畫類—國小中年級組

佳作 403 鄭寓容

## 繪畫類—國小高年級組

佳作 501 蕭博駿、601 魏澈

## 繪畫類—國小中年級美術班組

第一名 304 陳思羽

第二名 304 蔡孟澄、405 陳海綾

第三名 405 莊啟新、405 胡晏溱、405 陳侶璇

佳作 304 江芸榛、304 吳娉婷、304 劉羿秀、405 游偉鑫

## 繪畫類—國小高年級美術班組

第二名 604 彭明鑰

第三名 604 黃宥慈、604 范薛蔓

佳作 504 黃聖凱、504 胡宇晴、604 邱仔彤

## 漫畫類—國小中年級美術班組

第一名 304 彭昱睿

第二名 304 吳慧如、304 吳娉婷

第三名 304 林沛誼、405 游偉鑫、405 鍾欣彤

佳作 304 劉羿秀、304 蕭羽宸、405 陳寓棠、405 陳羿綾

## 漫畫類—國小高年級美術班組

第二名 604 傅國菲

第三名 504 莊甯宇、604 彭禹恆

佳作 604 蘇千淮、604 林煜歲、604 陳靖儒、604 柯昀彤

604 彭詩琰

# 110學年度全國學生美術比賽得獎名單

## 平面設計類—國小高年級組

第二名 501 林書琦

## 平面設計類—國小中年級美術班組

第一名 304 陳羿潔

第二名 304 邱晨涵、405 陳佺璇

第三名 304 彭昱睿

佳作 304 蕭羽宸、304 黃玗慈

## 平面設計類—國小高年級美術班組

第一名 504 莊甯宇

第二名 504 廖怡均

第三名 504 吳瑄苓

佳作 504 陳以芹、604 林歆頻

## 水墨畫類—國小中年級組

第一名 405 黃旻謙

第二名 405 洪子媛

第三名 405 邱于恬

## 水墨畫類—國小高年級組

第一名 604 彭明鑰

第二名 604 徐振翔

第三名 504 廖怡均

佳作 604 游雅晴

## 版畫類—國小高年級組

第一名 504 黃語潔

佳作 504 張芷瑄、601 魏澈

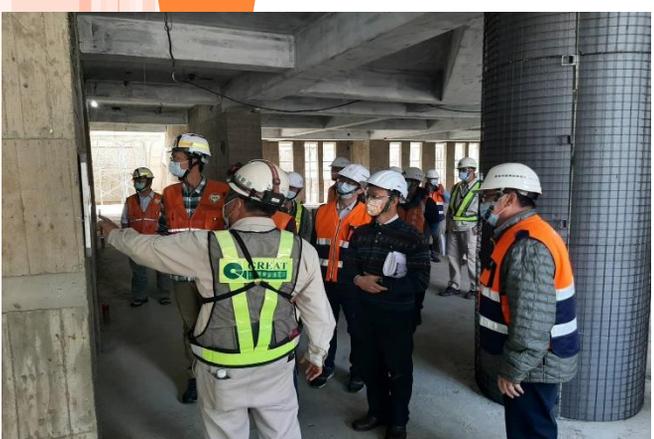
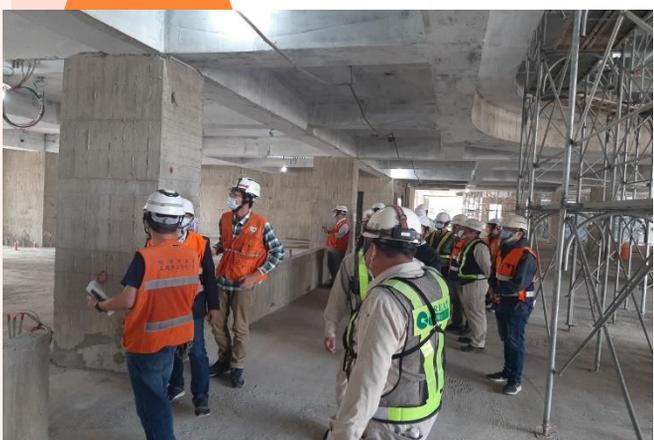
## 書法類—國小高年級組

入選 604 邱仔彤

# 總務處活動寫真 110



校舍  
改建



工程  
查核



校區  
修繕



家長會  
改選



營養  
教育

山

學

部

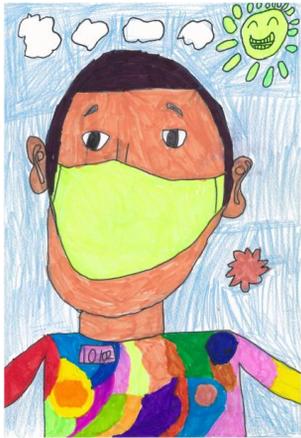


一年一班

自畫像



羅士堯



林楷軒



蘇俊嘉



王別中



郭杓睿



阮晨誌



鍾宇威



林承繹



呂均樂



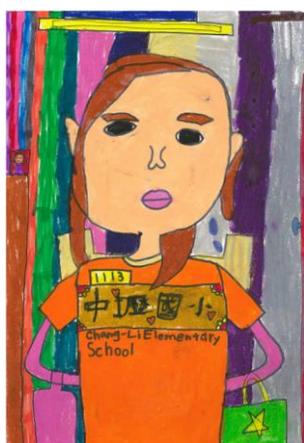
林 耕 羣



劉 文 芸



蕭 宇 辰



謝 芳 緹



蕭 岱 萱



鍾 家 鈴



簡 婉 芸



郭 宣 逸



彭 馨 鄉



黃 筠 熙

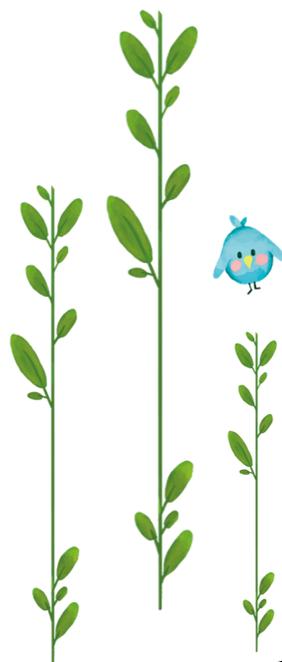


曾 筱 彤



武 芫 華

生活點滴





校外教學



# 一起趣郊遊 @老貝殼農場

YA!!準備出發啦!GOGO



校外教學當天有點冷~但是我們還是好開心唷



# 102校園探索-樹朋友



每天下課玩耍的地方原來還有這些小花小草和樹木陪著我們，我好喜歡這些植物，學著愛惜身邊的每一個事物很重要唷。我們也把最喜歡的樹畫下來~看我們畫得不錯吧!!

# 一年三班抱報

2021年我們一起走過的小日子



## 歡慶聖誕節到來

陳憲德

新的一年即將到來，各位壠小、小一新鮮人，也慢慢適應了學校生活。回顧九月剛進入學校生活，十月份的注音魔法，十一月歡樂萬聖節，十二月的感恩聖誕節。在這些月份當中，我們一起學習注音以及參與第一次校外教學還有爲了十二月份的歲末表演積極準備著。期許所有一年三班的同學都能有著“勤學、有禮貌、愛整潔、守秩序”的中壠國小學童。

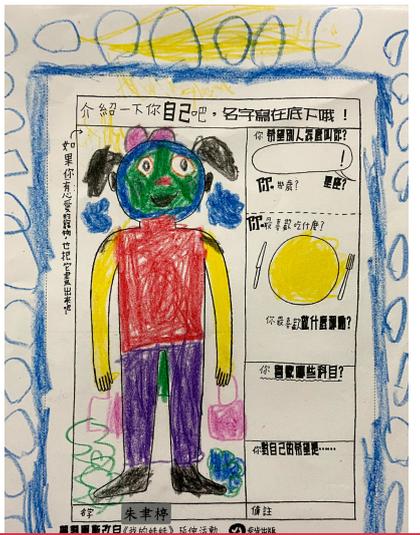
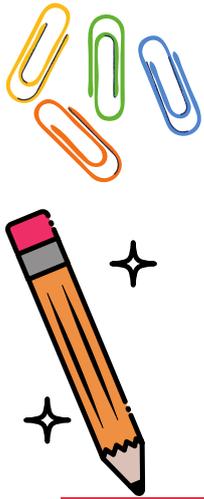
### 本期內容

九月

十月

十一月

作品集



“我現在是中壢國小新鮮人了，我要學會自己刷牙及介紹我自己。”



“疫情期間我要學會用隔板，每天要運動以及勤洗手保護自己。”





“下課了我們一起在秘密基地玩遊戲，  
我喜歡上課學習更喜歡下課遊戲。”

# 富



“十月份國慶日，  
我們在圖畫紙上放了漂亮的煙火。”





歡樂的萬聖節到了，不給糖就搗蛋。

“Trick or treat.”



“十一月我們一起注音闖關，接著我們去老貝殼戶外教學。”





“我是餅乾人”

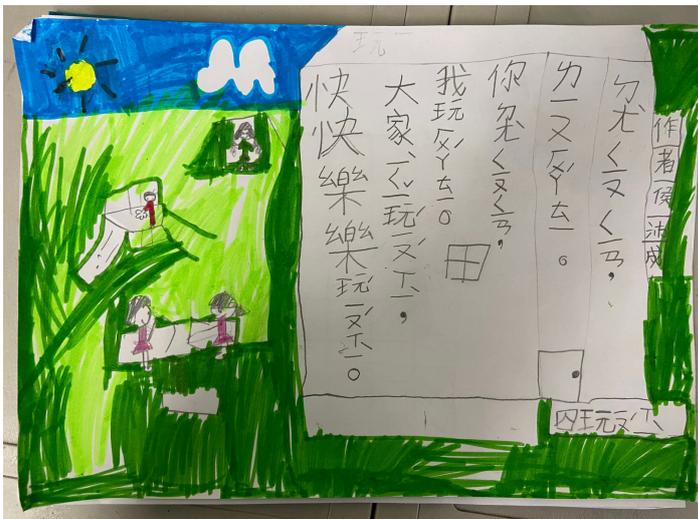
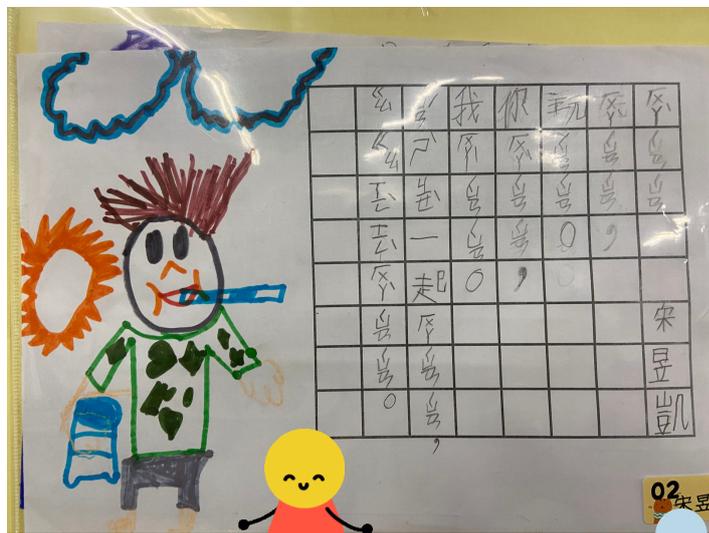
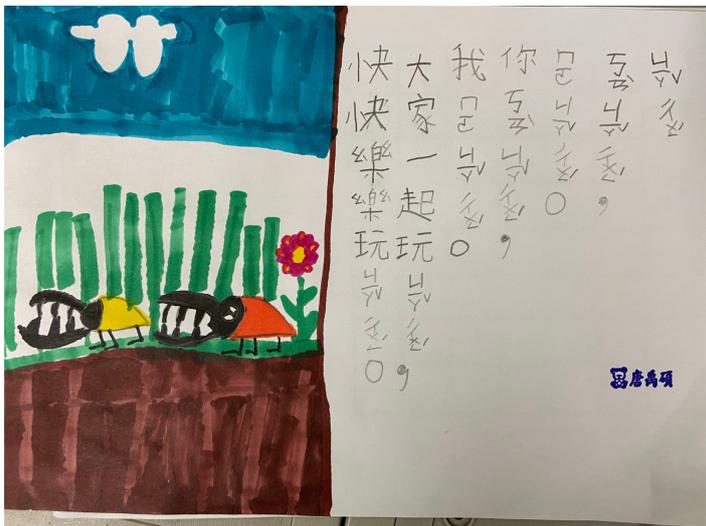
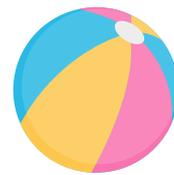


“國慶煙火秀”

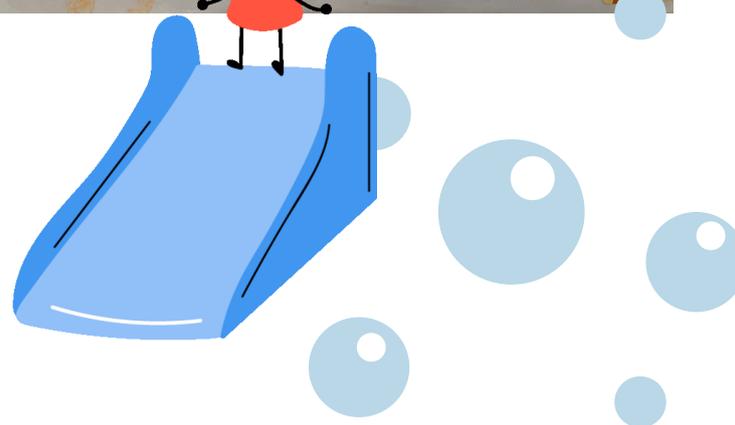


“棉花棒骷髏人”





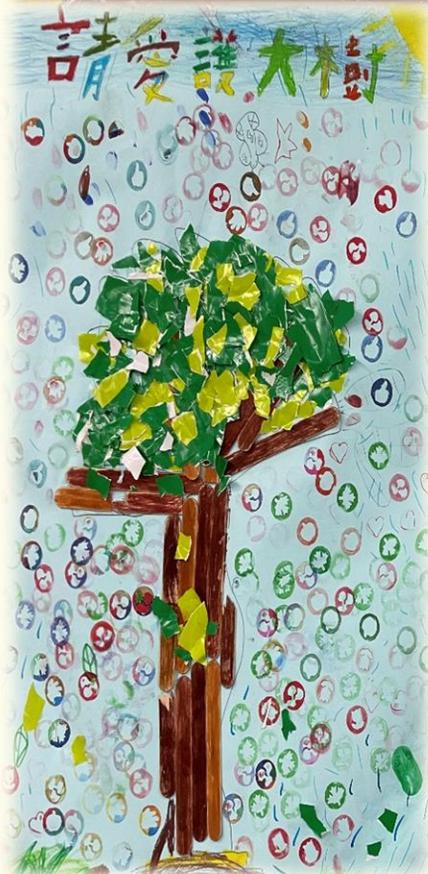
## “童詩仿作”

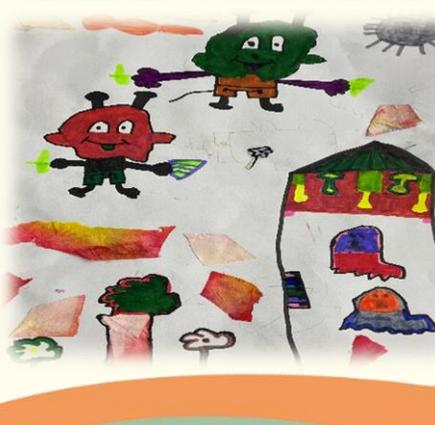
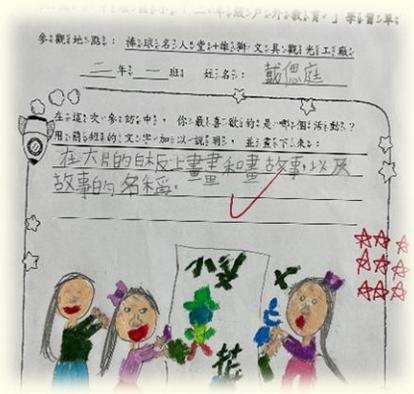
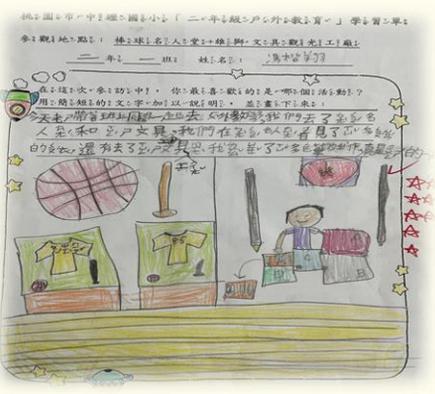




# 二年一班

## 集體創作《愛樹海報》





# 202大黃蜂家族

## BUMBLEBEE

202導師：黃芷亭老師

### ----大黃蜂活動剪影----

#### ▲美食分享日

體驗不同國家的飲食文化，促進多元學習。



■自製越南春捲



■自製日式壽司

#### ▲戶外教育日

棒球名人堂 + 雄獅文具想像力製造所。



#### ▲生活課程剪影

風力相撲。



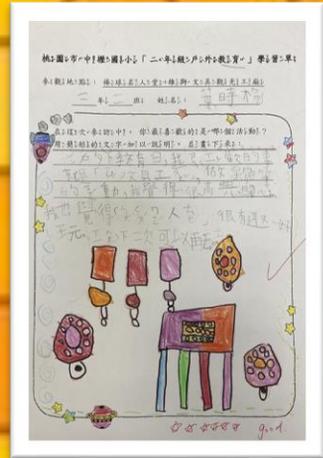
自製簡易風箏。



自製風箏。

捏麵人體驗活動。

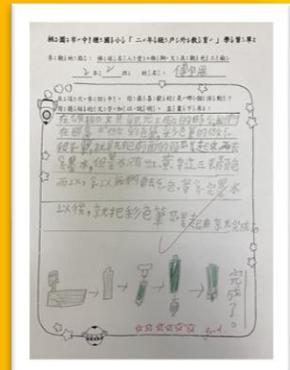
#### ▲戶外教育心得



202葉時榆



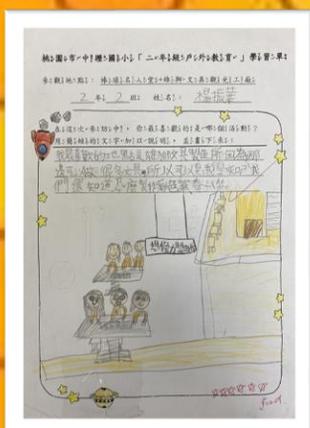
202胡宇涵



202傅宇恩



202林竺俐



202楊振華

# 美術成果發表

## ▼中秋烤肉囉！



來碗暖呼呼的麵吧~



## ▲台灣特色小吃

202郭定橙



202林竺俐



202黃心蕾



202鍾佑謙



202許采玲



202游晨正



202林瑋翔



## ▲日式拉麵



202劉琴恩



202吳詠翔



202葉時瑜



202林佩妤



202鍾佑謙



202林竺俐



202楊振華

我繪樹造美麗家園  
-入選-



202曾翊喬

我繪樹造美麗家園  
-入選-



202羅唯瑄

我繪樹造美麗家園  
-佳作-



202傅宇恩

我繪樹造美麗家園  
-入選-



202吳詠翔

吹蠟燭



202胡宇涵

吹蠟燭



202胡宇涵

我繪樹造美麗家園  
-入選-



202許采玲

我繪樹造美麗家園  
-入選-



202陳威廷

我繪樹造美麗家園  
-入選-



202彭苡晴

吹蠟燭



202郭定橙

吹蠟燭



202陳宇凡

吹蠟燭



202劉芷霏

吹蠟燭



202鄧睿翔

吹蠟燭



202全體

秋天的螃蟹



202陳昱晴

萬聖節鬼屋



202羅茗駿

萬聖節鬼屋



202陳睿穎

萬聖節鬼屋



202黃心蕾

萬聖節鬼屋



202陳威廷

萬聖節鬼屋



202葉時瑜

萬聖節鬼屋



202黃秉騏

萬聖節鬼屋



202林瑋翔

萬聖節鬼屋



202黃千芳

萬聖節鬼屋



202彭苡晴

萬聖節鬼屋

# 二年

# 三班



尤彥博



余宏鍋



李依璇



李晨熙



汪翰



邱為正



姜佳彤



柯坪昕



張家綺



曹芮禎



陳又新



陳姿穎



麥庭語



彭序純



游晨安



黃怡瑄



鄭允喆



戴已翔

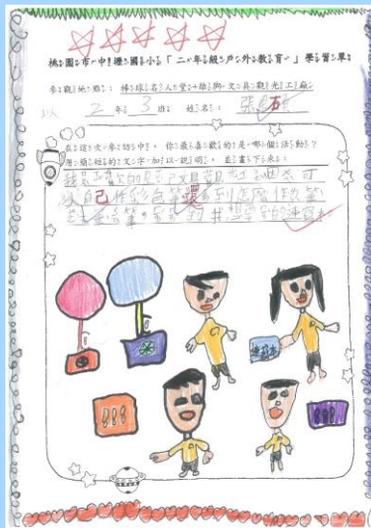


簡筵羲



羅宇祥

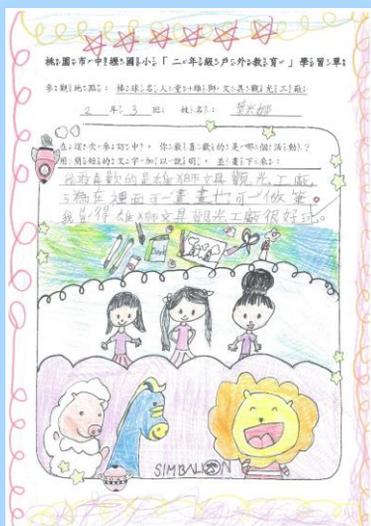
# 二年三班



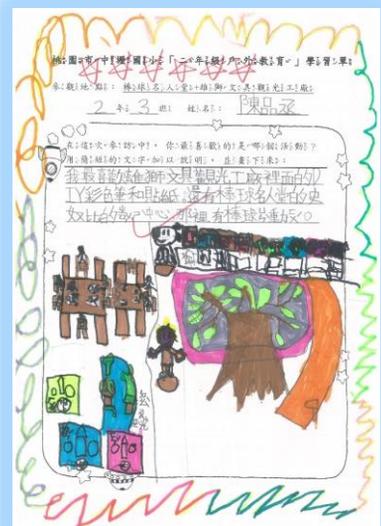
張恩碩



彭郡慈



葉米娜



陳品丞



# 沒有操場的體育課

301謝昀縉 指導老師：吳秋香



自從升上二年級時，學校最重要的一部份—「操場」不見了，原來是要在操場施工，蓋新的教室和停車場，所以暫時沒有操場了。

我最喜歡的課是體育課，有操場時，可以打籃球、比賽跑步、踢足球、打樂樂棒球，但是沒了操場，體育課就改到禮堂或育英樓地下室上課。雖然大部份的運動都可以玩，且不會曬太陽，熱得滿身汗，我還是喜歡在操場運動。

一年級時，只要一下課，就是和同學跑到操場追逐、打球，這是每天最快樂的事。現在下課只能在一樓空地、或禮堂玩。希望操場趕快重新蓋好，這樣上體育課時，就可以在運動場上自在奔跑了。



301邱昱涵

我的學校是中壢國小，因為校舍改建及蓋地下停車場，所以目前是沒有操場，讓小朋友活動的。

一年級時的體育課，都是在操場做暖身操和跑步，但是現在因為沒有操場，我們幾乎都是在禮堂打排球或是羽球。有時候也會去育英樓地下室，做墊上運動。

我覺得有操場的體育課，和沒有操場的體育課都好玩，因為在操場上課可以看見藍藍的天和白白的雲，還有歌聲清脆的小鳥。在室內上課也不錯，有各式各樣的遊戲可以玩。



# 沒有操場的體育課

指導老師：吳秋香

301羅芷容

我們學校因為在改建新校舍，所以操場和一些教室都拆掉了，也因此改變上體育課的地方。大家都想要一個安全又舒適的環境，未來新教室完成，我們就有一個能好好學習的地方了。

以前的體育課，可以到操場做各種運動，像是：跑步、打球、趣味競賽等等。操場空間很大，有可以跑步的跑道，打籃球的籃框。天氣好的時候，還可以曬到暖暖的太陽。我們現在是在禮堂或育英樓地下室上體育課，活動場地不大，跑步容易滑倒，但是在室內上課的好處是一不怕颶風下雨。

我覺得比較喜歡在操場上體育課，因為活動範圍比較大，也不用擔心跑步會滑倒，希望學校的操場能趕快蓋好。



301李羿澄

自從我二年級時就沒有操場了，因為我們學校要重建新校舍，和地下停車場，所以才拆掉操場。

一年級的時候操場還在，我可以在那裡打球運動，例如：打籃球、踢足球、跑跑步等。現在只能做靜態的活動：看看書、下棋。體育課時，老師會帶我們去禮堂打羽毛球、排球，或到幼兒園地下室做墊上運動。下課時，我們也會去禮堂跑步和拋球。

剛開始操場不見時，我非常不適應，但現在的我已經可以自我調適了，真希望趕快看到美美的新教室和操場。

# 三年二班

指導老師:吳亭亭

## 當我開心時 莊濼瑄

當我開心時,就像一顆小太陽,散發出金黃色的光芒,可以溫暖身邊的人。

當我開心時,我會面帶微笑。記得二年級的時候,媽媽在網路上買了一條我喜歡的褲子給我,下單後我興高采烈的跳了起來,幾天後褲子寄來了,我忍不住當場試穿了起來,當下我從房間裡拿出了一些衣服來搭配,我覺得穿起來很舒服也很好看。

當我開心時,我會覺得自己很溫暖,也希望能把這樣的情緒傳染給班上的同學,我希望能保持這樣正向的情緒,最後我期許自己可以成為一個樂於助人並能把歡笑帶給大家的人。

## 自我介紹 林妍葶

我的名字是林妍葶,也可以叫我妍葶我的家人有爸爸、媽媽、爺爺、奶奶。

我的生日是十月二十六日,星座是天蠍座,我的興趣是跳繩、游泳、羽毛球,我還喜歡吃冰淇淋,因為冰冰涼涼的在夏天是很舒服的事情,我喜歡運動的原因是能讓身體很健康。

我希望長大後可以當服裝店老闆,因為當服裝店老闆可以幫客人訂製服裝還可以製作美麗的裙子、可愛的衣服、把客人裝扮成最美麗的樣子。

## 我的中秋節假期 宋立俞

星期日的晚上,我看到鄰居有人在吃柚子,也有人在吃月餅,烤肉的時候姊姊還把爆米花烤焦了,不過幸好我們還有兩包爆米花。

換媽媽烤肉時,肉不但沒烤焦而且還更好吃。我烤了牛小排、香腸、甜不辣、章魚……,大家都吃得津津有味兒。

隔天我們全家還去北埔採柿子,我們到達時是中午,天氣非常炎熱,於是我們帶著摘柿子的工具往山上出發。我和家人摘了好多柿子,全家人都玩得好開心,這是我們第一次採柿子,期待下次還能夠再來,這次中秋連假我過的既充實又滿足。

## 剪窗花 鄭亦筑

我剪的窗花是一隻怪獸,在剪的時候不小心剪破了,於是我決定再試一次,重新摺了一張色紙,又再畫上圖案和剪,這次我小心翼翼的剪,結果成功了。

我發現勇於面對失敗,找出成功的方法很重要,天下無難事,只怕有心人。



戶外教育-小人國



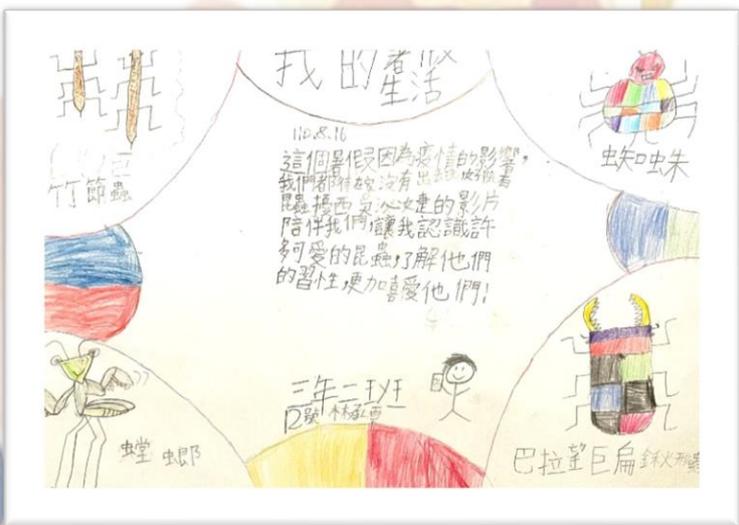
窗花設計



公園/蔡承淮



奧運羽球賽/林妍葶



昆蟲/林承璽



## 給家人的一封信

303劉宥謙

親愛的奶奶：

我要感謝奶奶，因為您平常都很認真的教我讀書，我寫功課如果有寫不對的或不會寫的字，您都會寫一遍讓我看著寫。還有，我喜歡的甜點和水果您都會買給我和哥哥，我很開心，而且我平常要用到的文具和複習本您也都會買給我們；我和哥哥想去哪裡玩，您都會帶我們去；我無聊的時候，您都會陪我聊天或帶我出去玩；我要畫畫的時候，您都會教我要怎麼畫。

您生病或受傷了，我都會叫爸爸、媽媽或爺爺帶我去醫院看您、照顧您。

我還有一件事要謝謝您，是要謝謝您上次暑假帶我和哥哥還有姑姑和他的小孩去基隆玩，爬我最想去的基隆山。

祝

平安健康、長命百歲

宥謙敬上



## 給家人的一封信

303郭筱詩

親愛的媽媽：

您最近辛苦了，您為了要讓我有好的教育，每天都要工作到很晚才回家。現在我已經升上三年級了，很多事情我可以幫你分擔，所以如果有要我幫忙的事情都可以跟我說喔！

升上三年級，雖然班上有許多之前同班的同學，但我也認識更多不同班的同學喔！偷偷告訴媽媽，我最要好的同學是郭玗初，我每天下課都和她一起玩、一起學習，請媽媽放心，我一定會認真讀書，等我長大以後換我賺錢照顧您。

祝

身體健康

筱詩敬上



## 開學那一天

303王宏騰

史上最常的暑假終於結束了，升上三年級，我覺得非常開心。開學這天，我來到了新教室，看到了兩位老師，還有新同學，同學中也有我認識的好朋友，讓我原本緊張的心情也跟著輕鬆了不少。

我一進教室，看到一個不一樣的大黑板，擺設也不一樣。接著老師開始自我介紹，也介紹了全班同學，老師看起來很溫柔，我們班上的同學都很活潑。老師把我的座位排在第一排，坐在第一排讓我很開心，因為可以看得更清楚，上課也可以更認真喔！下課時，我坐在座位上看書、削鉛筆，也有去跟兩位老師聊天，度過了開心的一天。

開學那一天，我和許久不見的朋友一起玩，我發現我認識的同學越來越多了，也交了更多的新朋友，加上三年級有我喜歡的自然科目，我要更努力，也要跟好朋友一起學習，完成每一件事。

## 開學那一天

303張苡薇

暑假結束，我就是三年級了，懷著忐忑不安的心情，心裡想著等一下會見到新同學、新老師和新班級，當我走進教室才發現，有好多同學都是我的好朋友。

看到有我認識的好朋友真是開心啊！我們就嘰哩呱啦的講個不停，談論著暑假發生的趣事。我們要開始排座位啦！真的好緊張，希望老師排的位子可以讓我排在我的好朋友旁邊。

接下來，老師說來選班級幹部和訂定班級公約，在選班級幹部時有好多人舉手，大家發表得很熱烈，有人自我推薦，也有人提名同學，最後，老師說由得票數最多的當選幹部。

最後一節課，老師鼓勵了我們一些話，希望全班能互相關愛，彼此互相包容一起度過未來兩年！



## 沒有操場的體育課



蔡孟澄

我們學校在重建校舍，這段時間都不能在操場上體育課，也不能在操場跑跑跳跳，我們怎麼上體操場呢？

我們會在教室、育英樓地下室和游藝館等地方上課，之前我不會跳健康操，現在已經學會，還會跳繩技巧，不管是前跳、後跳都難不倒我。

除了此之外，我還學會了左右轉，最近更學會跳舞。剛開始跳時，覺得好難，但經過多次練習，已能跟上節拍，現在也把動作背得滾瓜爛熟，不再擔心跳不好了。

如果學校可以增設一個極限運動設施——彈跳床，那就更棒了！在上面左跳跳，右跳跳，想像自己像小鳥一樣，在天空飛翔，就覺得開心。不過目前我最喜歡的運動還是跳舞，當輕快的音樂響起，全班賣力的跟著節拍一邊唱和，一邊擺動身體，雖然汗水淋漓，心中卻有滿滿的成就感。

學校重建讓我們暫時沒有可以蹦蹦跳跳的操場，但無操場的體育課，仍然可以上得既豐富又有趣呢！

陳羿潔

每週二、五都有我喜歡的體育課，目前學校的操場正在施工，因此無法盡情的在操場上跑跑跳跳，沒有操場的體育課，我們有替代方案，照上不誤。

上體育課時老師會帶我們到不同的地方上課，例如：育英樓的地下室游藝館和禮堂等。其中，我最喜歡在教室上體育課，因為可以一邊看著影片，一邊跟著跳健康操，由於我是轉學生，之前完全沒有接觸過健康操，一開始學得很辛苦，經過多次的反覆練習，現在越跳越好，不但讓我更有自信，也體會到跳健康操的樂趣。

除此之外，我希望未來還可以上到一羽毛球、躲避球等運動技能。我希望能上到彈跳床，彈跳床玩起來不但有趣，還能加強全身肌肉伸展，幫助長高。之前有過玩彈跳床的經驗，在那彈跳起來的一瞬間，真有種徹底放鬆的感覺呢！

目前學校雖然沒有操場，但在老師妥善的規劃下，我們還是可以开心的上到體育課。不過，如果操場能快快建好，那我們就能盡情的在操場上奔跑，並享受既展新又安全的運動環境了。



## 沒有操場的體育課



張恩嵐

中壢學校是百年老校，學校為了同學們的安全，拆除舊校舍，重新搭建新校舍的這段期間，學生無法像以前一樣在操場上跑跑跳跳，沒有了操場，我們怎麼上體育課呢？

雖然沒有操場，但我們不受限於跑到或球場。還是可以進行各式有趣又多元的體育活動。比方說：老師在教室裡帶領我們跳健康操大家跳起來熱血奔騰，各個都成了「舞」林高手了。

除了以上學到的技能，還練習綁跳繩、左轉、右轉等有趣的活動，以前有跟朋友玩過類似「官兵抓強盜」的趣味遊戲，期待有天我們也能玩到。

雖然沒有操場，體育活動還是有無限可能，但是還是好期待看到新校舍、新操場的風貌，享受在操場上盡情奔跑的樂趣。

吳娉婷

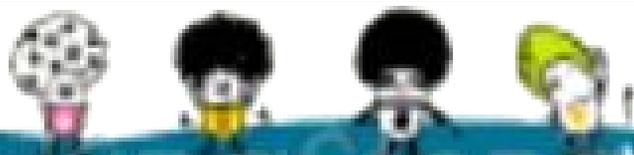
因為學校是百年老校，所以要重建新校舍，因此我們無法在操場上玩耍、跑步和辦運動會，那大家是不是很好奇，我們要怎麼上體育課呢？

雖然我們沒有戶外的操場，但我們仍然可以在室內的場地上體育課，像是育英樓地下室、禮堂還有游藝館、教室等。老師在教室教我們跳活潑有趣的健康操，從中我體會到，原來只要幾個簡單的動作，就可以讓身體變更健康，也可以讓心情放鬆。

為了成果發表會，我們也在教室裡一邊看著影片，一邊練習跳舞，這讓我學習到，要把舞步練好、練整齊，除了培養共同的默契，還要有團體合作的精神。更讓我體悟到，沒有操場的體育課，原來也可以上得這麼精彩。

之後，我還希望可以上到毛球課，因為之前和哥哥打羽毛球時，都接不到球，希望學到打羽毛球的技巧，就能跟哥哥一比高下了。如果能上到樂樂棒球就更棒了！聽朋友說樂樂棒球很好玩又有趣，但我沒看過，希望有機會認識一下樂樂棒球這個新奇的運動項目。

雖然學校目前沒有操場，但老師仍然想盡辦法，讓我們能在室內盡情的上體育課，我們也學到不少技巧，但仍期待新校舍快快蓋好，我們就可以再回到操場上自由跑跳運動了。



# 四年一班

## 我最喜歡的植物

吳政諺

爺爺在家裡的頂樓種了各式各樣的果樹和花，有檸檬、金棗、芭樂、鳳梨，還有含笑花、玫瑰花、燈籠花，最特別的是種了一盆曇花，它是最喜歡的植物了。

上星期有天晚上，爺爺從頂樓剪了一朵曇花下來，純白色的，花很大朵且芳香四溢，我和奶奶哥哥馬上用手機拍照起來，爺爺說可以用手機查一下他的資料，就可以了解他所有的生長週期。

原來曇花是仙人掌科植物，開花時長約四、五個小時，至次日清晨就凋謝了，因此古人用「曇花一現」來形容時間很短稍縱即逝的機遇。也由於曇花在晚上開花，而且又有很濃的花香，所以又有「月下美人」之稱。

雖然它的生命很短暫，但它依然把最美的一面呈現出來，默默地生長，只為這剎那的芳香，所以曇花一現的美景盛況，只有在夏日的夜晚才有呢！

這是我第一次看到了曇花開花，它有與眾不同的美麗，我喜歡它的神秘和強韌的生命力。

## 我最喜歡的植物

張茗雅

春天是百花盛開的季節，也是我最喜歡的百合花和玫瑰花綻放的時候。那是我和媽媽在陽台一起種的百合花與玫瑰花，它的花香瀰漫在陽台的空氣中，讓人心曠神怡。

百合花有非常多的品種，其中我最喜歡白色的，因為這個顏色和香氣會讓我的心情變美麗，它的香氣十里飄香，就算十里之外也可以聞到百合花的花香，它的葉子大小和我的手掌一樣大，當它還是花苞的時候，顏色是粉綠的，過了幾天，花苞開花時，花瓣會是粉紅色或是白色。不管外表或顏色都高貴優雅的百合花讓我流連忘返，因為它散發著迷人的香氣，會讓我的心情無比的輕鬆。

雖然我平常很喜歡百合花花香四溢的味道，但是玫瑰花的顏色絢麗多彩，還是吸引了我的目光。玫瑰花的莖上面有長一些非常可愛的小刺，它濃郁的香氣散發在空氣中，艷麗的正紅色讓我感覺充滿著愛，很幸福！紅玫瑰美麗又可愛讓我深深愛上它。

平常我們把玫瑰花和百合花種在陽台，我和家人一起照顧，我覺得玫瑰花和百合花真的很堅強，它們不會因為知道自己總有一天會凋謝而不努力，反而更努力的生長，我一定要和它學習，我和家人一起陪伴它，一起體會自然之美。

# 美勞作品欣賞：吹畫



葉偉翰  
張昱紳



張茗雅  
廖妤晨



蘇靖惠  
賴禹彤



廖翌安  
廖得薰



劉宜蓁  
游昊鈞



李珍珍



陳星辰



李雨恩



吳嘉讀



鄒昀廷



## 戶外教育 小人國



## 家鄉的美食

402莊丞皓

指導老師：林文雅

我住在桃園市的中壢區，因為這裡住了許多客家人，所以中壢是桃園客家聚落的代表，現在就由身為客家人的我來介紹，美味又具有特色的客家美食吧。

首先，要介紹的是最具代表的美食—客家小炒，這道菜主要材料有：五花肉、豆乾、魷魚、芥菜、蔥及醬油，是一段非常下飯的料理。爸爸說：「因為以前客家人生活困苦，只有在過年祭拜祖先時，才会有雞、鴨、豬肝等祭品。為了不讓費食物，所以就把豬肉、魷魚加上豆干拌炒成一道香噴噴的小吃。」

接下來要介紹的是一柿餅，柿餅與客家人有密切的關係，因為早期客家人身處亂世，需要時常遷徙，所以就製作出容易保存的糧食，柿子曬乾後，不僅保存很方便攜帶，另外，柿餅的營養價值很高，口感也很好吃喔。

客家美食，不只有我介紹的客家小炒和柿餅，還有薑絲炒大腸、梅乾扣肉，擂茶等等，我無法一一為大家介紹，歡迎大家親自來客家庄細細品嚐。

## 家鄉的美食

402楊子毅

指導老師：林文雅

我今天要介紹的家鄉美食是中壢的牛肉麵，我平常吃牛肉麵會去三商巧福，但是有的時候我也會去大四喜或其他麵店吃牛肉麵，我從小到大都非常喜歡吃牛肉麵。

牛肉麵聞起來很香，但是有的湯和麵都很辣，我不喜歡很辣的牛肉麵。麵一上桌的時候還很燙，不過吃到一半就沒那麼燙了，我就可以比較大口的吃了，大口吃麵聲音很好玩，我也有吃永川牛肉麵和新明牛肉麵，這兩家知名的牛肉麵，我對兩家麵店的印象都差不多，都是很辣，辣到我的不敢吃，而且當時我點的都是不要辣，後來我就沒有再吃過第二次了，

我非常愛吃牛肉麵，我也有去過別的比較不知名的店吃過，不過我主要還是去那兩家店，除了麵以外，那裡還有很多好吃的餐點，像小米粥、冬粉都很好吃，比起吃飯還是最喜歡吃麵了，我尤其喜歡吃湯麵，比較不愛米粉和乾麵，因為米粉會把湯吸光。

我喜歡和分享牛肉麵的原因是，它的肉很軟，湯很香又濃郁，很好吃看起來又很美味，它才能成為我最喜歡的家鄉美食。



## 402小麋鹿



黃立雅



戴渝汝



謝語婕



蕭淨緹



段旻采

## 美勞作品欣賞-愛心便當



莊丞皓



許力元



黃立雅



謝語婕



陳采緹

## 美勞作品欣賞-萬聖節來了



蕭淨緹



戴渝汝



宋允顥



倫楷捷



楊子毅

### 沒有操場的體育課

403 徐睿承

這一年上體育課，總覺得不對勁，因為我們校舍改建的關係，而沒有操場，老師也說：「考慮到校舍老舊和安全問題，所以才需要改建校舍。」

雖然沒有操場，但是我們的體育課沒有因此暫停，也因為場地的關係，體育老師會安排我們到禮堂、地下室、游藝館進行體育課，甚至是安排游泳課讓我們有充分的體育活動。

我最喜歡的體育課則是在禮堂上的足球課，足球也是我的專長，體育老師安排的課程，讓我的足球技巧更成熟，所以對我來說，有沒有操場的體育課，我都能好好學習。

我以前的學校也沒有操場，但我們也沒有因此喪失對體育課的熱情，而且因為場地的限制，我們在下課時間更可以遵守時間，依照指定時間到安排的第點下課，雖然沒有操場，讓體育課造成了很多限制，但我們還是能和同學和樂相處，學習團隊合作的精神。

### 沒有操場的體育課

403 鄭寓容

我們校舍老舊的關係，所以決定要蓋新校舍，雖然我對新校舍充滿期待，但也因此沒有操場，有段時間就沒有很寬廣的操場可以上體育課了。

雖然沒有操場，但是我們的體育課沒有因此消失，我們的體育課調整成五週的游泳課，或是安排到其它地點上課，到禮堂上躲避飛盤、到游藝館上桌球，除此之外，體育老師還曾經帶我們在中庭做大隊接力的接棒練習，我們的體育課與以往一樣的豐富。

其中，我最喜歡的課程是躲避飛盤，因為大家要一起同心協力才可以擊倒對手，如果沒有控制好方向與力道，得分機會還可能因此被對方拿走，所以要非常小心。

體育課是大多數人都很喜歡的課，如果沒有了體育課，會失去很多樂趣，體育老師們也都非常努力的在規劃課程，不讓體育課消失，因為我在體育課學習到的不只是老師用心規劃的課程內容，還有大家難能可貴的團隊合作，讓全班更加團結。



### 沒有操場的體育課

403梁耀

我們沒有操場，因為校舍老舊的關係，校方為了學生的安全著想，所以進行校舍改建的工程，我很期待新的教室啟用。

因此我們的體育課就沒有操場可以使用，我們則是改變了體育課的上課模式，校內有禮堂及遊藝館可以安排課程，校外則有游泳課的實施，雖然沒有操場，但是我們的體育課也沒有因此暫停，取代的方式也讓體育課更加豐富有趣。

我最喜歡的一堂是在禮堂玩的傳接球遊戲，訓練我的手眼協調，還能學習到跟隊友配合贏得更多分數。

希望新的校舍還有新的操場可以快點建好，這樣我們就可以有更多可以上課的空間，而且還能在更安全的環境上課。

### 沒有操場的體育課

403王星皓

我們沒有操場是因為要打造新校舍，為了讓我們有更安全的校舍可以使用，但是我真的很希望校舍快點蓋好，因為想要快點有操場可以使用。

我們的體育課沒有因為沒操場而暫停，老師換成帶我們到禮堂、游藝館還有地下室進行，或是安排全學年的游泳課一起到校外上。

而在場地限制下的體育課，我最喜歡的課程是躲避飛盤，因為很刺激，規則也很簡單，只要打中內場的人，就可以進入內場，如果內場的人接到，就如同保護的功能免除淘汰的命運，不僅如此還可以學到團隊精神。

雖然沒有操場，但老師安排的課程都很豐富，我也樂在其中，還是很希望校舍快點蓋好，這樣就可以盡情的在操場上跑步了。



# 我們是四年四班

## 武器們的晚會 湯秉勳

窗外流動著黑藍色的夜，  
武器庫裡流進來墨黑般的夜，  
武器庫裡的鐘噹噹的響了十二下，  
庫房的武器們就起醒過來了，  
請弓箭指揮武士刀們的樂隊來伴奏，  
這奇異的晚會就開場了。

第一個是刀和狼牙棒的撞擊之舞，  
撞擊的聲音非常響亮，  
緊接著是衝鋒槍們來表演，  
一起一落的碰碰響，  
手槍和狙擊槍可真好笑，  
兩組長短不一的在表演雙簧，  
M1886和步槍只會笑，  
不停地喊好，不停地鼓掌。

吵哇鬧哇的真開心，  
最後是全體武器的槍戰，  
他們打醒了沉睡的早晨，  
他們打醒了沉睡的夜空，  
也迎來了美麗的早晨，  
迎出來了光亮的早晨的太陽。

## 植物們的晚會 黃祺燁

花園流動著綠色的夜，  
院子裡流進來珍珠一樣白的月光，  
植物店裡的鐘噹噹的響了十二下，  
繽紛的植物們就起醒過來了，  
請火龍果指揮香蕉們的樂隊來伴奏，  
這奇異的晚會就開場了。

第一個是蘋果和哈密瓜的歌唱表演，  
和聲一高一低真好聽，  
緊接著是木瓜們來跳舞，  
一左一右的真可愛，  
花朵和葉子可真有默契，  
唱歌跳舞他們最有趣，  
幸運草和秋葵只會笑，  
不停地喊好，不停地鼓掌。

玩啊鬧啊的真開心，  
最後是全體植物們的大合唱，  
他們唱醒了沉睡的大樹，  
他們唱醒了沉睡的雲朵，  
也唱來了開心的小鳥，  
唱出來了閃亮的早晨的太陽。



## 玩具們的晚會 余明翰

屋外流動著靛藍色的夜，  
屋裡流進來海邊一樣涼的空氣，  
房裡的鐘噹噹的響了十二下，  
沉睡的玩具們就起醒過來了，  
請跑車指揮卡車們的樂隊來伴奏，  
這奇異的晚會就開場了。

第一個是恐龍和軍人的儀隊表演，  
走起來腳步咚咚的那麼整齊，  
緊接著是水泥車們來打鼓，  
一起一落的合奏，  
一步走來一步右，  
火車和汽車只會笑，  
不停地喊好，不停地鼓掌。

跑啊跳啊的真開心，  
最後是全體玩具的舞蹈，  
他們跳醒了沉睡的晚風，  
他們跳醒了沉睡的月亮，  
也跳來了溫暖的早安，  
跳出來了溫暖的早晨的太陽。

## 課本們的晚會 柯杏昀

窗口流動著湖水藍的夜，  
教室裡流進來奶油一樣白的月光，  
教室裡的鐘噹噹的響了十二下，  
各科目的課本就起醒過來了，  
請字典指揮鉛筆們的樂隊來伴奏，  
這奇異的晚會就開場了。

第一個是國語和數學課本的踢踏舞，  
兩個主課的默契就是好啊，  
緊接著是社會課本們來唱歌，  
一上一下的唱出生活的多彩多姿，  
自然和英文可真搞笑，  
一個簡單一個難拚在一起讓人頭腦忙  
不過來，  
健康體育和藝術人文只會笑，  
不停地喊好，不停地鼓掌。

唱哇跳哇的真開心，  
最後是全體課本們的舞蹈，  
他們跳醒了沉睡的黑板，  
他們跳醒了沉睡的桌椅，  
也跳出來了綺麗的早晨，  
跳出來了閃耀的早晨的太陽。



## 服裝們的晚會 許佳琪

衣架上流動著五彩繽紛的夜，  
展示窗裡流進來霓虹燈一樣多彩的月光，  
衣服店裡的鐘噹噹的響了十二下，  
漂亮的衣服就一起醒過來了，  
請衣櫃指揮飾品們的樂隊來伴奏，  
這奇異的晚會就開場了。



第一個是貓咪短裙和情侶T恤的華麗走秀，  
真是一場大方美麗的服裝競賽，  
緊接著是鈕釦們來轉圈圈，  
一上一下的滾來滾去，  
洋裝和裙子可真可愛，  
華麗的舞蹈讓大家目不轉睛，  
褲子和西裝只會笑，  
不停地喊好，不停地鼓掌。

笑哇跳哇的真開心，  
最後是衣服們的大合唱，  
他們唱醒了沉睡的鐵捲門，  
他們唱醒了沉睡的招牌，  
也唱出來了輕盈的雲朵，  
唱出來了明亮的早晨的太陽。

## 文具們的晚會 古子昕

書架上流動著黑色的夜，  
店裡流進來大海一樣藍的夜，  
文具店裡的鐘噹噹的響了十二下，  
可愛的文具就一起醒過來了，  
請花兒們指揮螢火蟲們的樂隊來伴奏，  
這奇異的晚會就開場了。

第一個是尺和原子筆的華麗特技表演，  
彈跳起來的叮叮噹噹響的聲音很悅耳，  
緊接著是彩虹筆們來演歌劇，  
一高一低的叮咚響，  
三角板和量角器可真活潑生動，  
一對尖來一對圓，  
別開生面的演話劇，  
蠟筆和鉛筆只會笑，  
不停地喊好，不停地鼓掌。

噁哩咕嚕的真熱鬧，  
最後是文具們的大亂鬥，  
他們吵醒了沉睡的燕子，  
他們吵醒了沉睡的月亮，  
也吼來了勤勞的蜜蜂，  
呼喚出來了快樂的早晨的太陽。





# 四年五班

導師：王韻婷/邱婉婷

文具店的晚會 胡煜秀  
當文具店裡的店長發出「呼嚕！呼嚕！」的聲音時，年輕的文具們就都一起醒過來，請月光指揮老鼠來伴奏，這快樂的晚會就開了場。

第一個是鉛筆和橡皮擦的追逐戲，鉛筆一跑，橡皮擦就追，緊張的不得了；緊接著是筆記本和原子筆來演默劇，一字一句都充滿熱情的感覺；毛筆和墨汁可真逗趣，一隊白一隊黑，扭腰擺尾的跳街舞；最後是全體文具的大會操，他們跳來了活力四射的早晨。



文具店的晚會 蔡蕾娜

文具店裡的電燈一個一個地關上，文具們就一起醒過來，請貓頭鷹指揮壁虎來伴奏，這美妙的晚會就開了場。第一個是橡皮擦先生，跳著圓舞曲，一左一右的跳著；緊接著是紙張小姐們，跳著輕快的芭蕾舞；尺和鉛筆真熱情，一來一往唱著情人歌曲；筆記本和膠水來湊熱鬧，不停地大笑，不停的尖叫。

跳完叫哇真快樂，最後是所有文具們的大合唱，他們唱醒了沉睡著的陽光，也唱來了剔透的露水，唱出來了美麗的早晨的日出。

文具店的晚會 邱于恬

窗外佈滿了白色白色的濃霧，濃霧裡有一點一點的亮光，突然，有一道刺眼的月光照進屋內，這特別的晚會就開場了。

特別來賓是筆和筆記本，第一個參賽者動物橡皮擦，它們帶來一場雜耍表演，再來是尺和筆芯盒，尺變成翹翹板，讓筆芯在上面跳上跳下，緊接著是重頭戲——魔術秀，筆在筆記本畫來畫去，要觀眾猜它上面畫了什麼，文具們左思右想就是想想不到，直到有一個粗粗低沈的聲音說我知道，是你自己的自畫像，原來這個文具是聰明的字典，臺下的文具都大聲拍手。

最後文具們都玩累了，都跑回自己區域睡覺，等待下一個夜晚……



# 四年五班

我的網路生活

蕭妤姍

導師:王韻婷/邱婉婷

網路可以查資料、玩遊戲、社交，還有疫情很嚴重時，我們在家裡線上課程也需要網路。

網路有很多優點，例如，隨時在外可以查資料很方便；玩手遊時，在家可以跟朋友連線組隊，不受地點限制；使用社交軟體可以視訊，面對面說話就像她在我旁邊一樣；現在的學生都可以使用線上課程的方式來學習，或者利用網路影片自我學習，有網路是一件很方便的事。

如果過度使用網路，眼睛會覺得疲憊，就是告訴你要休息了，如果不休息，繼續看電子產品，就有可能會近視，甚至要戴眼鏡，以後吃麵和運動都會不方便。另外，如果大家沈迷於網路，就沒人聽我說話、陪我玩、教我寫功課，我就會覺得很無聊，網路害我們沒辦法好好相處。

網路對我們的生活有好有壞，看我們怎麼使用，我們要做完該做的事，才可以玩，而且適當的時間就要休息，保護眼睛，我們才能得到便利，又不被缺點影響。

我的網路生活

林琬甯

網路是一種方便的東西，我們可以用來做很多事情，像是，學習新的知識、玩好玩的遊戲、看喜歡的影片、和同學聊天.....，一大堆事情可以做。

網路的優點很多，但缺點也不少，我們先來談優點。第一，我們在做任何事情都比較方便，第二，我們可以從網路得到更多的娛樂，第三，我們能與家人、朋友保持聯繫。網路的有數不盡的優點。

不過，網路也有缺點，第一，會讓身體不好，像是近視，第二，可能會把電腦玩到中毒，第三，可能會被詐騙，白白流失許多錢。這都是令人可怕的。

我們應該要在正確的時間使用網路，而且不要亂買東西，或是亂點網站，如果你都有做到，相信網路是一個很好的資源。



林琬甯



余亞霏

# 班級剪影



蕭好姍



張美涵



陳楷彤



鍾欣彤



蘇宥潔



邱采緹



邱于恬



蔡蓓娜



蔡侑琳



胡晏濤



陳佺璇



朱陳紫晴



劉采潔



謝宥緹



陳羿綾



洪子媛

# 班

# 級

# 剪

# 影



陳雋棠



林律學



胡煜秀



林祐丞



陳煌易



黃旻謙



戴行謙



黃羽樂



游偉鑫



吳勃翰



莊焱竹

# (501) 我的美術作品



## (501) 升上高年級的我……

- ▶ 王韋昊：升上高年級我覺得我的畫畫能力變好了，因為我以前畫得很不好，但是現在我畫得很好。
- ▶ 林瑞楷：升上高年級，我希望有更多朋友，也希望各方面可以更進步，達到老師的標準。
- ▶ 江曼菱：升上高年級之後，我發現我變得更加成熟了，而且會做的事情也越來越多，溜冰的速度也越來越快，希望在之後我能越來越進步。
- ▶ 翁嘉妘：我希望升上高年級可以交到很多很多朋友，然後數學也變得很好，最後我希望我們五年一班可以越來越團結。
- ▶ 林庭楓：升上五年級的我，希望有一些比較不會得科目可以變得更進步，讓成績更好。
- ▶ 劉宸廷：升上五年級我有些害怕，因為我在四年級的時候有很多的好朋友，但是我們都分開了，所以我怕我會沒有朋友。
- ▶ 林書琦：升上高年級時，我覺得一定可以學到很多知識，也可以交到很多好朋友。
- ▶ 李家妤：我覺得升上高年級的我長高的速度變快了，每天功課錯誤的題目也變少了，而且更用功了。
- ▶ 賴依晴：升上高年級我希望數學和自然可以進步，也希望可以長更高。我想要考到好成績，當選模範生、所以要當個好學生。
- ▶ 吳捷宇：升上高年級，我覺得我不只長高了、變壯了，心靈也長大了，不再像以前以前一樣那麼愛生氣。我也認識了許多好朋友，國語成績也進步了許多！但是升上高年級我還是有許多需要進步的地方。
- ▶ 游宇翔：升上高年級，希望我能努力加強學習能力，能多運動，把跳繩練得更好。
- ▶ 鄧永強：升上高年級我希望以後的考試，能考得好，還可以認真學習、認真上課不要分心。
- ▶ 邱毓博：我希望升上高年級之後可以交到更多朋友，並且把不太有把握的科目全部複習一遍，讓成績更進步。
- ▶ 陳文明：升上高年級時，我覺得自己的身高越來越高了，也不會像以前這麼沒禮貌了。
- ▶ 蕭博駿：升上高年級的我變得很厲害，因為功課都寫得很好，有好多的一百分，真開心！
- ▶ 林彥廷：升上高年級後的我覺得我跳繩的速度有變快了，因為我幾乎每天都有跳繩。
- ▶ 侯昀彤：升上高年級的我，希望可以把以前的壞習慣丟掉。不再打架、不寫功課、上課吃東西……。但我也有些擔心，因為六年級時我要搬家，也要跟同學分開了！
- ▶ 黃雨柔：我想交到更多新朋友。我發現升上高年級後的自己長高的速度變快，各科成績的分數也跟著升高了。

## 和同學去六福村 502 卓芯筠

今天是十一月九日，正是校外教學的日子，我開心到昨晚都睡不著覺了，一到學校，原本很晚到的同學，今天就像忍者一樣飛奔到教室，之後我們就上了遊覽車，準備出發去六福村。

一下遊覽車，每一位同學都凍的瑟瑟發抖，聽完旅行社的人員解說，我們就全力衝向遊樂場裡，首先我們先玩飛天魔毯，當時老師也和我們一起玩，當下我們全部都在尖叫，因為太刺激了，接著我們和老師去玩了大怒神、火山歷險記、海盜船、老油井；‘雲霄飛車、咖啡杯.....等。

最讓我懷念的是笑傲飛鷹和老油井，笑傲飛鷹的速度很快，快到我都來不及尖叫就結束了，而老油井跟海盜船很相似，只是它會三百六十度轉，搞得我好暈也好可怕，之後我們就去吃午餐，我們班的桌子上有各式各樣的食物，好像來到五星級餐廳一樣，很快就到了集合的時間，我們紛紛排好隊準備上車。

上遊覽車以後，很多人累得呼呼大睡，看著六福村慢慢離去，心裡竟有些不捨，很希望下次還可以再來六福村。

## 疫情帶給我的影響 502 涂廷榛

去年過年的時候，我在新聞報導中不斷的看到有人感染新冠病毒而病倒或死亡，讓我感到害怕、擔憂。記得以前老師有跟我們說過，病毒比細菌還要小很多倍，需要在活體內才能生存，但它卻又不容易被發現，而且傳染性極高。

政府因疫情的變化做了相關規定與措施，而我的生活也因為疫情也有所改變與調整，像是每天都要線上上課，不能去逛夜市.....等等。

因為新冠病毒的關係，讓大家在生活上都產生了一些改變。自從那時候，只要上學時間，校門口的導護老師一定會依求每一位學生都要量體溫和戴口罩。萬家噴酒精消毒。老師總是會耳提面命的告訴我們注意與同學之間的安全距離，雖然有時候口罩戴太久會感到呼吸不順，但為了安全起見，這一點點的不舒服是可以克服的。

政府希望我們在防疫期間盡量不要在人多的地方吃東西，也盡可能外帶回家食用，希望病毒快點消失，我們就可以不用再戴口罩出門，並恢復原本的生活。

# 游泳課結訓頒發結訓證書



# 游泳課結訓頒發結訓證書





## 太陽

陳威廉

太陽是個作息很規律的人，  
每天都很早起，  
每天都很晚回家。

太陽雖然很大，  
但是  
也有它照不到的地方。

太陽像是天空中的地標，  
又大又亮，  
一睜眼就看得見它。



## 日月潭 胡栢瑞

湖水

邵族獵鹿到此處，  
青山水色在眼前。  
此地舊稱水沙連，  
成為邵族新家園。

碼頭

湖面平靜，  
遊艇穿梭；  
人潮來往，  
絡繹不絕。

纜車

纜車懸空，  
搖搖晃晃，  
彷彿地動，  
讓人驚慌。

湖中山色，  
景色迷茫，  
非常漂亮。

如此豐富、美麗的地方，  
我想，  
一來再來，  
百看不厭。

林威燁作品



## 小花 陳品嘉

小花像化妝品，  
把大地點綴得更美麗；  
小花像雞冠花，  
遠遠看去，  
紅得像一團火；  
小花像一位舞者，  
風吹來，  
小花不僅跳得漂亮，  
還被太陽公公誇獎。



# 5年3班 詩地

## 石門水庫

羅楚玄

蟲鳴鳥叫，  
有如晨間廣播，  
優美而平淡。

微風拂過，  
有如跟愛人相擁，  
安心而放鬆。

綠油的草原，  
有如一張棉被，  
溫暖而窩心。

石門水庫如世外桃源，  
也像家一樣，  
舒服。



## 貓咪

汪羽

貓咪像個黏人的女朋友，  
整天在你身旁叫來叫去，  
一下在你旁邊喊餓，  
一下跑到你腳邊滾來滾去。  
貓咪還真有優點，  
可以直接用牠的爪子抓癢。

### 王丞邑作品



## 5年3班 詩地

## 股窗蟹

梁芮誠

股窗蟹像個勤奮的畫家，  
一下畫出美麗的扇子，  
一下畫出漂亮的鳥兒。  
有一次，  
甚至還畫出栩栩如生的翠鳥兒。

股窗蟹像個勤奮的建築師，  
總是挖一個個小窩，  
十分辛苦又賣力。



## 螞蟻

鍾新霆

螞蟻像個忙碌的搬運工，  
整天都在扛著東西。  
螞蟻是個建築大師，  
用泥土蓋了高樓大廈。  
螞蟻是個團隊合作的人類，  
當敵人來，  
螞蟻會攻打回去。

## 白沙灣

陳婕妤

淺淺的海灣，  
湛藍的天空，  
金黃的沙灘，  
這就是我們美麗的白沙灣。

美麗的大海，  
活潑的小魚，  
可愛的章魚，  
都是白沙灣的原住民。

一瓶瓶的飲料罐，  
一堆堆的垃圾，  
是人們製造的產物，  
收回吧！  
白沙灣不需要。

## 三仙台

張允謙

空蕩蕩的海岸邊，  
放眼望去的沙灘，  
數千萬數不清的石頭，  
圍繞在海岸中的橋樑，  
都像軍人保護著海岸。

海浪緩緩的打上岸，  
美麗的夕陽，  
讓人美不勝收。  
夕陽西下去，  
跟蔚藍的海洋說再見，  
黑夜降臨，  
星空照耀下的三仙台，  
晚安。

# 5年3班 詩地



## 風

朱奕潔

風是一位音樂家，  
在樹林中彈奏一首又一首的曲子；  
風是一位藝術家，  
在沙漠中畫出一幅又一幅的畫作；  
風是一位頑皮的搗蛋鬼，  
在大街上吹得落葉到處是。  
每當他大發雷霆時，  
路樹就遭殃  
東倒西歪常有的事。

## 哥哥

彭鴻鈞

哥哥像隻烏龜，  
吃飯老是慢吞吞；  
哥哥像個貪玩的小孩，  
常常忘了休息一下；  
哥哥還是個愛哭鬼，  
每當媽媽罵他時，  
他就只會哭。





## 冰淇淋

莊彥穎

冰淇淋就像一把不能給人撐的傘，  
每天一直撐著自己，  
不給別人撐。

冰淇淋還像一棵水果聖誕樹，  
身上戴著許多水果裝飾品，  
讓人看了就想咬一口。

字典像是有學問的萬事通，  
在我的功課不會時，  
它都會幫助我。  
字典像個小頑皮，  
常常讓我搬呀搬不動。  
字典還是個膽小鬼，  
每當同學翻它時，  
它都害怕得讓人翻不開。  
字典像個小笨蛋，  
連加減乘除都不會。

## 5年3班 詩地



## 阿里山

楊馥臻

**野柳** 陳可加

高貴的女王統治萬石，  
海風輕唱，  
一片藍藍海洋環繞。  
斷崖潮汐暗藏危機，  
巨浪拍打，  
一陣白白浪花四濺。  
中秋之夜設立燈光，  
滿月高掛，  
一場閃閃雷射照耀。  
自然風光雖近，  
鬼斧神工久遠。  
野柳地質公園好奇妙，  
女王頭和仙女鞋來相伴。

天邊一個大火球，  
靜看，  
一陣火光照在地面，  
陽光破繭而出。  
林間數場鳥兒的演奏會，  
靜看，  
海量般的花朵同時綻放，  
小草隨風搖溢。  
遠方看見徐徐輕煙，  
靜聽，  
幾聲歡呼如風吹過，  
火車上裝載滿溢。  
快樂的氣息擁抱這片山林，  
靜看、靜聽每個鳥叫聲和風景，  
你怎能不愛上這裡？

# 五年四班 兒童真情家書

親愛的爸爸、媽媽：

再過一個多月就是我的生日了，每過一次生日我就長大了一歲，也就代表你們又不又不厭其煩的照顧我一年，感謝你們對我的愛。

回顧過去，在生命中的每一天，總能看到你們的身影，從我剛學會走路，上幼兒園，國小第一次考一百分……等，都有你們的陪伴，感謝你們一直以來的悉心照顧，你們總是站在我背後不遺餘力的教導我，督促我。

永遠愛你們的兒子 吳昕敬上

親愛的媽媽：

您好，謝謝您對我的養育。我有話想要和您訴說，讓你知道，我真得很愛您。記得在某一個清晨，我的肚子突然發生劇烈的疼痛，那時，您趕緊帶我去醫院，經過檢查後發現情況十分嚴重，當時直接住院二、三週。而這段時間陪伴我最久的是您。過程中，您更是細心的教導我課業，使我不致於落後別人，我真心感謝您。

愛您的兒 明宥敬上

親愛的爸爸：

您好，我們不知不覺就認識快十二年，謝謝您這幾年來陪著我的每一天，雖然我常讓您生氣，也常考得不太理想，但您從沒有放棄我，反而更認真的教我。您時常鼓勵我：「妳要把自己當成目標，每多一分就是妳離那個很強的沛恩又前進了一步。」使我努力向前邁進。謝謝您對我的包容與關愛，也謝謝您為我付出的一切，以後的那些日子，請多多指教喔！

愛您的女兒 沛恩敬上

親愛的爸爸和媽媽：

你們好！

十年前的我才剛出生，你們臉上有著歡樂的淚水和幸福的笑容。但我明白你們是歷經千辛萬苦，從一次又一次的失敗到放棄，又突然降臨的奇蹟——我。真是得來不易，在你們懷抱呵護中我逐漸長大。歲月匆匆當暮然回首時，我已亭亭玉立，好夕感恩的話想要對你們訴說。謝謝你們無時無刻的照顧和陪伴，媽媽甚至為了我而辭掉工作，全心的照料我。當我聽話的時候，你們也很有耐心的教導我；當我害怕的時候，我身邊總會有天使般的你們來擁抱我；當我快樂的時候，你們總是比我更感到快樂。這樣的幸福時光，我點滴在心頭。

女兒 宇晴敬上

靜態素描作品—莊甯宇

許新妮

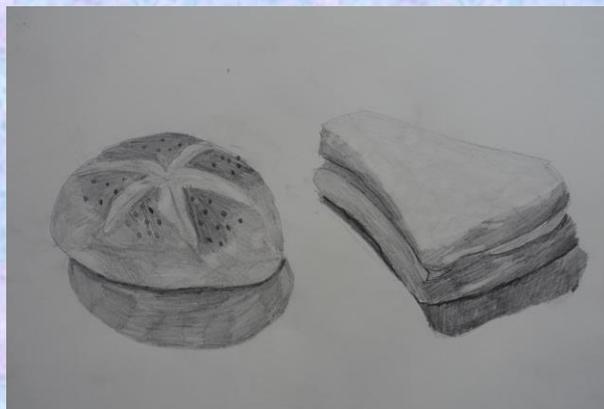
江品樂

劉山嶽

葉佳寓

廖怡均

國語課程之偵探劇場、戶外教學之六福村





### 最好的距離 魏澈

這兩年因新型冠狀病毒入侵台灣的關係，造成了許多人的傷亡，這也因此造就了我們的室內1.5公尺，室外1公尺的距離。目前有許多疫苗紛紛出爐，讓大家產生能夠對抗病毒的抗體，希望大家能夠盡快施打疫苗，並遵守防疫的規則。

所謂的距離不只有一種意思而已，而是還有很多距離的意思，比如說：「考試的時候大家的桌子要保持距離，就是怕考生們考試作弊」，也有一種距離是：「吵架的時候最好讓他們保持距離，不然會越吵越旺盛」，還有：「炒菜的時候要和鍋子保持距離，以免被油噴到或燙傷」，最後最重要的是：「看手機、電腦、書和電視的時候一定要保持距離，不然看多了傷眼睛」。

距離在生活上是很常見的，有些人會用他來保護自己。有一次，我在廚房幫忙奶奶炒的時候，我把大蒜放下去時，油就像喝了什麼精神飲料一樣，四處飛濺，我一直往後退，但還是被噴到了，這次的事情，害我的手臂足足痛了三天，所以炒菜的時候一定要小心。現在3C產品變多了，對人們的生活更加方便，但卻對人們的視力有害，近年來近視的人越來越多，如果近視繼續加深的話就可能會失明，我從小就知道看3C不能看太久，但直到我升上三年級時才知道近視有多痛苦，所以3C不能看太久，看的時候也要保持30公分的距離，用眼20分鐘，休息30分鐘，希望大家都能做好視力的保健。

武俠小說家古龍曾經說過：「夢想決不是夢，兩者之間的差別通常都有一段非常值得人們深思的距離」。這句話的意思是：「當你要實現夢想時，它的過程是很值得去體會的」，所以不要害怕距離有多長，只要有努力，就有可能實現，所以只要有夢想，就不要放棄，一起堅持到最後一刻吧！

### 最好的距離 杜伊妮

生活中人與人保持適當的距離是必要的，但是為什麼要保持距離？保持距離是什麼意思？有的人是真的不知道，讓我來告訴你吧！

人與人之間保持距離才不會讓別人知道你的隱私，每個人都是獨一無二的，當然隱私也會不同，有的秘密只有自己懂，沒必要全部都告訴別人，太多的人知道你的秘密可不是一件好事。

保持距離的意思就是不要天天都黏在一起，人都是這樣走得太近就容易吵架，才不會因對方講話依些細節導致大家不開心；人與人之間保持一點距離才不會讓彼此感到太膩煩，才不會那麼容易吵架，才不會讓對方感到不舒服。

「保持距離」這四個字有很多種意思，但是千萬不要把它誤解成「離他遠一點」這兩個詞完全不一樣，保持距離是一個避免他人造成不必要的誤會的詞，「離他遠一點」是一個帶有歧視意味的詞，意思完群不同，絕對不要會錯意了！





### 最好的距離 劉濬為

對於「距離」這個詞的定義，大家有不同的看法，你覺得距離甚麼呢？防疫的安全距離？友情的距離？愛情的距離……？但是距離如果拉得太遠或太近，這樣會讓對方產生反感或討厭的感覺，不論是任何的距離，都應該要保持適當的距離，並且不侵犯他人隱私並給予一定的空間，這樣才是最舒服的相處方式。

對親情的距離來說，就像「刺蝟取暖」的故事一樣，兩隻刺蝟為了取暖靠在一起，但是身上的刺讓對方感到不適，但分開後會感到寒冷，於是他們反覆地試了又試，終於取到最安全的距離。所以說，只要我們保持適當的距離，就可以讓我們產生彼此的聯繫，不要死纏爛打，因為會讓對方感到不舒服更會破壞感情。在日常生活中，與家人相處時，做錯事了就要坦白，但還是要保持一些私人空間，不用每件事都跟家人說，這樣雙方就會感到舒服，也可以彼此尊重，關係也部會拉得太進或太遠，還可以保持最佳的距離。

對友情的距離來說，雖說友情不應該隱瞞，要把自己的心裡話出來，因此，就可以更了解對方，但把心底話全講出來，也不一定能維持彼此的友情，甚至會感到厭煩。所以要在適當的時機分享，這樣對自己和朋友才是最適當的距離。再來，就是現在大家常提到的防疫社交距離。防疫中為了保護別人也保護自己，於是規定出了防疫的社交距離，這跟刺蝟取暖的故事一樣，如果太近，會傷到對方；如果太遠，又會取不到暖。因此室內1.5公尺；室外一公尺的距離，不但可以與別人對話，也能落實防疫規定，共同降低社區感染風險。

我覺得不管是哪一種距離，都一定有一個最適當間隔，像刺蝟一樣，最後終於找到最適當的距離取暖，不要侵占對方的隱私，並給予對方一些私人空間，才是最好的距離。



世界上有各種長短不一距離，但哪一個才是最好的距離呢？是車與車之間的安全距離呢？還是排隊時人與人之間的距離？我認為都不是，心與心之間的距離才是最好距離的可能。

心與心之間的距離就是感情，不管到哪個角落你都可以想起它，不會受到空間阻礙。

小時候，姐姐一直照顧我、陪我玩，還不忘帶好吃的東西給我吃。有一次，姐姐去一家知名的蛋糕店，也不忘買店裡最好吃的蛋糕給我。如今姐姐已去國外求學，我們偶爾會在電話裡聊天，問候彼此的近況，我們之間的情感沒有因距離而疏遠，感覺姐姐還是像小時候那樣陪著我、關心我，不曾離去。

露營時，當我們的桌遊進行到緊張刺激的時刻，突然出現了一隻可恨的小怪手，破壞了我們美好的桌遊時刻，當下我對他們感到十分厭煩，但他們沒辦法參加露營活動時，又十分想念他們。怎麼會見面覺得討厭，沒見面又有些想念呢？

心與心之間的距離是情感，不管我們相聚有多麼的遙遠，我們都能感受到親人對我們的關懷與愛護，這就是最好的距離！



小兔剪花

左：邱昱嘉  
右：黃湘婷

字典上「距離」的意思是時間或空間的間隔，可見「距離」會出現在各式各樣的情況中。

我覺得最好的距離是疫情時的社交距離，新冠肺炎時好時壞，絲毫不可輕忽，室內保持一點五公尺，室外保持一公尺的距離，這很重要。因為病從口入，不保持距離，病毒很容易飛到別人身上，讓人生病。

我覺得最好的距離是行車的安全距離，如在雪山隧道小型車要保持五十公尺，大型車要保持一百公尺的距離，不管任何車種都要有安全距離，否則容易造成追撞事故，非常危險！

我覺得最好的距離是使用3C產品的距離，手機約三十公分；平板約三十至四十五公分；桌上型電腦約四十五公分至六十公分；電視則要一至兩公尺左右，這樣眼睛才不會近視唷！

距離是每天環繞在我們身邊的，出門要保持距離以策安全，寫功課要保持距離才不會近視，可見距離對我們來說有多麼的重要！掌握各種最佳距離，也許是生活開心、愉快的不二法門唷！



劉宣蒂



湯瑀恩

小兔剪花



鄧澗湘

# 壩川兒童

## 最好的距離

徐明安

所謂的距離是對兩個物體的位置相距多遠。當一個人想跟另一個人見面時，卻無法相見，這究竟是上天的捉弄，還是命中安排呢？在這醫學先進的世界，在強大的病毒面前如同薄紙一般的弱小，疫情一下就蔓延了開來。

因為疫情許多餐廳都陷入了掙扎，讓我們與它們的距離越來越遠。那些我們以前最愛的餐廳，有些已經永遠消失，有些已成功轉型，在災難面前，普通人的能力真的太弱小，我們只能靜靜的看著災難發生，讓醫療人員在最前線戰鬥。現在的醫生們都無法回到家去見家人，就連患者也是如此。當你覺得在家很無聊時，他們只想回家，但為了保護我們，只好與我們分開，讓「距離」與來愈遠。

在此已有數不清的人經歷過妻離子散了，跟著時間慢慢的一點一滴的流逝，你根本不知道對方下一秒會怎樣，可能會拉近你們之間再次相遇的距離，也可能永遠不能再次相遇，這是多麼令人晴天霹靂啊！世上最遠的距離是「看得到見不到」，明明你愛的人或家人就在眼前，你卻無法上前見面和對話，這是何等撕心裂肺的事啊！是令人多麼心痛的事啊！

我們應多多陪陪家人，不然有一天我們離家人的距離越來越遠，見不到面，後悔也無濟於事。

距離有遠有近，有難過、有開心。距離沒有方向性，但有不確定性，可能就在你身邊，但你沒發現；也可能，就在眼前，卻因為某些因素無法相見，這就是最好的距離吧。

林雅婕

你覺得最好的距離是多遠呢？是十公分嗎？還是一公尺的距離呢？我覺得不管是對誰，都要保持一隻手臂長的距離，這樣不會給對方太大的壓迫感，也不會讓對方感到不舒服。

如果是好朋友的話，你們都覺得和對方聊天、玩遊戲可以保持十幾公分的話，那也可以，不過要雙方都同意，不然可能會讓對方覺得不舒服，所以一定要注意一下，不要一不小心就忘記保持良好的距離，保持最好的距離可以讓大家都比較放鬆。

現在是最需要保持距離的時候，在防疫期間如果有人們近距離的站著可能就會被傳染，因此現在大家更是要保持1.5公尺以上的距離，1.5公尺就是現在最好的距離，不過如果是醫生面對病人的話，可能就離一隻手臂長，但那就是他們最好的距離。

在每個人心中都有自己認為的「最好的距離」，但不是每個人的想法都一樣，所以做事情前要先想一想，可不可以這樣做，不要讓別人不舒服！

# 壠川兒童

程宣甄

人與人之間所需的最佳距離是，找到遠不孤單，近不受傷，剛剛好的距離。韓國有一位精神科醫師在新書「你和我之間」，我們要如何做，才能透過人際關係中感受幸福，並且成長，我們扮演不同的角色、年紀，如何找到最舒服的距離？

當我們從遠處眺望森林時，會覺得森林的樹木似乎是密密麻麻地排列在一起。然而，很神奇地，當我們走近一看，會發現樹木與樹木之間都存在著適當的間距，它們彼此之間是保持著一定的距離在生長。我一直好奇究竟原因是什麼？翻閱資料後找到一位研究樹木學者的作品，經由他書中詳細解說才得以解惑。原來若是樹木彼此太靠近，為了爭奪更多的陽光，就必須向旁邊伸展，然而，如果只是橫向發展，受限於空間，將無法長出更多的樹枝和樹葉，讓整棵樹木都變得更強壯，結果兩棵樹都會長不好，變得很細長，如此一來，即使面臨弱風也將無法承受而倒下。人與人之間需要保持距離，一如樹木之間為了讓彼此都能順利地長成大樹，就要有適當的距離。

想像一下，假使對方太靠近我，那麼我可能會以為他想要完全依賴我或管束我，而感到害怕。相反地，假使我想要保持距離，一個人自由自在的生活，那麼對方可能會擔心被獨自拋下。因此，保持一段靠近也不會受傷，疏遠也不會感到孤單的距離，其實對彼此而言，都不是件容易的事。



你我之間最好的距離是，遠不孤單，近不受傷，肯定有一種最好的距離，我們到底如何找到最好的距離呢？

從高處俯看森林，會覺得森林的樹木密密麻麻的。當我們走近一看，會發現樹與樹之間都有著適當的距離。如果沒有保持距離，就無法長出樹枝和樹葉，無法長出樹枝和樹葉，無法讓樹更強壯，最後，兩棵樹都會長不好。

想要保持一段靠近也不會受傷，疏遠也不會感到孤單的距離，其實對彼此而言，都不是件簡單，且容易辦到的事情。哲學家 亞瑟·叔本華借用刺蝟來解決這個問題。在冬天，刺蝟為了藉由彼此的溫度取暖，但靠得太近時，又會被對方的刺刺傷。因此，刺蝟就不斷的靠近又退開，分明有一種距離是可以感到溫暖，避開寒冷的方法，於是刺蝟找到了最好的距離。

你我之間最好的距離是，遠不孤單，近不受傷，最剛好的距離。



未來藝術家課程



彭明鑰



蘇千淮



傅國菲



陳孜濤

在疫情嚴峻的時期，許多人都要居家辦公，或上網路課程。在這段時期，人們對3C產品的依賴越來越深，因此，我認為最好的距離是眼睛與3C產品的距離，我們必須保持這個距離，以免造成眼睛的傷害。

當我們在使用電腦時，應當保持七十公分的距離，而高度以平視為準。如果過度使用電腦的話，會造成眼睛酸澀、容易疲勞……，每天都會感到坐立難安，無法專注的做事，壞處不勝枚舉。因此，我們要遵守原則，在上網路課程時才能安心上課。

當我們在使用手機時，要保持三十到四十公分的距離，且使用一段時間後，應休息一下，以免用眼過度，造成眼睛的負擔，像是乾眼症、白內障等等。在『滑』手機的時代裡，看到這種「眼睛」的症狀，已經不足為奇了呢！

每天做完學校的功課，許多人總會坐在電視螢幕前，收看自己喜歡的節目，而如果沒有保持適當的距離，會使眼睛視力越來越差，所以每次看電視時，要保持兩公尺以上的距離，且觀看一段時間後，要望遠凝視，減緩眼睛的疲勞。

在疫情嚴峻的時期，不管是3C產品還是人與人之間的距離，都應該保持「最好的距離」讓我們平安度過這次的疫情。



黃宥慈



林榆駐



范薛藝

生活中有許多不同的距離，有長的也有短的，有寬的也有窄的，有高的也有低的。在不同的情況下也要有不同的距離，這些距離對我們來說非常重要，如果失去了距離，事物可能面臨失控的危機。

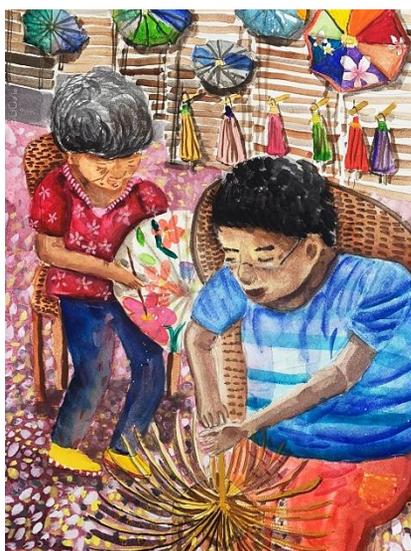
生活中和我們息息相關的車子與行人就是常見的例子。行人與車子之間需要保持安全距離，若失去了這個距離，交通事故便由此而生。紅綠燈與交通規則，提供了可依循的規範，確保大家的交通安全。這兩年新冠肺炎疫情嚴峻，衛生當局制訂了人與人之間的防疫距離，期望以此防堵病毒的肆虐。各種情況下，有不同的距離要保持，以維持生活的正常運作。

科技的日新月異與網路的無遠弗屆，為我們帶來了資訊與便利的生活。然而，也縮短了我們與毒品、犯罪的距離。更進一步，在網路世界與現實生活，也該有清楚的界線來劃分。如果失去了安全距離，便可能演變為成癮的問題。

生活中以各式各樣的距離，不管是什麼樣的距離最好的距離就是透過不斷的學習與修正，和周遭的事物建立良好安全的距離。



徐振翔



陳靖儒



彭詩琰

# 向日葵班校外教學



## 老貝殼休閒農場

《老貝殼休閒農場》體驗～這是向日葵班  
疫情以來的第一次校外教學！小朋友們都非常  
期待唷☺農場裡有多項設施

猜猜我們最喜歡哪一個呢？

沒錯！就是彈跳床！



視

友

見

面

會



疫情之下，許多的聚會無法如期舉行，不過網路視訊讓我們可以隨時關心朋友、送上溫暖的祝福

向日葵班相約－臺北市東湖國小元氣一班的同學舉辦線上聚會，大家在鏡頭前都十分熱情，大方介紹自己的興趣和問候對方，孩子們都超級開心😊

首次視友見面會大成功!!!!!!



# ADHD是什麼呢？



因為注意力沒辦法保持集中，常常活動量很多，有時也很衝動，沒辦法控制，真的是超級有活力！

## ADHD的優點

愛跟大家聊天

活力滿滿

是個開心果

是個小觀察家

老師的好幫手

聰明金頭腦



## ADHD的挑戰以及解決好方法

有時會忘東忘西 → 我需要備忘錄  
很難去控制衝動 → 我需要提前鼓勵  
不想做複雜工作 → 試著分成小任務  
上課突然會發呆 → 動動筆、提醒我



# 超有活力的你 認識ADHD

下面是「ADHD-超活力者」的模樣！  
你有曾經看過，或有像這些一樣的時候嗎？

- 別人說話時，我常常沒聽清楚。
- 老師還沒問完，就先回答。
- 常說「啊！忘記帶東西了！」
- 體力超好，一直跑都不會累！
- 回答問題都很有精神。
- 旁邊有特別的東西，常常第一個發現。
- 不太喜歡排隊，喜歡當第一個。
- 喜歡敲敲打打聽聲音。
- 不想一直坐著，想扭一扭、走一走。
- 很喜歡一直說話。
- 不用叫，超主動幫忙做事。

若你發現自己有源源不絕的活力  
歡迎來小太陽班聊聊天哦！

幼

兒

園

西瓜班主題課程「中壢散步趣」透過貼近孩子日常生活的經驗出發，西瓜寶貝們分享：「散步可以讓人心情變好、是每天都可以跟家人、同學一起做的事、散步可以讓身體變健康」，孩子對於散步有 100 種不同的解讀喔！

在探索過程當中我們陪伴孩子用他們的步調探索校園及社區，最近寶貝們想了解什麼樣的植物適合種植在自製的陶土小花器中，於是出發去尋找答案，我們一起散步到學校附近的壠小森林故事、澗仔瀝環境教育中心，發現我們生活的「中壢」是這麼有趣的地方呢！



萬聖節闖關：校長當關主



西瓜寶貝照顧小盆栽



造訪壠小故事森林



在校園裡玩吹泡泡遊戲



小西瓜萬聖節裝扮



小西瓜萬聖節裝扮



西瓜寶貝創意彩繪背包



西瓜寶貝創意彩繪背包



合作完成主題共構網絡圖



西瓜寶貝套圈圈變魔術



合作完成主題共構網絡圖



參觀潤仔瀝環境教育中心

葡萄班是中小班的寶貝，從家庭進入學校學習需要許多的勇氣，因此在「我愛上學」的主題學習中，寶貝們學習介紹自己、認識新朋友、認識老師、認識學習環境，進一步進行藝術創作，將自己的相片布置成一張卡片，布置在作品區中與大家分享，在中秋佳節中，我們用柚子創作一個可愛的臉，與家人分享中秋的喜悅，也和好朋友動動小手捏陶土，和好朋友们一起玩大龍球，坐上遊覽車進行安全演練，點點滴滴的有趣活動，讓葡萄寶貝越來越喜歡上學了！



我的相片小卡分享會



我的相片小卡分享會



我的相片小卡分享會



我的相片小卡分享會



我的相片小卡分享會



中秋柚子小臉創作



中秋柚子小臉創作



中秋柚子小臉創作



多元素材進行創作



有趣的捏陶活動



葡萄班師生一起玩大龍球



老師陪我們進行遊覽車安全演練

飲食和我們的生活有著密切的聯結，開學正逢中秋佳節，於是蘋果班從綠豆糕出發，希望透過「小廚師」的主題課程，讓孩子從實際烹飪過程中，透過感官去體驗並發現製作餐點的樂趣，培養對自己的自信心與成就感。蘋果寶貝透過觀察，發現送餐點的廚房阿姨都有固定裝扮，我們思考為什麼他們要這樣打扮？以及服裝能具備什麼功能？而有了個別化廚師服的誕生！每位蘋果寶貝都有喜愛的料理，我們將料理分類，票選出最愛的一類，試著將其製作出來，我們都是具有研究精神的小廚師喔！



香噴噴綠豆糕



香噴噴綠豆糕



中秋節綠豆椪



中秋節綠豆椪



好吃柚子水果優格沙拉



好吃柚子水果優格沙拉



製作萬聖節餅乾



分享萬聖節餅乾趣~



分享萬聖節餅乾趣~



醃小黃瓜



醃小黃瓜



拜訪維克早午餐

122歲的中壢國小陪伴許多莘莘學子成長，曾經一起玩耍的操場、曾經充滿笑聲的教室、曾經影子熠熠的老樹，都將隨著新校舍的興建而向我們說再見，櫻桃班的寶貝想用自己的方式，感謝老學校的人事物，透過四歲五歲的視角，看新學校從平地而起，看舊校舍走入歷史，孩子們透過訪問校長、警衛、護士、校友，來認識中壢國小的故事，並且用攝影、繪本創作等方式，紀錄中壢國小最後的身影，讓未來回憶時，還能看見曾經的美好。



櫻桃寶貝們開學相見歡



透過校園寫生記錄下美好的畫面



用更高的角度欣賞壢小校園



櫻桃小记者：採訪營養師



校園景物踏查



分組活動



壠小故事森林之旅



櫻桃小記者：採訪校長



櫻桃小記者：採訪校友



櫻桃小記者：採訪警衛伯伯



櫻桃小記者：採訪校友



櫻桃小記者：採訪校友

藝

文

作

品

# 301作品專區



301郭滕洵-姓名設計



301鍾祐霖-姓名設計



301黃宥曦-姓名設計



301邱昱涵-姓名設計



301江浩銓-美麗的花瓶



301卓芯儀-美麗的花瓶



301羅仕宇-美麗的花瓶

## 302作品專區



302全班創作-陶板



302質感怪物



302質感怪物



302范愷宸-樹



302-林妍葶-樹



302范愷宸-樹

## 303作品專區



303全體合照  
向慕夏致敬 (仿藝術家慕夏)



303全體合照  
創意建築師 (色調線條練習)



303全體合照  
小小拚被人 (色彩線條練習)



303程星叡  
一起取暖吧  
(仿克林姆《吻》)



303陳泳龍  
一起取暖吧  
(仿克林姆《吻》)



303郭筱詩  
一起取暖吧  
(仿克林姆《吻》)



303陳亮予  
一起取暖吧  
(仿克林姆《吻》)



303張喻翔  
一起取暖吧  
(仿克林姆《吻》)



303程宥甄  
魷魚章魚家族



303王宏滕  
魷魚章魚家族



303王藝龍  
魷魚章魚家族



303張苡薇  
萬聖節鬼屋



303劉宥謙  
萬聖節鬼屋



303呂沛恩  
萬聖節鬼屋



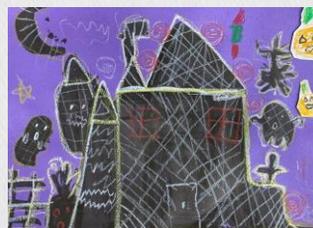
303楊德愷  
萬聖節鬼屋



303莊禮如  
萬聖節鬼屋



303張可敬  
萬聖節鬼屋



303魏妘靜  
萬聖節鬼屋



303郭玆苾  
萬聖節鬼屋

作品一：姓名猜謎

# 五年級 作品專區



501 吳捷宇



501 翁家媛



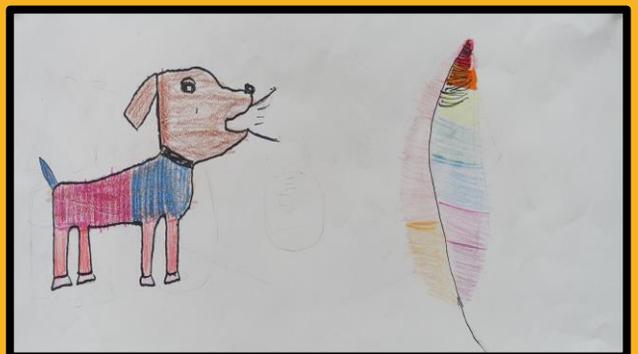
502 吳宇祥



502 黃貽琇



503 徐家溱



503 汪羽

## 作品二：美丽的百合花



501 林書琦



501 黃雨柔



502 詹翔竣



502 卓芯筠



502陳杰煦



503陳可加



503莊彥穎



503陳威廉

# 作品三：不織布手機袋

501 賴依晴



501 邱毓博



501 江曼菱



502 徐子淵



502 郭柏逸



502 林楷宸



503 陳婕妤



503 羅楚玄



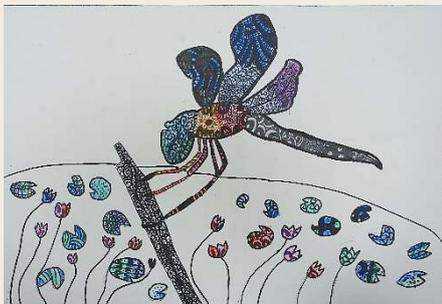
503 朱奕潔



6年級藝文課  
莊子誼老師、莊惠怡老師



602與線條「纏」綿2



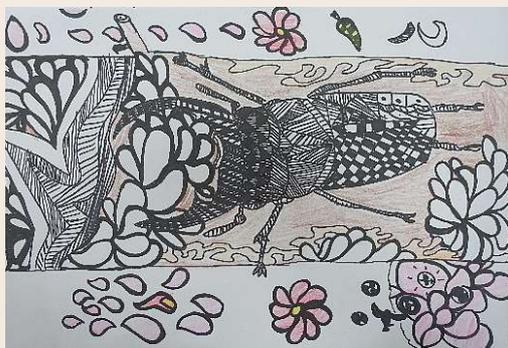
劉冠頡



章洵勝



葉亦程



許見齊



雷右仙

601動物紙雕年畫



陳愷緹



周意晟



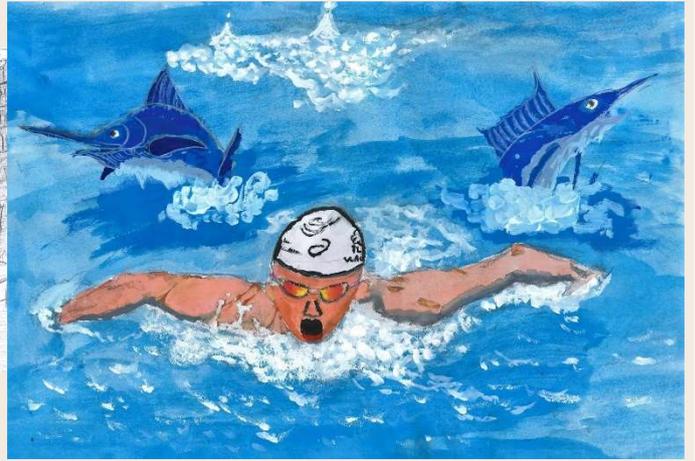
張升澤



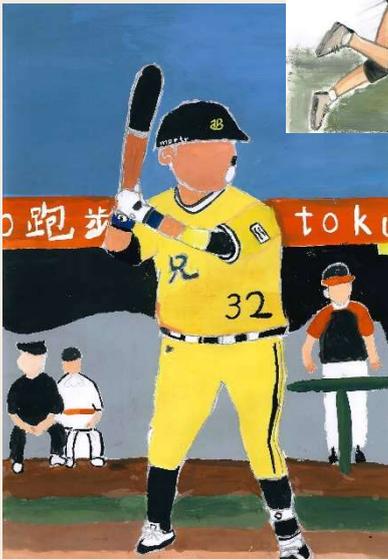
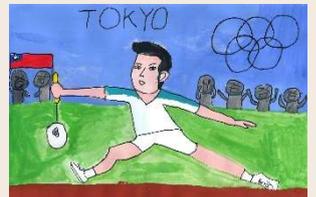
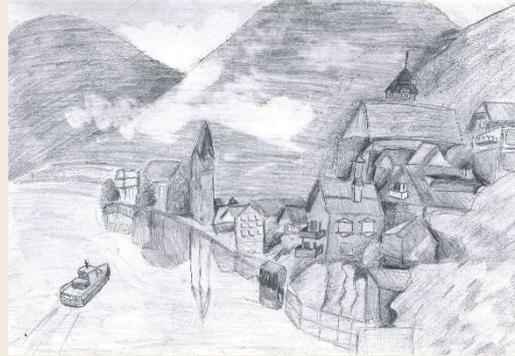
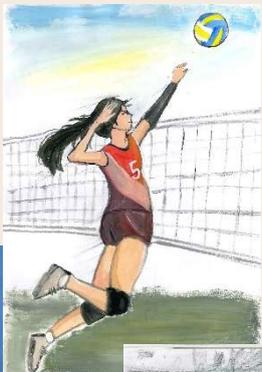
劉濬為



徐振皓



603  
藝文天地



# 美術班繪畫藝術

## 五美-團圓飯



鍾昊昕



曾宏育



李明宥

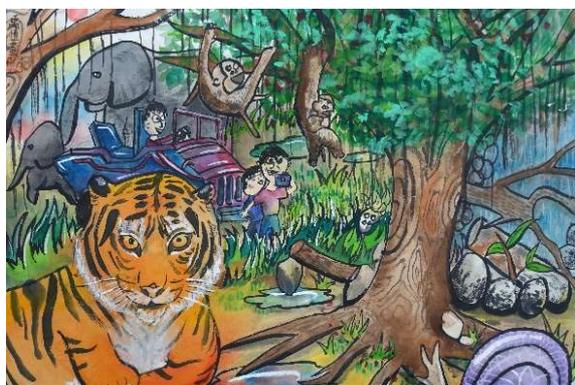


吳瑄苓



黃聖凱

## 六美-虎虎生風



彭禹恆



黃宥慈



陳靖儒



傅國菲

四美-果農樂陶陶



邱于恬



謝宥緹



蔡侑琳

三美-蓮葉何田田



江芸榛



黃羽樂



黃玗慈



楊子昊

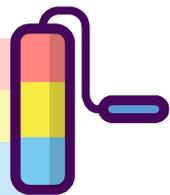


梁睿行



吳娉婷

# 美術班設計製作



三美-蠟筆彩繪-  
可愛的鸚鵡



蕭羽宸

蔡定恩

劉羿秀

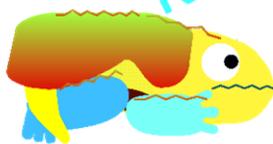


黃啟碩

史怡萍

陳奕潔

# 四美-LINE人物設計



# 五美-花卉海報



胡宇晴



吳沛恩



李昀珊



張芷瑄



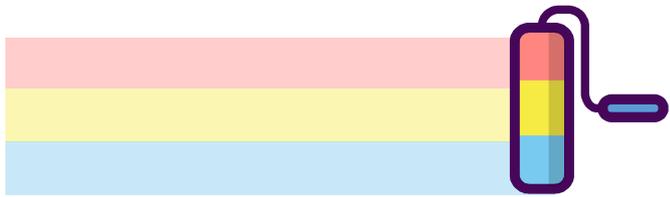
莊甯宇



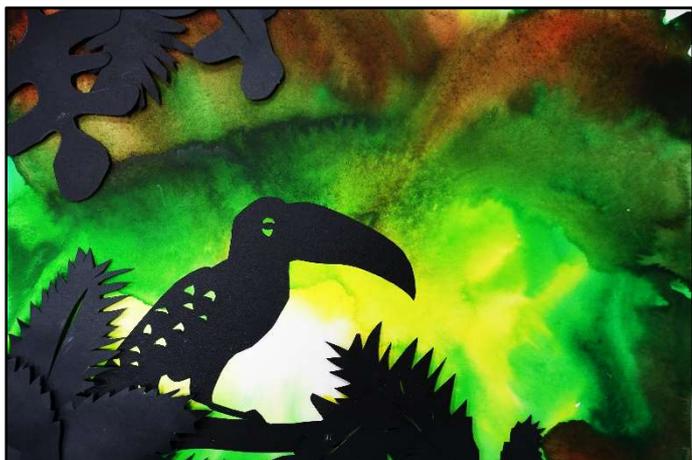
江品樂



劉山嶽



六美-星空剪影創作



邱仔彤



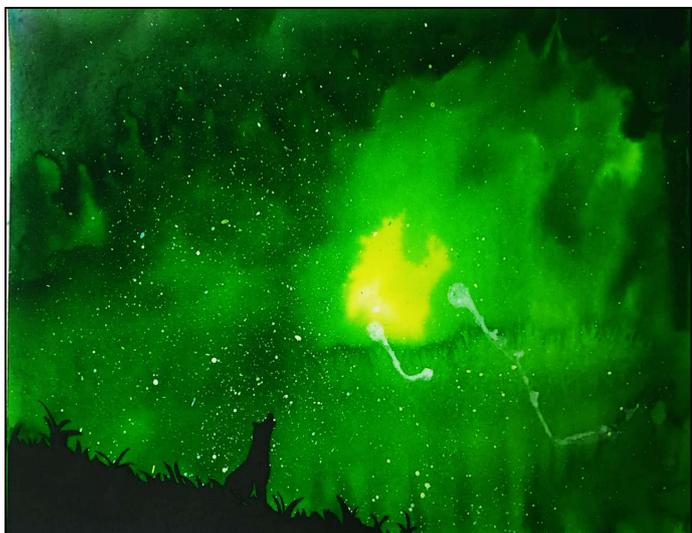
林榆駐



林歆頻



游雅晴



彭明鑰



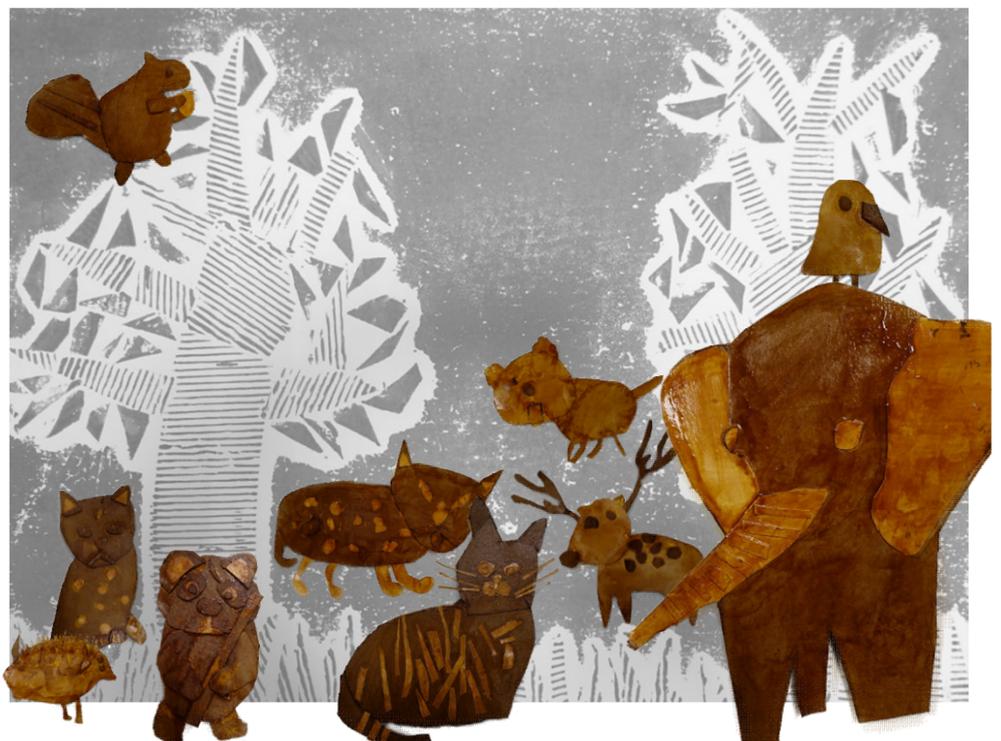
李岱祐

# 美術班版印複合

## 4美-樹脂板版畫-風獅爺

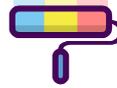


## 3美-紙板版畫-動物狂想曲



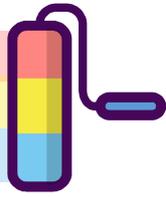


5美-橡皮章-手印花布

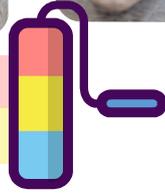


6美-絹印-ARTshirt

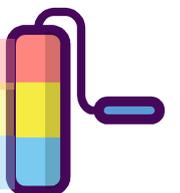
# 美術班綜合造形



## 三美-陶板-葉盤



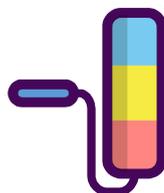
## 陶板-蜥蜴杯



# 四美-徒手成形-葫蘆



## 腰身製作與雕刻





## 六美-陶板-創意器皿



## 六美-陶板-燈罩



## 創意繪畫

## 藝術家有約



## 造形藝術



## 書畫藝術



## 漫畫藝術



enjoy

## 裝置藝術



## 繡藝術



enjoy



# 中壢國小110學年度第一學期電子校刊

出版日期：111年01月10日

出版單位：桃園市中壢國民小學

發行人：楊文森

編輯群：中壢國小全體教師

校址：桃園市中壢區延平路622號

網址：<http://www.clps.tyc.edu.tw/index.php>