

長頸鹿雙月刊



出版者：新北市新店區屈尺國民小學
 電話：02-2666-7490 傳真：02-2666-8259
 地址：23160 新北市新店區屈尺路 55 號
 網址：<http://www.ccyes.ntpc.edu.tw>
 發行人：蔡錦柳 總編輯：陳靜宜
 編輯小組：趙曼寧、黃啟宗、蔡文義、林梨美、歐瑞惠、潘又鳳、黃怡嫻、鄭佳維

第 16 期

107 年 3 月出版



電子版同步發行於學校首頁



找到生命的亮點

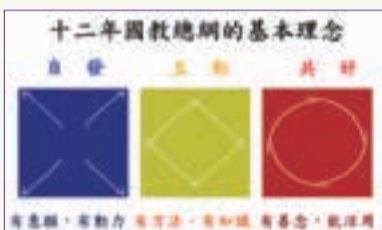
「十二年國教」蓄勢待發

蔡錦柳 校長

面對社會及世界正在急遽改變，現行教育政策也將由九年一貫躍進為十二年國教並於 108 學年度正式上路，不管是學生、老師或家長都應對新課綱有些基本的認識與理解，學校是發展教育最重要的堡壘與起點，教好每個孩子，讓每個孩子找到自己的立足點，是鳥就讓牠善飛，是魚就教牠善游，因此，啟發孩子生命潛能、陶養生活知能、促進生涯發展及涵育公民責任成了總綱的課程目標。

有一篇文章 -- 「翻轉教育最後一哩路」(作者：張益勤)，文中提及 -- 應付考試的學習將成過去式 -- 透過不停的學習與探索，找到自己亮點和未來方向，這是我們希望孩子在學校裡可以經歷。但教改已經超過二十年，考試引導教學的緊箍咒仍舊無法擺脫。考試不考，老師不教、學生也不認真學。「探索」始終僅限考科，只有考科領域突出的孩子才有機會被看見……(完整文章請參閱親子天下雜誌第 78 期)。因此，十二年國教的基本理念和核心素養緊扣著自主行動、溝通互動和社會參與，進而培育成為終身學習並能與他人共好之人。(相關訊息可逕上新北市十二年國民基本教育資訊網 <http://12basic.ntpc.edu.tw/index.aspx>)

面對孩子的成長，身為家長總會有滿滿的期待，總希望孩子能學得比自己更好、未來能有更好的生活，但耐心合理等待總有花開時，即使現在未開，等你有一天發現時，或許儼然已成參天大樹，不管是無名小花或參天大樹，有健康當基底，再搭配十二年國教的養成，相信孩子的未來會超乎我們的想像，請給孩子機會、給學校空間、也給自己一點時間，讓我們一起共同努力面對教育的改變。



每日五蔬果

午餐秘書 謝虹珊

什麼是每日五蔬果呢？

Q：每天吃五種蔬菜及水果嗎？ A：不是。

Q：每天吃五種顏色的蔬菜及水果？ A：不是。

正確答案是每天要吃三份蔬菜與兩份水果，稱為「每日五蔬果」。

研究顯示，新鮮的蔬菜與水果含豐富的維生素、礦物質與膳食纖維，五彩繽紛的顏色更富含不同的植化素，維生素、礦物質與植化素有助於身體健康，能預防慢性病及癌症，膳食纖維可促進腸道蠕動，防止便秘，增加飽足感，減少熱量的攝取。

什麼是一份蔬菜呢？一碟 100 公克的生鮮蔬菜，煮熟之後大約是半個飯碗的量，稱為一份蔬菜。每天三份蔬菜，就是一天要吃到一碗半各式各樣煮熟的蔬菜。

什麼是一份水果呢？一份水果相當於一個拳頭大的水果，或是一個飯碗的切開水果。每天兩份水果，就是一天要吃到兩碗的水果。

只要多用心，有意願，多注意一下自己的飲食搭配，每日五蔬果，很容易就可以達成。

本校二年忠班榮獲新北市 106 年度東區英語歌曲演唱比賽特優並代表東區參加新北市賽榮獲甲等，感謝歐瑞惠老師、潘又鳳老師、洪巧庭老師指導。

本校參與 106 學年度文山分區小學六年級田徑對抗賽榮獲佳績，感謝莊英貴老師、賴緯誠老師、蔡文義老師指導。

106年11月~107年1月各項補助經費及物資捐助一覽表

月份	項目	補助單位	補助經費/物資捐助	執行概況
11月	風雨廊道(創意綠化花架)新建工程	新北市教育局	1476120元	執行中
11月	捐助午餐經費	廖宏德先生	3000元	執行完畢
11月	低收入戶就學補助	新北市政府	11000元	執行完畢
11月	公益信託林蘇珊珊照護基金	新北市政府	5000元	執行完畢
11月	原住民學生獎學金	新北市政府	4000元	執行完畢
11月	清寒原住民獎助學金	原住民族委員會	2000元	執行完畢
11月	無力繳交代收代辦費	教育部	25641元	執行完畢
11月	低收入戶、原住民學生及低收入戶學生教科書補助	新北市政府	20369元	執行完畢
11月	彩研教育公益信託獎助學金	彩研教育公益信託	4000元整	執行完畢
12月	教師教學及學生活動費	常菁商店(陳錦榮先生)	2000元	執行完畢
12月	教師教學及學生活動費(募捐所得列入)	新店興華大道院	鹽燈3座	執行中
12月	106年度新北市改善及充實創客教育教學環境設備實施計畫	教育局	500000元	執行中
12月	張源宗獎助學金	張源宗慈善協會(宗棉企業有限公司張仁鴻先生)	20000元	執行中
12月	聖誕節禮物	我愛你真愛地球人基金會	147份(每生一份)	執行完畢
12月	新店興華大道院沐恩會獎助學金	新店興華大道院沐恩會會員	12000元	執行完畢
12月	捐助午餐經費	許淑真女士	500元	執行中
1月	捐助午餐食材一批	波希米亞服飾店等	白米420斤	執行中
			四季醬油(1600ml)1箱	執行中
			美食家食用油(2.6L)2箱	執行中
			關廟麵1箱	執行中



組別	項目	名次	選手
男童乙組	跳高	第二名	李紹麟
		第三名	郁璽
	跳遠	第一名	林駿諺
		第二名	張宏昇
	壘球擲遠	第一名	林駿諺
	4X100 公尺接力	第六名	張宏昇 蔡穎豐 張耘碩 林駿諺
女童乙組	8X100 公尺接力	第五名	張宏昇 李紹麟 劉祖維 蔡秉學 王柏欽 陳海浩 張耘碩 蔡穎豐
			張宏昇
	200 公尺個人	第六名	張宏昇
	推鉛球	第六名	黃欣
跳高		第四名	鄭雲月
		第六名	王奕涵
跳遠	第五名	潘宥樺	
	壘球擲遠	第二名	陳海倩

【性別與情感教育】

我喜歡你

我們生活在這個世界上，會遇到好多的人。你懂得照顧自己的方式嗎？你懂得怎麼跟別人相處嗎？



【情感的表達】

你會用什麼方式跟喜歡的人說「我喜歡你」呢？



一忠 朱莉娜



一忠 魏嘉達



我喜歡林阿睿，因為他每次都會做一些很好笑的事，而且他又好心又很關心我，誰不想跟那麼好的人當朋友？

二忠 古嵐鄉



我直接說我喜歡翊甯或是給她禮物。

二忠 林亞瑾

我會跟同學玩方塊，我也會跟同學玩「王和女王」，我也會跟朋友玩車，我也會跟朋友玩小火車，我也會跟朋友玩「爸爸媽媽」（扮家家酒），我會說你很帥。

二忠 高鈞羿

我可以跟你玩嗎？
可以啊。
我可以跟你做朋友嗎？
可以啊。

二忠 林軒



【情感的互動】

有人對我說「我喜歡你」的時候，我會怎麼「接受」或「拒絕」？



三忠 林俊越



三忠 林佳穎



三忠 朱芊霓



跟他玩籃球、一起跑步。

三仁 彭縉宸



接受：那我們當好朋友。
拒絕：不好意思！我有事正在忙。

四仁 吳尉嘉



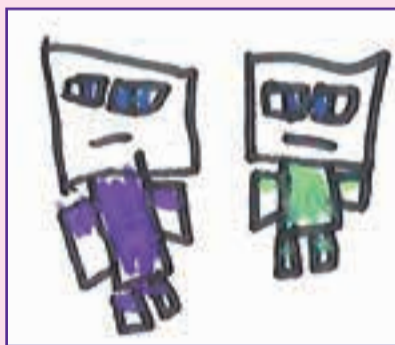
如果是我的話，我會對她微笑，跟她說話，跟她玩遊戲，和她一起吃餅乾，或是幫助她，上課時她有不會的字去教她。
我們不能因為她是女生就排斥她，也不能因為她不喜歡你就打她。

四忠 劉季禮



在所有的感情裡有愛情、友情、親情，每個人都會有戀愛之時，如果有人對我說「我喜歡你」時，我會給他一個如玫瑰般美麗的微笑。
在感情裡，尊重和包容是在社會裡最重要的，少一點自大，多一點幸福。

四忠 呂宸彤

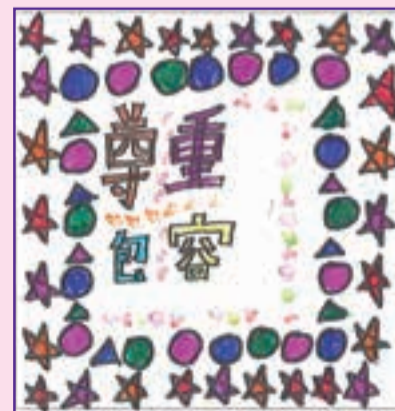


如果有人說我喜歡你，如果我喜歡她的話，我會對她微笑，如果我不喜歡她，我會有禮貌地跟她說我今天心情不好。

四忠 白善友

當一個女生說喜歡我時，我會拒絕還是接受？這兩個選項是一種困難的抉擇，兩個都有好和壞。
接受的好有很多種，壞處比較少。拒絕的話，你可以比較輕鬆一點，因為你的生活會比接受要好很多很多喔！

四忠 林敬倫



【情感的交流】

你和喜歡的人「分享」與「相互尊重」的方式。



和朋友一起玩時，雖然會開玩笑，但不至於把朋友弄到生氣，當我們帶了吃的時，也會互相分享。

五忠 潘宥樺



他會借筆給我，我不會亂說他壞話或不好的話。

五忠 陳韋誌

不要隨便罵對方，或是說出對方不喜歡的事情。
跟別人分享好笑的笑話，好聽的歌。

五忠 翁庭瑞



我會和他分享日常生活中發生的事，不會做讓他不舒服的行為。

六忠 王奕涵

我會尊重她們，聽她們的意見或想法，也會分享零食。

五忠 黃凱莉



分享我們喜歡的東西，尊重他不要踩到他的底線。

六忠 王柏欽



六忠 林珽佑

和喜歡的人分享自己喜歡什麼，同時也要聽她分享，尊重她分享的事物。

六忠 林駿諺

【情感的自我照顧】

我喜歡的人不跟我玩了，我如何照顧自己的「失落」。



我會去打打球散散心，還有去散步。

五忠 蔡穎豐



可以聽音樂，放鬆心情，或者也可以跟小動物玩。

五忠 潘宥樺



自己玩紙牌，可以讓人放鬆心情。

五忠 陳柏安



我會去圖書館看書，轉化心情。

五忠 黃凱莉

發洩自己的情緒，例：打沙包、打枕頭。

做些自己喜歡的事，例：畫畫、吃甜食和炒菜。

六忠 陳星妤



先嘗試平撫自己的情緒，等到心情比較安定時，再去做自己喜歡的事情。

也可以試著大哭，發洩自己的情緒。這樣可以讓心情比較舒服。

找同學、家人和朋友傾訴，勇敢說出來可以讓別人知道我的心情。

六忠 林怡均

做一些不傷害到他人及自己的事。
(註記：可讓心情平靜的事。)

例如：聽音樂、玩遊戲、打娃娃、看電視、和家人討論等。

六忠 李紹麟



聽音樂……

五忠 林宜蓁



找閨密訴苦、逛街、睡覺。

六忠 王奕涵

身體紅綠燈



想一想，自己的身體，有哪些是不能被別人碰的地方？

你的身體未經你的許可，任何人都不得觸碰或是侵犯你的身體。學習「做自己身體的主人」，懂得愛惜自己身體、保護自己身體、進而懂得尊重別人的身體。

綠燈：一般人可以碰的地方。

黃燈：不是人人可以碰的地方。

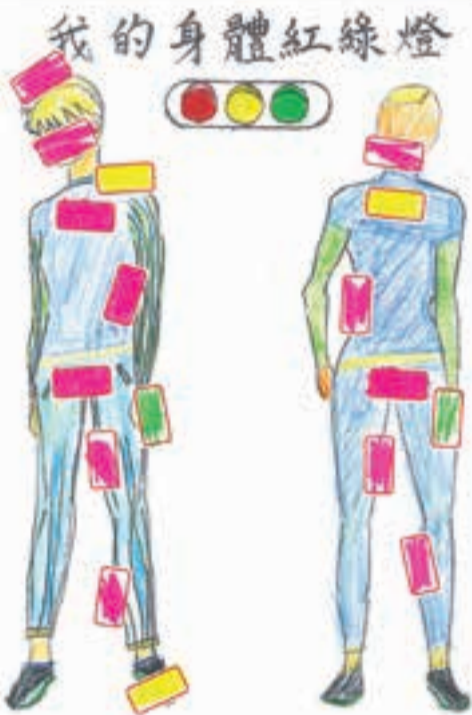
紅燈：絕對不能碰的地方。

想想看



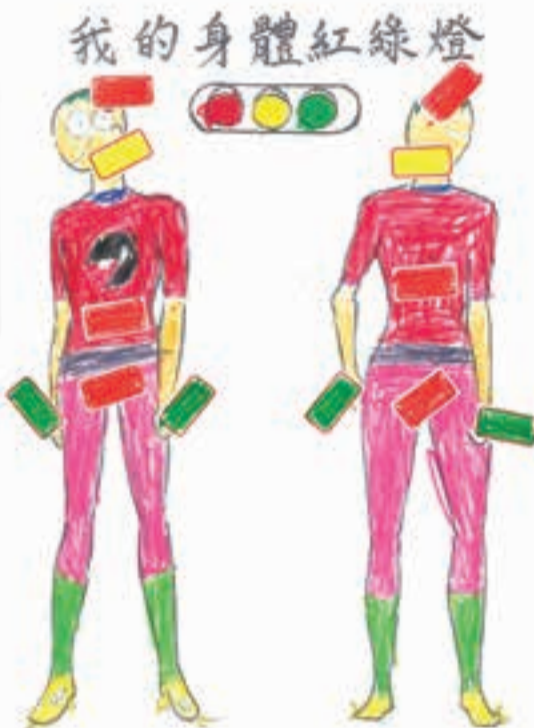
- ▶ 當別人的碰觸讓我感到不舒服，我要怎麼辦？
- ▶ 如果拒絕無效，要怎麼保護自己？
- ▶ 老師稱讚我好棒，要跟我抱抱，可以嗎？

四忠 瓦力·以紹

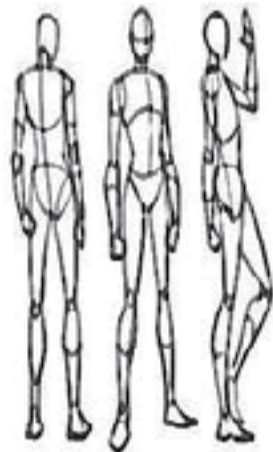


友善校園 尊重身體自主權

三仁 郁昕



友善校園 尊重身體自主權



二忠 張芷萱

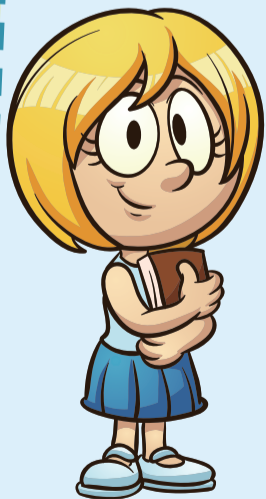


友善校園 尊重身體自主權

五忠 莊怡淇



友善校園 尊重身體自主權



我的新年

新希望

◆我希望變成公主去海邊玩。

◆我的新年希望是變成恐龍。

◆我希望有很多的餅乾。

◆我希望再有一台新幹線。

◆希望我會畫漂亮的花。

◆我希望去公園玩。

◆我希望我們全家人在一起。

◆我希望我可以跟子揚一起去海邊玩。

◆我希望我可以找到水裡的垃圾，讓水變乾淨！

◆希望爸爸帶我去看氣球。

◆我希望我變得像公主一樣漂亮。

◆我希望我和奕喬交換玩具，我玩氣球，她玩聖誕樹。

◆我希望我可以變成公主。

◆我希望我可以去搭火車到基隆。

◆我希望我有漂亮的裙子。

◆我希望我自己變成公主。

◆我希望我可以成為一位公主。

◆我希望我可以變成無敵鐵金剛保護大家。

◆我希望我長大可以照顧小貓。

◆我希望我和奕喬交換玩具，她玩聖誕樹。

◆我希望我可以一直跟聖誕玩。

◆我希望姊姊的感冒可以趕快好。

◆我希望爸爸媽媽帶我和姊姊去看煙火、放鞭炮。

◆我希望全家人都平平安安的。

◆我希望我長大可以變成公主。

◆我希望我們一家人可以一起去101看煙火。

◆我希望我長大可以照顧小貓。

◆希望我能帶媽媽去看花。

◆我希望我可以一直跟聖誕玩。

◆我希望爸爸媽媽賺很多錢，年年有餘！

◆我希望我長大可以變成公主。

◆我希望我們一家人可以一起去101看煙火。

◆我希望我可以得到空中巴士的A380玩具。

◆我希望媽媽健康不咳嗽！

◆我希望去看101的煙火。

屈尺附幼環境介紹

★新北市 107 學年度公立幼兒園報名時間統一於五月中下旬，詳細日期以當年度招生簡章為準，招生簡章由教育局於四月份公告，家長可上新北市幼兒教育資源網 - 招生收費查詢。

★免學費補助 - 滿 5 足歲幼兒，每學期補助學費新台幣 7,000 元，公立幼兒園採入學時即免收取方式辦理。

室內遊戲室

明亮乾淨的廁所

寬闊的戶外遊戲場

小蘋果田園種植區



教導處活動 成果與花絮

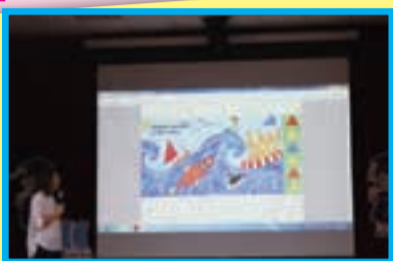
2017師生Maker小鐵人挑戰賽

親自動手做的創客精神一直是屈尺最重視的，因此我們來到了「師生 Maker 小鐵人挑戰賽」的舞台。同學們必須要利用現有的材料—肥皂盒、橡皮筋、硬紙板等基礎材料，作出能夠競速的小車。

為了能夠在新北創客季的舞台上發光發熱，參賽同學們卯足全力，賽前多此與老師討論小車的型態與比賽的策略。雖然最後競賽結果未能如願，無奈與名次失之交臂，但孩子們過程中展現的努力與執著，才是真正的創客精神，反而更值得讚賞與肯定！



外籍生英語繪本閱讀活動



自本學期起，每個月我們都會有外籍大哥哥、大姊姊來為我們介紹一本英文繪本，並將繪本內容錄製成 CD，讓孩子在打掃的時候可以在英文的環境中耳濡目染。英文老師洪巧庭還有全英文的英文繪本教學喔！！



資訊教育成果展



我們在 106 年 10 月 20-21 日參加新北市資訊教育成果展，過程中參與發表的小孩都可以拿平板電腦介紹屈尺周邊的地景與新店河流域的水資源課程。展覽對象有老師、他校學生，小朋友都能侃侃而談，當個屈尺小老師，真是太棒了！！

藝術與人文深耕課程

「遊樂園開幕啦！」低年級的孩子們將剛剛完成的木作品拼湊在一起，完成了一幅幅令人嘆為觀止的畫面。沒想到一群剛接觸木工和手作作品的孩童，居然能打造出如此賞心悅目的天地。

除了木工課，藝文深耕課程還有不同的項目，期許屈尺的孩子能夠十八般武藝，樣樣精通。學生們在表演藝術課程當中，舞動自己，學習另一種展現自己的方法；在陶藝課當中，揮灑創意，只為在屈尺留下一個屬於整個班級的角落。學生們更是熱愛攝影課，總是走訪屈尺附近，拍下新店溪周邊的各個美麗風景，六年級的孩子，更是卯足全力，要用自己的照片，建構出屬於自己的畢業攝影集。

藝文深耕課程，讓孩子能夠有更多不同的體驗，也希望孩子在學習之餘，能留下璀璨的回憶，讓他們能夠在有天回首這段童年時光，發現自己是被這些精彩的課程點綴著。

