

親子橋

玩出健康、樂在品德、揮灑能力、勇於創新

學生
活動

學生
輔導

性平
教育

友善
校園

生命
教育

關懷
中輟

本期主題

- 校長的話
- 輔導專欄
- 關懷中輟生
- 心情留言板
- 性平教育宣導
- 生命教育
- 學生活動花絮
- 特教專欄
- 榮譽榜

發行人：高炯琪

編輯委員：陳維江、余俊樑、陳政詮、徐世澤
林玉雲、施君如、李 瑾

執行編輯：蘇幼良

經費贊助：沙崙國小家長會

刊頭題字：高駿華

校 址：新北市板橋區篤行路二段132號

電 話：(02)2681-2764

出刊日期：2016年5月



戀棟風情 關懷老樹



校長 高焜琪

進到沙崙的人，很難不被校園內庭鬱鬱蔥蔥的苦楝



老樹吸引，很自然地苦楝樹成為學校的代表植物。今年二月，同仁發現一棵苦楝樹受菌類感染，根部已受到侵蝕。為了救治這棵生病老樹，學校邀請專家到校檢查評估，將為老樹撐起支架，進行外科手術治療。治療後也將有長達一年的養護期，希望老楝樹能順利治癒，繼續庇蔭師生。

苦楝樹對沙崙人有著特別的記憶與情感。翻閱學校早年泛黃的畢業照，屹立在校園的苦楝樹映襯著質樸的莘莘學子，娓娓訴說著相互的情感。重回母校的校友或地方耆老，走入綠意盎然的校園時，總是關注與談論著不同風情的苦楝樹：春天有如薄霧般美麗的紫花、夏天有寬闊的樹蔭、秋天有金黃色的串串果實，冬天落葉前還有變黃的葉色。苦楝風華貫穿了不同的世代，串起共同的回憶。

瀏覽沙崙國小網頁，查閱「每週植星」介紹苦楝樹的資料，苦楝樹是一種生存能力很強的植物，在台灣常見於低海拔的開闊地、石礫地、貧瘠的環境，具有抗旱、耐鹽、耐污染的特性。沙崙國小位處的地區早期是沙洲地形，環境適合耐旱、耐污染的苦楝樹生長。

苦楝若開花 就會出雙葉 苦楝若開花 就會出香味 紫色的花蕊 隨風搖隨雨落 苦楝若開花 就會春天來 苦楝若開花 就會結成籽 紫色的花蕊 隨風搖隨雨落 田嬰停佇厝邊角 白頭翁樹頂做巢 一陣罔仔佇樹腳 掠蟋蟀仔佇相咬

「苦楝若開花」這首懷念歌曲中，以苦楝樹為主角，文字中清楚描繪苦楝樹的特徵、開花、結果，以及小鳥、小昆蟲、小孩樹下玩耍的情形，這樣的畫面是年長的地方耆老童年兒時的記憶。現在情景相似，苦楝樹成為師生戶外集會、上課的巨大遮陽傘；成為喜鵲、白頭翁、綠繡眼飛舞、追逐、覓食的遊樂園，都市中的自然生態，在校園中一幕幕的綻放著，隨著四季而流轉。

訴說歲月風華的苦楝樹，以堅毅之姿走過青壯的年代，時至年老今日，依然默默的奉獻。邀請沙崙孩子們共同擔任護樹小天使，在苦楝樹未來一年的養護治療過程中，共同守護需要休養生息的老樹。也期盼孩子們將護樹的心意，傳遞至校園的每個角落，讓這份對土地與對自然的愛與關懷，成為沙崙師生的共同愛戀。



創傷安心 輔導之做法



蘇幼良/輔導組編輯

前些日子發生了4歲小朋友意外身故事件，大家都深感痛心與不捨，但除了震驚心痛外，師長要如何及時安撫孩子敏感脆弱的心靈呢？提供下列參考原則。

(一) 主動關懷

這段期間您或孩子們陸續出現的情緒是很常見的：

1. 震驚：感到非常意外及震撼。
2. 否認：不相信這是真的，認為是消息有誤…等。
3. 生氣：氣殺人的嫌犯，氣與該事件相關的其他人…等。
4. 憂鬱、沮喪：對人生的無力、無奈、無著力感。
5. 接受：在經過一段時間的沉澱之後，開始接納死亡的事實。孩子可能不懂得如何處理情緒，他的行為必須得到我們的了解與接納。
6. 脾氣變暴躁或是變安靜了。
7. 學生上課不專注、丟三落四。
8. 跟同學在一起時玩得很開心，或是看起來完全沒發生事情。
9. 過度擔憂生命安全的危險性。

(二) 提供求助管道或尋求支持系統

這段時間您可能會關心學生的情緒反應

1. 對方告訴您「他還好」，可評估他是否有累積未能表達出來的情緒。
2. 傾聽他的述說與感受，適時的分享自己也擁有類似的感受，讓他感受到支持與被了解。
3. 回答孩子的問題：讓他知道這期間所出現的情緒反應或想法都是正常的，表達你對他的關心與支持。
4. 若他們的反應超過你能處理的範圍、或是他想探討的問題超出你能夠回答的範圍，則可以尋求專業醫師、心理師或輔導人員協助。
5. 若討論這件事讓您覺得很不舒服，也請您尊重與接納自己的感覺，可以找適當的人一起分享。

(三) 培養危機因應能力

讓學生經過討論與演練，以培養出隨機應變的能力，也能增加學生的自信與安全感。

1. 不要單獨太早到校或太晚離校，避免單獨留在教室。
2. 配合學校作息，避免單獨至校園偏僻的死角，不進出危險場所。
3. 在校遇陌生人或可疑人物，自稱是師長或親友者，都應提高警覺。遇陌生人問路，不必親自引導前往。如發現陌生人跟隨，盡快離開現場，大聲喊叫、向師長反映。

(四) 「安心五寶」

安心五寶是自我調適的五種要領，口訣是「信、運、同、轉+改觀」。受到驚嚇的人可以當作口訣互相提醒。

「信」= 信仰：禱告、做禮拜、望彌撒，或參加法會、上廟拜拜、收驚求符、念佛禪修等，往往「如有神助」，能重拾對上天的信賴和人生的意義，逢凶化吉。

「運」= 運動：跑步、爬山、游泳、騎車，從事有氧運動，讓自己喘氣流汗，也可以做做穴道推拿、刮痧、腳底按摩、芳香療法等，把壓力賀爾蒙排出體外。

「同」= 同伴：不要封閉自己，要倚靠家人、朋友、同學或同事。若有類似遭遇的人能同病相憐，同仇敵愾，同舟共濟，最能療傷止痛。

「轉」= 轉移：要有事做，不管動手或動腦，工作或興趣，或走出去散散心，接觸大自然。有事情可以專注或忙碌，都能轉換心情，暫時把煩惱放下。

改「觀」= 改變觀點：在逆境中，更要逆向思考，從正面的角度來解讀不幸。「要惜福，並珍惜身邊的家人朋友。」「人生無常，更要把握當下，及時行動（行孝、行善、行樂）。」

資料參考來源：教育部學生輔導資訊網



我們的秘密基地

小團輔



李瑾 / 兼輔老師

你身體健康，心裡也健康了嗎？台灣人壓力大，數字會說話！遠見雜誌調查結果顯示，民眾自評平均分數5.68分，有四成七民眾的壓力程度都在中高度以上。至於性別差異，在6到10分的中高度壓力部分，男性占50.4%，女性占46.5%，顯示肩擔家庭經濟來源的男性，壓力還是較大。年齡層的壓力感受方面，30到49歲世代，壓力最大，高於其他年齡層。（遠見，2015年7月）成人或多或少能夠覺察到自己的正負向情緒，並且透過跟好友聊天、喝下午茶、逛街、泡湯、踏青等方式，來達到舒壓的目的。但是，孩子呢？

父母對孩子的期望過高、父母本身所面臨的處境一如離婚、再婚、酗酒、家庭暴力、同儕間的社會化壓力等等，這些都很可能直接或間接促成孩子心理壓力的指數偏高。

“兒福聯盟公布了一份「台灣心貧兒現象觀察報告」，發現竟有四成六的孩子覺得不快樂（46.2%）；近半數的孩子覺得生活很無聊（48.4%），甚至有三成的孩子否定自己存在的價值（30.6%）；約四成三的孩子遇到挫折容易放棄（42.5%）；有四成的孩子覺得自己不受歡迎（40.4%）。”（張雅惠。2005年6月15日。）

數字暴露的一個強烈的訊息：「孩子也有心理壓力！」

相較於成人，孩子能夠尋求的資源有限；也就是說多數的孩子就算心裡有壓力，也只能往自己心裡藏，而很可能因此而自行合理化一些扭曲的價值觀、或是發展出

較多且強度高的負向情緒，進而內化成自我認知的一部分，這不是我們所樂見的！

幸運的是，學

校裡都有個別的、以及團體的輔

導諮商課程的配置，讓有苦說不出的孩子，他的心聲有機會被傾聽。

沙崙國小的校園裡，也有團體輔導課程正在進行，協助孩子解決問題及適性成長。團體輔導乃是在團體中藉著人際互動幫助個人的歷程。溫暖、真誠、信任、支持、同理等是團體輔導的重要前提。輔導老師會設計一些小活動，讓學生操作。孩子們互動過程中，老師會引導孩子一步步釐清孩子理性與非理性的認知，引導孩子思考有哪些方案可以解決問題。團體每個人都被期待有所反映或互相認同，成員間的訊息交流、相互模仿，人際關係的學習，提供價值的檢驗與預防個人性社會性的失常。（教育WIKI。2013年11月24日。）

參考資料

張雅惠。兒童壓力及其壓力因應方式之初探

<http://mail.nhu.edu.tw/~society/e-j/48/48-32.htm>

董事基金會

遠見雜誌。2015年7月14日。http://www.gvm.com.tw/webonly_content_5664.html

團體輔導。2013年11月24日。教育WIKI。

<http://140.111.56.213/WIKI/INDEX.PHP/%E5%9C%98%E9%AB%94%E8%BC%94%E5%B0%8E>



關懷中輟生～

談懼／拒學現象的輔導介入

孫嘉孺／學校心理師

相信這幾年在教育現場的老師們一定發覺到，不想上學的學生似有日益增加的現象。這類學生可能常出現身體不適、藉故拖延不到校、到校後不願入班，或提早回家等種種狀態。一個星期裡總有數堂課缺席、偶爾請假幾天，甚至連續數日未到校。當學生有上述情形時，很可能已開始出現懼／拒學傾向。

由於懼／拒學成因複雜，老師想關心學生不上學的原因，卻常遭遇學生迴避以對，讓老師不知從何著手，但學校又有執行義務教育與零中輟目標的責任。而當想到要轉介醫療、心理或社政等資源時，學生狀態往往積習已久、難以在短時間內達到顯著改善的成效。種種因素讓懼／拒學現象成為學校教育的一大挑戰。

儘管如此，在學校輔導介入上仍有我們能著力處，幾項思考提供給老師們參考。

一、介入目標明確

介入懼／拒學現象時，常需要學校與家庭，甚至是與其他單位共同合作。多系統介入下，目標只有一個，就是儘量延長學生在校時間。

二、即早介入，較易成功遏止懼／拒學程度加遽

與所有預防的概念相同，一旦老師觀察到學生有類似傾向，請務必即早介入。可先從數項指標評估學生懼／拒學的可能因素：1. 學生的課業表現2. 學生的同儕關係3. 師生關係4. 學生的家庭情形。越早介入，越能成功遏止懼／拒學，避免後續投注加倍的學校與社會成本但又成效不彰。

三、學校各處室單位合作

處理懼／拒學傾向的學生，常需要教務處、學務處、輔導室、健康中心與特教資源等處室間的合作。例如，學生是否需要補救教學、特教資源、多元社團／技藝學習，或是學生生理照顧、明確執行出缺席請假與中輟規定……等。

四、務必邀請家長參與，與校方立場一致

與家長溝通，首要目標是讓家長與學校的立場一致，能儘量延長學生在校時間。舉例來說，避免學生身體不適時，就馬上讓學生回家。需與家長溝通，先讓學生留在健康中心由護理師觀察，學校一定會做適當處理。若身體不適情形頻繁出現，可請家長考慮帶孩子至醫院做生理檢查，以確認學生生理狀態。

五、學生生、心理狀態瞭解

若排除生理狀態後，學生就學仍不穩定，則可能多源於心因性因素。輔導介入就會採取個別心理諮商，或家庭會談（家族治療）等方式，評估學生與家庭遭遇的困難為何，例如，可能學生不知道如何面對種種壓力源，或是家長親職教養有難處等。

六、社區資源引進

當學生懼／拒學程度嚴重，出現中輟或偏差行為等，則需考慮引進醫療、社政、鄰里長、警政或司法等，共同協助學生與家庭。

總言之，每個懼／拒學孩子的成因不盡相同，但皆需要學校與學生家庭共同合作。及早發現、及早介入，越容易成功緩解懼／拒學。



心情留言板

~愛是聆聽，讓我們來聽聽學生的心聲~

令我感動的事

305范晴茵

我小時候和媽媽一起去超市買東西，後來有一群野狗在超市前面，當時媽媽為了保護我，卻被野狗咬了！

305蕭瑋諺

今天我第一次六顆籃球全投進，心中好感動，我想要成為比林書豪還厲害的籃球員。

606陳沛加

我看到漸凍人來學校演講，我覺得他不能行動生活很不方便，但他每天卻很早起床，從早忙到晚過得很充實，讓我很感動，並突然覺得自己身體健康好幸福喔，我一定要好好珍惜。

504劉任祐

上週我看到有人拿石頭和掃把丟向貓頭鷹，後來貓頭鷹就飛走了。今天升旗時，主任告訴我們要愛護小動物，後來貓頭鷹又飛回來了，這次很多小朋友都來看，也沒有人丟東西嚇牠，我覺得我們應該要愛護牠，讓牠們更喜歡來沙崙。

505葉庭儀

今天有人告訴我，說內操場的樹上有貓頭鷹，我就跑去看，發現牠有雙無辜的小眼睛，而且還會對我眨眼睛，讓我感覺好幸福喔！

506陳敬閔

我參加學校運動會壘球擲遠得了第一名，還去校外比賽得了第五名，這讓我超開心的，因為參加田徑隊一週要練習3天，很辛苦又累，比賽時雖然緊張但我卻很有信心。

402李佩芸

有一天晚上我去欣賞「愛樂音樂會」，先看了不同音樂家的影片後，讓我很感動也想向他們一樣，努力練習小提琴，成為一個音樂家。我之前練習都很隨便，現在每天至少練習半小時，這讓我變得比較熟練，也更喜歡學小提琴。

303黃軍祐

有一次上足球課時，有一位同學搶了我的球，我很生氣就動手打他又用球丟他。後來健康老師教我們兩個要互相道歉，看誰

比較勇敢就先說。結果他先向我道歉，我也向他道歉，之後我感覺他對我很好，都會拿球給我。這是我第一次能夠自己好好解決生氣的問題，所以我要記下來，希望以後非常生氣時，能像這次一樣用一些方法來處理。

我想感謝的人

504張靈

我很感謝這學期的英文代課老師，她第一次上課就規定了二十幾條規則，但是她的教學方式讓我的英文大有進步，老師嚴格的態度改變了我作業拖拖拉拉的毛病，也讓我加緊學習背單字，她常說今日事今日畢，我的英文從原本期末考不及格進步到85分，也讓我養成守時負責的好習慣。

405吳婉妤

我想感謝的人是警衛伯伯，因為他都會巡視校園的安全，有一次我看見他還照顧受傷的鳥，有時他也會跟我們聊天。

304林冠廷

我想感謝的人是樹醫生，因為他一直努力地想要救起生病的苦楝樹爺爺。

苦楝樹生病了，你有話要對它說嗎？

303王育喆

我很感謝苦楝樹爺爺，謝謝您一直陪伴我，從一年級到三年級，現在您生病了，我也要陪伴您，一直到您康復。

304張芯綾

聽說苦楝樹爺爺生病了，我真的很難過，請您一定要在樹醫生的治療下堅強的撐下去，我希望您好了以後，再看我們在您樹下玩遊戲和乘涼，也要陪我們到畢業。

304鄭昭嶽

這是我第一次看到苦楝樹生病，希望你不要倒下，要聽樹醫生的話乖乖吃藥才會早日康復，我們都會為你加油、打氣！



兒時的沙崙校園回憶

羅培禹/家長

中我熟悉的教室、老師，以及那令人懼怕的訓導處都換了個位子，或許有些微的不同，但不變的是老師跟我們對學校的熱情都不曾改變。

記得當還是個小學生時，早上的朝會、下課時休息的10分鐘，那時我們可以玩的遊戲可多著呢，有彈珠，踢毽子，象棋，西洋棋……，諸如此類的小遊戲。雖然只有那短短的10分鐘，但玩得意猶未盡的我們，還是總覺得時間超不夠用，總希望時間能再長一些。還有，最可怕的訓導處～哇！真的是香噴噴火辣辣！我只知道那時的我們其實跟現在說起來也差不多啦，都是實行「愛的教育」，不過這定義倒是有給它稍微些許的不同。現在回想起來，總覺得屁股還是給他「熱熱燙燙」的！記憶倒是深深的刻印在我腦海中，挺鮮明的，還覺得往事歷歷在目。

我的這些回憶，跟每位家長或許會有些許相似的地方，但是我相信，回憶都是甜美豐碩的；可以透過參與學校活動慢慢的回想，原來我以前也曾跟眼前的這些小學生一樣，對這運動會充滿了熱愛，並散發出我們的熱情與感動。看到這裡，各位家長是否也勾起了您兒時的回憶呢？我猜是有的吧！



性別平等教育小常識



今天要和大家談談有關性平教育的小常識「性騷擾」

輔導室

Q1：什麼是性騷擾：符合下列情形之一，且未達性侵害之程度者

- 以明示或暗示之方式，從事不受歡迎且具有性意味或性別歧視之言詞或行為，致影響他人之人格尊嚴、學習、或工作之機會或表現者。
- 以性或性別有關之行為，作為自己或他人獲得、喪失或減損其學習或工作有關權益之條件者。

Q2：常見的性騷擾行為

●言語的接觸

不必要而故意談論有關性的話題、詢問個人的性隱私、性生活、對別人的衣著、外表和身材給予有關性方面的評語，故意講述色情笑話、故事。

【舉例】以各式藉口，詢問有關性的問題；「你今天穿得很性感啊！」、「我在你心裡！」等。

●非言語的行為

故意吹口哨或發出接吻的聲調、身體或手的動作具有性的暗示、用曖昧的眼光打量他人、展示與性有關的物件，如色情書刊、海報等。

【舉例】對路過的女性吹口哨或發出尖叫声；公開張貼色情海報、轉寄色情信件等。

Q3：性騷擾由誰來定義？

性騷擾之認定標準是以「接受者的主觀感受」來定義。由於一個人的行為或言語究竟構不构成性騷擾，會隨著每個人的思想觀念、主觀感受，以及當下情境與人際互動而有所差異，也正因如此，我們不應先假定每個人都和自己有一樣的觀感，而更應該要去尊重別人不同的感受。所以即使只是輕微的動作或是令人不悅的玩笑，但只要是當事人不歡迎而且違反其意願的，都是性騷擾。

Q4：如果被性騷擾，你該怎麼辦？

- 相信自己的直覺。
- 大聲呼喊性騷擾。
- 尋求情緒支持。
- 清楚記下性騷擾發生的情境與保全事證。
- 以直接或間接要求對方立即停止該言行。
- 向信任的師長尋求協助。

Q5：如何避免成為性騷擾他人的人？

- 尊重他人，檢視自己對性別的刻板印象，建立平等的性別觀念。
- 注意自己的言詞和態度。
- 尊重他人身體的自主權。
- 避免以輕薄的言行舉止調侃別人。
- 避免做出與性有關的騷擾行為。



【老師的叮嚀】

在人與人的互動過程中，對於性別的論述或身體的碰觸，我們不應先假定每個人都和自己有一樣的觀點和尺度，應該要尊重別人不同的感受。所以即使只是輕微的動作或令人不悅的玩笑，只要是當事人不歡迎且違反其意願，都是一種性騷擾。

※〔求助管道〕校內：老師及各處室，校外：113全國婦幼保護專線、110報警。

※小朋友，還想知道更多有關性平教育的知識嗎？可上網參加105年度性平小學堂有獎徵答活動(5/31前)，「性平小學堂」小遊戲將陸續推出，更多資訊請至活動網站（網址：<http://www.gender.gov.tw/school/>）



生命教育的實踐



1. 關懷漸凍人講座



漸凍人病友的心智、意識一如常人般敏銳，但四肢卻無法動彈，所以身心所受煎熬甚於其他疾病。3月31日本校邀請到袁鵬偉病友到校和高年級同學互動，並分享人活著要感受存在價值，夢想更需即時實現，他還發明幫助病友的LED溝通版，這也是他實現的第一個夢想。而就在活動前一天，臨時通知學生可帶發票來捐給漸凍人協會，隔天學生們就帶來很多的發票，當場捐贈讓演講單位十分感動沙崙國小學生的愛心。

2. 寒冬送暖~你捐發票 我送祝福

本活動邀請請具寫字專長的師生發揮才能書寫小品，校內師生則以捐贈發票的方式共襄盛舉，除了現場觀摩學習外，還能獲得應景的春聯或小卡，師生一同利用手寫文字傳遞正向且美好的能量，並匯集愛心幫助社福團體，美好的畫面就在沙崙。



3. 小學生公益行動規畫與行動

本校五年級各班參加瑪麗亞2016公益行動計畫，透過小學生規劃捐發票



做公益行動，接著執行，在每位孩子的心中埋下一顆善的種子，讓孩子從做中學，從付出中體會知足惜福，透過服務學習，讓孩子主動去關心世界，察覺他人的需要，並透過規劃、實踐、反思過程體驗產生有意義的學習經驗！

4. 母親節獻上「愛的魔法盒」

透過完成小學生公益行動後，獲得母親節「愛的魔法盒」，讓五年級的每位同學在母親節前夕，先自己設計圖案並動手裝飾製作精美的手工餅乾禮盒，再附上親筆寫的祝福卡片，當作母親節送給媽媽的禮物，表達心中對媽媽無限的感恩與愛意。





生命教育的實踐



5. 傳遞感動傳遞愛~

畢業生彩繪校園老舊木椅



即將畢業的六年級學生，在畢業前彩繪校園的老舊木椅，畫出鮮豔熱鬧的校園風景，留給學校作紀念，充分傳承愛校的服務精神。

6. 班際體育競賽~六年級拔河比賽

藉由班際體育競賽，增加學生展現的舞台，全班同心協力團結一致，老師與學生共同為了班級榮譽而努力。



7. 珍惜生命~交通安全宣導--兒童節趣味闖關

今年的兒童節趣味闖關，結合許多日常生活中的教育宣導，交通安全也包含其中。最受同學歡迎的安全跳跳馬，學生戴上安全帽，競逐馳騁在跑道上，好不開心！途中穿越斑馬線，行走其中的同學，依照綠燈的指示，舉起右手提醒駕駛注意，快速通過。

「走出健康，擁抱安全，一起來走天橋吧！」另一邊傳來陣陣過關聲響。本關利用平衡木、軟墊模擬交通現況。墊上貼有馬路，小車行走其上，危險重重。學生走上平衡木到達彼岸，詮釋了現實生活中，行走天橋帶來的安全保障。

一片歡樂聲中，學生雀躍地體驗各樣關卡，寓教於樂的學習活動，以孩童的視野觀察交通安全的潛在危機，更能強化自我安全意識。



8. 健康觀念85210~體重控制班開課囉！

根據研究顯示，在成長中的孩子要控制體重，除了健康飲食，身體活動對降低體脂的效果相當明顯。當然如果能跟家人一同改變生活習慣，效果更是棒。85210就是讓孩子健康、保持好身材的成長秘笈，包含睡飽8小時；天天5蔬果；四電少於2；天天運動1小時，以及0含糖飲料。不過，在體重控制方面，不只體重過重要控制，體重過輕也需要適度增重，因此學務處集合中高年級體重過輕及過重的孩子，分別邀請到營養師宣導健康體位的營養教育講座，希望孩子將適合自己的飲食觀念帶回家繼續力行。另外，學務處也開設一班體重過重的體重控制班，在為期10週的開課期間，利用每週3天的早自習體能活動，增加體重過重孩子的活動量，幫助孩子降低體脂肪。在體重控制班裡，我們強調良好的生活習慣，以及有自信，並愛自己是我們的基本態度。在良好態度的前提下，追求健康體位才是我們的目標。





生命教育的實踐



9. 足球體能新體驗~高關懷成長課程

每個孩子都有獨特的天賦，每一位學生都需要伯樂。透過外聘專業足球教練陪伴、觀察及經設計的體能活動課程，鍛鍊並提升每一位學生的多元智能表現，期能在遊戲中輔導學生學習人際互動的禮儀，也讓學生從中獲得樂趣與肯定。

10. 擁抱夢想~播下愛樂種子， 用音樂種下希望

音樂家不能離社會太遙遠，正如台北愛樂管弦樂團期望透過「音樂」這個媒介，讓人生有另一種可能性，希望學樂器能幫助心靈上有所寄託，「我們也許不能陪他走成長這段路，但音樂可以陪伴他一輩子。」感謝台北愛樂提供資源播下愛樂種子，並用音樂種下希望。



11. 「服務學習、學習服務」~沙崙幼童軍

以「服務學習」為成立宗旨的幼童軍團，凡是學校有舉辦大型活動，一定都可以看到童軍小狼們的身影，看看她們服務人群時所展露出的快樂神情，如果你(妳)充滿熱情，樂於服務人群，沙崙幼童軍歡迎你(妳)的加入喔!阿嗚~煞。



感恩有您！沙崙志工隊

劉祐任/學習照顧組



俗話說：「施比受更有福」。沙崙志工隊歷史悠久，志工們本著愛、分享、學習、服務、奉獻的宗旨，對於學校的校務發展盡力的支持，不論在平日學童的上下學安全維護、協助老師的教學活動，或是校園環境的整潔 清掃、美綠化活動，亦或是學校舉辦的大型活動，總是全心全力的投入，沙崙因為這群福氣滿滿的志工們，使沙崙的師生能無後顧之憂，一起創造沙崙成為幸福、優質的學習樂園！

沙崙志工隊設有隊長與副隊長各1位，並依工作性質規劃7個組別：導護、親職衛生中心、補救教學、特教資源、說故事、圖書館及讀經，各組設有組長，志工隊分工細膩，隊員們各司其職。

沙崙國小長久以來，因為有這麼一群默默服務的志工團隊，隨時提供支援，他們和全體老師共同努力為沙崙的小朋友編織美好的童年，這麼多關懷與支持，孩子們在這兒學得更多，生活更快樂！加入沙崙志工隊，不只可以協助學校，為學童服務，還可以回饋社會。**因為您的用心，子女會為您感到驕傲，更可促進親子關係。在此，沙崙國小志工隊誠摯邀請您的加入！**

意者請洽沙崙志工隊專線：26812764 #894 or #843





學生活動花絮

教務處

1. 國際交流~舞動筆尖 迎春納福



透過本校家長會的安排，來自德國和巴西的朋友與沙崙學子一起互動交流，時值歲末，最具傳統年味的寫春聯、剪春字

活動讓我們拉近彼此的距離，一件件的作品串起友誼的橋樑，讓不同國度的學子一同學習與成長。

2. 創意黑板彩繪~

神奇的粉筆 飛越想像的世界

本學期北側門的塗鴉黑板規劃主題為「英語字母聯想畫」，低年級的學生透過課堂所學及趣味的發想，讓一個個字母有了生動活潑的展現，學習英語可以有各種多元的形式，值得師生一起享受學習、分享創意。



3. 使命式科學實驗競賽~

實作探索活動 享受挑戰的樂趣

本學年度中年級使命式科學實驗競賽共有41隊近160位學生參加，三年級組競賽時學生要分組在校園內探險，尋找指定特徵的植物葉片，利用平板電腦和植物圖鑑找出植物名稱後再利用二分法完成全開的分類報告。四年級組競賽時，學生要利用限定器材於限定時間內將桌上的水移動至地上水盆中才能看到第二關的提示，接著以燈泡、電池的串聯與並聯完成部件間要有明顯明暗差異的指定字母。參與的學生和家長都說，透過「做中學、學中做」來學科學，一點都不難而且非常有趣。



4. 高年級專題研究競賽~

動靜皆「科」 啟發學習與探究

本學年度共有17隊近90位學生參加，其中三分之一是連續兩年參與專題研究競賽的學生，這群學生投入長達8個月的時間，利用午休、放學後及假日進行研究與製作，研究主題包含物理、化學、地科及應用科學，題材生活化，學生運用課堂所學解決層層關卡，呈現8個月以來學習、思考、發想、實作的探索成果。沙崙國小第二年將科學教育月活動訂在假日舉辦，主要是讓家長能到現場參與孩子的學習與成長歷程。生活處處是科學，結合校本課程透過團隊的學習、思考、發想、實作，學校就像一所自造中心，學生就能用Make探索學習。



5. 校慶美展~美力空間 視覺饗宴

104學年度沙崙校慶美展共設有兩個展場：1F地平線創客棧在美勞教師的規劃下完成布展，場內展出特優及優選作品，讓得獎作品獲得更隆重的展出，也讓親師生如置身專業展場，細細品味藝術之美；B1美藝中心展覽空間則展出全校各班的藝術教育成果，作品形式多元、創意無限，讓參觀者感受藝術的平易近人與豐富多樣。



6. 畫中有話~

當藝術碰上文字，會激盪出什麼樣的火花呢？在春花綻放綠意盎然的五月裡，天氣晴圖書館舉辦了由五、六年級的學生們花費

許多心思，創意獨具的優秀閱讀作品展，內容豐富多樣，精采有趣。漫步在雨傘光廊及彩虹玄關裡，記得停下腳步，欣賞孩子們「畫中有話」的世界吧！





學生活動花絮

學務處

1. 反霸凌宣導活動~

三要三不要 霸凌我不要



下學期開學第一週兒童朝會，學務處舉辦了宣導活動，展現將霸凌趕出校園的決心。配合這次口號：「三要三不要 霸凌我不要」，教導學生面臨同儕不平等對待時，應該「要拒絕、要阻止、要求救」。看到同學遭受欺負時，「不嘲笑、不跟隨、不氣餒」的表現，使惡意的戲謔行為無法獲得支持。

兒童節的反霸凌闖關中，答對相關問題即可得到愛心小卡。卡片上的愛心小語提醒學生，肯定自己、尊重別人，才能共享生命的美好。藉由學校的宣導，反霸凌的信念深植在每個孩子心裡，充滿愛的種子發芽茁壯。

2. 沙崙「猴趣味」~兒童節闖關活動



為讓學生有難忘的兒童節回憶，學務處設計了一系列刺激好玩又富有教育意義的闖關遊戲讓學生參與。有宣導交通議題的安全跳跳馬、安全過馬路、行人走天橋，以及培養衛生習慣的正確勤洗手、貝氏刷牙法，另外還有結合品德與節能的品德九宮格、霸凌我不要、節能拼拼樂，總共有八個關關活動讓學生盡情去體驗學習。透過有趣好玩的闖關活動，培養學生的氣質與內涵，建立正確的衛生習慣及交通安全觀念，期望沙崙學子都能健健康康、快快樂樂的成長茁壯。

3. 社團經營成果~全國舞蹈比賽

沙崙舞蹈團這次遠征台中，代表新北市參加全國舞蹈比賽，在熱情家長的力挺下，參與整個比賽的過程，協助化妝、搬道具，照顧小小舞者們的生活起居。因為有家長們無微不至的細心照顧，以及老師的用心指導，讓參加比賽的孩子們能全心投入訓練，享受比賽的過程。而辛苦練習所獲得的果實也特別的甜美，小小救火隊的表演獲得評審青睞，得到了全國舞蹈比賽兒童舞蹈組優等第二名的佳績。



4. 沙崙「猴榜樣」~品德模範生

學校舉辦模範生表揚活動，透過民主方式，選出班級模範生，並邀請家長共享榮耀，與校長、老師合照，紀念這榮耀的一刻。



雖然沒有華麗的鋪陳，但學生們臉上的喜悅與驕傲，渲染了在場的老師與家長，一起沉醉在模範生的殊榮喜悅之中。

5. 104學年度校慶運動會活動

一年一度的校慶運動會，從聖火繞境、運動員創意進場、精彩的表演節目以及緊張刺激的大隊接力，全校師生用心努力，讓沙崙孩子的熱情與活力在校慶當天盡情揮灑。



6. 口腔保健~貝氏刷牙法 潔牙天使來入班

「孩子們，來刷牙囉！」每當中午用餐過後，校園緊接著就會揚起一段潔牙歌聲，提醒孩子記得餐後潔牙。牙齒可以幫助我們進食，但牙齒有問題除了會影響身體健康，甚至人際關係也會被影響。而良好的



潔牙技巧，能幫助孩子一生牙齒健康。學務處在3月初，召集一批五年級潔牙小天使，由健康中心護理師協助培訓貝氏刷牙法技巧。集訓結束後，由健康中心護理師帶領，分批至三年級入班，協助學弟妹學習貝氏刷牙法。藉由潔牙天使培訓、入班指導，期望我們的沙崙學子，都能夠擁有一口健康的牙齒。

學生活動花絮

7. 正確勤洗手~濕搓沖捧擦，

還要「內外夾攻大立腕」

春夏之交，也是許多傳染病的流行季節。要預防傳染病，就要做好洗手基本功。為了發揮境教的教育成效，一直以來，學務處利用校園的各個洗手台，張貼宣導「正確勤洗手--濕搓沖捧擦」。今年，更是張貼宣導加強版「你要這樣搓----內外夾攻大力腕」。而為了再加強宣導效果，在兒童節的闖關慶祝活動也設置了「正確勤洗手」關卡，請五年級洗手小天使示範正確洗手動作並指導闖關的學生，都必須做出正確洗手的動作才能闖關成功，寓教於樂的巧思闖關，發揮了極大的宣導效益。



8. 新北市運動樂活月運動~

拓展生命視野 累積學習經驗



沙崙學子積極參與新北市運動樂活月活動，由五年3班、四年2班代表學校參加樂樂棒球比賽，四年1班代表學校參加健康操比賽，藉由比賽走出校園，拓展孩子的視野，累積更多學習經驗，厚積未來成長的能量。

9. 105年新北市小學運動會、板橋區

五年級田徑對抗賽~努力練習 盡情發揮

本校田徑隊積極參與各項賽事，孩子們將平時訓練的成果盡情發揮在每一場賽事，除了培養自己榮譽心及團隊凝聚力，也為學校爭取佳績。



10. 沙崙「猴棒棒」~小藝人才藝表演

105年4月1日，學校為歡慶兒童節的到來，特舉辦了沙崙小藝人以及鋼琴小藝人活動，這些小藝人們可真是深藏不露阿!扯鈴、舞蹈、國標舞、烏克蘭麗麗、繞口令、國樂、說故事、打鼓、直笛……等等，表演相當精采多樣化，錯過了這次就要等明年啦!

獲得小藝人的資格是非常榮譽的，不過Y!成為小藝人的過程中，可是充滿了挑戰，得犧牲玩樂時間，加緊努力的練習，通過徵選，最後得到評審老師的認可後，才能登上舞台表演。

看了今年小藝人的精采表演，除了給予熱烈的掌聲，身為沙崙的一份子，你(妳)是否也身懷絕技，卻沒有舞台可發揮呢?沒關係，老師現在要號召沙崙的才藝高手們，從現在開始加緊努力練習，明年的「沙崙小藝人」非你莫屬。



總務處

1. 家長會愛校服務活動~歡迎加入沙崙國小家長會

沙崙家長會平時除協助支持學校推動校務外，有時更是挽起袖子親手為學校服務，本學年度在105年3月19日的家長委員會議前，全體委員到了各班教室裡進行電風扇的清潔，每個人手一條抹布一桶水，將扇葉的陳年污垢一一清除，讓接下來的暑熱可以有清涼的微風吹拂。沙崙就像個大家庭，從孩



子、老師到家長，每一位都是想為孩子的教育付出更多的心力，如果您也有這樣的想法，歡迎您加入沙崙國小家長會，一起往卓越邁進。

2. 家長會親子活動~儂儂捏陶 樂趣融融

家長會於105年4月16日辦理了親子捏陶的活動，邀請了本校高駿華老師協助指導，藉由捏陶間的互動促進了親子的感情，也對學校有了深一層的認識。





學生活動花絮

輔導室

1. 家長日親職講座

本學期之家長日邀請到親職專家高元杰退休校長，分享自身豐富的經驗，演講主題「寶貝我們的寶貝，談親子關係與親師溝通」，內容精彩風趣，聽眾都能感受到主講者的熱誠並獲益良多。



2. 六年級升學輔導講座

本校邀請國中端各校說明辦學理念，將升學相關資訊轉知家長與師生，增加學生升學的選擇機會進行升學輔導，並藉由資訊多元選擇，強化學生學習興趣與自信，開發學生之潛能；現場並接受學生提問，當天提問踴躍，足見六年級學生對國中生活充滿好奇與期待。



補校

享受寫字 推動硬筆書法

現代人對毛筆字較感陌生也感害怕，因為慣於拿原子筆快速的書寫，而忘了其實放慢些腳步，拿原子筆寫字也能展現美感的。這算是生活藝術的一環，我們希望補校學員也能透過硬筆書法的習寫，在平淡的生活中，享受書寫的樂趣，不管是練字、是舒心、是放下心中的雜念也好或是為自己寫下美麗的詩篇，讓一筆一畫展現個人的巧思，是最單純的藝術活動。學員們也透過成果展示，互相觀摩，讓自己更有自信。



彩繪盆栽 綠化生活

最近空氣汙染嚴重，PM2.5天天都有地區「紫爆」陷入危險等級，生活在這樣的環境下，我們每個人都有不可逃避的責任，在補校學習也不再是單純的學習，我們希望帶領學員生活即是學習的一門學科。這學期，我們透過水泥漆彩繪陶盆，有人畫繁花一片，有人畫滿天星雲……，每位學員再親自種植一棵盆栽，在每個學員的巧手下，一片綠意盎然的小盆栽，令人暫時忘了外面的空汙指數……。



幼兒園

隨著季節的更迭與交替，孩子在這瞬息萬變的奧妙世界裡不斷的成长與學習，身為家長的您，幸運地與孩子再一次感受童年的雀躍與歡欣，而身為老師的我們，也很感恩能參與每位孩子成長的點點滴滴。

每學期一次的家長日、歡樂的兒童節、運動會暨母親節、畢業典禮，每個活動都可以感受到家長對孩子的用心，對學校的配合與支持。透過多元的活動，利用好玩有趣的學習，誘發孩子的自主學習力，培養孩子對事物充滿好奇、求知的能力。然而，我們更希望的是，能夠讓孩子不管在任何活動中，學習「愛」的能力，愛分享、愛合作、愛父母、愛老師、愛朋友，以及最重要的要能夠愛自己。

接下來，就讓我們一同來體驗孩子們的精采～

蘋果班

男生女生好朋友

幼兒開始到幼兒園上學時已經知道自己是男生或女生，所以當老師說男生排成一排、女生排成一排時，絕大多數幼兒都可以完成，上廁所時也可以知道自己該上男廁或女廁，但有些幼兒總忍不住好奇的跑到女廁(男廁)看一看，引來其他幼兒哇哇大叫，戶外活動換衣服時、午睡時也都知道男女生須有所區別，但好奇心還是讓他們想知道為什麼有這些不同及需區分開來的限制，於是我們在「男生女生好朋友」這個主題裡將帶領幼兒一探究竟。

在複雜的人類社會中，兩性教育是個一輩子都要學習的課題！在每個不同的年齡階段都有不同的學習項目。幼兒成長的過程中，「認識自己」的重要課題是認清自己的性別。



草莓班

玩具總動員

玩具的世界裡擁有許多想像的空間，以及讓人盡情歡笑的魅力，玩玩具對幼兒來說，過程所帶來的快樂是最重要的，然而我們也思考玩具除了帶來快樂，還有其他的功能嗎？玩具是能幫助幼兒發展各領域的重要工具，啟發幼兒的想像力、創造力和模仿力；培養幼兒的社會性及幫助情緒發展。學習自己運用素材來製作玩具，就像台灣早期的童玩，都是取自生活周邊的材料，且大多為廢物利用，並將家中不玩的玩具捐給需要的單位或進行交換玩具的活動；建立幼兒愛惜物品、珍惜資源的情操。除此之外，培養幼兒獨立負責及解決問題的能力，成為一位小小創意家，也是本主題的學習重點哦！



橘子班

美味糕餅舖

在台灣的飲食文化中，糕餅可以說是日常生活、過年過節都不可或缺的特色食物之一，新學期的開始，接續著幼兒剛過完新年的經驗，我們討論到了過年時吃到的吉祥意義糕餅，藉此開啟幼兒探索糕餅的動機，於是我們開始了第一個主題「美味糕餅小舖」，讓幼兒了解各式糕餅不僅美味，更蘊含著豐富的文化內涵及意義。



櫻桃班

顏色萬花筒

生活中的色彩豐富孩子的生活。幼兒在各個學習區與顏色遊戲，創作出自己所想的，在校園、教室、戶外等地方，多看、多觀察、多體驗顏色的各種可能。期許幼兒在多采多姿的校園生活中，保有健康的身體，盡情探索這世界的七彩繽紛。在「顏色萬花筒」這個主題裡，小朋友從「生活中的顏色」認識基本色彩三原色與變化。「顏色玩遊戲」引發幼兒的創意，進行和色彩有關的創作，並從中了解顏色的特性。



談特殊教育之鑑定安置服務



陳佩欣 / 特教組

特殊教育的目標在使身心障礙及資賦優異之國民，都有接受適性教育之權利。當學生在一般教育形態，無法滿足個別需求，就必須以個別化教學形態才能達成學習效果。

目前經過相當多的實證研究發現，當孩子出現發展或學習困難時，若能愈早接受專業的特教服務及專業治療，孩子改善的幅度將大幅增加，也就是必須把握最佳的「黃金早療期」。然而在倡導融合教育的今天，進入學齡教育階段後，已經有越來越多的身心障礙兒童在經過各縣市政府特殊教育的鑑定安置後，進入國小普通班就讀，並選擇部分課程在資源班學習；也因及早接受特教服務，這群孩子開始展現以往未被注意到的優勢能力及自信，並開展出自己的人際關係，開心的學習；同時也藉由特殊教育中的適應體育及相關專業治療(物理治療、職能治療)的諮詢參與各類體能活動，享受均等的學習機會、增長多元智能，學會生活自理、獨立自主；除此之外，視孩子的個別需求特殊教育提供的不只學業上的指導，亦提供家長及孩子在語言治療及心理治療的諮詢服務。

但令人感到惋惜的是一般人常常認為被鑑定為特殊需求學生，或是接受特教服務就會被貼上標籤。因此，多數家長

因害怕孩子被貼標籤、做標記，進而拒絕學校、社會、醫療資源的協助，因而錯失協助孩子的關鍵期。但特殊教育服務除了透過班級的入班宣導、全校性的特教宣導外，也可視孩子特性在家長日時先行與其他家長溝通、說明，避免因不了解而產生其他不必要的誤會，同時協助孩子身邊的師生更接納，幫助孩子減少或是去除身心障礙特質所造成的不利影響，進而能適應團體生活，發揮個人潛能。

「孩子的學習不能被等待」寧願大膽假設小心求證，及時發現並接受診斷及服務，也不要讓孩子的學習耽誤了，一切就由「接納」開始吧！建議各位家長們在了解孩子的身心特性及發現學習困難時，可先與班級導師討論或進行校內補救教學，亦可諮詢輔導室、特教教師等，相信每位家長都會希望為孩子爭取最適切的學習環境，與其自我摸索、單打獨鬥，不如珍惜資源接受各方的特教服務及幫助。

在經過鑑定安置後，特殊教育的安排及教學並非是永久不變的，當您孩子接受特殊教育服務一段時間之後，如果您有任何的看法，都還可以提出請鑑定委員共同討論；唯有給孩子及自己一個機會嘗試並集合眾人之力，才能及時把握孩子學習成長的關鍵期。



榮譽榜



一、全國賽

組別	獎項
全國學生舞蹈比賽團體乙組兒童舞蹈	優等

二、新北市賽

組別	獎項	姓名
音樂比賽團體組同聲合唱	優等	
舞蹈比賽中二區團體乙組兒童舞蹈	優等	
舞蹈比賽中二區團體丙組現代舞	甲等	
新北市小學運動會跳高	第 5 名	藍少崗
科學展覽競賽應用科學科	特優(國展)	蔡宜瑾、梁耘碩、陳雅亭 鍾承妤、陳喻安
科學展覽競賽地球科學科	優等	劉塹忻、蔡承亨、陳思妤 張禾霖、劉莉菀
科學展覽競賽物理科	優等	侯承佑、郭泰宜、吳鎰如 余沕均、邱顯棠

四、板橋區閱讀寫作競賽

獎項	姓名	獎項	姓名
優等	張禾霖	佳作	陳亭樺
優等	侯承佑	佳作	蕭郭念恩
優等	許家瑜	佳作	陳譽仁
甲等	陳芷婷		

三、板橋區五年級田徑對抗賽

組別	獎項	姓名	組別	獎項	姓名
60 公尺	第 2 名	林佩萱	400 公尺 接力女子組	第 2 名	林佩萱、葉亭君 張麗霽、潘珮羽
60 公尺	第 4 名	廖呈恩			
100 公尺	第 1 名	葉亭君			
100 公尺	第 3 名	黃祺峰			
100 公尺	第 6 名	潘珮羽	400 公尺 接力男子組	第 3 名	李奕廷、黃祺峰 陳禹安、廖呈恩
200 公尺	第 3 名	張麗霽			
跳遠	第 3 名	林佩萱			
跳遠	第 4 名	侯承佑			
跳高	第 2 名	張宸楷	1200 公尺 接力女子組	第 3 名	林佩萱、葉亭君、蕭巧玉、趙姿喻 陳彥禎、黃凱莉、田于恩、陳亭樺 李佳蓁、張麗佩、潘珮羽、江李婉華
壘球擲遠	第 1 名	陳辰仔			
壘球擲遠	第 3 名	趙姿喻			
壘球擲遠	第 5 名	陳敬閔			
推鉛球	第 3 名	蕭巧玉	1200 公尺 接力男子組	第 3 名	侯承佑、葉志浩、李奕廷、邱顯棠 何昀璋、張宸楷、陳鎰勳、曾柏綸 黃祺峰、廖呈恩、陳禹安、朱緒達
推鉛球	第 4 名	何昀璋			