



宣導活動

學務處每學期針對各項議題辦理全校性的宣導，這學期已進行的宣導活動有：校園安全宣導、性別平等宣導、海洋教育宣導、動物保護宣導、黑熊保育宣導、資源分類宣導，目的是使學生能認識各項議題的內容，並能了解各議題所要傳達的觀念與正確的知識，也學會自我保護的意識。

身為爸媽，我們盡力了—偶爾打個折扣沒關係！



有一次在王意中臨床心理師的一篇文章看到了這一句話，突然覺得心裡感觸很深！

現在家庭結構的變化比較大，雙薪家庭的組合越來越多，在教育孩子上，我們能花在陪伴孩子的時間可能會因為工作的關係有所打折，當我看到這一句話的時候，頓時心裡鬆了一口氣！

文章裡面提到：「如何在工作與家庭之間取得平衡，特別是陪伴孩子的成長上，家長能付出的有多少？」，成為我長期以來心中的一塊大石頭。

有生之年，教養這段路途上，沒有所謂的終點，但我們卻需要適時地有中點，停下來，好好的審視自己。無論是自己所賦予父母這個角色的期待，與孩子之間親密關係的修正與微調，以及看待孩子的眼光與想法……等等問題，都需要停下來喘口氣，換個不同的思緒。審視後，如果我對自己有所欣賞的地方，那麼在細微的覺察之後，啓動執行力適時修正親子之間的關係，以及維持自己保持在最佳的身心狀態，這是對自己的期許及盼望。

這個社會上，總是充滿著比較。但是我必須說，身為父母這件事，真的沒有什麼好比的。關鍵在於我們和孩子的關係，是如何的發展、如何的維繫。我想：「如人飲水，冷暖自知」，或許我們認為差強人意，但我們盡力了。說真的，有時放過自己，別要求自己一定得成為理想的爸媽，打個八五折、七折也可以。畢竟，親子關係是一輩子的事，遇見困難與問題都是在所難免。

即使是專家，在教養上過程中，一樣也會遇到許多問題，因此王醫生花了許多時間和心思寫了很多書籍，希望藉由書籍可以讓自己甚至是讀者成為一個理想爸爸，但相信收穫最多的一定是王醫生自己本人和他的家人！

當我們碰到問題的時候，身為父母的我們，又該扮演甚麼角色呢？你還在追求「望子成龍、望女成鳳」嗎？是否應該放下一些過高的期待？其實孩子的成長過程是很快速的，有些時候，放慢自己的生活步調，實實在在的陪伴孩子比什麼都重要；因為，當孩子發現你懂他的時候，孩子的感受會是最深刻的！

我目前是一個有9個孫子、孫女的會長阿嬤，在教育孩子的道路上其實一直持續在學習適應中，我不奢望自己的孩子或孫子們一定要出人頭地，但在教育和陪伴他們的道路上，我也會告訴自己：「我盡力了一偶爾打個折扣，沒關係的！」

參考文章擷取自：王意中醫師<https://blog.xuite.net/atozwyc/blog/589925083>

110學年度旭光國小家長委員會組織成員

- 會 長：陳惠真
- 副 會 長：楊彩屏、莊家妍、楊寓凱、鄭俊榮、劉凱群
- 常 務 委 員：林曼嫻
- 委 員：張佳鷺、韓永光、李世弘、張進清、何梓楨、曾莉萍、林俊佑、葉佩欣、吳凱培、陳柏志、童伊萍、夏集賢、陳筱菁、張慧子、曾宇辰、李宣、顏如敏、翁湘茹、吳喬儒、劉育隆、陳雅雯、李侑叡、林姿容、陳元良、陳志賢、劉家榮、顏志軒、余思瑩、林宣臻、吳家祺、林聖智、塗嘉雲、謝宜倫



旭情芝采

第四期

出刊日期:110年12月6日

第三屆乙

第一版
臺中市烏日區旭光國民小學

Shiukuang Elementary School
臺中市烏日區健行路501號
電話：04-23381847 傳真：04-23361823



校長 許慶昌

熱情、玩真的、盡情的？

在一次偶然機會收看華視新聞雜誌重播節目「有故事的人—朱宗慶」，對於影片中介紹朱宗慶這一路走來的歷程，有相當深刻的報導，在此介紹其內容摘要，供大家省思與參考。

朱宗慶出身於臺中市大雅區，是臺灣樂壇中第一個成立專業打擊樂團，他的名字已成為打擊樂代名詞，同時也讓他站上臺灣打擊樂界教父的地位。他以生動的方式走入鄉野，帶動打擊音樂的快樂種子，進一步建立打擊樂教育系統。1999年國際打擊樂藝術學會聘他為世界總會總裁諮詢顧問，三十年來他影響了千萬的孩子與青年，在敲打中找到與音樂對話的快樂。同時，他也創辦了臺中國際打擊樂節，現在已經成為世界上一級樂團都想要參加的藝術盛典。

在過去，臺灣有一句俗諺「做人最衰，剃頭、打鼓、敲鼓」。樂團裡常有一句話：「不會吹的、不會拉的，就到後台打鼓吧。」這個在樂團中最不起眼、臺灣民間公認最衰的「打擊樂」，由於朱宗慶的出現，讓國人重新認識打擊樂，並給予不一樣的評價與地位。這位來自鄉下的音樂家，把現代打擊樂帶到民間廟口、廣場，也帶到了國際上；而打擊樂這個三十年前最冷門的器樂，在臺灣，現在成為僅次於鋼琴的最熱門選擇。

影片中提及朱宗慶的個性中「熱情、玩真的、盡情的打」，造就了今天的朱宗慶與國人對打擊樂的定位。就像他的生命咒語，讓他在要破關的每一關大門前凝神定神，便能自信邁開腳步前進。因為「玩真的」，讓他能夠一路完成這些夢想。當然，當你玩真的時候，即使碰到了困難，你會理所當然認為是上天給你的磨練。「玩真的」，當你成功的時候，就會在高興、感動之外，還會有更多的感恩。「熱情」，再好的技巧，再好的機會，沒有熱情都是短暫的。有熱情，再大的困難，因為有了熱情一切都能夠迎刃而解的。「盡情的打」，如同「選擇所愛、愛所選擇」，既已堅定志向，就應該有毅力，雖千萬人吾往矣的精神。

朱宗慶成為臺灣音樂界建立打擊專業領域的耕耘者與冒險者，更成為中華民國以音樂走入國際外交，最令人引頸的一聲擊掌，這一切都是來自他的個性與座右銘：「熱情、玩真的、盡情的打」。

「熱情、玩真的、盡情的打」，也許下一個專業領域的個中翹楚就是您喔！



幼兒園活動報導

學習區好好玩！••• 玩的是能力也是態度 ••• 幼兒園活動報導

在旭光附幼的教室裡，孩子們正在跟老師討論自己的學習區計畫……

「我要去語文區用手指偶演故事。」、「我要去藝術區做十字編織。」、「我要去組合建構區搭Gigo積木組合滾球軌道。」

幼兒園主任 紀秀玲

語文區？藝術區？結合建構區？孩子們到底在做什麼？這些「區」又是什麼？能帶給孩子什麼樣的學習呢？繼續往下看就知道囉！

上述出現的「區」，在幼兒園裡叫做「學習區」，不同於國小的分科教學，幼兒園將六大道素融於其中。在學習區探索的時間裡，孩子們依據自己的能力與興趣選區，老師則根據孩子的表現給予支架，是最能適應個別差異的學習安排，在各區探索的過程中，希望孩子能有想法、動手做、不怕難，以下我們就孩子最近很熱衷的滾球軌道來跟大家介紹：

一、有想法

在組合建構區裡有一組Gigo滾球軌道(圖一)，孩子們很喜歡這組教具，不管是看著範例組裝或是自己動腦，都以讓球順利從頭滾到尾為目標。有一大，有位孩子突發奇想，用另一種積木(LASY積木、圖二)搭蓋出滾球軌道，讓班上孩子們開始思考：「有沒有別的教具也可以用來組合軌道？」於是，我們開啟了各種教具建構軌道的軌道研究會。

二、動手做

有了想法後，孩子們開始嘗試用積木區的單位積木(圖三)及Kapla(圖四)搭蓋軌道，過程中孩子發現Gigo積木已經將「球的路」做好了，想要直的路、彎的路都可以直接拿來組裝，球在「路」上也不會掉出來，但使用積木區的積木則要思考積木怎麼擺才能轉彎？一直倒怎麼辦？如何讓球不會滾到一半掉出軌道？又該如何才能讓球順利從頭滾到尾？難度大大的增加了！在動手做的過程中，許多問題也慢慢出現。

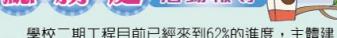
三、不怕難

問題出現之後，我們鼓勵孩子學習面對困難，藉由老師引導、同儕討論等方式，合作解決遇到的問題，在不斷假設、實驗、再修正的過程中解決一個個問題，我們發現軌道要怎麼搭才穩固、球要有動力才能前進、軌道高度慢慢降低才能讓球持續前進(圖五)等等，讓興趣成為面對挑戰的勇氣，讓自主探索成為克服困難的動力，孩子們的軌道研究會越來越順利囉！

孩子所訂定的學習區計畫就在「有想法→動手做→不怕難」的過程中，漸漸的完成自己的計畫，也達成老師設定的學習區目標，當孩子習慣這樣的學習模式後，將能更勇敢的面對學習上的挫折。可以說，學習區除了培養孩子的基本素養外，更是培養孩子正確的學習態度哩！



總務處活動報導



敬請期待二期校舍嶄新樣貌

學校二期工程目前已經來到62%的進度，主體物已經完成，工人正在努力的進行內牆面的粉刷、燈具裝設、頂樓粉刷、地面鑽石子磚的黏貼等工項。工程進展在預定進度內，預計會在111年05月左右完成整體工程，希望111年08月時可以順利迎接新校舍的落成啓用。





Fun心遊網，不迷網~談網路成癮

專任輔導教師 謝宜珊

在資訊發達的情況下，網路逐漸的滲透了我們的生活，不管是與人溝通聯繫或休閒娛樂都離不開網路與手機，因此「網路成癮」的議題近幾年在全世界受到高度的關注。

世界衛生組織(WHO)在2018年最新版的《國際疾病分類》(ICD-11)中，正式將「遊戲成癮症」(Gaming Disorder)歸類為精神疾病，並將過去使用的「網路成癮」聚焦在「網路遊戲成癮」上，針對沉迷於遊戲內容的行為進行相關研究。在臺灣師範大、臺大、高醫大等大學教授所組成的研究團隊則對臺灣兒童與青少年進行調查，發現國小三到六年級的網路成癮者約佔18.8%，兒童和青少年「網路成癮」的盛行率可能將近20%。這些資料都顯露出「網路成癮」的議題是需要我們深入了解與討論的。

「網路成癮」泛指的範圍很廣，包含「網路遊戲成癮」、「網路影音成癮」與「網路購物成癮」……等方面，在國小階段比較受到關注的則是「網路遊戲成癮」的部分。孩子出現「網路成癮」的情況會對他的身體、心理與生活造成一些影響，像是身體方面視力變差、記憶力衰退等情況，在心理方面會出現注意力不集中、現實與虛擬情境混淆、孤獨感上升的影響；而生活方面會有課業退步、親子關係疏離、人際關係不佳等情形出現。

在被診斷為「網路成癮」而需要醫療體系介入前，其實會先進入「網路沉迷」時期，造成孩子「網路沉迷」的原因大部分是來自於現實生活，與親子關係、管教方式（與孩子互動時是否能表達關愛且具有明確的管教界線）、小孩的自我概念及成就感（例如課業表現、人際關係）等因素都有很大的關聯。父母可以透過孩子使用網路的行為來了解他們是否有需求沒有被滿足。如果家長能辨識「網路沉迷」特徵與造成的原因，在此時期及時發現孩子的情況，給予關心並協助孩子調整使用網路的情況，則可避免「網路成癮」的發生。

輔導室在此提供您觀察孩子是否有「網路沉迷」的四大指標：

- (一)孩子上網時間是否越來越長才能滿足。(二)孩子無法上網時是否會出現身心的焦慮或情緒上的波動。
- (三)孩子是否無法克制想要上網的慾望與衝動而半夜偷偷不睡覺。(四)孩子是否因使用網路而影響既有的角色及功能。

除此之外，網路上能搜尋到各專家學者設計的「網路成癮」量表與小測驗，您可以依照自己孩子的情況來幫他進行測驗，以了解孩子目前的情況。網路能給我們的生活帶來便利性，也是很重要的工具與資源，所以不是不能讓孩子使用網路，而是不能把網路與3C產品當作陪伴孩子的保姆。父母需要教導孩子正確使用網路的方法，並陪伴孩子使用網路，因為網路世界仍有一定的危險性，像是需要注意網路交友、網路霸凌與出現不恰當內容的情況。

提供以下預防策略來協助家長改變孩子使用網路的情況：

- (一)親子之間要釐清使用3C的目的（看影片、玩遊戲或找資料）、使用時間和頻率，一定要有清楚的規則，也要避免成為交換條件。
- (二)一定要陪伴，用合作取代競爭方式，甚至可以一起玩網路遊戲。
- (三)善用APP設定，輔助管理孩子使用手機與篩選內容，例如：YouTube Kids、Google Family Link 家長版。
- (四)調整家裡上網環境，只在公共空間使用。（五）培養孩子多元的興趣，降低對網路的依賴性。

網路不可怕，「網路成癮」與「網路沉迷」的情況是可以避免的，讓我們從現在開始陪伴孩子使用網路，進入孩子的網路世界，了解與傾聽孩子的心聲，適時引導孩子思辨網路上的內容，學習正確的使用方式，就能一起Fun心遊網不迷網。



狗老師上課囉！ 樂學教室 鍾佳容老師

今天旭光國小來了一位特別來賓，小朋友看到都好歡喜、好奇，看到牠有點害怕、又有點興奮。牠身上有穿一件背帶、身上有長毛、是淡咖啡色的。到底是哪個特別來賓呢？原來是狗老師—貝貝治療犬。貝貝一到旭光國小就到處聞一聞，牠也很好奇這是什麼地方，但是牠很冷靜，從頭到尾都乖乖跟在主人的旁邊。這天台灣動物輔助治療專業發展協會，邀請何老師和貝貝治療犬，一起到旭光國小跟小朋友互動。貝貝治療犬是受過專業訓練、性情穩定且親人的小狗，牠可以幫助老人、特殊兒、身心障礙者緩和情緒、學習社交。有關更詳細的治療犬介紹，請掃描以下QR CODE。



有您當志工，旭光幸福在愛中

宗旨
在旭光國小的校園裡，有一群不求回報的熱心人士，用無私的愛成就學子在安全、關愛與希望的環境裡，快樂學習、健康成長，這群人就是我們學校的教育志工。目前本校志工隊設置隊長一人、副隊長一人，隊下設置交通導護、圖書管理、晨光故事、課業輔導及活動支援5組，共57人。名單如下：

- | | |
|--|-----------------------------|
| ◎隊長：林美汝 | ◎副隊長：童伊萍 |
| ◎交通導護組 | |
| 組長：夏集賢 | |
| 組員：黃建緯、林碧惠、夏集賢、陳清為、林旻嫻、田明利、李秀琴、陳玉惠、陳美惠、楊淑真、楊妙如、蔡招君、林洪碧、黃淑惠 | 許張秀勤、包珮禎、徐慈億、賴寶鳳 |
| ◎圖書管理組 | |
| 組長：鄭文婷 | |
| 組員：童伊萍、鄭文婷、何啓正、吳思慧、吳喬硯、塗嘉斐、林姿蓉、林美汝 | 陳靖媚、周瑞瑩、陳佳妤、郭英玉、歐雅文、莊銀鏞、周瑞瑩 |
| ◎活動輔導組 | |
| 組長：蔡雅婷 | |
| 組員：黃建緯、林碧惠、夏集賢、陳清為、林旻嫻、田明利、李秀琴、陳玉惠、陳美惠、楊淑真、楊妙如、蔡招君、林洪碧、黃淑惠 | 許張秀勤、包珮禎、徐慈億、賴寶鳳 |
| ◎晨光故事組 | |
| 組長：王嘉慧 | |
| 組員：蔡招君、鄭伊凌、陳萱、劉育隆、陳雅雯、王嘉慧、鍾珮珊、陳俊宇、楊彩屏、林美汝、連麗卿、陳靖媚 | |
| ◎課業輔導組 | |
| 組長：何梓榆 | |
| 組員：賈雅娟、陳佳妤、蘇貝斯、何梓榆、童伊萍、王嘉慧 | |
| ◎活動支援組 | |
| 組長：楊彩屏 | |
| 組員：廖素卿、陳靜玟、陳惠玲、蔡招君、蕭春祝、王桂鷺、簡翠瑩、林曼嫻、黃淑惠、黃暉懋、成慧、沈逸螢、溫麗華 | |

感謝志工們的無私奉獻，用愛串連彼此，讓愛飛翔在旭光的幸福校園！也歡迎有志一同的您加入旭光志工隊的大家庭，一起帶動有愛相隨的溫馨社會。(撰稿 輔導室)



・新住民語・

母語教學

在新的學年中，學校因應新課綱為新住民子女開設越南語、泰語、印尼語及菲律賓語四種選修課程。每位經驗豐富的教師不僅提供新住民子女傳承母語的機會，並且透過多元的學習活動來認識不同國家的節慶和習俗，開啟國際理解之窗，呈現臺灣多元文化之美。

・英語教學・



英語教學

本校外籍英語教師歷經XOLILE MGALENHENTULI、Tristan Reynolds以及目前服務中的Tamica Codi，教學各有特色。除和中師進行四到六年級每週一節課的英語協同教學外，還有全班性的英語繪本說故事、復活節活動，下課時間自由英語對話、英語闖關活動的規劃及執行。



書法教育

本年度學校由校友楊木榮先生贊助書法教育經費以及申請教育部「110學年度推動書法教育整體計畫」，特別聘請台灣省書畫教育協會陳文妍老師到校進行書法課程，帶領孩子認識篆甲骨文、金文、篆書……等不同漢字書體演進，培養學生書法寫基本能力。

多元社團活動

這學年，學務處開始嘗試社團活動採線上報名，反應熱烈，所有名額瞬間就秒殺了，猶如演唱會搶票一樣。

社團除了原有的樂高動力社、足球社、跆拳道社、烏克麗麗社、樂樂棒球社，還增加了創意FUN科學社、MV舞蹈社及拉鍵社。

未來學校將繼續提供更完善的活動空間、更多的社團來展現孩子們的多元智慧，增加孩子們的成就感。



足下功夫了不得 - 足球社



氣質滿滿的烏克麗麗社 健體強身的跆拳道社

學務處

活動報導



小一新生入學日

110學年度開學了，因為疫情的關係，雖然少了活動的體驗，但旭光的老師們一樣開心、愉快地迎接一年級的新生。親愛的小朋友們，未來六年，你們都是旭光的小寶貝，一起享受這六年開心的小學生活。



九九體育日活動

全國九九體育日，老師們帶著班上的學生一起進行運動，希望藉由運動習慣的養成，讓我們身體更健康。運動九九，健康九九！一起運動去，GO! GO! GO!