

69 期 忠義 話苗圃



疫	情	下	的	忠	義	話
學	習	生	活	苗	圃	第
😊	😡	😞	😄	6	9	期

封面設計 /

512

詹恩瑤

、

512

陳妙箴

、

512

郭睿淇

目 錄

<u>目錄</u>	02
<u>教出自律的好孩子/葉誌鑑校長</u>	03
<u>心中有太陽，處處是晴天！/黃月慧主任</u>	05
<u>小龍的煩惱/江哲航老師</u>	07
<u>畫作欣賞</u>	10
<u>照片說故事</u>	15
<u>徵文-疫情停課的生活</u>	25
<u>徵文-情緒教育</u>	31
<u>徵文-校慶紀實</u>	34
<u>徵文-生命的色彩</u>	42

教出自律好孩子

校長/葉誌鑑

在這個競爭創新多變的時代，培養孩子未來的能力素養更趨多元，在期許與競爭中，我們更要有顆鼓勵與柔軟的心，陪伴孩子們成長。因為在鼓勵中長大的孩子，滿懷信心；在讚美中長大的孩子，懂得感激；健康快樂在幸福中長大的孩子，前途美好；在賞識中成長的孩子，最有潛力。

分享一、德國教養鐵規則，教出自律好孩子

鐵規則 1：不要多「幫」孩子做，而是多「讓」孩子做。

鐵規則 2：孩子有十個缺點，父母要為其中五個負責。

鐵規則 3：教養孩子，父母必須「以身作則」。

鐵規則 4：告訴孩子：跌倒了，自己站起來。

鐵規則 5：不要在孩子心裡埋下"暴力"的種子。

鐵規則 6：學習如何爭辯，是成長的第一步。

鐵規則 7：學習「愛與被愛」是一種可貴的能力。

鐵規則 8：讓孩子在"碰撞"中成長，而不是在"呵護"中長大。

鐵規則 9：不以自己的經驗，取代孩子的感受。

鐵規則 10：教育孩子~社會沒有絕對公平，只有規則與秩序。

父母過度的替代與呵護，不知不覺中剝奪了孩子學習體驗的機會，因為任何的失敗錯誤都是學習的一部份，「摔跤」並不是成功的絆腳石，而是成功的踏腳石，「從做中學」讓孩子親身的體會經驗，碰撞中成長，印象記憶才深刻，才是真正的學習領悟。孩子的成敗，並不是決定在會不會讀書，而是盡其在我。只要孩子能盡心盡力，扮演好自己的角色，便是成功了，沒盡力去做的才是失敗。國際麵包大師吳寶春的努力與堅持，不斷嘗試創新，從錯誤失敗中累積經驗，最後揚名國際。好吃的麵包才是本質，而好成績，只是麵包上面裝飾的美麗奶油花朵罷了。

分享二、玉米田的故事：以前有一戶農家的玉米田每年都收成很好，所以每一年的玉米種子比賽都得到冠軍，這戶農家每一次比賽回來，就把冠軍種籽，分給左右鄰居去種，大家都覺得很好奇，他為什麼要把冠軍的品種給大家呢？不怕別人的玉米長得比他好嗎？這戶農家就說，玉米是藉著風傳播花粉來結果的，只有別人的玉米種子是好的優秀的，我的玉米才會長得好，收成也才會好。我想同樣的，學校是團體的生活，也唯有各位家長大家共同來參與，協助與關心，學校才會辦得更好，我們的孩子也才會發展得更好。

人生就是一種反射，當你為別人付出更多時，別人將會回報你更多，如果你要這個世界有更多的愛，那麼你就要在你的心中創造更多的愛，如果你要你的團隊更優秀，那麼你也要先讓你自己更優秀，這樣的關係可以套用在生命中的每一件事上。所以為了我們的孩子更好，我們應該更努力的關注我們小孩的教育，孩子才會反射更好的教育成果，讓我們一起來共同耕耘忠義國小這塊玉米田吧！

(資料轉載自：<http://www.uho.com.tw/hotnews.asp?aid=32046>
悠活健康網記者陳承璋／報導)

心中有太陽，處處是晴天！ ～善待自己 成就美好生命～

輔導主任/黃月慧

「嚴以律己、寬以待人」是常會從師長口中說出來的話，從小我們就被教導要這麼做。但是，過度的強迫、苛責自己，對於擺脫壞習慣非但無益，反而會讓我們自信心低落，因此，我們不妨試著「寬以待人，也寬以律己」吧！

社會變遷，影響了我們的生活結構與生活方式；科技發展，帶動了各行各業的飛速前進。隨著生活節奏的加快，面對家庭、工作與學習上的壓力，往往容易產生焦慮。焦慮是人生的一部分，但不應該是人生的焦點。別忘了，生命中，我們是自己的主人，所以，我們是在為自己奮鬥，我們的人生目的，不是為了去成為別人期待的樣子，而是要成為自己喜歡的樣子。當察覺到我們開始自我埋怨時，這是因為我們內心「求好心切」的積極態度展現，對於自己這種了不起的、值得嘉許的心態，我們更應該自我諒解並善待這個一心向好的自己。

善待自己，會讓我們感到樂觀、滿足、自主與智慧，並且能降低焦慮、沮喪、壓力與羞愧程度。那麼，可以怎麼練習善待自己呢？

善待自己，要專注當下。這有助於我們即時察覺此時此刻自己所處的情境，第一時間掌握自己的感覺、情緒，從而產生對自我同感、同理與同情的作用。

面對失敗，多數人都會責備自己，然而，責備只會徒增自卑感，導致自信心更加低落，更不相信自己有能做出改變。善待自己，要認知「出了差錯時，絕大多數的人都會感到羞愧」，所以自己並不孤單，只要是人難免會遭遇這種境遇。當我們明白這是人類共同的處境時，就能有效降低對自己的苛責與埋怨。是以，我們要做的是：停止對自己的苛責、減少負面的自我對話，留點「同理心」給自己。

善待自己，要對自己展現善意與溫暖。我們可以試著這麼做：把手輕輕的擺在心上，感受自己的心跳，確認自己的感受；對自己說一段鼓勵的話，像是「我這麼努力真是超讚的！」；或者喝一杯喜歡的飲品、聽喜愛的音樂、唱歌、跳舞、……等。當我們對自己表現善意與溫暖的舉動時，我們的神經系統就會釋放出讓我們感覺良好的荷爾蒙，能幫助我們冷靜不慌亂，並且重新啟動自我的關心系統，協助我們整理、理清紛擾的思緒，並讓自己有機會採理性的步驟，來解決當前的問題。

美國文豪馬克·吐溫 (Mark Twain) 曾說：「習慣不能一股腦兒被扔出窗外，必須一步步地把它哄下樓。」與其想立竿見影的看見改變，不如享受改變的過程，重新認識自己、同理自己、善待自己。

獎勵自己從來都不需要理由！不要否定自己努力的樣子，能夠一直陪我們走下去的，永遠是那個不願放棄的自己。給自己多一點鼓勵，給明天多一點期待，不用過於擔心眼前的煩惱，即使此刻雨下得再怎麼大，還是會有陽光出來的一天。

小龍的煩惱—如何表達自己的不舒服

專任輔導教師/江哲航

「小龍，起床上學囉！」龍媽媽在一旁叫著，只見小龍翻了個身，大聲的說：「不要！我身體不舒服。」這是最近小龍第二天不想去上課了，這讓龍媽媽很是擔心，不知道他到底怎麼了。

「來，你起床讓媽媽看看，是哪裡不舒服，我才能和老師說呀！」龍媽耐心地說，但小龍仍一臉不耐煩的說：「就不舒服嘛！」兩人的對話陷入了盡頭，似乎沒辦法再繼續下去了。龍媽媽有些生氣，但她轉過身，調整了一下呼吸，轉頭對著埋在被窩裡的小龍說：「我知道你現在有些不開心，讓你現在不想告訴我，但我必須了解你到底怎麼了，才能知道怎麼幫你呀。所以我給你 10 分鐘冷靜一下，我待會再過來問問你。」說完龍媽媽就離開房間了。



龍媽媽打了通電話給導師：「老師，不好意思，我是小龍的媽媽，他和我說今天身體不太舒服，所以可能早上要先向您請個假，如果待會好一點我就帶過去。還有……也想問問他這幾天在學校還好嗎？」老師回應道：「小龍喔……他很好啊，應該說他都乖乖的，也沒有發生什麼特別的事。」龍媽媽表示了解，隨後謝謝老師便掛上電話。

時間到了，龍媽媽再次進到小龍的房間。只見他已經醒了，卻在見到媽媽後迅速閉起眼睛。龍媽媽來到他身邊，溫柔且堅定的說：「我知道你醒了，我剛剛和你們老師請了早上的假，現在請你告訴我，你到底怎麼了。看到你這樣，媽媽有點擔心。」約莫過了 5 分鐘，小龍才擠出一點聲音，小小聲地說：「我不喜歡上學，同學都笑我。」「發生了什麼事？為什麼他們要笑你呢？」龍媽媽關心地問，這時小龍才娓娓道來最近他在班上的遭遇……

來，小龍最近因為修了頭髮，變得短短刺刺的，讓同學紛紛笑他為仙人掌。「我很討厭他們這樣叫我，叫他們不要講還一直講，真是氣死我了！」說到這，小龍還雙手握拳，擺出非常生氣的樣子。「謝謝你願意告訴我，我想他們這樣亂取綽號，嘲笑你的頭髮，一定讓你很生氣，又覺得很丟臉，甚至讓你不想看到他們，選擇待在家裡。我想如果是我，我也會很不開心。」聽完媽媽這麼說，小龍用力點點頭。

「媽媽，所以我該怎麼做呢？我其實很想去上學，只是我不知道要怎麼讓他們不要再對我這樣說。」小龍漸漸冷靜下來，無助地看著媽媽。龍媽媽想了想說：「其實你很勇敢，在他們這樣說你時，你會叫他們停下來，試著保護你自己。只是好像還是無法讓他們停止這行為，我覺得或許你可以換個方式，冷靜告訴他們說，我並不喜歡你們這樣叫我，這會讓我很不舒服，我希望你們能尊重我的感受。」「我不知道我可不可以做到……」小龍擔心的說，「沒關係呀！讓媽媽陪你一起練習。現在，我是那個亂取綽號的同學，你來試著對我說說看。」就這樣，她們母子兩人一起練習了一段時間，而小龍也終於有了笑容，對著媽媽說：「我覺得我準備好了，待會我會試試看的，謝謝媽媽！」看著小龍開心的表情，龍媽媽也很開心的說：「太好了！那待會媽媽就帶你去上學囉。」

不過，如果你在這過程不太順利，你還是可以回來找我討論，看看我們還可以怎麼做。這不是件容易的事，但我很開心你有這個勇氣來面對它。」小龍笑著點點頭。



■故事想一想：

1. 請問龍媽媽用了什麼方式，讓小龍冷靜下來，順利讓他願意說出心事呢？
2. 除了和家人討論該怎麼做，你還知道在學校可以找誰討論呢？
3. 你也有遇過類似的事情嗎？當時的你是怎麼做的呢？如果聽完這故事，你會選擇怎麼做呢？

■輔導老師說：

各位小朋友，一句無心的玩笑話，很有可能會讓對方非常不開心，或是非常難過喔！所以在說出口之前，請你先停個三秒，想想要說出口的話，是不是可能會讓對方不舒服呢？如果你已經想過，但說出來還是讓對方感覺不舒服，記得要好好和對方道歉喔！讓我們一起當個能尊重他人感受的好孩子吧！

畫作欣賞



311 余泳彤

311 陳定緯



海洋異想世界

311 余泳彤.311 陳定緯

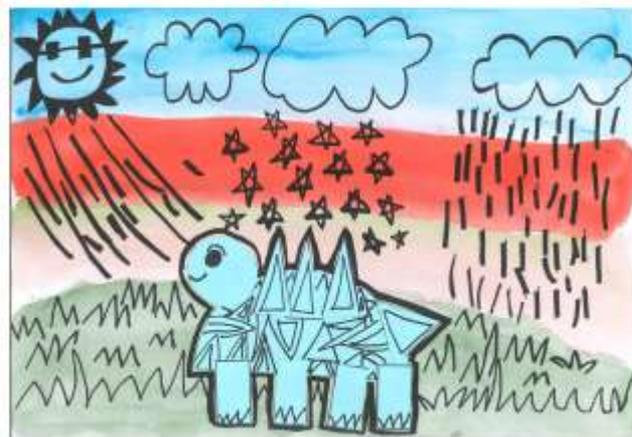
畫作欣賞



星際漫遊記

311 吳若彤.311 柯星瑀.311 梁宇涵

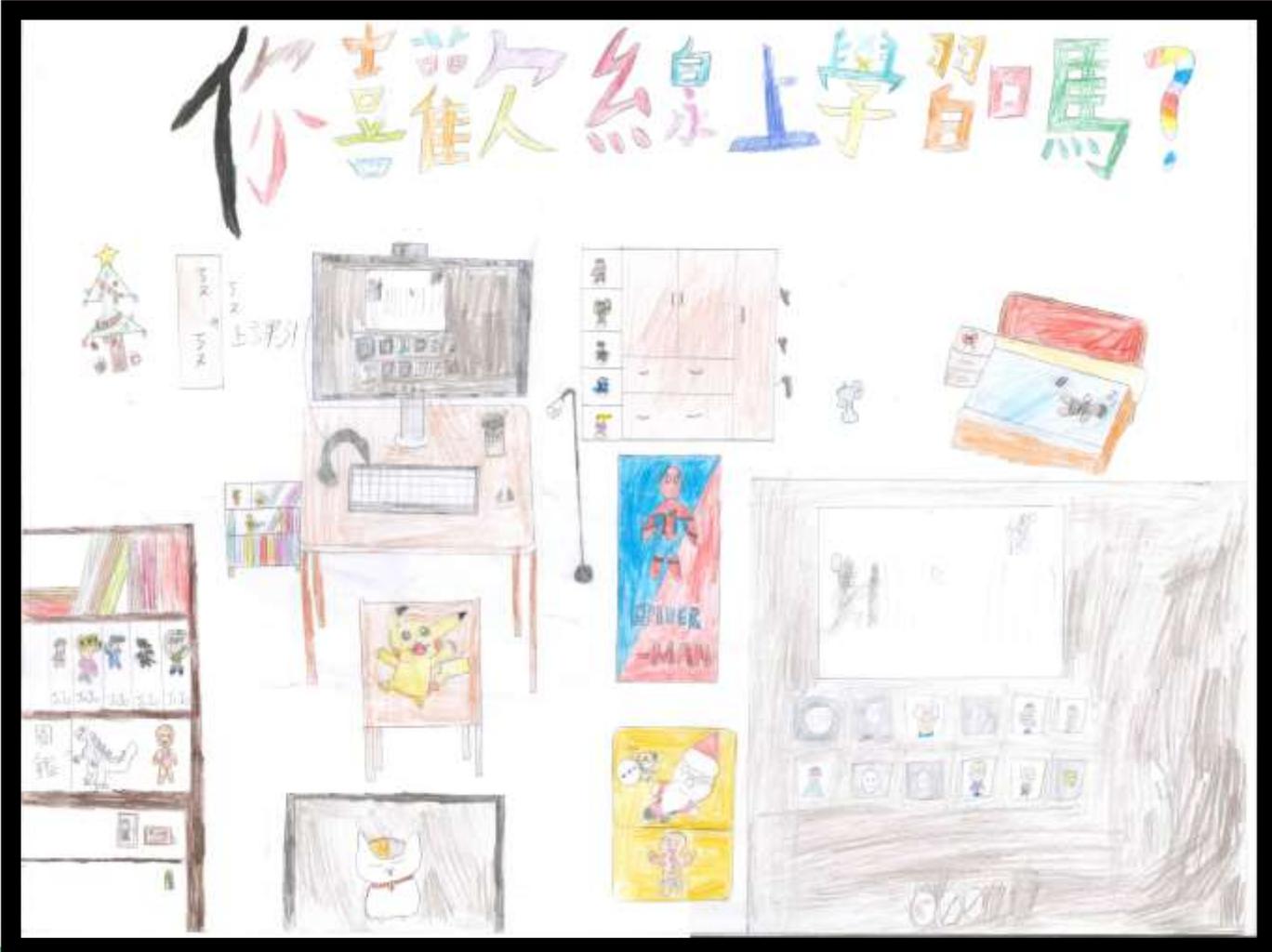
畫作欣賞



恐龍世紀

311 陳立書.311 陳昱瑄.311 翁振凱

畫作欣賞



你喜歡線上學習嗎？

607 黃鈞煜

照片說故事



冬至 211 李旻紘

冬至是中國的二十四節氣之一，因為是屬於農曆的節日，所以每年國曆的日子都不一定，今年則是在 12 月 21 日。冬至這天，太陽照射南迴歸線，所以位於北半球的臺灣呈現白天最短，夜晚最長的特殊現象。冬至當天，中國人習慣吃湯圓，代表一年即將結束，又長了一歲，也代表團團圓圓。

湯圓是由糯米製成的，首先要先將糯米泡水，再將米放入石磨中磨成米漿。米漿瀝乾後，摸起來沙沙的，沒有黏著力，要先取一小塊放在水中煮，煮熟後會浮起來，它的樣子看起來有點像麻糬，但正確的名字是粿母，將它和糯米團揉搓均勻變成粿粹，就可以開始搓湯圓了。

因為疫情的關係，我們不能在學校煮湯圓、吃湯圓，但能自己磨米漿，也是一個難忘的經驗。

照片說故事



閱讀小學士 211 林翊群

今天我們全班一起獲得了閱讀小學士的獎狀，為了紀念全班一起獲獎的美好經驗，老師特別帶我們來圖書館照相。

每個星期五的早自習，是忠義國小的共讀時間，每週都會有不同的書箱傳閱。老師會事先設計好學習單，利用早自習帶領全班共讀並補充書本外的知識，接著引導我們完成學習單。從一年級到現在積少成多，聚沙成塔我們已經累積閱讀了不少的好書，並完成閱讀護照裡閱讀小學士的認證。

老師常說閱讀是最快補足生活經驗不足的方式，透過閱讀我們可以增廣見聞，透過閱讀我們可以行萬里路，所以我一定要跟著老師的腳步，養成閱讀的好習慣。

照片說故事



聖誕節禮物袋 211 陳穎彤

聖誕節到了為了裝飾我們的教室，老師教我們用不同尺寸的圖形紙片做出可愛的聖誕老公公，也做了麋鹿、雪人、聖誕樹和薑餅人。這五種作品中，我覺得聖誕樹是我最滿意的作品。我們將這些作品裝飾在聖誕襪和禮物袋上，並且做了一張許願卡，寫下我的心願。

禮物袋裡，除了有老師送的禮物和毬子外，還有許多家長送的點心，真可說是大豐收。今年我收到許多人的祝福及禮物，其中我最喜歡的禮物是毬子，它是雅雀老師送我的，我最喜歡的原因是老師讓我們自己選顏色，而且很好踢，可以在下課玩。

收到禮物真令人開心，長大後，我也要當一個給人溫暖的人，並且時時感謝愛我的每一個人。

照片說故事



越南春捲 211 郭于樞

國語課第三單元【美食故事島】介紹了許多不同族群的美食,為了讓我們有深刻的印象,老師特別準備了許多材料,讓我們親手做越南春捲。老師準備了許多蔬菜有和香草,因為有同學吃蝦子會過敏,老師另外又準備了蛋皮線和雞胸肉線。而春捲裡還有包入和臺灣米粉很像的米線,而酸酸甜甜的醬汁是用新鮮的檸檬汁再加入蒜泥和魚露。

謝謝老師準備這麼多食材讓我們體驗不同族群的美食,希望有機會能品嚐更多美食。

照片說故事



狗醫生入班

306 沈孟涵

今天可愛的狗醫生來到我們班上，為我們上了一節特別又有趣的課。狗狗們一進教室，我就對牠們充滿好奇。我在這一節課發生了一些有趣的事情，例如：狗爸爸叫我抱著狗狗。

我在這一堂課學到了一些好玩的事情，例如：和狗說話不能太大聲，以及怎麼和狗狗握手、相處，還有怎麼較它們坐下、趴下、站起來。

我上完這一節有趣又好玩的狗醫生的課，我的心得與感想是：狗狗們來到我們班上，我覺得很新奇，因為這是第一次狗狗們來到我們的班上，邱爸爸居然叫我靠在狗狗身上，讓我感到很驚喜！

照片說故事



狗醫生入班

306 施雨彤

今天的第三節課，狗醫生來到我們班上，為我們上一個特別又有趣的課程。兩隻小狗一進教室，我很期待且興奮，老師就開始介紹左邊那隻狗，左邊那隻狗已經 10 歲了，右邊才 1 歲，所以左右的狗比右邊的狗皮膚還白。

我覺得這次的課程讓我們學到如果要養狗，就要訓練牠，牠如果做錯事情時，要教導牠，希望下次狗醫生可以再來到我們班上。

照片說故事



狗醫生入班

306 張東昊

今天我好期待狗醫生來我們班上。邱爸爸先教我們怎樣讓牠乖乖趴下來，還有教牠坐下和起來。邱爸爸說：「你們摸摸看。」牠的毛摸起來很柔軟，抱起來很舒服，我們還有和牠合照。

這堂課我學到瞭如何飼養狗狗的方法和有關狗狗的知識，要養一隻狗狗需要注意的地方很多，環境也很重要，所以不能因為一時喜歡牠而養牠，要思考好一切領養瞭就不能棄養牠。

有狗狗陪著我上課，我感覺很安心，希望以後還可以有狗狗陪我們上課。

照片說故事



狗醫生入班

306 張畧瑞

今天可愛的狗醫生來到我們班，為我們上瞭一節非常特別的課。

狗狗們一進教室，大家都覺得很可愛，叔叔就開始介紹狗的語言、牠們幾歲……就在這時，有一隻狗跑來跑去、東抓西抓的，全班一起大叫：「啊！好可怕！」老師又說：「你們不能嚇狗狗。」最後我們全班一起拍大合照，就和狗狗說再見。

我覺得這是最棒的一節課，希望下次還能有機會見到狗醫生。

照片說故事



狗醫生入班

306 黃沛晴

期待很久的這一天，就是狗狗來班上，我內心充滿了好奇。

一開始，老師介紹了狗狗的名字，然後解釋說怎麼訓練，狗狗可愛的反應讓天真的我們哈哈大笑；接著老師讓我們感受「多巴胺」，老師說一開始會有螞蟻在頭上爬的感覺，然後是水淋在頭上的感覺，接著是大自然的聲音，但這些我都沒感覺。由於這個活動要閉上眼睛，當我們張開眼睛，狗狗們居然炸毛了!!仔細看才發現，原來是獅子頭套。

這節特別的課，有趣又好玩，最後大家一一不捨的跟狗狗道了別。就這樣，在歡樂的氣氛下，這堂特別有趣又快樂的課，才畫上美麗的句點。

照片說故事



狗醫生入班

306 吳怡璇

今天可愛的狗醫生來到我們班上，為我們上了一節特別又有趣的課。

兩隻狗狗一進教室，我就充滿期待與好奇的心情，狗醫生的爸爸教我們怎麼讓狗趴下、坐下和起立……等等。而且還告訴我們如果狗狗們做對的動作，我們可以給牠食物或是稱讚牠。

我很喜歡今天的體驗，希望下次老師還可以安排這樣有意義的活動。

徵文 —疫情停課的生活

停課的日子 412 涂妍安

我在停課的前一天時，就已經發現了很多的同學都沒來上課；一直到了前一天中午，我才聽到老師說要停課了。當時，我的心情非常驚訝。老師提醒我們：「在家要勤洗手、戴好口罩，然後把課本都帶回家，並保持安全距離。」

剛開始停課的時候，接二連三的線上課程讓我有點手忙腳亂；在媽媽的幫忙下，一個禮拜後我漸漸適應，並且愛上了遠距教學。因為我可以不用每天這麼早起床，還可以悠閒的享用豐富又可口的早餐，我感到很幸福。

每一天老師都會讓我們在線上互動，每一科的老師都會提供多元的教學資源。藉由這次的機會，我也認識了很多的教學平臺，並順利完成老師們的作業要求。線上直播的時候，老師會分享畫面來上課；她還會教我們如何使用三個排比句寫一篇日記，我認為，直播上課真是有趣。

我覺得停課這段期間，我學到了怎麼用一些教育平臺來上課；但我仍希望可以早日回到學校，新冠肺炎趕快解禁。

徵文 —疫情停課的生活

停課的日子

412 嚴若芸

一聽到停課時，我的心裡既興奮又失望；因為雖然可以不用去學校，但卻也無法和好朋友玩和戶外教學了。緊急停課時，老師馬上教我們線上上課的流程，並帶著我們練習；我覺得老師很厲害，可以隨機應變，真是佩服！我在停課期間一直都在做同樣的事情，有時做線上，有時寫功課，有時編故事。到了放暑假，規劃就不同啦！

我在家都是利用「學習吧」自學，我覺得用它是很好的選擇，因為我都看得懂。線上學習是必要的，只是有時網路會斷線或是聽不懂老師在說什麼，這讓我很煩惱。

我在這次的疫情中學到，其實去學校上課遠比在家耍廢來的好。所以我希望疫情趕快消失，才能去上學。未來，期望不要再停課，沒有疫情，大家健健康康。

徵文 -疫情停課的生活

停課的日子 415 陳冠霖

記得五月十七日到學校上課，班上有將近一半的同學請假沒有來上課，下午老師也告訴我們明天要開始停課。因為新冠肺炎疫情持續升溫，所以雙北市決定實行停課的措施。

在學校上課的日子是六點五十分起床準備，停課期間我們也不停學，所以老師會在每天七點半左右將當天的作業上傳到群組，讓我們也可以像線上聯絡簿依樣，按照老師的安排，把作業完成。

我印象最深刻的作業是藝文課裡的「世界名畫角色扮演」開始我和爸爸、媽媽上網找了好幾個有趣的名畫主題，希望可以就地取材把作業完成。後來因為太好玩，我一連扮演了三個角色，雖然換裝很累又很熱，但是準備的過程，讓我們三個笑成一團，非常開心。

在停課的期間，常常要使用電腦線上交作業，雖然用眼的時間增加，但是發現我的打字變快了，所以凡事只要多練習，就可以熟能生巧。我期望疫情可以趕快緩和下來，讓我可以去學校和同學一起玩，也可以跟著老師學習，真的很想念大家，也希望老師和同學都能平安健康。



徵文 -疫情停課的生活

停課的日子 415 許喬苡

從五月十八日開始，因為疫情變嚴重，所以停課了。這次停課我永遠都會忘記。

上學的日子我是六點半起床；停課的日子我還是六點半起床。除了上線上上課，但生活作息也不同。平常要走去學校；但現在只要打開電腦，就可以上課了。變得更方便。雖然已經停課了，但可以增加跟家人互動的時間，培養感情。

我在家有時會覺得很無聊，有時會替家人擔憂，有時還會想回學校呢！雖然停課是件不好的事，但多學點才藝也會讓我開心。在家裡有時還會不耐煩。

希望這次疫情迅速離開，讓人們心中的黑夜有了光芒能面對這可怕的疫情。只要大家共同遵守規定，一定可以成功實現我們的願望。



徵文

—疫情停課的生活

停課時的生活

510 黃科澄

現在世界新冠肺炎肆虐，各國的情況都相當的不樂觀，許多嚴重的國家都不得不封城，台灣不至於那麼嚴重，所以改成居家辦公、線上學習，讓許多學生、上班族都大吃一驚。

使用線上的學習方式來上課，實在令人新奇，學習的途中，書本亂成一團，有的擺得東倒西歪，有的散得七零八落，亂得跟豬窩一樣，其中，橡皮擦屑掉的滿地都是，如果不清理的話，感覺在一個月家裡就被掩埋了。每天功課做完就去線上學習遊戲，每天獎勵的是，只能拿去賣錢，最後居然還賺了虛擬的錢「一百萬」！不過那時的我更希望那筆龐大的錢是真實的，不過那一百萬可不好賺，裡面的題目有難有簡單，有時甚至簡單的連小北鼻都會，有時卻又難的連一位聰明的大人都不會。

之後我開始厭倦了這種每天過的無聊又不充實的生活，媽媽有天叫我去洗菜，洗菜時，我頓時覺得菜菜們彷彿在對我打招呼，水在對我扭動、跳舞，洗完菜後，菜菜們似乎在向我招手道謝呢！至今我認識了許多菜菜朋友，有一開就圓滾滾向我滾動的番茄、細細空空的空心菜、頭髮像叢林又像爆炸頭的花椰菜…。下午辛辛苦苦洗菜，晚上開開心心吃菜，別有一番成就感，可是不知那些菜會不會怨恨我？雖然還是停課中，但疫情好轉後，我有時就會去頂樓跳跳繩，活動一下筋骨，假日有時還會乘著風去騎車呢！

停課結束後，我去我美麗的學校認識新同學，和新老師打招呼，每人都期望疫情趕快退去，恢復正常生活，去過平凡卻美好的日子。

徵文 —疫情停課的生活

停課的日子 412 楊智皓

今年因為新冠肺炎疫情肆虐，所以全國停課，學生在家自主學習、線上學習。一聽到停課的消息，我的心情是既開心又難過。開心的是不出門就可以減少感染的機會，難過的是不能和朋友一起玩耍。

停課期間，我的作息就像上班族一樣朝九晚五；因為不像過去在學校那樣按表操課，我多了很多時間安排活動，例如：看電影、下棋含有看課外書。其中有本書：「我的名字叫希望」，讓我印象最是深刻。

停課第一天，我們班就開始視訊教學，這是史無前例的教學方式，我帶著既興奮又好奇的心情上課。剛開始上課時，場面是一片混亂，大家爭先恐後的發言；直到老師警告大家，大家才有秩序的上課。除了每天固定的視訊教學外，我們還要觀看各科的教學影片及繳交線上作業。從一開始的手忙腳亂到後來的熟能生巧，我就像在打怪練功一樣，一步步的解鎖新技能。

隨著暑假來臨，停課不停學的自主學習也告一段落。回想停課期間，我不只學習到課本知識；也從影片中獲得了生活技能，以及防疫知識，真是獲益良多。但我還是希望這波疫情趕快好轉，讓我們的生活恢復正常。

徵文 -情緒教育

我的喜怒哀樂 303 謝淮芸

我最喜歡的跟媽媽去公園玩，因為公園有不同的遊樂設施；還有可以交到朋友，所以我的心情像開心的貓咪。

我最不喜歡大隊接力時跌倒，因為跌倒會痛，還會拖累隊友，所以我的心情像一隻小狗被樹枝刮到。

我最難過的是考試考不完時，因為沒辦法考一百分，還沒辦法得前三名，所以我的心情像緊張的螞蟻。

我最快樂的時候是去書局時，因為可以看到我沒看過的卡片；還有買很多好用的橡皮擦，所以我的心情像快樂的小白兔。

徵文 —情緒教育

我的喜怒哀樂

303 戴承翰

我最喜歡跟姊姊一起玩，因為她會玩好玩的電動；還有她會細心教我不會的作業，所以我的心情就像是一隻開心的老虎一樣。

我最不喜歡溜滑板時跌倒，因為不小心跌倒會很痛；還有我曾經因此受傷不能運動，所以我的心情就像悲傷的獅子一樣。

我最難過的是腳骨折，因為不小心會很痛；我曾經因為跌倒而受傷，所以我的心情就像一隻難過的小兔子。

我最快樂的時候是吃烤肉的時候，因為有可愛的小雞還有香噴噴的烤雞，我的心情就像是一隻快樂的大象。

徵文 —情緒教育

我的喜怒哀樂 303 吳沛穎

我最喜歡和堂姊一起削水果，因為我只要不會，她都會教我。還有她的英文很好，所以我的心情像一隻開心的小鳥。

我最不喜歡上英文課，因為考試的時候同學一直偷看我；還有每次只要考試沒通過就要留下來補考，我的心情就像是一隻生氣的河馬。

我最難過的是爸爸死去的時候，因為我從小就是他把我養大的；元旦、新年也是他帶我去看煙火的，所以我現在的心情就像是世界上最傷心的雪兔。

我最快樂的時候是和姐姐一起玩，因為和他玩會讓我把不開心的事忘掉。還有我們的共通點很多，所以不常吵架。我現在的心情就像是快樂無比的天鵝。

徵文 —校慶紀實

比賽前後 303 周秉翰

期待已久的校慶終於來了，我們三年級要表演健康操，這讓我非常期待。還有跳繩比賽，老師每個禮拜都會讓我們練習，讓我們更強。

校慶時，我參加跳繩闖關和健康操表演，我很會跳繩。老師說要練習跳五十下；學校每個禮拜二的十點 15 分都會跳健康操，我把動作都記起來；班上有八位同學參加接力賽有得名，我下次也想參加接力賽。

這次校慶的活動進行得很順利，而且我在班上都當關主，還有時間成功闖關。但我現在還是不知道為什麼三年二班的同學會把跳五十下算成四十下？希望下次的校慶可以更好玩。

徵文 —校慶紀實

校慶日的回憶

311 王思嘉

星期六是校慶日，我們都要去學校，除了請假的人。之前我們全校預演練習健康操，終於到了校慶當天，全班就像活蹦亂跳的猴子，跳完健康操，我已經氣喘吁吁、汗流浹背；不過，流流汗其實也很舒服。

我的朋友是張芯寧，我和他一起去闖了好多關。其中有一關的志工是我的自然老師—施吉忠，他還跟我們開玩笑說：「多給你們一個印章。」張芯寧大笑了，當然我也樂在其中。

我們只要再去闖二關就 OK 了，所以我們決定要一起去籃球場吧。到了籃球場，我覺得太陽好大，想回去拿帽子和太陽眼鏡；我跟張芯寧說：「我要上去拿東西，妳先去闖關。」她說：「我要跟著妳啦！」

原本我是很期待校慶的到來，沒想到當天卻這麼累！不過能和好朋友一起玩遊戲、闖關，其實也是歡天喜地的一天唷！

徵文 —校慶紀實

校慶日的回憶

311 劉修存

12月11日因為是學校生日，所以學校舉行了「校慶」這個好玩的活動。在快要舉辦的前幾天，老師說全三年級都要去操場進行預演，所以大家那一陣子到操場預演了好幾次。

校慶那一天，我和媽媽一起到學校參加校慶；因為有新的病毒，所以媽媽進去的時候必須登記實聯制。雖然我不知道那是什麼，但聽起來就是個很厲害的東西。媽媽怕她耽誤我的時間，所以叫我先進去找找老師報到。

到了教室之後，老師說：「等一下就準備去操場跳健康操了喔！」所以我趕緊準備好帽子，因為如果沒有戴帽子的話，我們就會被太陽曬得像肉乾一樣。

我們下去的時候，遇見了一位以前的好朋友，因為跳完健康操之後實在太無聊了，所以不小心就跟她聊起天來，然後開心的時光一下子就過去了。

徵文 —校慶紀實

校慶日的回憶

311 梁宇涵

校慶在 12 月 11 日，那天出大太陽，大家一起在操場跳健康操；因為防疫的關係，一個學生只能有一個家長進來。

到操場的時候，我看到好多人在我前面，我有點害怕，因為有很多老師和家長。我們跳健康操後，就坐下來看其他年級表演。我記得四年級拿著扇子走半圈操場。

接著我還跟同學一起去闖關，我記得有十五個關卡，我把十五個關卡都闖完了！但是我的同學因為要回去當關主，所以他就回教室了。所以我也不知道他後來有沒有將十五個關卡闖完？

最後，我跟媽媽去四樓和五樓，那裏有在賣東西；我很想買東西，但是我上去看的時候發現沒什麼好買的，所以就跟媽媽一起回三樓拿我的包包。老師看到我就跟媽媽說我在學校做了哪些好的事情，然後我就跟媽媽一起回家，真是心花怒放的一天。

徵文 —校慶紀實

校慶日的回憶

311 蔡禮謙

今天是 12 月 11 日星期六，天氣晴，是校慶的日子。我們三年級要表演健康操。所以之前都會預演，其他年級也要預演。

校慶那天，我和哥哥先回去自己的教室，我進到教室老師就叫我們戴好帽子，並且帶我們下樓。集合在操場上，我們聽到鼓聲就馬上立正，手握拳往前跑，之後就開始跳健康操。

跳完健康操之後因為天氣太熱所以大家都流汗了，後來我們就坐下來聽校長講話；過了快二個小時校長才講完，老師就帶我們回到教室。

回到教室後老師要我們先喝水，之後我們就去闖關。我最喜歡的關卡是「彩色點點」，因為他可以讓我知道一些顏色加什麼顏色會是什麼顏色，所以我很喜歡它。我和爸爸還一起去買了很ㄉ東西，今年的校慶真是讓我樂不可支。

徵文 —校慶紀實

校慶日的回憶

311 全繪渝

校慶的早上，是個晴空萬里的好天氣。到學校時，我看到很多三年級的學生都在操場上。校門口還有拱門，我的心情興奮不已。跳完健康操時我滿頭大汗，但也很開心，因為可以讓爸爸、媽媽看到我在學校跳健康操的樣子。

我們跳完健康操後，老師跟我們說可以去闖關了。後來我看到闖關的教室排了好長的隊伍，所以我排了好久終於還是排到了。我闖完關後回去問老師，老師說闖完就可以自由活動了。

老師說可以自由活動時，我帶媽咪去找我以前的老師，但因為以前老師教室人山人海，所以我們很快就走了。後來我和媽咪要去五年十一班，但怎麼我都找不到，所以我們只好放棄。之後我就去找我的好朋友，他在賣東西，他賣的是音樂盒，那是花朵的樣子，非常漂亮。

這次的校慶，因為疫情我好多人人都不能來，這讓我很難過。但我還是很開心，因為只要家人有看到我的努力就好。

徵文 —校慶紀實

校慶日的回憶 415 陳冠霖

上個禮拜六是一年一度的校慶，因為疫情的關係，規定只能一位家長陪同，陪我一起參加的是爸爸。

校慶一開始，老師將班上同學整隊後，帶領我們去操場，聆聽校長、主任……等來賓致詞。典禮結束後，就是我最期待的園遊會，一開始我先跑去三年九班的攤位買一支寶可夢娃娃，然後跟李孟祐一起玩乒乓球彈進杯子的遊戲，投進三球以下，可以抽一個寶可夢卡；三球以上，可以抽兩個卡或是十張卡。我跟同學一起玩得很開心，也收穫滿滿。

徵文 —校慶紀實

校慶日的回憶 511 張 喆

一年一度的校慶大會，即將展開，大隊接力在預賽脫穎而出的我們能否在決賽獲得好名次呢？讓我娓娓道來。

我們班以預賽第五名的成績進入決賽，進入跑道後所有隊伍續勢待發準備爭奪第一名的寶座，當槍聲響起，所有選手像火箭一樣的發射出去，位居第三道的我，內心七上八下、專心盯著後方的同學，終於順利將棒子交到我手中，我卯足全力使勁衝刺，我已分不清場邊的加油聲與對手答答答的腳步聲。對手逼近使得我腎上腺素爆發。才沒被追過且順利交棒給下一位同學，完成階段任務，最後我們獲得第四名，全班歡欣鼓舞

至於校慶的第二個重頭戲就是園遊會，我們班舉辦跳蚤市場，其目的是要讓我們了解愛物惜物和資源再利用的觀念。我們這組雖然最後沒有賣出許多東西但大家也樂在其中。而我在園遊會接近尾聲時買到許多物品，這些都是因為賣不出去而跳樓大放送的物品，讓我意外撿到便宜、收穫滿滿。

這次的校慶雖然有趣，但美中不足的是大隊接力不是當天舉行，還有因為疫情的關係也無法開放所有家長到場同樂，熱鬧減低不少，但是學校準備的各項多元活動，讓我們玩得很開心，我迫不及待的希望下次的校慶能趕快到來。

徵文 —生命的色彩

我最擅長的才藝 212 高以宸

在我還很小的時候，每次經過公園看到直排輪的教學，就覺得他們好厲害，可以穿著直排輪快速的溜來溜去；不管是前進後退或是轉彎滑行都是帥氣又俐落。這讓我感到十分的嚮往，心中便立定了自己一定也要學習直排輪的志願。

每當我聽起爸爸說起他學習直排輪的過程，自己都覺得難忘又有趣。有一次，我突然很想嘗試看看，但因為沒有事先預約無法當場上課，所以我失望的哭了出來。後來爸爸馬上詢問了另一個比較遠的班級，可以去現場報名試試；當天我們就買了我的第一雙直排輪，從此開始了我的直排輪生涯。

回想起我學習直排輪的過程，跌倒受傷的次數不計其數，各階段的晉級考核更是一條艱辛和漫長的道路。但是憑藉著我對直排輪的熱愛，始終不放棄的堅持下去。因為，爸爸曾經告訴我：「要學會一樣技術或是運動技能，都要持之以恆的練習，才會有一些明顯的進步。」

如今，我已經是選手等級的學員了。未來，我要更加努力的練習，才有機會代表忠義國小甚至新北市參加比賽。

最後，我要感謝一直支持我學習直排輪的爸爸和媽媽，以及超級厲害又有愛心的老師及教練們。「我愛直排輪、我愛運動」。

徵文 -生命的色彩

蘆洲一日遊 302 魏劭恩

去年，我和爸爸、媽媽一起玩。蘆洲位於台灣新北市，有很多好吃的美食是一日遊的好地方。

我們從三民高中捷運站到蘆洲，我們先去新北熱門景點的李氏古宅，中午我們去吃蘆洲的美食——切仔麵它湯頭美味，非常好吃

下午我們去湧蓮寺，湧蓮寺是蘆洲區信仰中心，旁邊的夜市也很好玩，然後我們再去柳堤公園，柳堤公園的空間大，遊樂設施多，很好玩。

蘆洲有各種小吃，還可以去參觀著名的古蹟，你，也想來參加蘆洲一日遊嗎？

徵文 -生命的色彩

蘆洲一日遊 302 張庭瑜

今天我要介紹景點與美食的蘆洲。蘆洲位於新北市，交通便利，美食多，是一日遊的好地方。

大家如果來蘆洲一日遊，我推薦大家早上先去湧蓮寺拜拜，那裡有很多神明，讓大家能祈求平安順利，外面的廣場還有大水池可以餵魚。

如果想去戶外踏青的話，微風運河公園是一個不錯的選擇。那裡可以進行很多活動，包含騎腳踏車、跑步……而且那裡的風景也很漂亮。

蘆洲有很多休閒的地方，不但可以去湧蓮寺拜拜，還可以去微風運河公園騎腳踏車。你，也想來蘆洲玩嗎？

徵文 -生命的色彩

蘆洲一日遊 302 羅廉賀

蘆洲在新北市，我要介紹蘆洲很有名的切仔麵和湧蓮寺。

切仔麵很好吃，裡面有豆芽菜、有麵、有湯，這間高朋滿座的餐廳裡還有很多美食爸爸媽媽有時候中午會帶我和妹妹一起去吃切仔麵，讓我回味無窮。

我要介紹蘆洲的湧蓮寺，可以去那裡拜拜、還能去看魚、還可以買菜、買肉、買水果、在晚上可以逛夜市、還可以買吃的和買喝的，下次我想再去夜市逛街，很好玩。

蘆洲有處處意想不到的風景，蘆洲有很多美麗又漂亮的景點，也有很多很美味的美食，你們若想品嚐蘆洲的美景和美食，你也可以來蘆洲玩！

徵文 -生命的色彩

影響生活的一項發明

414 王耘云

大家都知道生活上每一項物品都是有各行各業的人發明而成的，那大家覺得哪一項發明對我們生活改變最大呢？是生活工具、是家具、還是 3C 產品？生活上這些多到數不清的物品中，我認為影響最大的是一個生活上的必備品—燈泡。

燈泡是一個廣為人知的物品，也是每家每戶都一定會用到的物品，那現在生活中燈泡的改良人是誰呢？我們就得回到 17 世紀，好好的知道這位科學家，他就是名聲廣泛的愛迪生。愛迪生從小被同學欺負，老師也認為他是一位智商不足的學生，所以被學校退學，他的媽媽只好在家裡教他讀書。而這樣靜培養出愛迪生的愛好—自然和科學。長大後的愛迪生成為科學家，他和同事為了改良出方便又便宜的燈泡，找了二百多種的材料進行嘗試。一路走來雖然不是很平穩，但最終還是發明出現代的燈泡。

燈泡是生活中不可或缺的物品，在市面上也分為許多種類，像是 LED 燈、長條型燈泡、一般燈泡等。在這麼多的種類中，我最喜歡的就是 LED 燈，因為每年十二月都會有一種特別的展覽—「耶誕城」，它是一個拍照景點，是由很多 LED 燈組合而成，而且每年都不一樣呢！

燈泡不僅可以提供我們照明，也可以美化環境，是一種很方便的工具。有了它，我們不必像古人一樣到了晚上就黑黑的看不清，所以我很感謝愛迪生。他不僅完成了事業，也製造出影響生活的發明。那大家又覺得哪一種發明影響了你們的生活呢？

徵文 -生命的色彩

影響生活的一項發明

414 陳品妍

你知道什麼發明影響了我們的生活嗎？那就是大惡魔-塑膠，發明家為了讓生活更便利，發明了一種化學物品，稱為「塑膠」。

「塑膠」非常輕巧，也方便隨身攜帶；所以大家出門常常都會使用塑膠袋、塑膠吸管等產品。有些人到外面買水果、美味可口的食物、重要的生活用品，都會使用輕巧的塑膠袋。雖然如此，塑膠還是會為我們的生活帶來大大的影響。

「塑膠」帶給我們許多便利，也帶給我們許多不好的環境，因為人們的自私，讓海洋受到汙染；因為人們的懶散，讓海洋生物無家可歸。因為人們不懂得關懷，讓地球生了重病；我想地球現在一定正在一邊哭泣，一邊希望塑膠快點消失，把自己原本的美貌還給她！

大家應該出門自己攜帶環保餐具，也要自己準備環保袋，更不要亂丟塑膠袋，只要大家一起努力，相信我們的生活環境可以變得更好，讓美麗的地球重新再活一次；讓世界更環保。如果大家可以少用塑膠，一定可以節能又環保，世界更環保喔！

徵文 -生命的色彩

影響生活的一項發明

406 林仔晞

我覺得影響生活最大的物品就是「飛機」，飛機是萊特兄弟發明的。以前在沒有飛機的時代，貨物無法快速的送到國外，有時需要一、二個禮拜才能送到其他國家，但是如果送達的地方非常遠，就必須要花上好幾個月，除了出口的物品外，國外進口的物品也很難送到臺灣，十分不便

既然有貨物的問題，那也會有交通方面的問題，像是有些人的夢想是環遊世界，沒有飛機就很難實現，因為每次坐船都必須花上很多時間，而且在海上會面臨許多的難關，例如：颱風來襲時，海上的浪花會變大，容易翻船。

但是後來，萊特兄弟到了解決這些問題的方法，只要可以像鳥一樣在空中自由自在地飛翔，或許就可以解決這些問題了。於是，他們努力學習，希望可以發明出可以讓大家到各國遊玩的交通工具。經過無數的失敗後，他們終於發明了飛機，之後仍不斷地改良，最後才實現了大家的夢想。

現在，飛機成為了隨處可見的交通工具，只要一抬頭看著天空，不時就可以看見飛機在天上飛；這也告訴了我們：「失敗為成功之母」。所以就算失敗，也不用擔心，因為不會有人第一次就成功，必須不斷努力，經過無數次失敗，最終一定會成功。就像萊特兄弟，雖然失敗很多次，但最後還是變成偉大的發明家。

徵文 -生命的色彩

一次難忘的回憶 503 林沁璇

我最難忘的回憶是我五歲那天的一次出遊。那年，爸爸開車，我和妹妹坐在後座媽媽懷著弟弟坐在前座……

哪天還沒有疫情，爸爸的工作業不勻，我和妹妹如果想出去玩，是說走就走的，那天就是這樣。當時我只是看到了一本有關螢火蟲的書，我說我很想去，爸爸和媽媽一下子就答應了。我們全家就一邊整理要帶的東西，一邊開心地哼著歌出發。爸爸開著車到山上。真的要帶著我們看螢火蟲，我好開心啊！一隻、二隻、三隻……一群一群的螢火蟲一到了晚上就各自提著自己的小燈籠飛出來了。「啊！爸爸，是螢火蟲！」我開心地大叫。「是啊！怎樣？爸爸厲害吧？真給你找著了！」爸爸還不忘自我吹噓一下。那晚螢火蟲全都圍著我飛，自從那次出遊後，我就不怎麼怕黑了，因為我知道，黑暗不是鬼怪的住所，而是螢火蟲的家鄉。

不過這景象過了我們這次出遊就不常見了。爸爸變得常常要加班，我能看到他的時候越來越少，我的課業也越來越勻……我知道爸爸也很想念那段全家一起出遊的時光，他常常跟我們說：「再等一下，再忍一下，這只是個過渡期而已。」現在，我十一歲了，已經過了六年，爸爸工作雖然沒有那麼忙，但還是不像我小時候那樣可以常常出門……後來，弟弟出生了，我的玩伴又勻了一個，我清楚的知道，雖然我很愛之前德生活，可是現在我過得也很不錯，我可以把以前的生活當作一個個回憶，也是我生活得動力。

現在，我發現有些同學連小時候都沒出門過，我開始學著感謝我的爸爸，至少，我還有這段回憶，至少，我還有出過門，而不是什麼都沒有！

徵文 -生命的色彩

一次難忘的回憶

509 陳品妍

窗外灰濛濛的天空下著滂沱大雨，顯得十分寧謐，交結得明月高掛天邊，對著我微微笑，雖然無法到野外享受風兒姑娘的吹拂，但那一次，我在溫暖的家中渡過獨一無二的周末。

在我家廚房，就像是八部合音的交響樂，我們全家穿上五顏六色的圍裙，化身為一日小廚師，與鍋子裡「ㄇㄇ」作響的鬆餅一度過這個有趣的下午，歡笑聲從未停止，只要我一拿起熱呼呼的鍋子，裡面的鬆餅就像是和我作對般，就是不肯翻面，還有一次鬆餅就像是活碰亂跳的芭蕾舞者，興高采烈地跳出鍋子外。

只要我嘗試下廚，廚房就會像九二一大地震般，廚具掉滿地，我淚眼婆娑的看著媽媽，心想，「為什麼我總是做不好～」媽媽會用她慈祥又溫暖的眼睛安慰著我，用和藹可親的笑容鼓勵我，用細細的手擁抱著我，她彷彿幫我打下一劑強心針，成為我最重要的轉折點，使我忘掉失敗，拜相成功的康莊大道。

一盤熱騰騰的鬆餅，是用全家無數的「愛」所完成的，是一盤充滿回憶的鬆餅，如雲朵般清爽而綿密的送入我口中，感受到的不是充滿雪花的白糖，不是入口即化的奶油，更不是舔了滿口的巧克力，而是滿滿的幸福與溫暖，這次難忘的回憶，將會永遠刻劃在我心中。

徵文 -生命的色彩

一次難忘的回憶 510 顏秀芯

「媽，海邊怎麼會有這種東西？看起來黑黑的，聞起來跟廚餘的味道又有點相似，裡面似乎還有東西吔！」「來，瞧瞧看一下，這可能是上一個遊客沒吃完的食物，沒想到他竟把食物隨意丟棄在這，也不想看看他這小小的舉動，卻給大海與海洋動物帶來極大的困擾與負擔，現在像他這麼沒公德心的人滿天都是，但也就是因為這樣，所以如今的大海裡面才藏著那麼多垃圾，這也是為著海洋動物會逐漸減少的原因呀！」「不然，媽媽我們全家一起來淨灘吧！」

說到最難忘的回憶，有的人得腦海中馬上會浮現和家人一起興高采烈的出國玩；有的人則會想到和親朋友好一起去遊樂園玩的甜蜜回憶；而對我來說最難忘的回憶就是一家四口到海邊一面玩耍一面淨灘。

有一年得暑假，那是個豔陽高照、風和日麗的下午，我和妹妹提議要去白沙灣解放一下我們悶在家都快要生病的內心小野獸，也可以順便把我快要被太陽公公熱到中暑的身軀，趁機涼爽一下。我們隨即出發，原本會暈車的我一下車就吐了，但神奇的事發生了，發眼望去哪一望無際的大海將我的心徹底融化了，不舒服的感覺也隨即消失，我慢慢的靠近那片大海，享受波浪輕輕的撫摸著我的腳，就像是在幫我按摩，在我正享受的時候，有一個貌似枕頭的東西往我的腳腕打了一下，我很好奇，就問媽媽，媽媽說：「原來是『它』是別人吃剩不要的垃圾！」，但這片蔚藍的大海和這「垃圾」不搭配，尤其是我剛到是看到的大海是多麼的漂亮，簡直就像大自然畫的傑作，所以我提議要來淨灘，全家馬上表示贊同，我們馬上開使動作，媽媽幫我們分配工作，爸爸則準備要用的東西，我們費了九牛二虎之力才把沙灘的垃圾（菸蒂、飲料杯、吸管…）整理乾淨。



經過這次淨灘的體驗讓我了解到，其實人類是生態破壞的罪魁禍首，也是所有動物最大的敵人，所以我更應該要做大自然的守護者；出門帶環保袋，盡量不要用吸管，做好垃圾分類，只要大家共同努力，就能守護這片上天賜給我們的禮物，也留給下一代一個美麗的世界。

其實這次不只讓我了解、學習到許多是，更重要的是，雖然這次旅遊沒什麼玩到，不過常言道「助人為快樂之本」，幫助到海洋生物我很開心，而且這次的旅行—淨灘，也在我心中成了一次難忘且深刻、美好的回憶！

徵文 -生命的色彩

一次難忘的回憶 511 黃星甯

你最難忘的回憶是什麼？是跟家人出去玩，還是跟同學出去玩？我最難忘的回憶是跟同學一起去六福村玩，因為那天發生瞭許多有趣又好玩的新鮮事。

那天我們完了許多遊樂設施，有好玩和刺激的；我們首先玩得是旋轉木馬，我一坐上那匹威風凜凜的白馬，就感覺自己彷彿變成了童話世界裡的公主，騎在一匹威風凜凜的白馬上。第二個玩的是魔毯，我彷彿變成了神燈公主，正坐在一張會飛的毯子上，準備到世界各地去旅行，第三個玩的是醉酒桶，我就像是一位喝醉酒的姑娘，走路姿勢歪七扭八。最後玩得是急流泛舟，我彷彿變成了水仙子，正在和水一起聊天，一起玩遊戲，甚至一起玩「水」。

等到準備要去集合時，我和隊友竟然走散了！在人山人海的遊樂園中，幾乎看不到隊友的身影，我的心情緊張萬分，擔心會不會找不到隊友，又或者隊友忘了集合的時間，被遺留在六福村，讓我不僅有了想去服務台求助的衝動，也就在這時，我看到遠方有個渺小的身影，仔細一看，才發現原來是隊友，她們臉上的表情看起來也很緊張，我們立刻跑過去和她們會合，我們幾個高興的抱在一起，後來回程的路上，我們在車上有說有笑，一邊吃零食，一邊聊天，現在我們聊的不只是玩的遊戲設施，還寫了一個「走散失魂記」。

經過這次的校外教學，不僅讓我學到了新知識，也讓我玩了許多我沒玩過的遊樂設施，更我讓有了一個難忘的回憶。

徵文 —生命的色彩

有「你」真好 601 黃小軒

在暗無天日的黑夜裡踽踽獨行，夜空星辰璀璨，卻那麼的遙不可及，而在路途上，總會遇到各式各樣的「你」，讓黑夜綻放出那一剎的火花、那一瞬的光彩、那一刻的感動，使我們撐過明天的夜晚，仰望升起的朝陽。

「師者傳道、授業、解惑也」，人生約有三分之一的時間會在學海中求生存，日復一日的考試、學習正是在為我們的未來創造資本，而在這天涯引領我們的，正是每一位在講臺上使出渾身解數賣力講課的老師啊！無論是在未來科技交流必須的資訊、英文，抑或是能讓我們流暢表達的中文及綜合，都是我們這個世代為了不被人工智慧取代而須具備的能力，而正是老師傳於了我們這般專業，老師，有您真好。

在家靠家人，出外自然是靠朋友啦！人生一定有低谷期不是？在那些自我厭惡的時候唯一能把我所救贖的，也只有朋友了，只有他們會在我幾乎要被帶到混亂那惡的反社會陣營時拉我一把，也只有他們會在我墜入名為憂鬱的萬丈深淵時為我注入一縷陽光，帶著我接觸一群同樣愛好的人，陪伴我一步步回到溫暖的地平線，重新在這個世界展開一場愛戀，重拾自信打開人生新的篇章，過去的傷疤已隨風散了，現在的我，終將乘著音樂啟航！

今天是殘酷的，明天是殘酷的，後天是美好的，但大多數人，都昏昏譊譊的倒在了明天晚上，但我相信，只要珍惜在身別的友人、師長，一定可以撐過明天晚上，與他們一同見證朝陽。那時，請別忘了跟他們說一句：「有你好。」

徵文 -生命的色彩

有「你」真好 611 李芷若

在生活中有很多幫助大家的人，像是消防員、警察聖致道路邊得清潔人員，它們犧牲自己的時間會是不顧自己的安危在大街小巷幫助大家。

消防員是一個很危險的工作，不但要隨時隨地準備好去救火，還要犧牲自己和家人相處的時間，而且不管現在在做什麼都要立刻放下手邊的工作。消防員不只要做這些，他甚至在救火時要背著非常重的用具進入火場。但如果他為了舊人和救火不幸身亡了話，那不是就很可惜，他的家人也會很傷心，不是嗎？

路邊的清潔人員聽起來是一個微不足道的職業，好像可以每天在路上看到他，不管是在大馬路上或是小巷子裡，幾乎都有他的蹤影，他就像空氣一樣存在各地。他感覺是一個可憐的工作，似乎說出來會讓大家嫌棄，但是他其實是一個大英雄。他可以不顧生命危險在車水馬龍的大街上打掃，而且又沒有很高的薪水，他還要小心不能被車子撞到，才能讓我們有乾淨的環境。

想想看，如果沒有消防人員這樣無時無刻準備救火的人，那如果有一天自己家裡失火，誰會或者是誰願意幫忙你呢？又或者今天沒有路邊的清潔人員，那你是不是走在路上都可以踩到寶特瓶、衛生紙等…各種垃圾，而且說不定還可以看到路上隨處都是蟑螂。

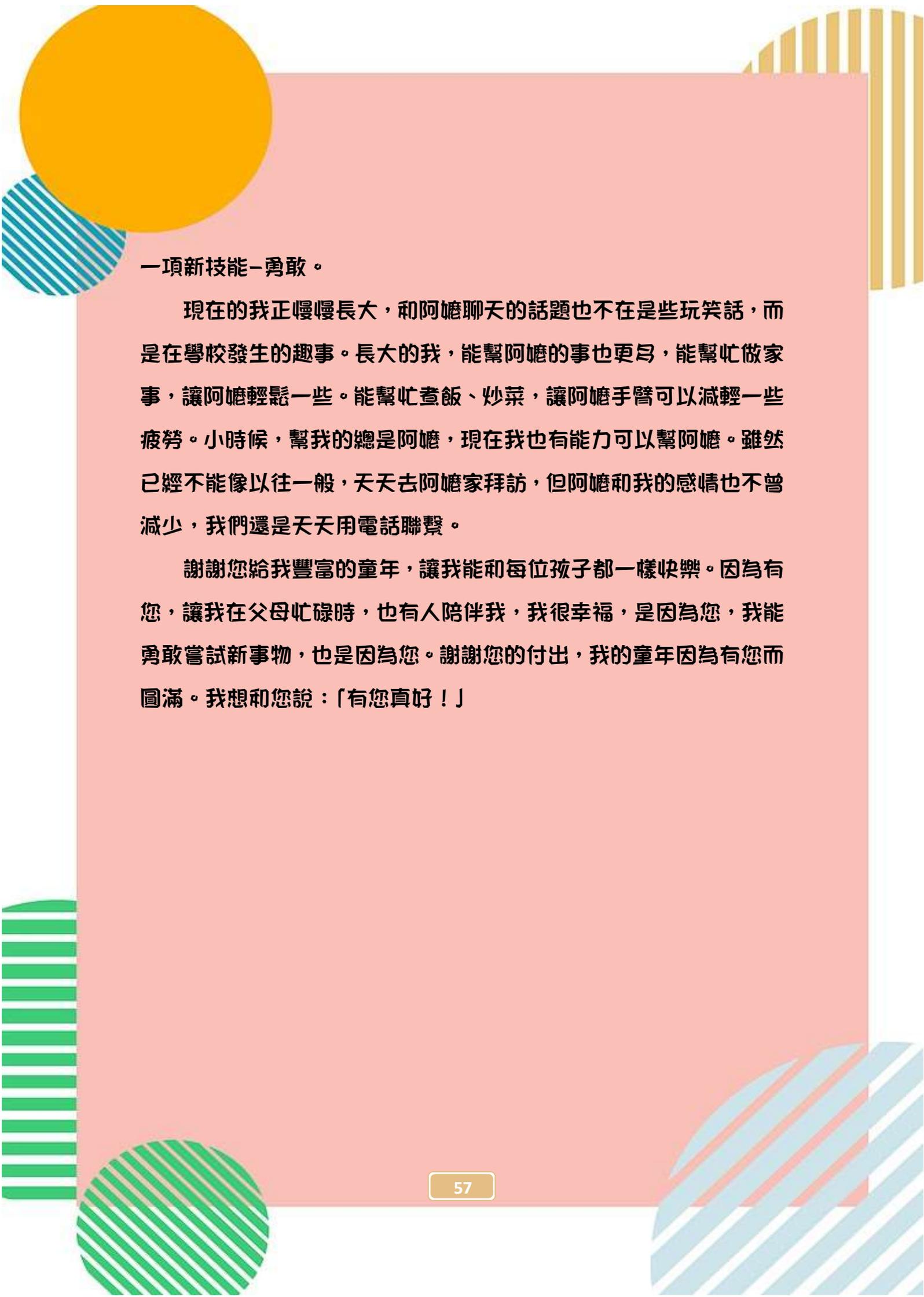
徵文 —生命的色彩

有「你」真好 612 林煒彤

小時候，爸爸常常去各地出差，媽媽又因為剛加入新公司得加班，總是早出晚歸。我的童年記憶裡，都有你的陪伴，很多美好回憶，也都是你給的。因為有你，儘管父母無法一直陪著我，我也能天天都一樣快樂。我想和我的阿嬤說：「有你真好！」

太陽才剛探出頭，爸爸和媽媽便因為要上班，一大早就把我送去阿嬤家。阿嬤會煮一頓豐盛的早餐迎接我，吃完早餐後，帶我去樓下和鄰居玩。接著再用一桌充滿「阿嬤的味道」的午餐，來填飽我這個小小客人的肚子。吃完午餐後，我和阿嬤一起看電視、睡午覺。黃昏時刻，就是重頭戲的到來，阿嬤會帶著我來一趟「輕旅行」，也就是逛黃昏市場，我最喜歡牽著阿嬤的手，和阿嬤一起挑選晚餐要用得食材。一邊聊天，一邊逛市場，或對某些人來說是很平凡的日常，但對我來說卻是童年回憶中不可缺少的一塊拼圖，是我最珍貴的記憶，是我最珍貴得記憶。

剛上幼兒園時，我還無法適應這個陌生的環境，即使離阿嬤家不遠，可是我還是會害怕、會恐懼。每天當要去幼兒園時，我都會上演重複的戲碼，就是「哭」。對於我每天哭鬧，阿嬤不但沒有生氣，反而還耐心的輔導我去適應這個新環境。因為有阿嬤，我能漸漸踏入這個環境，不但和大家能和諧相處，更教到了許多新朋友。雖然每天最期待的還是阿嬤來接我的時候，但因為有阿嬤讓幼兒園得我又增加了



一項新技能—勇敢。

現在的我正慢慢長大，和阿嬤聊天的話題也不再是些玩笑話，而是在學校發生的趣事。長大的我，能幫阿嬤的事也更多，能幫忙做家事，讓阿嬤輕鬆一些。能幫忙煮飯、炒菜，讓阿嬤手臂可以減輕一些疲勞。小時候，幫我的總是阿嬤，現在我也有能力可以幫阿嬤。雖然已經不能像以往一般，天天去阿嬤家拜訪，但阿嬤和我的感情也不曾減少，我們還是天天用電話聯繫。

謝謝您給我豐富的童年，讓我能和每位孩子都一樣快樂。因為有您，讓我在父母忙碌時，也有人陪伴我，我很幸福，是因為您，我能勇敢嘗試新事物，也是因為您。謝謝您的付出，我的童年因為有您而圓滿。我想和您說：「有您真好！」