親職專文

預防孩子網路成癮的有效方法

林旻沛(臺灣師範大學教育心理輔導學系助理教授)

本著『預防勝於治療』的概念，筆者結合學術研究、實務經驗及相關整理，條列幾點預防孩子網路成癮的有效方法，提供給家長們參考：

1.請務必將電腦放在客廳或家中的公共空間

由於我們從事快樂的事情，時間感會變短，再加上長時間上網會降低自身自制的能力，因此請不要將電腦放在孩子的房間，而是能夠將電腦放在客廳，或者是家中的公共空間，讓家長或家人他人能夠調控孩子上網的時間、了解孩子上網的內容。

平板電腦或智慧型手機，也是一種電腦，只不過是陽春版的電腦，因此在家中盡量以桌上型或筆記型電腦來上網或使用，減少或不使用平板電腦或智慧型手機，一來可以降低視力的損傷、二來才可達到將電腦放在客廳或家中公共空間的功能。

2.買電腦時就制定上網公約，包括網路使用時數、網路使用類型，以及各類型的使用時間

如果家中尚未添購電腦，或者打算更新新的電腦時，請制定上網公約；如果已經家中已有電腦，也請盡量制定上網公約；公約的內容包括學期中的週一到週五、週六與週日，以及寒暑假每日固定上網時間，並且，這些時間內，各類型網路使用的時間，包括線上遊戲、收發電子郵件、臉書(Facebook)、搜索課業資料、LINE、YouTube看影片、看電子新聞、Yahoo即時通……等。

這個概念就像均衡的飲食一樣，如果偏食於任何一種食物，對人的身體是不利的；網路使用也是一樣，能夠均衡地使用各類型的網路活動類型，沉迷於網路的機會可大大降低。更重要的是，大部分會沉迷於網路的孩子，均是沉迷一種或兩種的線上遊戲，因此公約內容是允許孩子玩線上遊戲，但週一至週日，七天必須玩七種的線上遊戲，且只佔上述各種網路活動類型一定比例的時間，如此可大大降低網路成癮的可能性。此外，關於上網公約的各項內容，須要邀請全家人共同討論之。

3.上網幾個小時，就搭配一定比例的運動時間

由於長時間的上網，會導致腦部掌管自制力的前額葉功能低下，且上網會產生大腦內快樂的多巴胺，進而只依賴上網來獲取快樂；而運動剛好可以活化腦部掌管自制力的前葉功能，且運動時大腦會自行分泌類似快樂的多巴胺、也就是腦內啡，因此在上網後馬上搭配一定比例的運動時間，將可有效預防孩子網路成癮；建議能夠全家人一起運動，除了可預防孩子網路成癮之外，還可增進親子間的情感。此外，我們會建議，大約是二比一的比例比較合宜，也就是上網兩小時，至少要運動一個小時。

4.善用計時器或上網時間管理服務

如前所言，人在從事快樂的事情時，時間感會有所扭曲，因此孩子在上網時，對時間感受往往會減低，進而降低自制能力，因此建議能在電腦旁邊安置一個計時器，分別於時限前二十分鐘、十分鐘、五分鐘各提醒一次，時間到時進行最後的提醒；進一步地，養成孩子在時間到時，自行離線關機的習慣，這是最好的目標。

另一方面，部分網路公司，如Hinet有推出「Hinet健康上網—上網時間管理」之服務，可限定一天之中可上網的時段或總時數有多久，這樣家長們就不用擔心孩子半夜起來玩電腦，或者超過總時間將無法連上網路，家長也可不用擔心孩子會整天沉迷於網路。此外，Hinet公司也有推出『色情守門員』之軟體，可防堵有害資訊、拒絕不良網站，家長們也可參考。

5.家長與孩子可多參與網路成癮相關防治講座或親職教育講座；也能多收集網路上有關預防孩子網路成癮之資訊

6.家長可適度參與孩子的網路世界中，成為親子生活中的一部分，不過仍需注意自身是否網路成癮

7.雙手機制度

如果孩子不斷爭取想要買智慧型手機，請於買智慧型手機前便約法三章，於晚上九點或十點過後，便將智慧型手機交給家長，或者放在固定的位置，轉換只能使用簡便型手機，以避免孩子熬夜不睡覺，不斷地玩手機小遊戲，或者上網玩遊戲，又或者不斷地和同學或朋友用LINE或臉書聊天。溝通的方式，可強調青春期是身高的成長，主要是在睡眠時間(睡眠時間是生長激素主要分泌的時間)，因此熬夜不睡覺的話，會影響長高；另外，我們白天的短期記憶要在腦中形成長期記憶，也是在睡眠時間；這兩個部分，都是我們希望孩子不要熬夜上網的主因。

資料來源:經作者同意轉載自東光國中親職雙月刊103年第一期

中華民國104年3月26日

翠園馨情 Mood Garden in Jiangcuei

期　別：第11期
發行人：郭月秀
顧　問：蔡光仁、吳其融、許裕誠、廖雅耀、徐淑芬
總編輯：洪明岳
編輯群：楊翠蓮、楊雅嵐、張瑞珍、彭　荻、沈蕙蘭、廖全涼、方彥婷、張惠淨
出　版：新北市江翠國中
日　期：2015.03.26

校長郭月秀

江翠「愛閱」中英文都喜閱



閱讀是孩子飛向世界的翅膀，透過閱讀的力量，可以讓孩子擴展視野，與古今對話，與世界接軌。江翠國中是新北市英語輔導團中心學校，是教育部「閱讀磐石獎」的學校，針對學校發展條件，整合教育資源，發展學校閱讀與寫作課程，長期以來推動閱讀教育不遺餘力。

學校有3間圖書館，分別是藏書豐富的圖書總館、精緻多元的圖書分館與魔法奇幻風格的「Happy Corner」英語圖書館，中英文藏書量多達4萬8千多冊及240箱班級圖書，英文圖書約5000本，從國外進口繪本、小說等原文書，最貴一本要價1600元，也都能讓學生借回家閱讀。還有英語雜誌、英語辭典、文法等工具書，也有知名的英語小說、英語動畫及電影DVD等，為全體師生開展更優質廣闊的閱讀文化。

這三年江翠國中申請到教育部閱讀推動教師計畫，由英文科陳湘霖老師擔任推動閱讀教師，運用多元豐富的中英文圖書，結合校內閱讀推廣活動，引發學生學習的興趣，養成閱讀好習慣，進而產生創造性的思考、批判思考的能力。如班級書櫃的設置、成立閱讀性的社團、推動親子共讀、小小故事志工、江翠媽媽說故事、月月是喜閱、與作家有約、圖書館巡禮、結合PISA 的閱讀策略活動、全面性的推廣有效的晨讀及讀報活動等。也有教會美籍志工的英文閱讀教學「英悅會」，師生可將家中用不到的好書捐給圖書館並於校慶時擴大進行好書交換「晒書活動」，圖書分館更設有「挖寶專區」，有許多精彩的書籍，都可以隨意取用。還有「書卡有魔法，累積本數拿勳章」特色活動，希望學生閱讀之餘，記錄自己的想法，寫成書卡，也能和其他同學交流。為激發學生動力，將書卡概念以魔法世界包裝的「閱讀百分百」活動，閱讀累積20本是「哈利波特」、50本是「麥教授」、80本是「鄧不利多」、100本則獲得「梅林勳章」，畢業時還能拿到特別的「書卷獎」。

102學年度以世界車站為發想，「與世界接軌」為主軸概念，從英語圖書館到英語情境教室，規劃了一系列紐約、倫敦、雪梨等世界著名大都市地標全英文的簡介，搭配兩位英語外籍教師Edward和Jeremiah風趣且生動的英語課程，這學年更建置Wonderland英語情境廁所，定期依不同的主題發行「Happy Reading」的英語刊物，配合英語老師設計的英語閱讀策略，積極提升學生英語學習及英語閱讀能力。

「書就像降落傘一樣，要打開才有用。」希望透過隨手可得、隨處可讀的環境，為翠中的學生搭起一座希望之橋，從閱讀中學習成長、在閱讀中體認書中之美、在閱讀中享受閱讀之樂，開闊心靈的視野，進而全面提升學生的核心學習素養。



722班送愛心到蘭嶼

導師
楊瑞卿

「一年一善，終生行善。」



緣起

因著過去的經驗，今年校慶的跳蚤市場僅五人表達參加意願，望著五位同學企盼舉辦的眼神，想起偏鄉物資的匱乏，自己數次揹著文具到蘭嶼的情景，轉而思考活動模式的轉變，詢問他們是否願意擔任志工募集物資、籌辦活動，因此，原本是此次跳蚤市場絕緣體的同學，轉而成為愛心義賣的實踐者，從決議「送愛心到蘭嶼」的隔日起，陸陸續續出現同學、家長及老師們費心整理的物資，從班級書櫃排列至門口，教室充滿愛的氛圍。

一件事情的圓滿成功，需有良善的發心，熱情的支持者，與不畏辛勞的執行者，孩子們的善良初心，校長與老師們的不吝獻贈，才能使活動順利進行；而此次活動中，看到同學樂在其中，努力募集，整理物資，標價、分組，一個個測試需使用電池的3C產品，當天更是扯破喉嚨大聲叫賣，著實令人感動，我想，孩子們此次的學習更甚於課堂，了解工作的過程及辛苦，認識到偏鄉、離島的經濟困窘，看到他人的苦痛，更凝聚了班級的團結力量及感情，「送愛心到蘭嶼」只是班級善行的起點，每一天，都要自己行善；每一年，我們將一起行善；而後，期許每個孩子終生行善，讓我們在朔風凜冽的寒冬中一起感受行善的溫暖。

學生心得

★★鄭如慧

社會上有不可勝歡的人在付出關懷，創世基金會用辛苦募來的發票，拯救無法動彈的植物人；紅十字協會，他們及時關懷各個角落的世人，這些偉大的事蹟傳遍世界，成為大家的榜樣。而今年的校慶，我們也要效法這些單位，舉辦一個「送愛心到蘭嶼」的活動，把這次跳蚤市場所賺到的錢全數捐給蘭恩文教基金會，幫助貧困的家庭。在校慶當天，每個人都扯破喉嚨，拚命地上前推銷，只為了賺幾十元，但我們千萬別小看這一元、十元的力量；當他們累積到一個程度，就能像積沙成塔一樣發揮功效。事後我們將所得全部數過一遍，沒想到竟然掙了一萬五千元，一定是上天知道我們要行善，所以偷偷地幫助我們。俗話說：「施比受更有福」，能夠擁有行善的機會的我們更要珍惜、享受這金錢也買不到的喜悅。

★★吳愛恩

啊！時光匆匆，令人引頸企盼的校慶活動早已成為過去式，留下的，只有一些寶貴的經驗及令人回味無窮的美好回憶。

對我而言，校慶義賣中最令我印象深刻的部分是最後那段「跳樓大拍賣，一個只要一塊」的時光，全班同學紛紛使出看家本領，不顧一切的奮力招攬顧客上門，也有許多同學裝扮成「流動攤販」走遍校園四處叫賣，到最後大家都聲嘶力竭、精疲力盡。對我而言，這依然是一個美好且富意義的校慶。

★★林柏宇

這次的愛心義賣對我來說，有非常重大的意義，因為這是有史以來我第一次擺攤，而且又是愛心義賣，我覺得可以幫助人，又可以學習到如何販賣，真是一舉兩得，所以我很努力地去幫忙叫賣，也把聲音喊啞了！不過我覺得只要能為班上盡一份心力，聲音喊啞是很值得的，而且同學也都很開心地看待這件事，有些人還從九點站到十二點呢！總之，我很喜歡這次的校慶，以後如果還要擺攤愛心義賣，大家一定也會更用心的。



★★李品萱

我覺得國中的第一次校慶非常好玩，七年級主題是跳蚤市場，我們班同學因為有一顆善良又有愛心的心，所以當老師說我們要把跳蚤市場全部收入都給捐出去時，原本不打算參加跳蚤市場、所得歸於班費的我們竟然都紛紛投入了，雖然在擺攤前的準備工作很辛苦，擺攤後的整理很累人，但是這整個過程讓我體會到賣東西有多困難，也讓我學習到許多課業上學不到的知識。這次的愛心義賣真讓我受益良多，雖然疲累不堪，但是為了弱勢的家庭，我願意盡我最大的力量去幫助他們，如果日後還有機會，我希望我能夠再和大家一起愛心義賣。



★★吳崇華

今年的愛心義賣結束了，我們班賺了一筆為數不小的愛心款項要全數捐給蘭嶼的蘭恩文教基金會和蘭嶼居家關懷協會。在這次的活動中，有許多同學盡心盡力的付出，午休及下課時，有許多人犧牲睡眠和休息時間在後面忙東忙西、分類整理和標價，而當天也有許多熱心的同學一直幫忙看顧攤位或幫忙搬、擺物品，真的很辛苦!不過我覺得我很開心，因為能幫助別人。這次的愛心義賣要謝謝捐獻物資的校長、老師和同學，也希望自己在這次活動後能永遠記得不吝於幫助別人、開開心心的在每一天行善。







家長心得



1.陳禾旻家長

今年孩子的班級在準備學校校慶很不一樣！從最初的準備期就已清楚設定目的為『升級版』的愛心義賣會～『送愛心到蘭嶼』，所得預計全數捐助蘭嶼地區。之後長達近兩個月的籌備期，孩子有幸能參與協助整理募集物資，從中學習與感受整個過程。記得那段時間，常常在孩子回家後聽他述說班上某某同學今天捐了什麼、學校某某老師到班上購買義賣品響應活動，以及班導楊老師課堂上向同學們講述過去帶領著江翠學長姐認養非洲貧困兒童的實際行動與經驗……等等情形，點點滴滴讓我這個媽媽聽著聽著也感到興致勃勃，心裡替孩子感到高興，『終於有機會讓他學習如何行善助人』！我看到孩子徹底的翻箱倒櫃整理著書桌、櫃子，然後清出一些能夠義賣的二手物品，做媽媽的看在眼裡很是感動，這次的722『送愛心到蘭嶼』義賣會，竟然有如此大的魔力！感謝楊瑞卿老師與所有參與、響應活動的人，讓我們的孩子們有實際行動行善的機會。

2.林柏宇家長

當柏宇知道校慶有義賣活動時，他就很高興，並且跟我們說明此次義賣活動主要是送愛心到蘭嶼，幫助蘭嶼的弱勢團體，而且全班還決議說要將全部所得款項全部捐出。



校慶當天他因為拍賣活動喊得很用力而導致喉嚨沙啞，但覺得能為班上盡一分心力，一切就值得，而且從中還能學習與人溝通，增加一點人際關係。事後活動順利完成，老師也將募得款項明細附在聯絡簿上，讓家長知道捐贈給那些單位。他們這種無私、毫無保留的精神令人感到讚賞，也感謝導師平常的教導，讓他們持續保有這份純真的助人態度。

3.吳愛恩家長

自從老師發起”送愛心到蘭嶼”的跳蚤市場活動，我們家的小朋友就開始在家中尋找適合義賣的物品，雖然家中沒有甚麼非常寶貴的東西，但看到孩子願意把自己最好的東西送出去義賣，內心真的很欣慰。在這個個人自我中心的時代中，看到孩子們願意為別人的需要而學習捨己真是太棒了。希望孩子們可以繼續享受到與人分享是何等快樂的事，讓自己學習成為一個分享者。

4.鄭如慧家長

去年12月20日是翠中校慶的日子，校慶前的某日，我的女兒放學回家，臉上洋溢著既興奮又充滿期待的表情對我說：「爸爸，告訴你一件好消息，我們學校的校慶和您的生日竟然是同一天，好巧啊」！最重要的是，當天我們722要辦一場「送愛心到蘭嶼」的活動，全班同學知道後都好振奮並期待著那天到來。

聽她講完後，我的內心充滿高興和支持，畢竟「坐而言不如起而行，施比受更有福」，富有愛心行為是需要從小就開始教育和鼓勵的，學校和老師能讓國家未來的主人翁有這的機會和環境去學習付出，實在難能可貴，值得嘉勉一番。果不負眾望，校慶當日，在親愛的楊導帶領之下，722全體師生上下，發揮團隊合作的精神，個個使出渾身解數，為這次不求回報的愛心活動賣力付出，即使都快喊到聲嘶力竭了，可是個個臉上卻都還「笑逐顏開」，這就是真誠為「愛心」付出的發酵產物。皇天不負苦心人，722交出了很棒、很值得嘉許的好成績，也給同學留下了非常美好的回憶。

5.陳妤瑄家長

在楊老師的帶領下，722班的同學們發揮愛心捐出物資，藉由校慶的場合舉辦「二手義賣」活動，並將關懷的觸角延伸至偏遠地區蘭嶼，此種深具愛心與負有社會意義的活動，身為家長，很開心能參與其中。有句話說：「不要做旁觀者，要做個參與者。」做好事，大家一起來。



6.吳崇華家長

這次校慶舉辦的義賣活動，我覺得非常有意義。大家不用花很多的錢就可以參加，同學及家長也都熱心參與。同學在一開始的籌畫、募集、擺攤都做得盡善盡美，讓為人父母的我們倍感光榮。尤其，當天看到許多同學的熱情叫賣，把722班的攤子氣氛炒得火熱，真讓我為之動容。


飲料調製選手
整裝待發

賀！

本校九年級技藝班學生
參加103學年度國中技藝競賽榮獲佳績


結交到來自不同學校的朋友

91129 張閨真(食品職群-中式米食):第二名
91335 鄭如恩(食品職群-中式米食):第六名
90330 吳婉綾(機械職群-機械識圖與製圖): 佳作
91426 夏佳瞳(設計職群-電腦繪圖):佳作
91726 蘇芷萱(藝術職群-戲劇):佳作


餐服技術選手


培訓學校老師到場加油


設計類選手


鉗工選手


美髮選手

103學年度國中技藝競賽參加名單

班級	座號	姓名	職種	班級	座號	姓名	職種	班級	座號	姓名	職種	班級	座號	姓名	職種
903	35	陳卉妤	中文文書處理	919	35	林思汝	產品推廣	908	39	劉怡萱	旅館實務	906	5	鄭成吉	鉗工
905	27	王　純		901	37	朱婉瑜	美容	923	36	陳玟樺		912	7	蔡承恩	
924	29	江恬安		919	36	張玉婷		906	6	常振華	烘焙	925	7	黃子衡	
925	27	陳易玲		921	31	簡莉云		920	36	張喬安		904	36	李書儀	電腦繪圖
911	29	張閨真	中式米食	905	27	王　純	美容-模特兒	905	32	蔡佩姍	基礎描繪	914	26	夏佳瞳	
913	35	鄭如恩		914	30	紀如怡		907	16	莊凱崴		903	30	吳婉綾	機械識圖與製圖
913	16	張育銓	中式麵食	923	32	陳文婷		907	27	詹子瑩	設計	909	1	陳智偉	
915	32	蘇育葶		918	33	張庭瑄	美髮	925	36	林靖雅	基礎	922	11	林詠哲	
902	8	陳孝任	車床	919	33	林依凡		902	14	李宇哲	飲料調製	917	16	陳子杰	戲劇
923	6	曾浩倫		924	38	蕭靖瀠		919	30	劉冠妤		917	26	蘇芷萱	
908	13	楊翔麟	廚藝製作	921	30	簡于琪	餐服技術								

技藝競賽獲獎選手 心路歷程分享



★911 張閨真（食品職群-中式米食）

一開始自己是候補選手，不過聽到是技藝班老師肯定我、推薦我真的很感動，於是就答應了。培訓時間剛好碰到寒輔的時候，所以早上要上課，下午要訓練，那兩個禮拜真的很累，回家還要扛一大包油飯回家，可是現在想一想真的覺得很值得，這真的是一分耕耘、一分收獲的道理吧!很感謝技藝班老師的推薦，也謝謝一路走來一直支持我的老師、同學、家人，雖然休息的時候被拿去受訓，但是我真的真的覺得很值得，謝謝！

★913 鄭如恩(食品職群-中式米食)



這次可以參加技藝競賽是因為某一次上技藝班時老師詢問是否有人想要參加技藝競賽，因為考高職有加很多分數，所以就想要參加技藝競賽，後來經過老師的認可就參加了。到了快放寒假時，拿到培訓的時間表，寒假就開始了一連串的培訓，第一次培訓時，看老師示範感覺沒有很難，但到了自己實作一次才知道，蒸米、切材料，都有很大的難度，有的材料要切得很碎，在煮米、蒸米時，時間也要掌控得很好，有時切材料切的慢就會忘記觀察米的熟度，第一次的成果由於米太濕、太軟爛且還逾時，後來打掃時幸好有一起培訓的同學幫忙才可以跟上老師的速度，終於在第二次、第三次愈來愈得心應手，開始成功的掌握時間！愈練習愈上手，培訓也慢慢進入尾聲了。我要謝謝瓊漆老師的鼓勵，謝謝翠蓮老師的支持，謝謝文萃老師的指導！



★903 吳婉綾（機械職群-機械識圖與製圖）

開始上技藝班時，就想著要加油點才能當上選手，結果沒想到最後居然是以自己認領的方式當選手，實在是有點妙，我的學科原本只背了50題，所以第一次只考了38分，但在努力後，分數好不容易才一點一點的變高，隨著一次一次的培訓，我也對程式越來越熟悉，在培訓中還跟別校的選手成了好朋友，一群人互相教導、中午結束後一同吃午餐，在比賽時也互相加油著，真的還蠻不錯的，很感謝能有這個機會比賽，也很感謝所有鼓勵過我的老師、學長及朋友們!



★914 夏佳瞳（設計職群-電腦繪圖）

因為從小功課就很差，甚至被診斷為學習障礙，所以對自己非常沒自信，不過一直很喜歡畫畫，老師就鼓勵我參加技藝班，一開始也沒想參賽，後來想測試一下自己就自願報名了。在培訓時最痛苦的事是，因為是寒假，當別人放假而我卻要每天6:30起床趕捷運去上課，有一度我很想放棄，還好媽媽一直鼓勵我，每天叫我起床，終於撐過去了!感謝媽媽：我還要感謝七、八年級的阮瑋飴班導，因為她的鼓勵，我參加了技藝班；也要感謝現在的班導林綺芳老師的支持，讓我可以不用參加寒輔，全心準備比賽，謝謝老師!

★917 蘇芷萱（藝術職群-戲劇）

一開始我會想報名是因為我很喜歡表演，未來也想成為一位藝人，在特訓時我一直放不開，情緒、聲音一直沒辦法像平常一樣很好。隨著比賽時間漸漸逼近，自己也開始緊張起來，但平常的缺點還是沒改善，心情也開始低落起來，甚至會很後悔報名比賽，一直很想退賽，可是我想練習這麼久了，還是努力看看，到最後一次特訓時，我就告訴自己放開吧!雖然表現的也是還好，但我不氣餒，反而更認真、更努力，到表演那天，我只跟自己說:「都努力這麼久了，就把比賽當作表演，享受屬於我的舞台」。結束比賽後，我以為我連佳作都無法得到，可是我竟然還能拿到佳作第一，心裡真的無比的快樂，也要感謝好多人，很謝謝陪我們特訓的宏昱主任，他認真、耐心的教我們，也很努力的蒐集資料給我們練習、願意抽寒假時間替我們特訓，他的用心及專業真的是我該學習的；也很謝謝翠蓮組長在我們比賽前幾天還幫我們用學科考試卷來練習；也很謝謝當天的學長看我情緒不穩，還拼命的安慰我，讓我沒有影響到下一關的比賽，也謝謝製作單位辦這個比賽，讓有夢想的人參加。更謝謝評審老師的肯定，經過這次，我更懂得努力的重要，人家常說:「台上一分鐘，台下十年工」，現在我真的深深感受到了。



紅樓教室上新妝，特教孩子展歡顏



緣起很美，特教班范姜道歆老師是板橋435藝文特區駐站藝術家的一員， 一次偶然的聊天將特教班和藝術家們連在一起，ANO、陳俊育、彼得先生幾個人熱血的討論著想為這群孩子做些什麼，最後選擇用藝術家最擅長的畫筆和創意，幫特殊教育的孩子彩繪教室。

本次的主題以動物為主，動物園裡，獅子氣宇非凡、長頸鹿高大挺拔、獵豹跑步飛快、大猩猩充滿力量…我們要讓孩子對於自己充滿自信，希望每個孩子都能像這些動物一樣發揮自己的專長，快樂的學習著。

一件對的、有意義的事被決定要完成，事前的準備工作也陸續開展，ANO和俊育親自到學校勘察教室場地，和學校討論可以彩繪的範圍，和道歆老師討論彩繪主題，勵學中心及特教班的老師也帶著孩子們刷洗將被彩繪的牆面，他們知道自己的教室將變得不一樣，也將變得漂亮。每個禮拜三的下午，藝術家們讓孩子參與教室外牆下半部可以畫到的區域上色，隨著時間的推進，教室外一區段、一牆面的被彩繪上新妝；這段時間孩子的話題總離不開我們的教室。12月20日江翠國中校慶時也將把全新美麗的教室介紹給大家。







心得分享



◎藝術家們：此次自發性的活動很有意義，能與孩子們共同努力逐漸完成教室的彩繪，讓孩子們在一個充滿活力、童趣的環境下學習。

◎林生：剛塗的時候感覺很累，但全部完成時很有成就感。

◎鄭生：塗油漆很有趣，讓我學習到團隊合作及分工合作的重要。

◎童生：能和大家一起完成牆面彩繪很開心。

特殊教育的孩子需要關心與幫助，但在相處過程中，往往都是他們的單純與真摯帶給我們感動與鼓舞。藝術家們的愛心畫筆彩繪了江翠國中勵學中心及特教班的牆面，也畫出人性中那一份善良與美麗；特教孩子們臉上的笑靨，也將是藝術家們最希望得到的豐厚報酬。







38週年生日快樂

★異國 ★多元 ★活力



翠中38週年校慶園遊會融入了異國文化的氣氛，七年級的跳蚤市場發揮了物盡其用、貨暢其流的精神；八年級的園遊會攤位，各種異國美食與道地小吃都讓人垂涎三尺。每班的攤位前，無不聚滿嘗鮮的同學們，再加上青春舞台上表演者熱情的舞蹈與爆發力的歌唱表演，把整個園遊會場的氣氛拉到最高點，好不熱鬧，也讓社區的民眾與家長們豎起大拇指的說翠中的學生真的是多才多藝呀～讚!













慶祝38週年校慶暨社區聯合運動會



