

# 大崙通訊

104年1月號

校長：陳秋蓉  
 主編：溫舒敏  
 協編：范慧美 劉得梭 黃添營  
 校對：王家珍  
 發行：104年1月

## 感謝有您

\*感謝邱奕勝議長積極協助向桃園縣政府爭取經費補助本校「活動中心地下室整修工程」300萬元整。工程已於103年12月驗收完成，此次整修工程，對整體空間作完善設計，建置安全、舒適，符合人性化的教學環境，將提供健體課程教學及社團之多元用途，發揮境教功能，有效提升教學及學習成效。



### 大崙國小 103 學年度上學期 (104 年 1-2 月) 重要行事活動

104年一月							重要行事活動說明
日	一	二	三	四	五	六	01/01 (四) 開國紀念日 放假一天 01/02 (五) 彈性放假一天(當日課務已於12/27週六補課) 01/05 (一) -01/09 (五) 閱讀認證、品德讀經認證 01/13 (二)、01/14 (三) 期末評量 01/19 (一) -01/23 (五) 進行下學期第一週課程 01/27 (二) 結業式 01/28 (三) -02/17 (二) 寒假
				1	2	3	
4	5	6	7	8	9	10	
11	12	13	14	15	16	17	
18	19	20	21	22	23	24	
25	26	27	28	29	30	31	
104年二月							
日	一	二	三	四	五	六	02/18 (三) -02/23 (一) 春節假期 02/24 (二) 103 學年度下學期開學日 02/24 (二) 課後照顧班開始 02/27 (五) 補假一天 (和平紀念日補假) 02/28 (六) 和平紀念日 放假一天
1	2	3	4	5	6	7	
8	9	10	11	12	13	14	
15	16	17	18	19	20	21	
22	23	24	25	26	27	28	
3/1							

# 榮譽榜

- ◎ 本校榮獲桃園縣國民中小學推動閱讀桃花源四年計畫-103 年各校閱讀教育計畫績優學校，感謝全校親師生對於閱讀活動的支持與努力！
- ◎ 賀本校魏叔怡老師榮獲桃園縣 103 年度補救教學實施方案績優教學人員表揚。
- ◎ 恭喜本校六戊許芯汶同學榮獲桃園縣 103 年度 3Q 達人故事甄選活動 EQ 類第三名。
- ◎ 小桃子樂園 103 年 10 月份網路藝文創作活動獲獎名單：

獲獎項目	作品名稱	獲獎學生
童詩創作高年級組優選	裁縫師	五戊 劉昀真
童詩創作中年級組佳作	秋天的美景	四甲 楊萱甯

- ◎ 賀五甲吳若琪同學參加「103 年桃園縣運動會縣長盃競速溜冰錦標賽」榮獲國小中年級女子組 500 公尺衝刺賽第二名。
- ◎ 恭喜五丙吳子尚同學參加「103 年桃園縣兒童文學獎創作徵文比賽」榮獲國小學生散文高年級組佳作。
- ◎ 恭賀二乙湯智傑同學參加「第十五屆全國經典總會考」成績優異，7 段合格。
- ◎ 恭喜本校學生參加桃園縣 103 年度學生音樂比賽成績表現優異！  
五乙 陳慧珊 榮獲國小南區 B 組揚琴獨奏優等第二名  
三乙 陳信傑 榮獲國小南區 B 組揚琴獨奏優等第三名  
五丙 江逸凱 榮獲國小南區 B 組揚琴獨奏甲等
- ◎ 103 學年度四、五、六年級英語朗讀暨說故事比賽，表現優異名單：

四年級英語朗讀比賽		五、六年級英語說故事比賽	
第一名	四戊 吳珈榛	第一名	五甲 范秉毅
第二名	四丙 詹宜庭	第二名	五己 劉捷寧
第三名	四丁 楊婕妤	第三名	六乙 劉亭佳
恭喜以上獲獎小朋友！		佳作	六丙 劉芸均
		佳作	五戊 劉亭松

- ◎ 本學期六年級班際體育競賽—躲避球比賽，成績如下：  
(一) 男生組 第一名：六丁 第二名：六丙 第三名：六甲  
(二) 女生組 第一名：六乙 第二名：六戊 第三名：六甲
- ◎ 103 學年度上學期第二次榮譽制度【銅質獎章】獲獎名單： 四甲 邱郁晴 五戊 吳家宏

## 親師交流道

- ◎ 因應桃園縣升格為直轄市，本校校名全名為：桃園市中壢區大崙國民小學；校址：桃園市中壢區月眉里 15 鄰崇德路 139 號。
- ◎ 104 學年度就讀國小一年級新生(104 年 9 月入學就讀大崙國小)，如果持有身心障礙手冊者，請於 104 年 1 月 9 日(五)前洽輔導室領取申請表。
- ◎ 103 年度參與教育學堂課程的家長，每參與一場，學校會頒予學生 1 張榮譽卡；同一年度參與 4 場以上者，縣府會頒予家長「學習楷模」獎狀；連續兩年度參與 4 場次以上者，頒給家長「學習典範」獎狀。若家長有參與教育學堂課程，請將 103 年度的學習護照於 104 年 1 月 5 日(星期一)前交到本校輔導室，學校彙整後將統一提報縣府辦理獎勵。



# 做個 EQ 達人—情緒教育暨家庭教育宣導

大崙國小輔導室

六年戊班許芯汶同學由級任導師推薦，參加「桃園縣 103 年度 3Q 達人故事甄選活動」，榮獲 EQ 類第三名，這個獎項得之不易。與一般競賽獲獎不同之處是，獲推薦參賽的學生本身是具有良好的情緒管理的能力，能夠設身處地為人著想，並且有良好之溝通能力及人際關係，能克服困難，積極樂觀影響別人，有具體事實者。對國小階段的孩子來說，能夠做好情緒管理，十分難得。因此，在 12/8 星期一全校週會頒獎後，輔導室也利用這個機會為全校小朋友進行一場情緒教育暨家庭教育的宣導。內容重點摘要如下：

一、EQ 包括五大項目<sup>1</sup>：1. 認識自身的情緒 2. 妥善管理情緒 3. 自我激勵 4. 認知他人的情緒 5. 人際關係的管理。

其中 1. 認識自身的情緒 2. 妥善管理情緒 3. 自我激勵是「個人對自我的了解」；而 4. 認知他人的情緒 5. 人際關係的管理則是個人在情緒衝動當下「與人溝通及相處的過程」，即想到他人。「個人對自我的了解」以及「與人溝通及相處的過程」二者是情緒管理很重要的要素。

二、以「生氣」情緒狀態為例，當一個人因故「生氣」時，能夠想到下列問題，即是做到良好的 EQ 管理：

「我為什麼生氣？」	}	「個人對自我的了解」 (了解自己)
「除了生氣我還可以做什麼？」		
「我應該可以做得更好」		
「我怎麼做才能和別人保持良好關係？」	}	「與人溝通及相處的過程」 (想到他人)
「因為我的生氣，別人的感覺是？」		

三、以新北市政府教育局家庭教育影片「青少年幸福家庭教育影片」之「親子衝突<sup>2</sup>」及「學習和好<sup>3</sup>」二部短片做為素材，引導學生思考在和家人相處發生衝突時，如何覺察自己的情緒及理解他人的情緒，並且勇於表達情感學習認錯。

《討論一》當我和家人吵架、生氣時怎麼辦？

步驟：1. 說出事件            2. 說出感受            3. 說出需要

\*做到以上三步驟，便是「了解自己」。

《討論二》我想和家人和好時，該怎麼做？

步驟：1. 跟對方認錯        2. 說出對方感受        3. 承諾改進

\*做到以上三步驟，便是「想到他人」。

孩子每天相處最久的人是家庭中的家人與學校裡的師長同學，在與家人或同學發生衝突時，父母可以試著以上述具體步驟協助孩子練習處理自己的情緒，以及經營與他人的人際關係。

<sup>1</sup>美國心理學家彼得·沙洛維(Peter Sa-lovery)對 EQ 下的基本定義。

<sup>2</sup>參考 youtube 網站 <https://www.youtube.com/watch?v=jwltZ4T6uXE>

<sup>3</sup>參考 youtube 網站 <https://www.youtube.com/watch?v=Y3fdJuLq4vs>

## 別把「偏見」傳染給孩子

作者：李坤珊（美國南伊利諾大學幼兒教育系博士）

*孩子，很脆弱也很單純，身旁的大人就是他的重要典範，當大人言行中透露出偏見，孩子的價值觀也逐一的被影響著。*

「那兩個黑鬼，胖死了，還吃那麼多！」在美國波士頓的中餐館裡，隔壁桌的華人夫婦，以中文諷刺著另一桌的兩位黑人。那對華人夫婦的面前，坐著一個四、五歲大的幼兒。這樣的歧視言論，正滴水不漏的、一一的進入那幼兒的價值系統。

「他媽媽是大陸妹！大陸妹的穿著真是土。」在台北的便利商店裡，我聽見兩個女人義憤填膺的討論著。她們手裡拉著兩個稚齡、正抬頭聽著的孩子。這樣對一個群體的謔稱、一竿子打翻一條船的偏見，正毫不留情的、一一的建構著幼兒的是非辨別能力。

電視綜藝節目裡的一群名人，笑得東倒西歪，因為主持人正學著行動不便的人走路，誇張的表情、醜化的行動.....不知道有多少幼兒坐在電視機前？這樣醜化障礙群體的歧視，正像硫酸，一寸一寸的侵蝕著幼兒對人的同理和仁慈。

我們的孩子，很脆弱。從一出生開始，他就從周遭的環境中，學習著如何稱呼他人、尊重他人。他從媽媽的愛裡，理解「媽媽」這個字和「愛」字是等同意義；但他也從媽媽對某個阿姨的稱呼，理解那個阿姨的群體是可以被戲謔的、是次一級的。偏見與名稱，從來不分家，請別把偏見傳染給幼兒！

我們的孩子，很單純。從與他人交往的第一刻起，他就在認識自己是誰？他人是誰？自己有什麼需要？而他人又有什麼需要？這就是同理心的建立。同理心，是培養仁慈的第一步；而看見自己和他人的需要，則是擁有同理心的第一塊建磚。仁慈的人，不會想到去拿他人的掙扎處開玩笑。有同理心的孩子，儘管只是三歲，他可以感受到別人的掙扎。假如在孩子身邊的成人，總是毫不在意的拿他人的掙扎處開玩笑，同理和仁慈不會有機會在孩子的人格裡生根。歧視和漠不關心，向來都是同根生，請別把歧視傳染給幼兒！

親愛的家長：讓我們一起思考幾個問題—

- ★ 孩子是否因為信任而相信我所說的每一句話？
- ★ 自己是否經常在孩子面前說出對某些人或事情的批評？
- ★ 是否能在了解事情事實真相後，與孩子討論事件的意義與影響？