



中山愛閱

第三十七期

- 發行／呂惠紅校長
- 執行編輯／陳殊妤
- 編輯群／全體教師、家長會
- 出版／新竹縣竹東鎮中山國民小學

分享

創意

卓越

優質

310 新竹縣竹東鎮中山路 70 號 電話：03-5962102 傳真：03-5944397

校長的話哩！你讀了
「如果歷史
是一群喵」嗎？

◎校長 呂惠紅

你會不會在意考試分數呢？上一次社會領域的成績如何？如果你曾覺得社會課有點難、內容很多、常常記不住，其實你一點也不孤單。

108 課綱的社會領域，採用的是「主題式」的學習方式，老師會從生活中的情境出發，帶大家認識歷史、地理和公民議題。這樣的學習很有趣，但在學習過程中，也可能會遇到一些挑戰，讓成績表現不如自己期待。

這學期，70 號夢想館很用心，為中、高年級同學推薦了許多精彩的歷史課外讀物，希望透過「閱讀故事」，幫助大家更輕鬆地學好社會領域。為什麼閱讀歷史課外書，能幫助你學好社會？

第一，幫助你搞懂「先後順序」

主題式課程常常會跳到不同時代或事件，有時你可能知道一個事件，卻不清楚它是怎麼一步一步發生的。歷史課外書通常用故事方式呈現，會反覆提到時間、背景和原因，讓你慢慢建立清楚的時間概念，學習起來就不容易混亂。

第二，把零散的知識「串成一個故事」

社會課會同時出現歷史、地理和公民的內容，有些同學會覺得很抽象、不好整理。而歷史課外書常以人物或事件為主角，能把分散的知識連在一起，讓你發現：「喔，原來這些內容是有關係的！」

人際關心的雙贏

◎家委 池睿庭

女兒有天告訴我，她的「閨密」不理她了。

我告訴她「並沒有永遠的好朋友」，而如果這個朋友很重要，那要誠心道歉請求原諒。

女兒說她能夠做的都做了，也知道我和閨密的爸爸認識，希望我能夠「幫她處理」。但我告訴她：「那是妳的朋友，妳要自己處理自己解決」。

又過了幾天，女兒說她們合好了。我為她感到高興，也問她如何處理？

她告訴我，她在紙上列了很多可能原因，閨密在其中一個原因上畫了圈並標註「Yes」。

這讓我感到很欣慰，因為女兒自己處理了人際問題，並學會釐清問題的可能原因。

而良好的人際關係其實是種「雙贏」，像是相互、融洽、快樂、

包容、不委屈、不內耗…，當然，如果可以，我也希望她們人際關係裡也要包含彼此提升與相互成長。



第三，讓閱讀和表達變得沒那麼困難

主題探究時，需要閱讀資料、說出自己的想法，這對部分同學來說並不容易。如果從圖文書、故事書、人物傳記開始閱讀，不但比較有趣，也能慢慢學會抓重點、理解內容、說出自己的看法，讓討論時更有信心。

第四，培養同理心，讓想法更有深度

討論公共議題時，有時會因為生活經驗不夠，而不知道該怎麼想。歷史故事中的人物，會遇到不同的困難和選擇，閱讀時就像「站在別人的位置想一想」，幫助你學會尊重不同觀點，讓思考更成熟。

你讀過「如果歷史是一群喵」這套書了嗎？它一共有 15 冊，內容有可愛的漫畫還附上文獻說明，既舒壓又有學習，它就在我們的 70 號夢想館喔。給愛閱讀的你一個小提醒，閱讀歷史課外書籍，不只是為了考試，它能幫助你看懂社會課本內容、把事情想得更有條理、更勇敢表達自己的想法、以及成為一個懂得關心社會的人。希望你能走進夢想館，挑一本自己感興趣的歷史書，讓閱讀成為你學好社會、也認識世界的一把鑰匙。

感恩的心

校慶運動會暨校務發展基金

捐贈人

金額

泰菱系統工程股份有限公司

捐助 100,000 元

陳智文

捐助 20,000 元

ABC 學園、黃凱宏

各捐助 10,000 元

洪睿業

捐助 6,000 元

平嘉雲、江芊霈、吳柏叡、宋志倫、郭品妍、楊文達、劉純治、鍾勝全

各捐助 5,000 元

江建男、邱思柔、范揚坤、張志育、張乾漢、莊志偉

各捐助 3,000 元

圖書基金

捐贈人

金額

吳佳惠

捐助 10,000 元

勘誤啟事

第 36 期《中山愛閱》刊載之捐贈名單中，「黃國書」一名誤植，正確應為「黃國樞」。特此更正，並向當事人及讀者致歉。

大事記

114.10.22 中山樓
天花板防鏽工程

114.11.13 校樹檢修



114.11.14 A 棟電力整併及改善工



114.11.18 飲水機水質檢驗



114.11.26 無障礙欄杆修繕



114.12.01 屋頂雜草與樹木清除

健康促進 活力中山

◎體育組長



中山國小 82 週年校慶運動會在校師生與家長的熱情參與下熱鬧展開，各班用創意的進場揭開序幕，緊接著太鼓與大會舞的精彩表演，展現孩子們的熱血與活力。競賽項目多元，從人人賽跑、100 公尺競速到大隊接力，孩子們全力以赴，家長與同學的加油聲更提升現場氣氛。趣味競賽歡笑不斷，師生在合作中展現團隊精神。經過激烈競賽，各活動順利落幕，獲獎班級贏得榮耀，所有參與者也留下珍貴回憶。本次運動會不僅促進健康，更凝聚親師生情感。感謝師長、家長與志工的付出，讓孩子們盡情展現光芒。健康促進、活力中山，我們下回見。

夢想起航 星光閃耀

◎活動組長



一年一度的「星光舞台」再次登場！這次由二、四、六年級學童以及各社團團員擔綱演出，更有幼兒園的小朋友熱情參與。孩子們在活潑的旋律中，自信地踏上舞台，展現了他們的創意、才華與無限可能。每一個笑容都像晨曦的光芒，照亮了整個禮堂。

感謝老師們的悉心指導，以及家長們的熱情支持，讓孩子們能在這裡盡情揮灑夢想。這不僅是一場表演，更是一個彼此學習、交流與成長的美好時刻。

在「星光舞台」上，從幼兒園到高年級，每個孩子都是最閃亮的星星，照亮了屬於中山的天空！



吃五穀顧健康

◎衛生組長

營養教育



健康的身體是每個人追求的目標，怎麼吃？吃什麼？一直都是重要的課題，這學期我們邀請了營養師，來為五年級的學生進行一場「吃五穀顧健康」的課程，從怎麼選擇主食，有哪些優質的穀類？以及胚芽米、糙米和白米的不同，來為五年級小朋友提供豐富的知識與建議。



希望每位學生都能為自己的身體把關，選擇優質的主食為自己的健康加分～

口腔保健



11月初，護士阿姨到一年級各班進行口腔保健課程。先讓同學使用牙菌斑顯示劑漱口，清楚看見口中的牙菌斑，了解刷牙的重要。接著以牙齒模型示範正確刷牙步驟，並介紹牙線的使用、牙膏挑選方式及乳牙與恆齒的差異。透過講解，孩子們更明白口腔保健的重要，能在日後確實餐後潔牙，並養成定期檢查的好習慣。

榮 譽 榜

藝文類

兒童文學創作比賽

學生組

丁柔瑄，榮獲童詩類第二名
何松育，榮獲童詩類第二名
張忻，榮獲童詩類第三名
朱聖維，榮獲散文類佳作

教師組

簡翠華，榮獲散文類佳作

全國多元文化繪本親子 共讀心得

范凱媺，榮獲優等

全國明日說書人博覽會

呂岑芯，榮獲佳作
范揚庭，榮獲佳作
邱新甯，榮獲入選
王詠嫻，榮獲入選

田徑隊

竹東鎮運動會

大隊接力第二名

林宥妤、劉易恩、丁柔瑄、王安語，
榮獲 400 公尺接力第三名

李承浩、林橙寬、曾柏諺、范宸愷，
榮獲 800 公尺接力第五名

王安語，榮獲 100 公尺第四名、
200 公尺第三名

林宥妤，榮獲 100 公尺第八名

丁柔瑄，榮獲 60 公尺第七名

林橙寬，榮獲 200 公尺第六名

曾柏諺，榮獲 200 公尺第七名

李承浩，榮獲 60 公尺第七名

何宇威，榮獲壘球擲遠第一名

林承威，榮獲壘球擲遠第三名

田嘉帆，榮獲壘球擲遠第六名

棒球隊

★新竹縣原住民
少棒賽冠軍

★竹東鎮長盃軟式
少棒錦標賽冠軍

★新竹市西門盃全國少棒錦標賽季軍

★臺南市巨人盃全國少棒錦標賽第五名

★台彩威力盃全國少棒賽殿軍

羽球隊

竹東鎮長盃

湯丞浩，榮獲
高男單打第三名



軟網隊

灣麗盃

徐樂、彭筱倩，
榮獲雙打季軍

全國北區軟式網球對抗賽

徐樂，榮獲單打冠軍
彭筱倩，榮獲單打亞軍



閱讀·新視窗

經典人物再現！



◎圖書組長

在本次「經典人物再現」主題書展中，校長與各年級同學精心打扮成經典故事角色，讓校園化為充滿想像的故事世界。校長化身《火盃的考驗》中的哈利波特，帶領學生體會勇氣與選擇的重要。一年級學生展現童話魅力：茉莉公主、琪琪與獨角獸角色象徵自由與純真。二年級以多元角色傳遞善良、勇敢與成長意義，包括仙度瑞拉、白雪公主、醜小鴨、小紅帽與紅子。三年級的小木偶提醒誠實可貴；四年級學生則呈現更多經典：貝兒、艾莎、達克比警察、豆花與孫悟空，各具特色地展現魔法、正義與熱血。

透過角色扮演，孩子們與書中人物並肩，讓閱讀體驗更具深度與生命力。特別感謝家長們的支持與用心準備，使孩子們能自信登場，讓經典角色在校園中再次閃耀。



讓「閱讀」無所不在 在幼兒園培養「品味閱讀」的開始

◎幼兒園



- ✓ 每週三與國小同步進行「靜默式閱讀」，從小培養專注力與良好的閱讀習慣。
- ✓ 每日例行故事繪本分享，讓孩子在享受故事樂趣中，理解故事意涵，並學習如何運用更豐富的語言表達自己。

我們相信「閱讀」無所不在，透過這些多元的活動，不僅能培養幼兒關鍵的語文表達能力，更為他們未來邁向「愛閱」與「深閱」，奠定最堅實穩固的基礎。



SEL 魔法課

◎輔導組長

情緒超人的養成術！

SEL，也就是「社會情緒學習」，是一門幫助我們認識自己、和別人更好相處的重要課程。掌握五大技巧，你就能成為情緒小超人！

首先是認識情緒。當你心跳變快或皺眉時，先對自己說：「我現在有點生氣 / 緊張。」了解情緒是改變的第一步。

第二是管理情緒。如果想大叫或生氣，不妨先慢慢深呼吸三次，替自己按下「暫停鍵」，讓心情恢復平靜。

第三是關心別人。看到朋友悶悶不樂，輕聲問一句：「你還好嗎？」就是最簡單的支持。

接著是**人際技巧**。與同學互動時，記得輪流、傾聽、分享，也可以用「我訊息」表達，例如：「你打斷我時，我會有點難過。」

最後是**負責任的決策**。做選擇前先想想：「這安全嗎？對大家好嗎？」思考過後再行動，就是成熟的表現。

學會這些技巧，你會更自信、更快樂，也能讓班級更和諧。一起成為最棒的 SEL 小超人吧！

校園活動花絮

1141016 月經平權與性別平等講座

1141027 好書報報

1141104 遊覽車逃生演練

1141104 二年級戶外教育

1141107 圖書十大分類快閃

1141107 租稅故事探索

1141114 客語認證班持續進行中

1141118 舞蹈比賽

1141119 為愛朗讀

1141120 中信愛接棒課輔訪視

1141125 童軍舍營

1141127 杞林人文踏查

1141129 親職教育·陪孩子圓夢

1141204 附幼口腔衛生保健宣導

1141209 志工旅遊

我的家庭教育

◎三甲 李半恩

爸媽平常都會提醒我不要浪費食物，因為世界上有許多小朋友沒有食物吃，而且農夫種田很辛苦，所以我要把食物吃個精光，很感謝爸爸和媽媽努力賺錢養我們。

爸媽也會告訴我，每天早上起床、中午吃完飯、晚上吃完晚餐要記得刷牙。之前我沒有好好刷牙，所以爸媽帶我去牙醫診所看牙齒。牙醫師對我說：「你有蛀牙。」牙醫在我的嘴巴裡面東敲西敲，弄得我好害怕。

之後，我都會兩顆兩顆地刷，把牙齒刷得乾乾淨淨，再來我會拿四根牙線刷牙，最後用漱口水漱口。從那以後，我再也沒有遇到蛀牙的情況，未來我更會好好保護牙齒。

最後，我覺得家庭教育就是愛的教育，爸爸媽媽都會陪著我、鼓勵我、教我正確的學習態度。所以，家是我的避風港，也是我最重要的保障。

最珍貴的禮物

◎三丙 藍晨希

今年夏天，爸爸、媽媽送給我一份最珍貴的禮物——一個可愛的妹妹。自從她出生以後，我們全家都充滿了歡笑聲。

還記得當初爸爸、媽媽告訴我：「你要當姐姐了！」我又驚訝又開心，心裡不停想著：「真的嗎？我要有妹妹了嗎？」直到妹妹出生的那一天，看著她小小的身體、圓嘟嘟的臉蛋，我興奮地在心裡大喊：「哇！這就是我的妹妹呀！」

妹妹雖然很可愛，但是也很黏人。她一下子肚子餓想喝奶，一下子撒嬌要抱抱，一下子要換尿布，一下子又想要人陪她玩。我和媽媽常常忙得像旋轉的陀螺，弄到手忙腳亂。不過，只要看著妹妹可愛的模樣，我的心裡就覺得暖暖的。

雖然妹妹的到來讓家裡變得更忙碌，但她絕對是爸爸、媽媽送給我最棒、最珍貴的禮物。我會當個好姐姐照顧她，也會永遠愛護她。

考試心情

◎五甲 林秉毅

期中考前一晚，我緊張得坐立不安。翻開課本便想打瞌睡，但一想到若忘記重點就會考不好，只能逼自己撐著。時間一分一秒流逝，我的心跳也越來越快，彷彿下一秒就要跳出胸口。

考試當天，我緊張得快喘不過氣。拿到考卷後，我先深呼吸讓自己冷靜下來。熟悉的題目我很快寫完；遇到難題時，手心冒汗，我提醒自己不要慌，努力回想老師教過的方法。終於在響鈴前完成所有題目，雖然疲倦卻鬆了一口氣。

真正讓我害怕的，是若考不好，就要面對爸媽的「降龍十八掌」。幸好老師宣布成績時，我名列前三名。聽到這個消息，我高興得差點跳起來，不只因為成績亮眼，更因為努力沒有白費。

這次經驗讓我明白，臨時抱佛腳並不可靠，平時的努力才最重要。以後我會認真聽課，把不懂的地方弄清楚，考試時保持冷靜。我相信，只要持續努力，每次考試都能看到自己的進步。

筆

◎五丙 鍾秉宸

筆是生活中常見的書寫工具。從古至今，筆的型態和材料雖不斷改變，但用途仍是幫助人類紀錄及長達思想的工具。筆雖然看起來平凡，但若沒有筆，許多思想及創作將無法記錄與傳承，其重要性可見一斑。

雖然現在很多人打字比較方便，但我覺得用筆書寫更能表達自己内心的情感，也是一件很有意義的事。言，心聲也；書，心畫也。語言是心的聲音，書寫是心靈的圖畫。

我希望未來無論科技再怎麼進步，人們依然願意保留用手寫的習慣。因為寫下的每一筆、每一畫，透過紙張傳遞的溫度，無法由機器輕易取代。它所承載的不只是文字，而是我們的成長與記憶。

快樂的顏色



◎三乙 傅唯奕

八卦山家族之旅

生活中有各式各樣的顏色，但最美麗的，無疑是「快樂」。它有時是清脆的笑聲，有時是家人甜甜的擁抱。對我來說，最快樂的色彩，就是和家人同遊八卦山的記憶。每當回想那兩天，心頭就像被陽光照耀般，暖烘烘且亮晶晶的。

八卦山是假日熱門景點，當天恰逢「台灣設計展」，山上熱鬧非凡。那裡有豐富的主題展覽與市集，還有讓人垂涎三尺的美食，如消暑的冰淇淋、氣泡水和甘蔗汁。現場更有許多孩子喜愛的玩具與繪本，處處充滿歡笑。當然，絕不能錯過那令人驚嘆的百萬夜景！

夜幕低垂時，璀璨的燈火讓人感到平靜與舒適，這份寧靜讓我愛上了彰化。不過，這次錯過了「天空遊戲場」，光聽名字就讓人充滿遐想，雖然遺憾，但也成了我下次重遊的動力。

這趟旅行讓我心滿意足，也見識了彰化之美。原來，快樂很簡單，就是和摯愛的家人在一起，共同創造珍貴無價的回憶。

珍貴之禮 我的家人

◎三丁 林巧薰

禮物就像是充滿心意的春風，輕輕地吹到我的心裡，我會感覺暖暖的，收到禮物時，會讓人開心。最棒的禮物像是一隻小鳥快樂地唱歌。每逢生日時，我最期待的是其他人對我的祝福，但我覺得禮物不一定是生日才會有。

每個人對禮物的定義都不一樣，有些人覺得是物品，有些人覺得是一件事或是一份心意。當我很難過時，同學安慰我，也可以是一種珍貴的禮物。假期中，爸爸媽媽計畫一場旅遊，帶我出去吃飯遊戲，也是我的回憶禮物。

家人是我最棒的禮物，因為有了家人的陪伴可以讓我更勇敢、健康，有了遮風避雨的家是一件值得喜悅的事，也讓我珍惜與他們相處的時光，我要努力長大陪伴、保護他們。在生活挑戰裡家人會給我鼓勵，我想要永遠陪伴守護我的家。



運動會

◎五乙 呂安樺

中山八十二周年運動會，我們邁著整齊的步伐走向操場，喊完口號後，準備要跳精彩的大會舞！

大會舞結束後就是好玩的趣味競賽了。隨著哨音響起，每一班的第一棒都衝了出去，結束後才發現我們班竟然是第一名，大家知道名次後，都興奮地尖叫了起來！

短暫休息片刻後，老師便要我們穿上大隊接力的號碼衣，由於我是第一棒，因此我拿著接力棒就站上了起跑線，準備拚盡全力衝刺。很快，接力棒便傳到了最後一棒手上，我們全班都高聲的吶喊：「衝呀！」可惜最後還是未能獲的第一名。

最後便是頒獎時刻，我們每個人都很緊張，希望班上能得到好名次，雖然最後未能如願，但這次運動會我還是很開心，讓我們學會了不要放棄的精神。

友善的「丁」光

◎五丁 蕭珏沂

我剛開學時並沒有朋友，只能找以前的朋友，那時的我非常無聊，直到後來我漸漸熟悉大家，認識彼此就會一起談天說地、開心遊戲。我的朋友每個個性都不一樣，他們都是我形影不離的朋友，甘子婷她呢？每次有好東西就會跟我分享，或是遇到困難，她都會盡可能傾聽我；黃好晴她非常酷，她和別的女孩不一樣，不像她們一樣喜歡粉色、紫色等，她喜歡深色系，什麼都是酷黑。我還發現她的小秘密——她的藍色外套，無論何時都穿著，即使大熱天依舊穿著她那件「小藍」，她是我班的「暗黑天使」；陳宣菲她非常愛尖叫，頭髮很長且漂亮，還有溫柔善良的徐語姍與莊可瑄，這些女孩們都是我的「麻吉」。

在五丁一「丁光閃耀」的環境裡，我一定要好好讀書，希望五丁能快快樂樂的度過高年級生活。