



親師橋

第十二期 休閒生活專刊

發行人/李永霽
出版者/台北縣新興國民小學輔導室
執行編輯/吳慶瑞 林翠莉
問/黃明哲 許文勇 馬香
址/淡水鎮新興街123號
話/(02)2620-3646轉16、17
址/www.shes.tpc.edu.tw

塑造優質的休閒活動

校長 李永霽

從隔週休二日到全面週休二日，每個人每個家庭都受到很大的衝擊，生活起了極大的變化。您是覺得閒時間太多太長，不知道怎麼打發，怎麼安排孩子們的活動，還是覺得時間真好用，全家過著五彩繽紛充實的歲月呢？

形勢是客觀的，成之於人；力量是主觀的，操之在我。充實、快樂與否，主要還是操在您自己手中。讓我們一同來探討怎麼過好休閒生活吧！

休閒，是指在生活領域中除去工作、有關活動以及說話、睡眠以外剩餘的時間。在這段時間內，人們不受制於外來壓力所迫，以不急躁、平和的、愉悅的、輕鬆的心情所從事的活動。因此，休閒活動能促進身心健康、情感交流、擴大社交圈、紓解工作或學業壓力、啟發智慧、激發創造力，是生活中不可或缺的。

而休閒活動的項目很多，大致可分為運動與遊戲、音樂、戶外活動、社交活動、藝術與手工藝、舞蹈、戲劇、智力或文藝活動及特殊嗜好與興趣的活動等九大類，足夠紓解我們生活中若干的壓力，使我們身心得以舒展，生活更充實有力。

這九大項休閒活動應以家庭式及個人式交互進行較妥。以我們家來說，孩子們和同學逛街、看電影，父子對打籃球，全家聽音樂會，母女逛百貨公司，夫妻倆同看電影，全家出國旅遊，參加社區健行、踏青活動，以及球隊每個月固定聯誼一次，都在規畫的生活作息中。

休閒活動本來就是我們生活的一部份，孩子們不一定會安排，身為父母、師長的你我，責無旁貸的要指引他們。期盼我們共同塑造優質的休閒文化，讓我們的生活更充實、更有意義。



休閒生活教育 好重要

輔導主任

吳慶瑞

近年來由於經濟的發展，國民所得增加，又逢實施週休二日，休閒旅遊愈來愈普遍，這從假日淡水街頭，人潮擁擠情況可見一斑。但是長久以來國人對「休閒教育」的概念卻還存在於：有「空閒」再來談休閒；有「閒錢」才可能去休閒；所謂「休閒」就是「玩」。我們最常聽到家庭大人們告訴小孩的話是：有「空」再帶你們去「玩」，有「錢」再全家去旅行「休閒」。其實這是不瞭解「休閒生活」內涵的偏頗觀念。

「休閒生活」應該是一種生活體驗，它可以是動態的活動，也可以是靜態的情境；有的花費不貲，有的卻只需身體力行就可得到，例如：感官的休閒生活(KTV、卡拉OK等)，體育的休閒生活(各項運動競賽等)，藝文的休閒生活(參觀展覽、表演、閱覽等)，旅遊的休閒生活(尋幽訪古、郊遊踏青等)，家庭生活的休閒(環境美化、親友聚會、烹飪手工學習等)，都是休閒生活的選擇範圍。

許多研究指出：「正當休閒活動的參與和犯罪行為成負相關。」也就是說，花在正當休閒的時間愈多，犯罪機會愈低。可見安排休閒活動的重要性。除此之外，提倡正當休閒生活可以達到以下的功能：

1. 有助於提升生活的品質；有意義的生活學習與體驗，會觸動個人追求優質生活的努力。
2. 彌補現代社會人際間的疏離感；休閒活動增進彼此的互動，讓情感有深刻的交流機會。
3. 促進身心靈健康的發展；正當的休閒活動，能夠紓解學習或工作所產生的壓力，創造新的生命動力，常保身心健康。
4. 可避免電視教孩子思考的危機；有趣的休閒活動，會擴展孩子的生活領域，而不侷限看電視的消極休閒，避免電視不當的思考教化。

台北縣淡水鎮新興國民小學 活動照片

一年級老師進行90年一貫實驗課程之協班群協同教學演示。

校長引言並致詞歡迎



89年度縣模範生合影。



89年度學校暨社區聯合運動會。



本校辦理淡水社區
本土語言台語師資研習。



為本校三、四年級學生舉辦
「瘋狂科學營」。



本校舉辦商業物雕塑大賽
圖為一年級學生特優作品。



親近大自然~最佳的休閒活動

訓導主任 許文勇

自從1991年參加鳥會活動，並擔任解說義工開始至今，已經整整十個年頭了，在這三千多個日子裡，大自然一直都是我最好的朋友，從它的身上，我學會了謙卑、尊重與無私，還有著更多的感動與樂趣！

由於自己必須擔任解說的服務，提供給聽眾最佳的資訊解說服務是我認為最重要的使命，所以多元的充實自己便成為責無旁貸的責任。也正是因為如此，引領我更認識了大自然這個可愛的朋友，而我也樂於將這份喜悅分享給我的學生與朋友，如果有興趣的話，不妨多到大自然裡去走一走，保證您一定收穫良多！

「人脫離自然越久，人心就會變得越野蠻。」，這是大陸一位著名的作家沈從文所說的名言，心中常在思考這句話的涵義。是呀！生活在都市叢林裡的人們，每天過著庸庸碌碌、神經緊張的生活，待久了就會有問題產生。若能利用假日好好安排一下正當的休閒活動，調劑一下身心，對生活是很有幫助的。在此告訴大家一種最優質、廉價、俗攤大碗的休閒活動，那就是～投向大自然的懷抱吧！

以下就將我們淡水鄰近可以親近大自然的景點，向大家稍作介紹一番，若有機會闔家一同相邀去踏青，享受大自然的洗禮，相信是促進親子感情的最佳選擇：

一、 關渡自然保留區、竹圍、挖子尾紅樹林保護區：

關渡位於基隆河與淡水河的交界之處，而竹圍則是位於淡水河離出海口八公里的河畔，兩處都是世界有名、屬於國寶級植物—紅樹林樹種中的水筆仔純林的家。在這兩個地方皆孕育了多種的植物與招潮蟹、彈塗魚、鳥類、魚類、貝類等等，都是頗值得欣賞及了解的大自然的朋友。而淡水對岸八里的挖子尾自然保護區更是一處十分適合從事水筆仔生態觀察的場所，不但可以觀賞，更可以利用退潮時分下去泥灘地，實際運用五官去體驗，如：水筆仔的葉、莖、根、花、胎生苗；網紋、白扇、北方呼喚等招潮蟹覓食、打鬥、築巢時可愛的模樣；彈塗魚逗趣的造型及「緣木求魚」（利用腹鰭吸附在樹枝上）的本事，可是其他魚類所望塵莫及的特異功能唷！但是千萬要指導孩子們「除了足跡，什麼都不留；除了攝影，什麼都不取！」，不要只顧著人類自己一時的快樂，而造成生物及環境逐漸的毀滅！

二、 陽明山國家公園：

陽明山國家公園無異是我們大台北地區の後花園，它是由二十座火山組合而成，較為著名的有：七星山（最高山，標高1120公尺）、小觀音山、竹子山、大屯山、向天山、面天山等等，其中的火山地形、溫泉、植物、動物十分豐富，是一處兼具自然景觀與人文色彩的國家公園。除此之外，陽明山國家公園管理處特別精心設計了多條自然或是人工的步道，讓民眾們能夠享受大自然優美的風景及生命盎然的自然律動，如：七星山主峰東峰步道、大屯山及二子坪間的「賞鳥賞蝶步道」、擎天崗的「魚路古道」及「大草原步道」等等都是不錯的選擇，尤其最近陽明山國家公園管理處更在十個山頭上設置拓印用的石字，完成之後還會有紀念狀呢，有志者不妨一試！另外，第二遊客中心的多媒體放映、模型、圖片資料展示、實物展覽也值得一看。

大自然的美與媚，充滿在我們生活周遭，是需要您細細品嚐，無論是一花一草，一鳥一蟲都是令人十分賞心悅目。除了以上介紹的景點以外，另外鄰近淡水的麟山鼻的海濱植物地形觀察及石門、金山、野柳特殊的海蝕地形景觀都是很好的去處。

就讓我們一起與大自然為友，以大自然為師。別忘了，有空的時候，帶著全家人一起去親近它、愛護它，神奇的它可是從來不會令人失望的唷！





親子加國遊學記

家長 沈惠蘭女士

公元二千年的暑假，我帶著大兒子到加拿大遊學兩個月，當做是他國小畢業的禮物，也是我個人中年學習的發軔。從六月二十九日出發，到八月二十九日抵達家門，整整兩個月，我們母子各自為生命寫下難忘的回憶，彼此也共同經歷一段成長的經驗。

我們摒棄參加一般制式的遊學團的方式，決定自己找學校，安排住宿。所以從三月份開始即上網找學校，並透過電子郵件表達我們的需要。這已是學習的開始，我們必須查字典，弄懂郵件中的英文和網站當中的資料，我和兒子的合作方式是：我隨時告訴他找到的資料及回函的內容，請他與我共同討論，並徵詢他的意見，最後並共同做決定，確定註冊的學校，並完成申請及線上註冊的手續。

這段準備約花費兩個多月，我們內心其實都有很多的害怕和擔心，因為我倆都沒出過國，第一次出國就單飛而且自助，旅途中有多少未知，都必須自己去面對，害怕不安的心情可想而知。但是我告訴兒子：我們可以互相扶持，旅遊中我們是伙伴，互相幫助。我們盡力蒐集資料，盡力事前聯繫，其他的就且戰且走了。

六月三十日飛抵加東的Halifax，此城饒富風格，也因鐵達尼號在其附近沉船而聲名大噪，每年觀光客絡繹不絕。不過她沒有渥太華或蒙特婁般的政治號召，所以是一個寧靜而人口稀少的小鎮，我們選擇在此遊學，主要就是著眼於城市之美及華人稀少。

我們在此間的語言學校上課，我加入一般年輕人的課程，兒子則由學校特定安排一位來台任教過的老師教他，以一對一的方式進行，課程內容由申請之後的契約來設計，幾乎是依所訂契約而量身設計(該校因屬新開發台灣市場，所以願意做這樣的安排，這也是自己找的好處。)上午有三小時的英語課，下午則由老師帶他到城市圖書館、美術館、古蹟、公園等作city tour，課程內容蠻多且有趣。

下午三點左右就放學，距離天黑還有六、七個小時，母子兩人就會攤開地圖，研究如何搭公車，把城市附近的有名據點，一個個地玩遍，這當中曾有許多錯誤或迷路的經驗，但我們都在互相合作、彼此支持的情況下度過，遇有狀況時，我都理性的穩住情緒，與兒子共度難關。

每天玩累了，我們都會回到住宿的接待家庭(homestay)，這一對夫妻，男主人是牧師，女主人在餐廳打工，育有一位十三歲的兒子(John)，養了一隻寵物一貓。他們都很謙和客氣，儘量照顧我們的吃、住，早餐自行從冰箱取食各類食物，中餐女主人會為我們準備三明治之類的冷食，晚餐則較豐富，多半一起用餐，若我們在外遊玩未準時回家，她也會為我們留下食物。

晚餐時候，我們會天南地北地聊，為了談話順利，我多半會在搭公車的時刻，趕快想今晚聊些什麼，遇到不會表達的字，趕快查字典，回到家，談話就比較順利了，兒子個性內向，再加上英文尚不靈光，他多半有問才答，Home爸，Home媽也盡量找話題問他，表達得不多，但卻“聽”得很多！

每週上四天半的話，我們會利用二天半不上學的日子到遠一點的地方去旅遊，有時候homestay的夫妻會為我們安排，有時候我們自己自助去，又“遊”又“學”，日子過的又充實又快樂。二個月一下子就過去了。

回來之後，很多人問我有什麼收穫？我多半回答：兒子恢復許多自信心，而我真正體會到加國的生活，這是我們最大的收穫。當然更重要的是：我們母子在此次遊學中心靈的共同成長，彼此的心更貼近，我真正參與兒子青春期的成長。

換一個國家住，深入一個國家的生活方式、文化內涵，能真正幫助我和兒子建立國際觀，儘管首次的自助遊學有辛苦地籌備過程，二個月下來也經歷了許多始料未及的問題，但我們都覺得很寶貴！畢竟，經驗無價！

僅以此文紀念我和我兒子公元二千年的加國自助遊學，也提供一些資料給有興趣親子遊學的家長。

「親子之旅」——陽明山生態之旅。



譚士高美滿小姐指導學生正確的刷牙方式。



聘請回國專家譚世高先生來校進行生命教育演講。



新興國小九十年度暑期學生返校打掃時間

日期	返校班級
7月02日(一)	301
7月04日(三)	302
7月06日(五)	303
7月09日(一)	304
7月11日(三)	305
7月13日(五)	306
7月16日(一)	307
7月18日(三)	308
7月20日(五)	309
7月23日(一)	401
7月25日(三)	402
7月27日(五)	403
7月30日(一)	404
8月02日(四)	405
8月06日(一)	406
8月09日(四)	407
8月13日(一)	408
8月15日(三)	409
8月17日(五)	501
8月20日(一)	502
8月22日(三)	503
8月24日(五)	504
8月27日(一)	505
8月29日(三)	506
8月31日(五)	507

※註：返校時間為上午9點至11時
集合地點為觀海樓穿堂。



九年一貫課程專題搶鮮系列報導（四）

九年一貫課程迎春曲

我們共同進行一項～
跨世紀的教育改革希望工程

教務主任

黃明哲

(一)計畫總目標

- 1.發展學童多元智慧，增進個人潛能開發
- 2.結合學童生活經驗，促進基本能力學習
- 3.統整學習領域課程，進行系統主題教學
- 4.增進教師專業對話，形塑協同合作氣氛
- 5.研發學校中心課程，發展學校既有特色
- 6.導引社區參與互動，促進學校教育革新

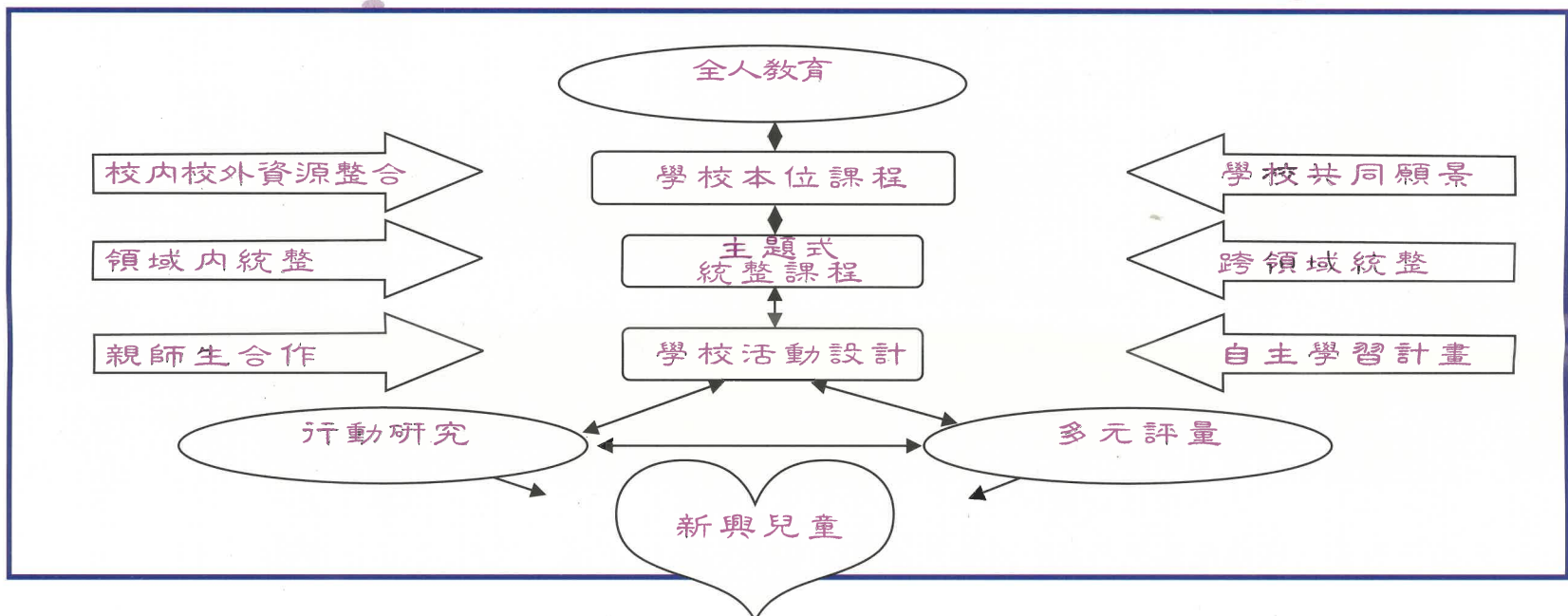
(二)學校願景

1.新興行政作為

新氣象 --- 新校 新人 新物 新氣象 --- 歡迎光臨
新觀念 --- 新潮 新穎 新思 新觀念 --- 品質第一
新作為 --- 新情 新理 新法 新作為 --- 顧客至上
新社區 --- 新興 新學 新民 新社區 --- 敬請指教

2.新興兒童圖象

喜歡飛翔的，我們就給他一雙翅膀
喜歡畫畫的，我們就給他一枝彩筆
喜歡幻想的，我們就給他一片天空
喜歡跳舞的，我們就給他一對舞鞋



~家長會業務報告~

總務主任

馬香

一、家長會愛心捐款徵信錄

(自民國90年4月20日~90年5月25日)

收入編號	姓名	金額	收入編號	姓名	金額
144	蘇明玉	5,000	更正：增登原編號		
145	錢凡之	5,000	66	許文勇	1,000
146	歐興隆	2,000	69	潘嘑陵	3,000
147	潘嘑陵	5,000		陳弘肇	25,000
148	周晉雄	10,000		范振聲	5,000
149	郭明玲	3,000		張天祥	600
150	李建國	3,000		呂子輝	5,000
	無名氏	6,000	原郭明玲5,000，2,000誤植，取消		
151	陳弘肇	教職員工運動服布料約5,000			

二、感謝

◎淡水鎮代表會配合款補助

(一)張文陞代表

- 1.學校改善教學環境—100,000
- 2.六年級畢業週活動—50,000
- 3.十週年校慶刊物印刷—95,000
- 4.網球活動—30,000

(二)呂良溢代表

- 1.飲水改善—50,000
- 2.電話系統改善—50,000

◎李文德議員

爭取補助款贊助學校運動會活動經費50,000

◎家長會支援

- 1.本校6月12日「音樂饗宴」活動燈光音響經費。
- 2.期末學生學藝競賽表現優良學生獎品。
- 3.期末謝師宴活動，訂於90年6月27日下午，由家長會辦理。

(三)吳明修代表

- 1.親師橋刊物印刷—30,000

(四)王木己代表

- 1.改善教學環境—50,000
- 2.電話系統改善—50,000

(五)喬林如明代表

- 1.電視設備—50,000

(六)莊根公代表

- 1.親師橋刊物—50,000