

# 陽明山之光

發行單位：臺北市陽明山國小  
發行人：范如君  
總編群：林浩平、李哲文、林淑嬉、蔡侑欣  
發行日期：112年1月17日 電話：(02)2861-6366



## 陽明山國小的素養導向教學， 我們可以看得到

教務主任／李哲文

12月24日學校剛完成小秀才才藝發表暨領域闖關園遊會活動，在這個活動中有三個重要的指標，第一是小秀才才藝發表為個人或團體主動報名並經審查通過後方能上臺表演，完成表演後即能取得小秀才證書，這是學校維持教育111之精神，落實學生一生一專長政策；第二是領域闖關活動由所有老師依各領域教學分別設計情境問題讓學生可以個人或是團隊合作模式完成任務，也算是全校性多元評量活動之一；第三是園遊會部分，則是充分展現親師合作的最佳見證。在這裡，我們可以看到同學們優異的表現，真實呈現努力學習的成果。

12月3日我們的六年級同學實際到建國花市販售自己所做的山藥料理，同學們從開始種山藥、認識山藥、照顧山藥、學習山藥料理製作並學習擔任解說角色，最後在建國花市與顧客真實互動，可以看到同學們真的很自然且大方地和客人對話，期間還真遇到客人詢問料理製作過程，而同學也能詳細解說，讓客人得到滿意答案，當然也賣出不少產品，又增加了些畢業基金，又讓我們看到同學們的學習成果了。

年底期間，教務處陸續收到學校幾個學生學習的專案成果審查成績，小田園和綠屋頂榮獲特優獎，駐校藝術家和傳統藝術榮獲優等獎，參與這些活動可都是需要長期投入學習，而且要學會很多技巧才行，最後還要看到學生的表現成果才能評定，能讓評審委員見識到同學優異的表現，進而肯定我們陽明山國小，就證明老師們的素養導向教學是有效的，同學們透過情境引導與親自體驗與操作學習，是真的會有幫助。接下來，我們就朝這方向繼續努力了，同學們加油！





## 人生

陳家宇

人生就像一場馬拉松  
起點是出生  
終點是死亡  
慢慢走  
就算  
途中遇到困難  
也要  
想辦法解決  
樂觀面對

## 四季

劉又瑄

春天  
有漂亮的花朵  
夏天  
有暖和的天氣  
小動物都甦醒了  
秋天  
是冰淇淋的季節  
冬天  
有綠油油的草地和大樹

皮  
夏天  
天上一閃一閃的星星  
秋天  
樹枯了  
冬天  
葉落了  
春天  
只有梅花還開著  
夏天  
涼爽的電扇上  
秋天  
葉子一天一天衰老  
冬天  
動物忙著收集食物  
四季  
真神奇

陳星愷

鐘聲

石宜樺

葉子  
是蜜蜂的早餐  
花  
沒有早餐

皮  
夏天  
天上一閃一閃的星星  
秋天  
樹枯了  
冬天  
葉落了  
春天  
只有梅花還開著  
夏天  
涼爽的電扇上  
秋天  
葉子一天一天衰老  
冬天  
動物忙著收集食物  
四季  
真神奇

童  
詩  
童  
與

人生就像一場馬拉松  
起點是出生  
終點是死亡  
慢慢走  
就算  
途中遇到困難  
也要  
想辦法解決  
樂觀面對

## 下課時

陳韋彤

下課時  
同學像老虎一樣  
飛奔出教室  
下課時  
同學像獅子一樣  
匆忙忙地跑出教室  
教室一個人人都沒有  
只剩老師  
因為

## 下雨了

曹聖一

雨嘩啦嘩啦地下  
花草獲得新生  
大地充滿生機  
雨嘩啦嘩啦地下  
柔軟的手指  
彈著夜琴  
雨嘩啦嘩啦地下  
就出現非常大的面紗  
讓我看不清楚前面的路

## 四季

吳政恩

春天  
下在平地  
有時  
在陽明山  
夏天  
有時  
在陽明山  
秋天  
下在平地  
有時  
在陽明山  
冬天  
下在平地  
有時  
在陽明山

## 下課

吳定怡

下課時  
大家像兔子一樣  
匆忙忙的  
跑出教室  
下課時  
大家像飛奔的老虎  
衝出教室  
下課時  
大家像不受控的馬  
狂奔出教室  
迷人的遊戲場

## 哥哥

李晨

春天  
當我跟哥哥玩的時候  
哥哥像一隻貓咪一樣  
溫柔  
當我生病的時候  
哥哥不分日夜的  
照顧我  
當我哭泣的時候  
哥哥不停的  
安慰我  
謝謝哥哥  
一直在我身邊

## 四季

葉星妍

春天  
就像溫暖的貓咪一樣  
夏天  
就像很熱的太陽一樣  
秋天  
就像一台電風扇一樣  
冬天  
就像冰塊一樣  
我覺得  
四季好奇妙  
一下冰冰冷冷的  
一下熱呼呼的  
真有趣

## 早餐

陳姪溱

葉子  
是毛毛蟲的早餐  
花  
沒有早餐

皮  
夏天  
天上一閃一閃的星星  
秋天  
樹枯了  
冬天  
葉落了  
春天  
只有梅花還開著  
夏天  
涼爽的電扇上  
秋天  
葉子一天一天衰老  
冬天  
動物忙著收集食物  
四季  
真神奇

童  
詩  
童  
與

人生就像一場馬拉松  
起點是出生  
終點是死亡  
慢慢走  
就算  
途中遇到困難  
也要  
想辦法解決  
樂觀面對

## 下課時

陳韋彤

下課時  
同學像老虎一樣  
飛奔出教室  
下課時  
同學像獅子一樣  
匆忙忙地跑出教室  
教室一個人人都沒有  
只剩老師  
因為

## 下雨了

曹聖一

雨嘩啦嘩啦地下  
花草獲得新生  
大地充滿生機  
雨嘩啦嘩啦地下  
柔軟的手指  
彈著夜琴  
雨嘩啦嘩啦地下  
就出現非常大的面紗  
讓我看不清楚前面的路

## 四季

吳政恩

春天  
下在平地  
有時  
在陽明山  
夏天  
有時  
在陽明山  
秋天  
下在平地  
有時  
在陽明山  
冬天  
下在平地  
有時  
在陽明山

## 下課

吳定怡

下課時  
大家像兔子一樣  
匆忙忙的  
跑出教室  
下課時  
大家像飛奔的老虎  
衝出教室  
下課時  
大家像不受控的馬  
狂奔出教室  
迷人的遊戲場

## 哥哥

李晨

春天  
當我跟哥哥玩的時候  
哥哥像一隻貓咪一樣  
溫柔  
當我生病的時候  
哥哥不分日夜的  
照顧我  
當我哭泣的時候  
哥哥不停的  
安慰我  
謝謝哥哥  
一直在我身邊

## 四季

葉星妍

春天  
就像溫暖的貓咪一樣  
夏天  
就像很熱的太陽一樣  
秋天  
就像一台電風扇一樣  
冬天  
就像冰塊一樣  
我覺得  
四季好奇妙  
一下冰冰冷冷的  
一下熱呼呼的  
真有趣

# 榮譽榜 ~ 校園花絮

## 111學年度北區國小運動會得獎名單

賀!

女生乙組【4x200公尺接力】榮獲第八名

六忠 張苡恩、林芷嫻 五忠 李婕榆、葉珮妤



### 開闊園遊會



### 北區運動會



### 消防體驗



### 朝會

親職教育～

# 親子關係的雙重打擊

## 當孩子出現網路成癮與對立反抗

by 王意中臨床心理師

在兒童青少年心理諮詢與治療工作上，常常會面臨有兩類型的孩子沒有病識感。一是網路成癮，一是對立反抗。尷尬的是，這兩類孩子都與親子關係和教養產生高度的連動性。

我常常說孩子網路成癮，反映的是親子關係的問題。我們這麼來看，3C、孩子和父母就像是三角形。孩子想要，父母不給，但孩子吵，孩子鬧，最後3C就往孩子這邊靠。父母再怎麼要求、孩子不買單就是不買單，父母妥協了。孩子把父母的話當作耳邊風，使用3C往往逾時。想玩多久，全憑自己來決定。這時，你會發現網路成癮的孩子，很明顯的，老早就伴隨對立反抗了。

面對網路成癮，當我們仔細探究原因，這時父母的教養態度是不容被忽視的。孩子網路成癮，正反映親子關係已經壞了好長一段時間。我們必須重新來檢視自己與孩子的關係。是否自己總是容易妥協，總是下達無效的指令。對自己來說，平時我不囉嗦，但當我真的要開口，我必須先說服自己，這樣的要求是否合情合理。同時，當要求下去，除非孩子可以說服我，否則一切就得要堅持下去。

當孩子沒有病識感，正反映著孩子並不覺得自己長時間使用網路、手機、平板、電腦等，無論是造成自己在態度、情緒、作息、學業表現以及對週遭事物的漠視，或造成近視或姿勢的不良。孩子不認為自己有什麼問題，當然也不需要改變。而對立反抗孩子也不會有想要改變的動機。

為什麼我要改變？當我生氣，易怒，大人就得按照我的意思來做，樂而不為。對於孩子網路成癮，爸媽很無力的是，自己很希望孩子可以尋求協助。然而因為缺乏病識感，也讓這些孩子抗拒接受協助。我們不能期待這些孩子來按鈴求助，「媽媽，救救我！爸爸，救救我！」頂多我們可能聽到孩子說，「媽媽，WiFi能不能借一下？爸爸，行動電源能不能借一下？」

正在閱讀這篇文章的你，請仔細的解析自己與孩子的關係。別輕忽平時良好關係的建立，以及必要的堅持，和下達指令的有效性。

讓孩子知道「**你有多自律，就有多自由。**」同時，讓彼此之間說服對方，而不是情緒勒索。**少了對立反抗，讓孩子在3C使用上，有了自律。這時，就可以預防孩子不至於掉進網路成癮的陷阱裡。**



文章出自王意中臨床心理師部落格：<https://blog.xuite.net/atozwyc/blog/590578687>

