



財團法人普仁青年關懷基金會

『大手拉小手』青少年引導計畫  
舞動原風-原住民舞蹈社成果冊



申請單位：桃園市立大崗國中

單位主管：徐如君校長

電話：03-280888#110

計畫主持人：吳子毅

電話：03-280888#310

主要參與人員：林育瑾、溫義弘、吳家錦

中華民國 112 年 1 月 31 日

贊助單位：蕭文雄先生

## 目錄

壹、	致謝詞	P. 3
貳、	執行計畫摘要	P. 7
參、	過去執行成果	P. 10
肆、	學校基本資料	P. 13
伍、	社團基本資料	P. 16
陸、	辦理概況	P. 19
柒、	學生自評統計表	P. 20
捌、	學校執行成效自評量表（期末）	P. 26
玖、	111 年度活動照片與獎狀	P. 29
壹拾、	學生心得日誌	P. 48

## 壹、致謝詞

給敬愛的蕭文雄先生與普仁基金會

時間過的真快，轉眼國中生活已過去兩年多，即將結束，回想當初如果沒有蕭先生您的大力資助，我的國中生生活無法過得如此充實和精彩。

我生活在普通原住民的家庭裡，父母都是原住民，他們其實沒有到很在乎我的成績，他們希望我在學校過得快樂就好，並沒有要求太多，但他們管的越少，我對自己就會越嚴格。父母也同意我的作為，偶爾也會關心一下我的作息時間，怕我讀書讀太晚，我得感謝他們，至少他們不會一昧的覺得成績就是一切。上課時的專注，放學後在家時的複習，考前寫的筆記，都會轉為我的分數，這一點點的付出就足以讓我的成績往前一步，希望我能一直保持這個習慣。

人不能嘴上說著目標，而沒有付出行動，不然這一切都只是幻想。而這個正是蕭文雄先生您去年來我們學校教給我的觀念，您分享自身經歷讓我們大家更能了解發憤念書的重要性，也許，並非每個人都擅長讀書升學，但是現在我們的身分就是學生，本分就是念書，當然，我也了解學歷不是唯一翻轉人生的機會，但卻是一個很好的方法。要隨時充實好自己，讓自己準備好，才能把握隨時到來的機會。

感謝蕭先生和基金會的幫忙，祝你們事事順遂

905 陳○晴敬上



T0：敬愛的蕭文雄先生與普仁基金會

因為我沒有在外面補習，所以我就更為專注在學校的學習，畢竟少了補習班的幫助，我只能盡量弄懂學校老師教的東西，雖然壓力比較大，但可以減輕父母經濟負擔，也能提升自己學習的效率，還好考前都有兩個多禮拜的社團加強班，讓我有機會在考前搞懂自己還不會的部分，尤其是我比較不擅長的數學和理化，再次感謝您提供經費讓我有考前加強班可以參加，您提供的段考獎學金更是我每次進步的動力之一，我幾乎每次都有拿到喔，如果沒有您的幫助，我不可能有機會體會到學校課後的教學資源，優良的學習環境。我不曾忘記學習機會的來之不易，認真勤奮，也取得了不錯的成績，我還積極參加一些志願者活動，儘自己綿薄之力，幫助那些需要幫助的人。

在學校裡固然學到了很多，但蕭文雄先生你教給我的為人處世哲學更精深，我須用一生去學習、踐行：希望有一天也能像您一樣有能力回饋社會！

祝蕭文雄先生：身體健康，閤家歡樂，事業越做越大！

再道一聲感謝，謝謝您無私付出

903 張○君 敬上



給蕭文雄先生和普仁基金會

這是我第二年參加原舞社了，和其他社團不同，原舞社給我一種家的感覺，不只社團時間再一起訓練，一起準備比賽、表演，考前晚上也一起讀書，雖然我學習得比較慢，但老師還是很有耐心的一題一題教我們，在這裡我也比較敢問問題，成績進步不快，但至少沒有退步，對我而言，影響我念書效率的最大敵人就是手機，常常會不自覺拿出來玩，不知不覺，玩一玩半小時就過去了，所以在考前自習班的時候，老師也會保管我們手機，真的可以提升寫功課和讀書的效率。謝謝蕭伯伯和基金會提供資源讓我們可以放學後在學校加強和自習，希望明年9年級的成績可以進步更多，才能考到好學校，不辜負大家的幫忙和期望。

807 陳○妍 敬上



給敬愛的蕭文雄先生和普仁基金會

我是七年級的新社員，會加入原舞社是因為我哥哥是去年大崗國中畢業，他國中三年的時間也是在原舞社，以前常常聽他分享原舞社的點點滴滴，也常常叫我以後上國中，記得也要加入原舞社，因為原舞社的老師對我們很好，也有很豐富的資源，可以學族語、舞蹈、讀書，還有獎學金可以領，加入後，才發現這些福利和資源原來都是來自蕭先生您的無私奉獻，真的非常感恩，還好有您，謝謝！

708 胡○麒 敬上



## 貳、執行計畫摘要

### 一、計畫概念：

緣起十二年國教多元學習的核心概念，不在只是侷限於課本內的知識，擺脫了以往只重學業成績而忽略掉學習弱勢的孩子。改向塑造多元發展的全人教育，更重要藉由找到自己的長處發展出自己的興趣與優點，進而培養出正向積極的人生觀。從南投的王政忠教師，感動了無數教育工作者，偏遠地方的孩子，不再成為升學主義掛帥下的犧牲品，只要找到自己的地位，自然就能尋到自己的價值。

### 二、計畫內容概要：

本校位於桃園市龜山區大坪頂地區，原為產茶重地，附近也多为工業區所圍繞。因此就整個學區人口多为藍領基層的工人家庭或是中低收入的原住民家庭。歷屆以來，本校原住民學生人口數比例偏高。社經地位的低弱，導至父母家庭經常忙於工作而疏忽了對孩子的照顧與管教，而家庭教育的失衡往往是造成高關懷學生的原因。在地理位置與社區發展等劣勢環境中，藉由學校及社區文化的結合，構想出學校特色的本位社團計畫。

本校因位於林口、龜山交接地區，每年新生報到率約6成，高社經背景及關注教育之家長多把子弟送往台北市及林口地區就學，因之教育局亦特別重視本校發展，每年亦補助縮短校際落差之社團發展經費。本校原舞社在普仁基金會補助發展下，學生凝聚力強，學習有重心，課業逐年進步，團員亦擔任學校多項校級幹部，其發展已見成效。

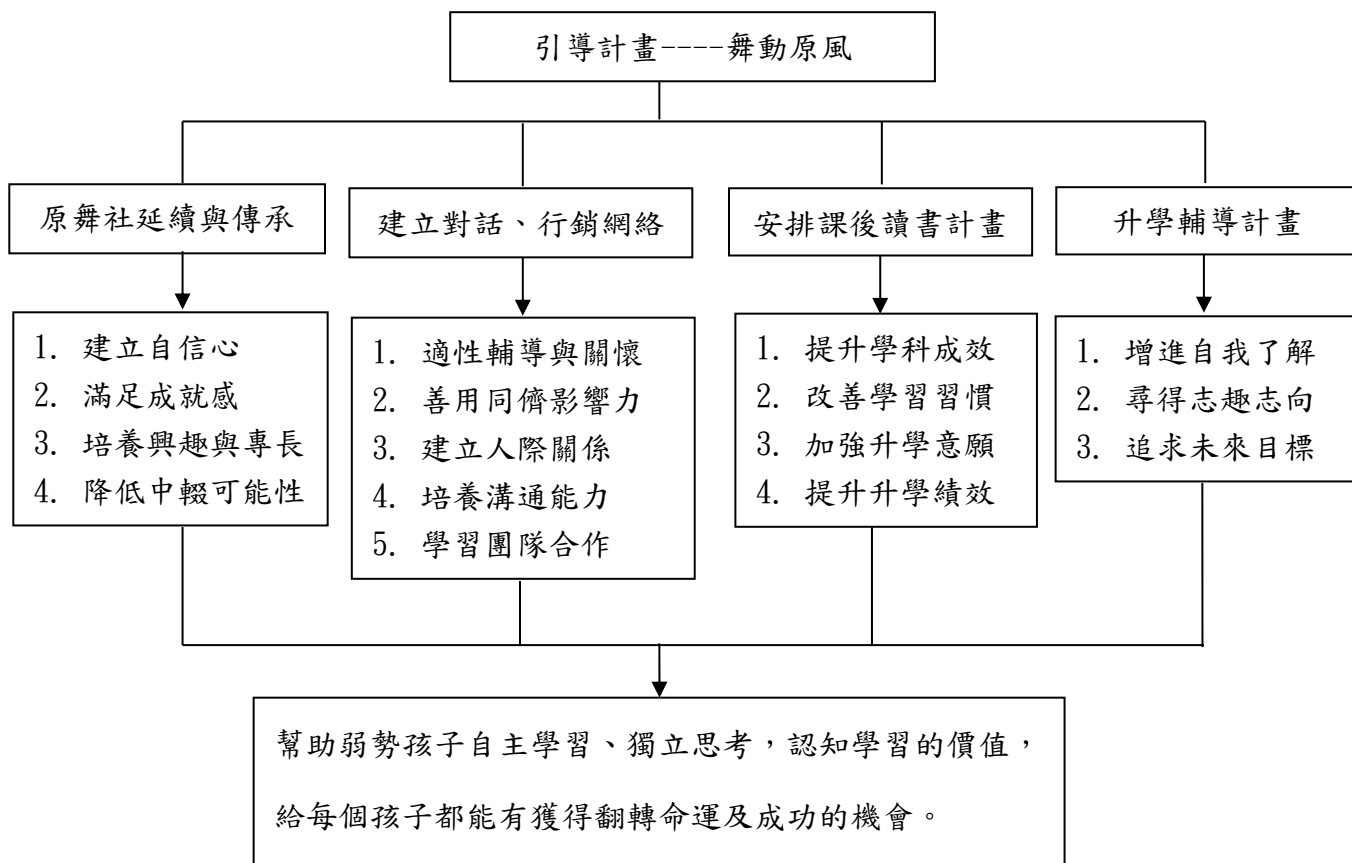
### 三、計畫動機與目的：

本校弱勢家庭比例高達約四成，而其中原住民身分、單親、清寒家庭等成因又居於大宗，如何帶領這群弱勢孩子重新站起是本校辦學的重大挑戰。盧蘇偉老師曾說：每個孩子都是獨一無二的個體，每個孩子都有其獨特價值的地方。成就每一位孩子，乃教育工作者的使命與職責。如何能在滿足孩子們求學的基本條件後，再給予一個更寬廣的發展空間，藉以深化孩子的自信心，進而肯定自己、實現自己，甚至讓一群可能因缺乏家庭、社會感情關注的青少年，感受到溫暖與關懷，是本校一直努力追求的目標。針對校內高關懷學生構思一項多元且具樂趣的學習方案——藉由傳承原住民的舞蹈與文化，深入了解自身意義與價值，進而為這些需要特別關懷的學生開拓其生命中的另一扇窗。

本計畫的目的，在於

1. 協助建立自信心，肯定自我價值。
2. 開啟潛能與學習興趣，幫助其適性發展
3. 加強自我導引學習，實現成長夢想。

#### 四、計畫具體內容:



具體內容為:

##### 1. 原舞社延續與傳承：

延續六年來，學長學姊所傳承下來的文化，一份屬於原住民自己的文化，進而認識自己、認同自己與尊重自己。並能藉由表演、比賽的過程，建立自信，積極發展自身興趣，找到屬於自己的一片天空。

##### 2. 建立對話及行銷網絡：

建立一個教練與師長能看得見的官方網路聯絡平台，提供多元資訊與提醒，鼓勵孩子參與，凝聚彼此感情和向心力，真正實踐「大手拉小手」之精神。

##### 3. 安排段考前課後讀書班：讓原舞社的孩子能養成靜心讀書的習慣，期待提



升學業，培養成就感。

4. 升學輔導部分，近年來隨著新課綱的推動和強調適性揚才的現今教育，相對於以前只要用功讀書考取好學校，也開始提供多元的升學管道，讓學生對於未來方向有更多不同的選擇，而學校方面，也會透過課程和活動的安排，來鼓勵學生多面向探索、嘗試，並搭配學校的心理和生涯輔導機制，幫助學生自我理解，希望能從興趣找出志趣，進而決定未來方向，才能依據不同升學目標擬訂學習和升學策略。目標是還能整合校內外的資源，提供學生各種學習資源，除了豐富其學習歷程，還能助其確認未來志向，強化其追求目標的動機。希望可以透過社團活動和校內外資源結合，幫助學生完成國中三階段：自我了解、尋得志向、追求目標，目前計畫結合長庚大學醫學系大學生志工開設課後主科複習班外、也在研擬原舞社社員參加美髮班、英語會話班，希望每一位學生都能找到發揮自我機會和方向。

### 叁、過去執行成果

#### 一、 111 學年度引導計畫學生升學狀況調查表(111.8 月調查)

學校名稱：桃園市立大崗國民中學

引導計畫名稱：

財團法人普仁青年關懷基金會「大手拉小手」青少年引導計畫

參加引導計畫學生總人數：46 人；畢業人數 17 人

考上公立人數：4 人；私立人數：13 人；就業：0 人

學生姓名	考取學校	附註
陳○蕾	羅浮高中觀光事業科	原住民
羅○萱	育達高中幼兒保育科	原住民
胡○瑜	成功工商流通管理科	原住民、清寒
陳○	啟英高中餐飲科	原住民、單親、低收
楊○阡	醒吾高中普通科	原住民、低收
林○呈	桃園高中普通科	原住民
林○霖	啟英高中美容美髮科	
曹○甄	新生醫專醫療保健科	
吳○臻	成功工商流通科	原住民、低收
林○羽	醒吾高中時尚造型	
林○庭	北科附工畜產保健科	
許○嫻	泰山高中普通科	外配子女
陳○好	啟英高中表藝科	原住民、清寒
李○好	莊敬高職美容科	
徐○晴	林口高中普通科	單親、低收
陳○竹	仁德醫專復健科	
蔡○蓁	振聲高中振聲高中	原住民、單親

## 二、 本校原住民舞蹈社近五年獲獎紀錄

時間	比賽	組別	結果
111年11月	<b>NEW</b> 桃園市110學年度學生舞蹈比賽	國中B民俗舞乙組	<b>優等</b> 晉級全國賽
111年3月	<b>NEW</b> 110學年度全國學生舞蹈比賽	國中B民俗舞乙組	<b>全國 優等</b>
110年11月	桃園市110學年度學生舞蹈比賽	國中B民俗舞乙組	<b>優等第一名</b> 晉級全國賽
110年11月	桃園市110原住民族語戲劇競賽	學生組	<b>優等</b>
109年12月	桃園市109原住民族語戲劇競賽	學生組	<b>全市第一名</b> 晉級全國賽
109年11月	桃園市109學年度學生舞蹈比賽	國中B民俗舞乙組	<b>優等第一名</b> 晉級全國賽
108年11月	桃園市108學年度學生舞蹈比賽	國中B民俗舞乙組	<b>優等第一名</b> 晉級全國賽
108年11月	108學年度全國語文競賽	排灣族語朗讀	<b>全國 特優</b>
108年10月	桃園市108學年度語文競賽	排灣族語朗讀	<b>全市 第一名</b>
		阿美族語朗讀	<b>全市 第二名</b>
108年3月	107學年度全國學生舞蹈比賽	國中B民俗舞團體乙組	<b>全國 優等</b>
107年11月	桃園市107學年度學生舞蹈比賽	國中B民俗舞乙組	<b>優等第一名</b> 晉級全國賽
107年3月	106學年度全國學生舞蹈比賽	國中B民俗舞團體乙組	全國 優等
106年11月	桃園市106學年度學生舞蹈比賽	國中B民俗舞乙組	<b>特優第一名</b> 晉級全國賽
106年3月	106年全國原住民族運動會	傳統舞蹈青少年組	<b>全國第六名</b>
106年3月	105學年度全國學生舞蹈比賽	國中B民俗舞團體乙組	<b>全國 優等</b>

### 三、 本校原住民舞蹈社近五年表演活動

時間	內容	地點
111 年 12 月	 大崗國中 50 周年校慶原舞社表演	桃園
111 年 8 月	 文化里父親節活動表演	桃園
111 年 6 月	 桃園獅子會會議活動開場表演	桃園
111 年 5 月	 蘆竹區五福宮 360 年宮慶開場舞表演	桃園
110 年 12 月	 桃園原住民聯合成果展	桃園
110 年 11 月	大崗國中校慶原舞社表演	桃園
110 年 12 月	110 年桃園市義勇刑警授證典禮開幕表演	桃園
110 年 12 月	110 年楓福里市政宣導活動開幕表演	龜山
110 年 12 月	110 年桃園市原住民聯合成果展	桃園
110 年 11 月	2021 情龜楓茶米・野 Fun 音樂會	龜山
110 年 11 月	大崗國中校慶開場表演	龜山
109 年 12 月	中華民國十九屆金舵獎、旭青獎表揚大會表演	桃園
109 年 11 月	龜山創意踩街表演	龜山
109 年 11 月	桃園市資優嘉年華表演	桃園
109 年 10 月	普仁基金會 20 週年晚會表演	台北
108 年 10 月	桃園市文華國小路跑活動開幕表演	龜山
108 年 9 月	用愛回龜-大腳小腳護龜山-龜山創意踩街表演	龜山
108 年 6 月	桃園市閱讀嘉年華表演	桃園
108 年 4 月	桃園市技藝教育成果展開幕表演	桃園
107 年 6 月	台北至善扶輪社授證及交接典禮表演	台北
107 年 1 月	桃園市龜山區元旦升旗及健走活動表演	龜山
106 年 5 月	中原大學慈暉社社慶表演	桃園
106 年 5 月	松山慈惠堂母恩節踩街活動	台北

### 肆、學校基本資料表

單位名稱	桃園市立大崗國民中學		設立時間	61 年 08 月
單位屬性	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 都會區 <input checked="" type="checkbox"/> 非山非市 <input type="checkbox"/> 偏遠 <input type="checkbox"/> 特偏 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 離島			
校 長	徐如君	電 話	(03)328-0888 分機 110	
E-mail	head@dgjh.tyc.edu.tw	傳 真	(03)328-8956	
通訊地址	333 桃園市龜山區文化二路 168 號			
學校網址	http://www.dgjh.tyc.edu.tw/	FB 網址	https://reurl.cc/VaQ82R	
計畫承辦人	林育瑾	電 話	(03)328-0888 分機 311	
E-mail	lewnn@msn.com	傳 真	(03)328-8956	
全校學生 屬性概況	<p>全校學生人數 <u>906</u> 人，每班平均約 <u>24</u> 人。</p> <p>原住民 <u>67</u> 人，佔 <u>7.40</u> %</p> <p>新住民子女 <u>74</u> 人，佔 <u>8.17</u> %</p> <p>隔代教養 <u>15</u> 人，佔 <u>1.66</u> %</p> <p>單親家庭 <u>167</u> 人，佔 <u>18.43</u> %</p> <p>低收入戶 <u>39</u> 人，佔 <u>4.30</u> %</p> <p>中低收入戶 <u>21</u> 人，佔 <u>2.32</u> %</p> <p>清寒家庭 <u>78</u> 人佔 <u>8.61</u> %</p> <p>身心障礙 <u>60</u> 人，佔 <u>6.62</u> %</p> <p>身心障礙子女 <u>4</u> 人，佔 <u>0.44</u> %</p> <p>總計弱勢家庭情形高達 <u>525</u> 人，佔全校 <u>58</u> %，超過 5 成。</p>			

### 一、創校背景

本校創校於民國六十一年八月，在前鄉長李總集先生大力奔走爭取下，始獲得教育廳核准成立，定名為桃園縣立大崗國民中學。民國一〇三年十二月，桃園縣政府升格為直轄市，本校改制為桃園市立大崗國民中學。

### 二、地理位置

本校位處龜山區林口台地山坡林地上，位於桃園北端，緊鄰新北市，近林口交流道，交通便捷。與華亞科技園區、林口長庚醫院毗鄰而居，周遭更有多所大學，如：國立體育大學、警察大學、銘傳大學、長庚大學等，為人口新興地區，文教醫療發展益盛。然學校家長社經背景常出現明顯 M 型，以至於孩子在學校表現上有很大的差距

### 三、學校規模

本校位桃園市邊陲，往年因面臨新北市鄰近國中之競爭，學區內國小畢業生常跨區就讀，導致過去長年僅維持全校 15 班左右，深受減班及超額教師之威脅。

近年林口台地外來人口大量遷入，本校除竭力提升辦學績效外，尚致力推原住民舞蹈、獨輪車、龍獅戰鼓、管弦樂等多元特色社團，並設置體育專長班，招收優秀射擊、圍棋等特殊人才，終獲得地方人士與週邊家長之認同，使多數跨區就讀之學生，陸續回流至本校就讀，方有今日之班級規模。

在此，亦深深感謝普仁基金會大力扶植原舞社，本校與孩子深受其惠。

### 四、學生狀況

本校目前班級數共 35 班(含體育班 3 班，未含樂學班與資源班)，學生人數 851 人，教職員及臨聘人數 113 人。

本校原住民學生 47 位，占全校比例約 1 成，加上其他如單親、隔代教養、新住民子女、低收入戶、中低收入戶、清寒與身心障礙身分等，總計佔全校比例超過 5 成。家長社經背景出現明顯的 M 型，以至於孩子在學校學習表現上有很大差距。

本校原住民主要以阿美族學生為主，故發展原住民舞蹈社作為本校特色社

團之一。本校原舞社由前龜山鄉原住民生活協進會主席吳家錦老師指導，學生們利用社團時間及放學時間慇懃練習，長年來皆於各項舞蹈比賽得到優秀佳績，並受邀各單位進行展演。學生們於這些活動及表演中得到成就感，並學會團體生活互動，亦同時開拓視野，故學生皆樂在其中並十分團結。

近年本區內各校社團及校隊林立，故區公所所能分配予本校補助逐年縮減，且因本縣升格直轄市，龜山區公所不再加強補助本校。故尋求普仁青年關懷基金會支援，期讓本校特色社團能夠永續經營。

讓原住民舞蹈社更加茁壯，一方面是讓原住民弱勢家庭的孩子能夠參與，建立信心，培養團隊的精神；另一方面，希望傳承原住民文化，讓原住民文化得以留存並發揚光大。

### 五、發展特色

本校傳統校風和諧，平常即注重教學正常化及學生生活教育，秉持堅定教育信念及至高榮譽感與責任心，經全校師生共同努力，並獲得家長支持，依校園整體規畫、校務長期發展計畫，把握「工作一成就」概念，追求精緻化、人性化，民主化，充實軟硬體設備，改善教學環境，講求人文精神，提昇國教品質，充分發揮教育功能，培育適應二十一世紀現代化國民，展望未來，前途一片光明。

在升學主義掛帥的情況下，本校著重孩子的「多元智能展能」及「成就每個孩子」，希望藉助各種多元性質的社團，讓孩子建立信心，找到自我，進而豐富孩子的生命歷程，落實教學正常化。這些年，崗中承蒙普仁基金會鼎力支持，從草創原舞社一直到獲獎無數，六年時光，一路走來，始終點滴感恩在心，也為孩子能有不同展能的機會感到欣喜。

在普仁基金會的協助下，大崗國中原舞社即將邁入第8個年頭，一方面我們期待能讓弱勢家庭的孩子參與，建立興趣與信心，進而培養團隊精神；另一方面，亦希望孩子能學習如何長期對一事物付出用心，並從中獲取成就感與自信，對未來成長與職涯相信能有所助益。

## 伍、社團基本資料

### 一、參與社團學生名冊

編號	姓名	年級	學生身份別				家庭類型				經濟弱勢			其他 補充說明
			一般生	原住民	外配子女	身障子女	雙親	單親	失親	隔代教養	低收入戶	中低收入	清寒家庭	
1	林○慈	7		V			V							
2	陽○喬	7		V			V						V	
3	胡○麒	7		V			V						V	
4	林○妃	7		V			V							
5	楊○庭	8		V			V				V			
6	林○岑	8		V				V		V				
7	呂○孜	8		V			V							
8	蘇○心	8		V			V							
9	廖○奕	8		V			V							
10	陳○萱	8			V		V							
11	陳○妍	8		V			V							
12	劉○菲	8		V			V							
13	游○福	8				V	V							
14	柯○潔	9		V			V							
15	高○妤	9		V			V					V	身心障礙	
16	張○君	9		V				V						
17	白○瑤	9		V				V						
18	陳○晴	9		V			V					V		
19	黃○鈞	9	V				V							
20	蔡○軒	9	V				V							
21	黃○珈	9		V			V							
22	曾○雯	9		V			V							
23	黃○展	9	V				V							身心障礙
24	吳○宗	9		V			V			V				
25	林○傑	9		V			V							
26	古○如	9		V			V							
27	黃○	9		V			V							
28	劉○汶	9			V		V							



## 二、社團學生屬性概況

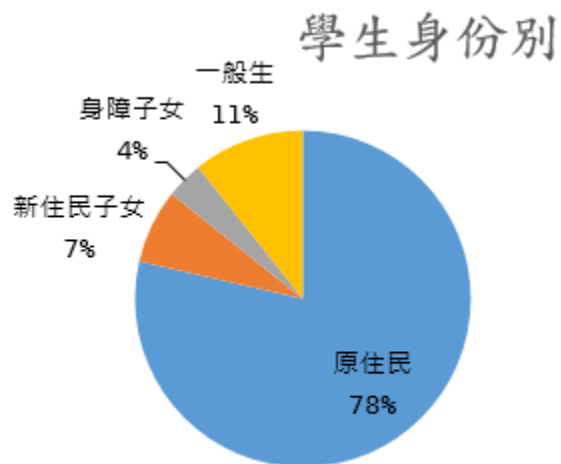
◎ 參加本引導計畫原舞社學生計 28 人：

七年級 4 人 八年級 9 人 九年級 15 人

◎ 曾中輟之慮：2 人

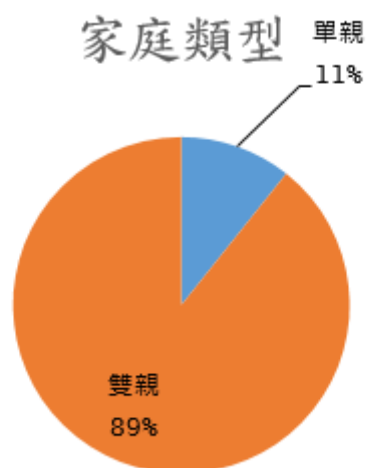
◎ 社團學生身份別：

原住民 22 人、新住民子女 2 人、身障子女 1 人、一般生 3 人



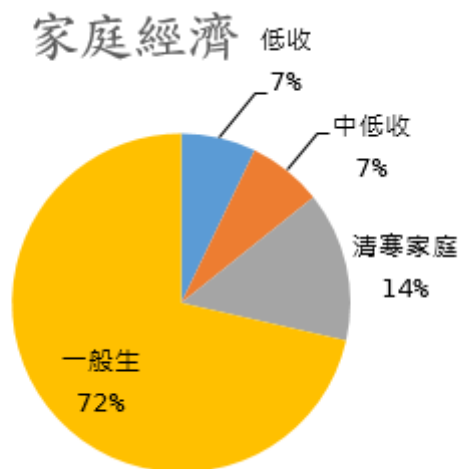
◎ 社團學生家庭類型：

單親 3 人、隔代教養 0 人、雙親 25 人



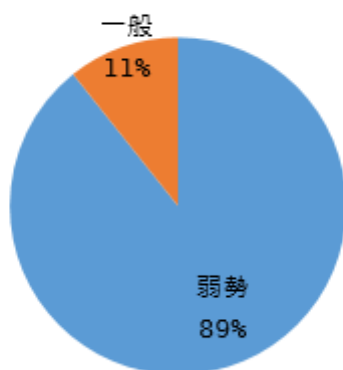
◎ 社團學生家庭經濟：

低收入戶 2 人、中低收入戶 2 人、清寒家庭 4 人、一般生 20 人



◎總計弱勢社員高達 25 人、佔社團百分之 89 %，超過 8 成，  
較去年的 83.3% 略為增加

弱勢社員比例



## 陸、辦理概況

### 一、積極參與校外比賽

本計畫執行期間共參與一次校外比賽 111 學年度桃園市學生舞蹈比賽，榮獲優等的好成績，也將代表桃園市參加明年在屏東市所舉辦的全國舞蹈決賽。原定參加全國 2022 原住民舞台劇比賽因疫情改期後與全市模擬考撞期無法參加。

透過多次參與校外比賽提供社員與他校舞蹈社團切磋學習的機會，並培養團隊合作精神，激發共存共榮的團體認同感。由學生所撰寫的心得日誌可以得知，參加校外比賽能使學生獲得成功經驗，提升自信，增加自我認同感；而比賽前的集訓，藉由學長姐與校友返校，教導學弟妹舞步以及分享生活經驗，更是凝聚了學生們的心，讓原舞社就像個大家庭，年級之間沒有隔閡，讓在原舞社的生活成為學生國中三年最難以忘懷的回憶。

### 二、參加各式活動展演

本計畫執行期間除了校內的校慶表演外，受邀參加五次校外表演如下：

時間	內容
111 年 12 月	大崗國中 50 周年校慶原舞社表演
111 年 8 月	文化里父親節活動表演
111 年 6 月	桃園獅子會會議活動開場表演
111 年 5 月	蘆竹區五福宮 360 年宮慶開場舞表演
110 年 12 月	桃園原住民聯合成果展

舞蹈比賽屢創佳績，讓原舞社廣受各界邀約表演。非常感謝邀約的單位，除了能讓學生增廣見聞、培養表演勇氣，也達到敦親睦鄰推廣原住民文化的效果。今年特別感謝普仁基金會，在疫情如此嚴峻的時刻，一樣無私支持本社團學生們的社團活動與學習，讓學生們留下相當美好的回憶。

### 三、社團課程多元化

每週二的社團時間是本社的主要練習時間，除了著眼於舞步的練習外，對於社員「人際溝通」與「團體合作」能力的養成更是格外重視，請學長姐分組教導學弟妹，讓學生在教學過程中得到成就感，也增加彼此感情。另外也安排原住民傳統服飾體驗、族語戲劇競賽、原住民傳統弓箭等課程，讓學生對原住民文化有更廣泛且深入的認識，同時也讓社團內的非原住民同學更加認識原住民文化。

### 四、安排段考前課業加強班

為了提升學生課業表現，本計畫執行期間特別開設了社團段考前自習班與加強班。本校安排數學、生物、理化等數理科師資，於段考前進行課程的複習，並邀請教師陪伴孩子靜心寫作業與看書，鼓勵孩子能主動發問，向陪讀老師請教課業。藉由提升學生讀書時數，與師長們的陪伴，都能慢慢引導孩子熟悉與瞭解到讀書的重要性，進而培養出學生們的讀書風氣與習慣。

## 柒、學生自評統計表

### 一、大崗國中-舞動原風 原住民舞蹈社 學生自評統計表

#### ★學生背景資料（可複選）

◎參加引導計畫學生總人數：28人；國一：4人；國二：9人；國三：15人

◎曾中輟之慮：2人

◎學生身份別：原住民22人、新住民子女2人、身障子女1人、一般生3人

◎學生家庭類型：雙親：25人、單親：3人、失親：0人、繼親：0人、隔代教養：0人

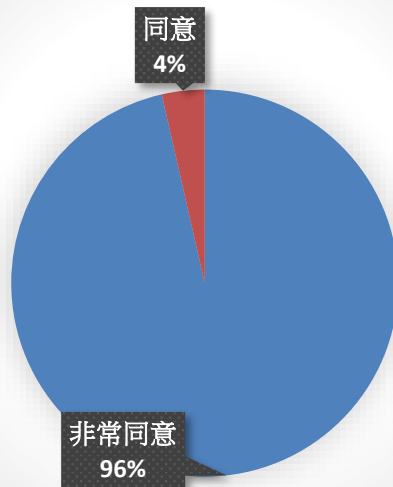
◎家庭經濟：低收入戶：2人、中低收入戶：2人、清寒家庭：4人、一般家庭20人

◎請附學生升學狀況調查表（每年8~9月調查學生升學狀況之表）

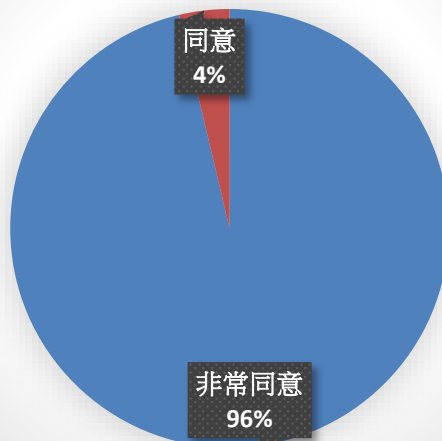
項 目	非常同意 人數	同意 人數	尚可 人數	不同意 人數	非常不 同意 人數
1. 我覺得自己多學會一項才藝。	27	1	0	0	0
2. 讓我對原住民舞蹈學習更有興趣。	26	1	1	0	0
3. 讓我有勇氣公開表演。	26	1	1	0	0
4. 讓我對自己更有自信。	25	2	1	0	0
5. 讓我學會為自己負責任。	24	1	3	0	0
6. 讓我認識更多朋友。	26	1	1	0	0
7. 不會影響我的課業。	24	2	2	0	0
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	24	2	2	0	0
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	20	5	3	0	0
10. 我喜歡參與對外的表演。	20	6	1	1	0
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	28	0	0	0	0
12. 我喜歡老師安排的課程。	20	4	4	0	0
13. 我願意參與每一次對外的表演。	19	4	2	3	0
14. 下學期我願意繼續參加。	27	1	0	0	0
合計	337	30	21	4	0

## 二、學生自評統計分析圖

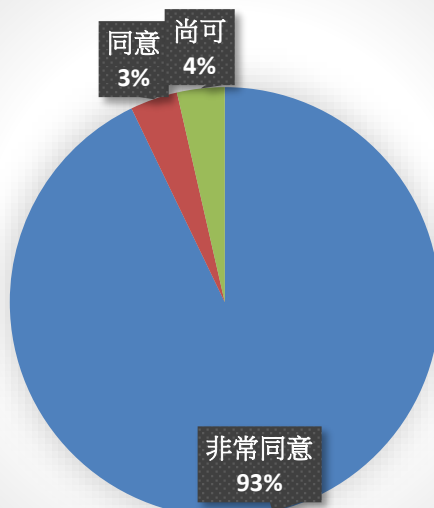
### 1.我覺得自己多學會一項才藝



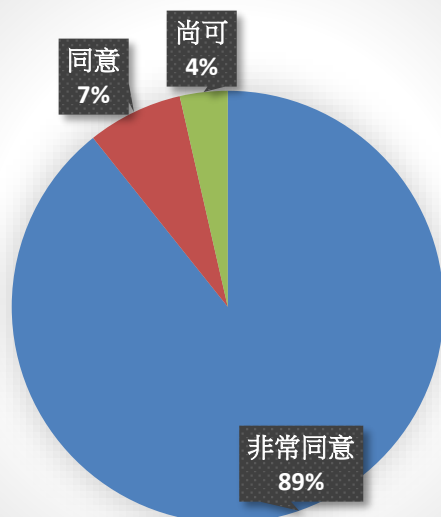
### 2.讓我對原住民舞蹈學習更有興趣



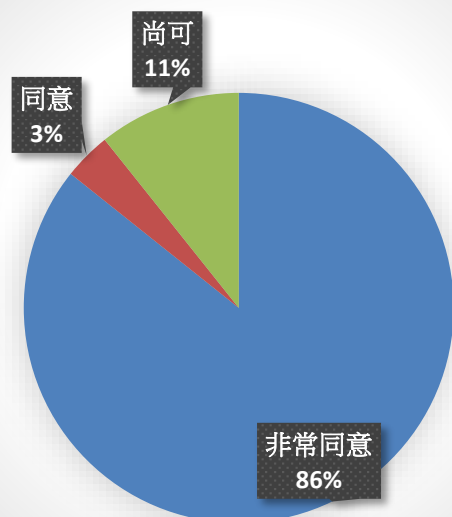
### 3.讓我有勇氣公開表演



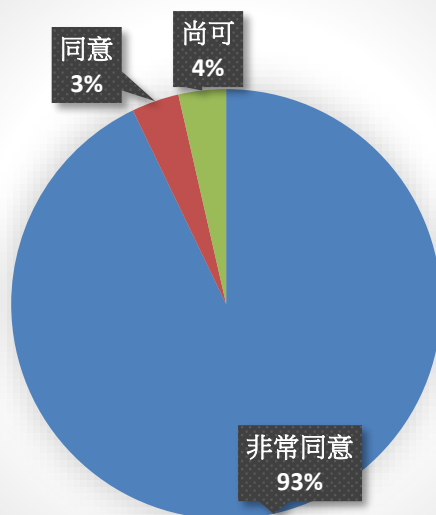
#### 4.讓我對自己更有自信



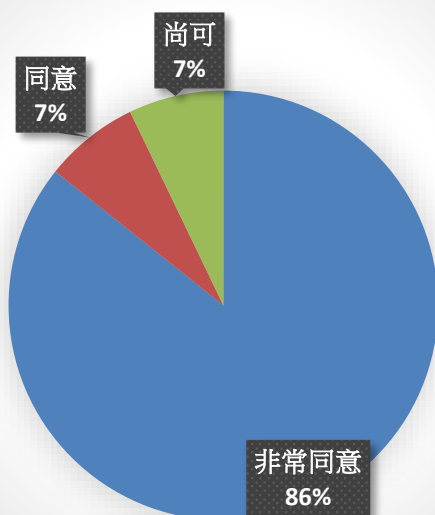
#### 5.讓我學會為自己負責任



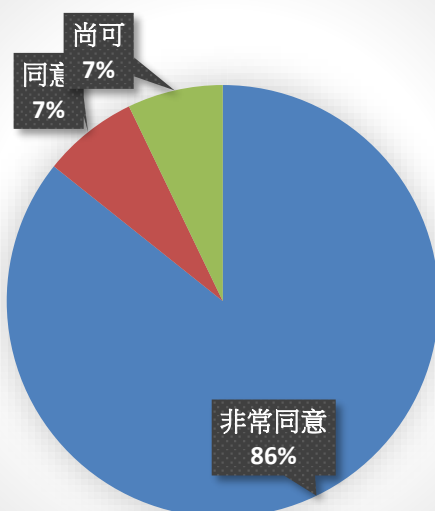
#### 6.讓我認識更多朋友



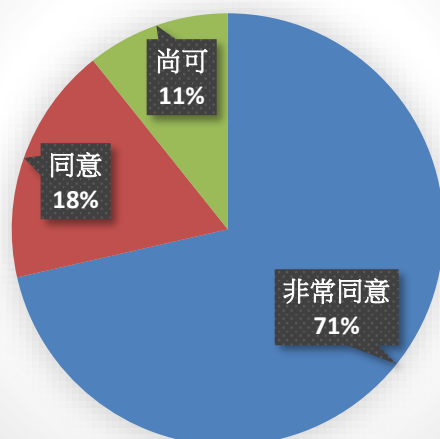
### 7.不會影響我的課業



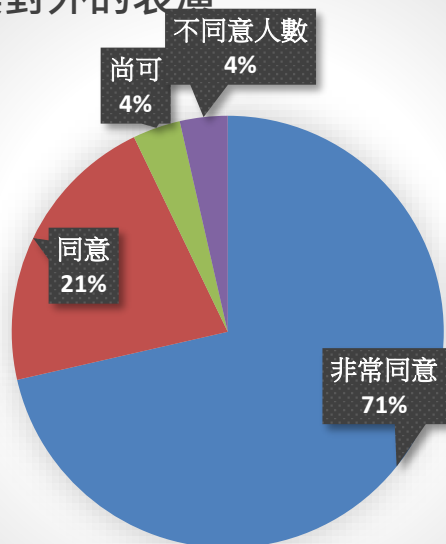
### 8.在社團中我會主動教導其他同學



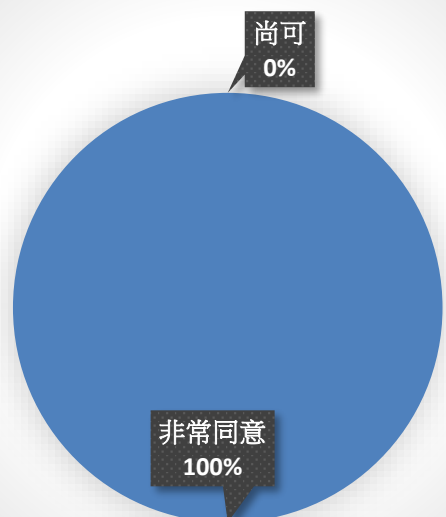
### 9.我樂於在班上跟同學分享學習的內容



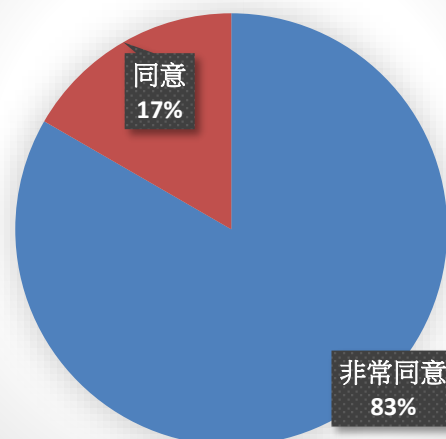
### 10.我喜歡參與對外的表演



### 11.每一次演出後我感到很有成就感

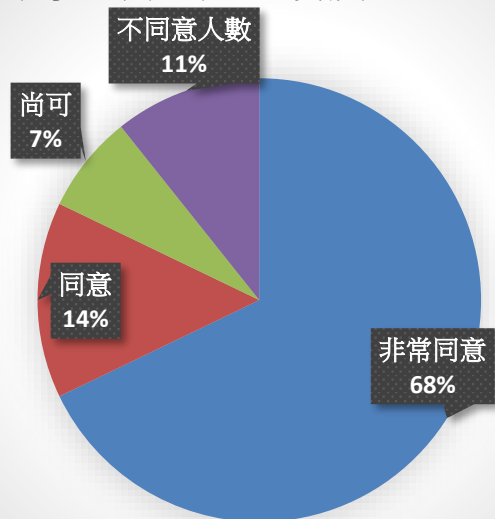


### 12.我喜歡老師安排的課程

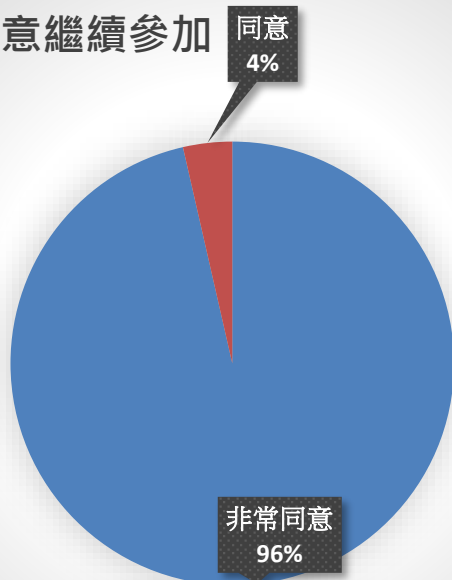




### 13.我願意參與每一次對外的表演



### 14.下學期我願意繼續參加



## 捌、學校執行成效自評量表（期末）

成效評估	量化指標	評估方法與工具	期末量化評估結果（達成率）	期中末量化評估結果說明（文字）
1. 學會原住民舞步及基礎律動	全年練習時數達到 60 小時達社團人數 80% 以上	觀察練習時數登記表與點名表	整學年練習時數總計 64 小時	重視學生確實學會舞步，對於自身文化的認識及自身文化更有認同感。而長時間的團體練習，導正學生不當生活習慣，讓社團成為學生們互相成長的大家庭。
2. 提升社團高關懷學生人數比例	高關懷學生人數占社團總人數 4 成	高關懷學生人數統計	120%	社團原住民人數 22 人佔 78%、外配子女 2 人 7%、身障子女 1 人 4%。 原民單親、隔代教養、清寒戶、外配子女、低學習成就生總計 48%
3. 減少中輟人數	本社團中輟學生人數少於 3 人	向輔導室索取中輟狀況表	100% 中輟之虞 2 人	社團加強與學生的聯繫，利用學生常用的社群溝通對話、以及段考前課輔班的陪伴，掌握學生生活型態；並與專輔教師聯繫，持續追蹤與關懷虞輟之學生。
4. 繼續升學高中職人數	九年級學生持續升學率達 80% 以上	向輔導室索取升學紀錄表	九年級升學率 100%	本社團全數社員畢業後選擇繼續升學。
5. 提升成就感與自信	全年參與校內、外演出或比賽至少 3 次達社團人數 5 成以上	表演與賽事紀錄	公開場合表演及比賽共 6 次及獲得獎金與獎狀一張。	公開場合表演以及比賽獲得佳績，提供學生專業技能的成長，讓學生未來有更多的選擇能力。

6. 提升學業成就	段考全校名次有進步達3成以上	向教務處索取成績表	本學期段考名次進步人數達67%;大幅進步20名次以上者有21%。	比較上學期段考,本學期28名在校生段考校排名進步人數共計19人。畢業生考取公立高中人數4人。藉由開設段考課輔班、增加獎學金名額,以培養社團讀書風氣,確實達成「提升進步人數」的目標。
7. 適性輔導、正向學習	每月心得能闡述自己的正向成長至少3處	觀察學生每月原舞社心得	100%	藉由每月心得的撰寫與教師輔導,加強學生的正向學習,以及文字表達能力。
8. 生活輔導-品格教育	每學期服務學習時數達6小時以上	向學務處索取服務學習時數資料	社員整學年度服務時數超過6小時者共28人,達100%。	大多數學生主動積極參與各項服務學習,顯示他們樂於從服務中獲得樂趣,建立正向服務態度。
9. 生涯輔導-能力培養 課業輔導課程	參與段考前課輔班達6成以上(不含補習者)	提供學生課輔班出席率 觀察每月心得寫作狀況	共計61%的學生參與段考前課輔班。	本學期共有17人參與段考前課輔班,另外有3人補習、1人參與學校開設的九年級夜自習。社團學生課後持續學習的比率達75%,大大提升社團學生讀書風氣。

玖、111 年度活動照片與獎狀

111 年 3 月 去屏東參加全國賽



111年3月 大家都是第一次參加全國賽



111年3月 全國賽賽邊最後練習



111年3月 全國賽正式上場



獲得全國賽 優等



因小失誤自責而泣





111年4月 蘆竹五福宮 360年宮慶

百人聯合原住民舞蹈開場表演

在舞台上帶著大家跳舞的新鮮體驗

掃描看影片



111年4月 蕭文雄先生與普仁基金會參訪



111年5月 擔任反毒活動表演嘉賓



111年6月 受邀擔任表演嘉賓



111年8月 文化里父親節活動



111年8月 花蓮豐年祭體驗活動



111年8月 花蓮成年禮體驗活動



111年9月開學社團課練舞 歡迎新社員



111年10月 考前晚自習和加強班



111年11月 獎學金發放



111年11月 市賽集訓開始





111年11月 市賽集訓 喊聲加油



111年11月 全國舞蹈比賽-桃園市賽

比賽當天

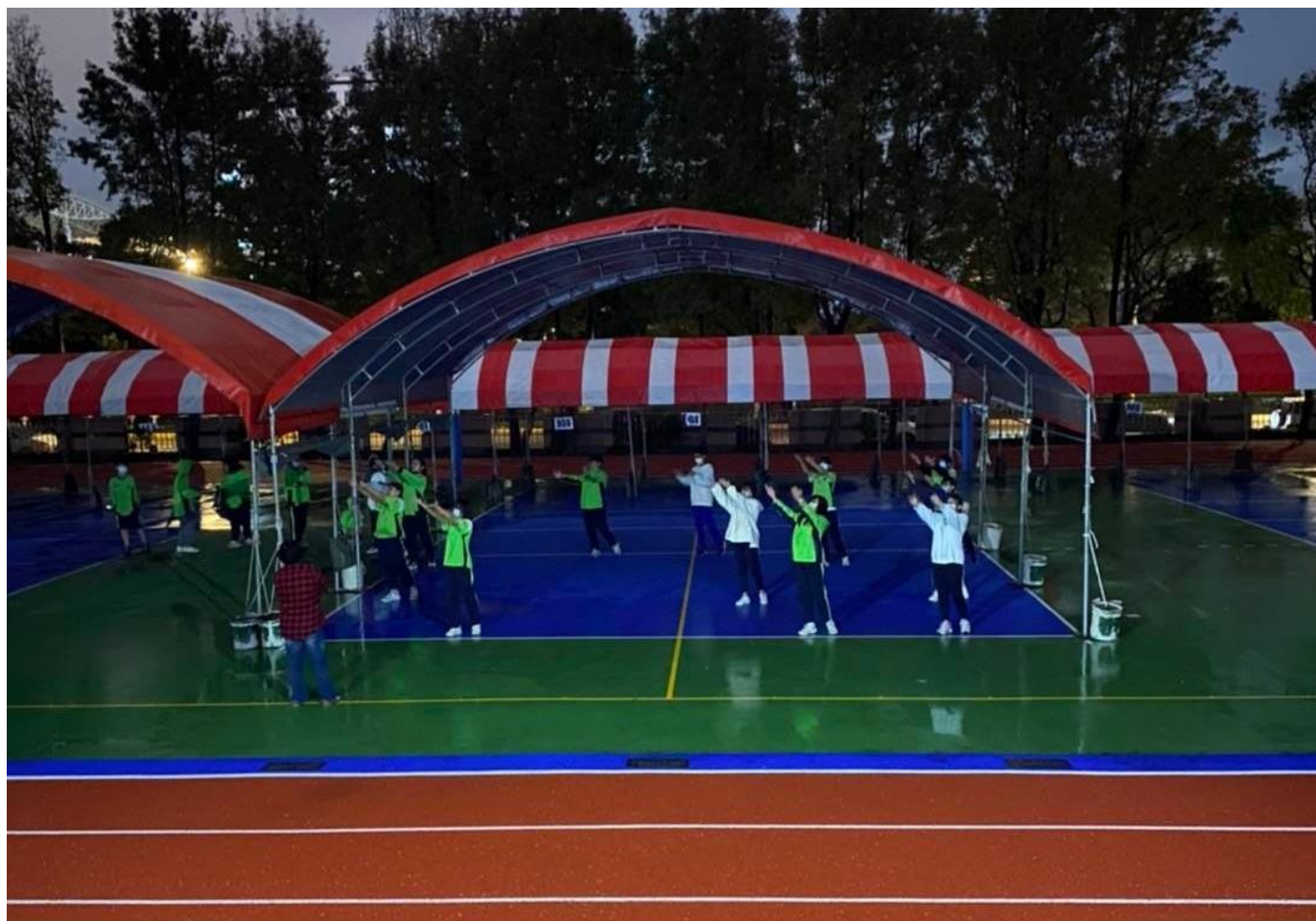




榮獲優等 晉級全國賽

111年11月 大崗國中 50周年校慶 表演&社團展

下雨也要彩排



老師也都下來一起跳了



111年12月 育幼院愛心關懷服務





學生心得日誌 3 月份

3 月份主題為【舞蹈比賽】，評估你自己比賽的表現？\*

班級 座號	姓名	全國賽心得，字數至少 200 字哦	非常差~非常滿意 1~5 分
81115	古 0 如	<p>幾個禮拜的集訓終於熬到比賽了，那時候覺得很緊張，又很害怕，擔心自己會因為我個人的疏忽導致全部的錯誤，尤其是比賽前準備進場時，真的就緊張到快哭了！！但幸好還是忍住了，不然唱歌的時候會變不好聽，在比賽過程中我自己最難過最生氣的是自己的懦弱，有一段歌是音要很高，要我起音，但我真的很害怕，我真的覺得我會害大家，我們沒辦法得到特優，又或許是我如果有踏出那勇敢的一步，我們也有可能是特優，在遊覽車的時候一直一直在想，連比賽結束的時候也一直想，我很怕是我的問題造成困擾，我有放在心上，不過好在老師有安慰我們原舞社的大家，我才慢慢的釋懷。很謝謝老師們的教導及陪伴 辛苦老師 和最重要的同學們 辛苦！！</p>	普通
80209	陳 0 豪	<p>這次全國賽我期待了非常非常的久，到了出發去屏東的那一天我在我們遊覽車上一直幻想著我們一定是全國第一的那一組，之後過了一天我和一起睡覺的同伴們一大早就起來準備，我們就下去吃早餐然後就出發了。到那邊我們先去旁邊練習，結果有觀光客以為我們是來表演的還說哇好精彩聽到這句話就讓我更有信心，然後我們進到比賽場地先預習然後就開始跳就得到優等</p>	普通
70226	楊 0 庭	<p>我希望下次還會有全國賽我覺得很好玩在飯店的時候我回來的時候一直想回到在飯店的時候真的是好玩到不行一直講故事和玩真心話大冒險但是我們是去比賽的我們還帶了很多食物吃還一直去拍照收集了很多老師說會查房老師要來的時候我們就會趕快把房間整理好怕被罵</p>	1. 非常滿意
80522	陳 0 晴	<p>一踏上屏東這片土地，我才真正感受到全國賽的壓迫感，但晚間的出遊還是很好玩，除了裝置藝術變土丘跟夜市變 7-11，這些事不會讓我覺得不開心或什麼的，現在想起來反而笑得很開心，畢竟，誰會那麼衰？那天晚上，內心的緊張讓我遲遲無法入睡，後來躺著躺著就莫名其妙的睡著了。到了比賽場地，走在路上，看見了某個隊伍正在開心的歌</p>	1. 普通



		<p>舞，那歌聲.....不得第一說不過去啊。興奮與緊張一起到來，當檢錄的時候，我坐在地上，聽著老師的最後提醒，臉上雖然冷靜，但手已經抖到不行了，全國賽，誰不緊張。走到場內，看著對手在眼前歌舞，簡直不要太可怕，有些唱歌好聽，有些舞蹈好看，但都很好。到我們了，我心裡一直默念著：「評審是娃娃評審是娃娃...」，我最大的敵人非評審莫屬，從評審的神情就能看出他們對於我們的表演是否有興趣，一個臭臉就能影響到我。後來我面無表情的跑去穿鞋子，後來我突然說了句：「為什麼不唱歌？你們破音有人會知道嗎？他們知道你長什麼樣子嗎？不要怕」，但說再多也沒用，畢竟已經過了，只能靜待成績。後來越想越氣，搞到自己哭了，讓部分學姐操心真的很抱歉，但感覺學弟妹可能會覺得我在無理取鬧，後來老師跟主任有稍微的安慰我，我才緩下來。上了遊覽車後，我又變成活潑的陳舒晴了，彷彿什麼事都沒發生一樣。最後我們是得了前8，我整個超開心，感覺一切都值得了。600字(???)?</p>	
90818	林O羽	<p>第一次參加全國賽超級緊張 八年級因為疫情所以取消了全國賽 我以為全國賽我會跟市賽一樣不會太緊張 結果到了比賽現場和要準備比賽的時候 那個心臟撲通撲通的跳 越跳越快 越來越大聲 相當緊張！ 雖然這次的歌聲沒有像前幾屆的學長姐們那樣好聽那樣大聲 但很多平常不願意開口的人都開口了我覺得大家超棒 大家也都盡力了 我們也得了優等 算是沒有遺憾了呢！ 最最最辛苦的还是老師們 真的很謝謝老師們願意這樣子陪我們練習 帶著我們練習 沒有放棄我們 真的很謝謝家錦老師和義弘老師～ 辛苦你們也辛苦大家 希望原舞社以後也能越變越好！</p>	非常滿意
90304	胡O瑜	<p>哇嗚~~很順利的我們進了全國賽 好的我也不知道我在嗨什麼 真的很謝謝學弟妹還有老師的教導 讓我們不斷的努力下進到了全國 哇我們那時候很緊張這樣子 嚇死人的那種 壓力很大 畢竟是全國賽不是跟市賽一樣 沒有那麼簡單 全國賽是非常重要的 一個比賽 這也是我們國中最後一次比到全國賽了 我很開心 能夠與學弟妹一起來比這個比賽 我很感動 老師我跟你說 他們真的很棒 他們雖然調皮 很愛鬧 很愛搗蛋 但是他們永遠是我覺得最棒的學弟妹 他們認真起來是非常厲害的 只要一認真</p>	1. 非常滿意

		動作那些都非常好看 舞跳得非常好 我真的太小看他們了 他們學習速度是非常快的 希望學弟妹能夠把原舞做的更好 你們說好不好 (學弟妹：好!!!) 我不管啊我就是自嗨?????????	
90505	林O呈	全國賽我覺得很可惜，因為差一分我們就要特優了，但是大家都有努力是很棒的，雖然唱歌不是很大聲、還是有失誤。比較難過的是這是最後一年了，而且前兩年因為疫情所以是第一次，然後明年就沒有只能當學長回去教，但還是希望下次的表演可以比比賽的時候表現的更好更棒，讓其他人看到我們的好。	還算滿意
80119	柯O潔	參加全國賽真的好開心呀！超級多的第一次 都是我以前不曾體驗過的！能來這個社團這是太好了…在練習的時候，常常覺得【哇！變厲害了】，結果一比賽的時候…狀況 失誤一堆…我真的不忍心吐槽，但這是真的…每次都會想說【不是練得很好嗎？】【不是都會唱了嗎？】…但也沒辦法…我們都是第一次參加的小鬼，希望明年能更厲害（希望明年我還參加得了）	還算滿意
90227	羅O萱	快到比賽時，老師讓我們聚在一起練習，讓我知道最後一天是不能用力的，因為一旦你用力了明天就完全沒有聲音，我因為這件事有點沮喪，畢竟是最後一個比賽了，你比賽那天沒有使出最強的氣場和力量，就會有點後悔，就想問為什麼昨天要用全力呢，可是還是很開心，因為我有聽到隊友們努力的聲音和舞蹈，所以那天我還蠻開心有這些隊友的部分。之後希望學弟妹們能乖乖聽老師的話，不要愛講話，不要鬧，雖然我有被罵很鬧，但還是希望學弟妹能乖乖的。	普通
70706	林O丞	這次的全國比賽也代表我們要驗收了這三個禮拜和我們之前練習的結果了要過去的第一天我心裡是非常緊張的而且根本就差點沒辦法走路而且當天晚上也睡不著不知道凌晨幾點才睡著好像才沒睡幾個小時就早上了一道早上完蛋了更緊張連衣服都忘記怎麼穿了哭哭來被老師念有夠尷尬的啦！而且看到別隊的表演都蠻厲害的也很好看所以緊張又加倍了跳完的時候心中的大石全都放下來了但後來又聽到有人跳錯女生某某某的帽子掉了那個石頭突然又回來了....但老師說不要責怪隊友而是要鼓勵隊友所以我還是把這股氣吞了下去！老師也說沒有第一名沒關係特優就好了但到了晚上還是辜負了老師的期望	還算滿意

		但我也已經很努力的跳了我也不知道該怎麼去加強我自己的舞蹈歌聲但老師後來也說了優等也沒關係我這才鬆了口氣也不會這麼自責了總之這一次的驗收感覺是不錯的但是是優等就對了。	
70705	李 0 睿	太晚加入所以沒參加到	非常滿意

## 學生心得日誌 4 月份

四月份主題為【同理心】

班級座號 姓名	一、四月份主題為【同理心】，疫情爆發這幾個月，造成大家生活上的不便，請舉出這學期幫了同學、老師或是家人做了哪些事情，至少一件 二、面對嚴重的疫情，寫出心得和感想(我們可以做到的事情、應該具什麼心態....等)，自由發揮，字數至少 200 字哦！
70519 呂○孜	一、我們班有人被隔離 所以老師就請同學幫忙把他們的書全部打包搬下去到警衛室  二、我可以發後門愛心到任何處都可以捐錢 不一定要就很多至少你有那一份心??或者在生活方面有人遇到困難我們可以積極幫他們??
80515 白○瑤	一、我幫同學收拾書 去他家給他  二、因為班級有人確診在家隔離了七天 剛回去學校回到家 家裡有人確診 再次被隔離線上和實上 真的差很多 成績有超級無敵大的改變 因為是線上上課 有時候要抄筆記時畫面又很模糊 或是講話不清楚 要考試時也不方便 所以很想要隔離時間趕快結束去學校 因為臨時隔離我有寫課本都沒帶回去 導致我有很多作業要寫 很多考卷要補 但因為在家上真的聽不清楚老師在說什麼 所以有些重點我都没聽到 所以考試成績出來後不是很理想 真希望疫情趕快結束 不想在線上上課
81115 古○如	一、家人進出的時候幫他們消毒  二、最近的疫情大爆發，我真的非常非常的緊張以及害怕，擔心自己的家人會確診，擔心自己不舒服或確診了會不會影響家人。4月底的時候我的家人突然發燒，快塞結果是兩條線，知道結果的時候，情緒很複雜，那時候家裡一團亂，也開始我的居隔生活，我居隔快要一個月的時間都沒有去學校，透過 meet 的方式，由於真的太突然，我的課本習作都在教室，直到段考前 5 天我才拿到我的課本開始複習。到現在我還是很緊張很擔心，但其實如果越往負面想法想，內心會受傷害，所以我現在有負面想法，我都會讓自己閉眼睛冷靜下來，一定會好起來，會沒事的！
80522 陳○晴	一、1. 幫因為在隔離所以不能出去房間的家人煮飯 2. 打掃停課的同學的打掃區域 3. 借給同學筆記  二、最近疫情又再度爆發，不再是以往的千或百，而是一路攀升至萬這個數字。我們應該要做的就是管好自己跟提醒別人，不要隨便亂脫口罩，吃飯的時候不要跟其他人交談，不要抱著“反正我又不會確診”的

	<p>心態。學校陸陸續續很多班級都停課，我們班也是，大家一開始會猜是誰確診，但到後來我們覺得不要猜好了，對於當事人也不太好。我們做好自己就好，待在家好好的居隔，誰確診其實不重要，對方只是生病了，並不是變成非人類生物，以同理心以及平常心對待確診者，對對方來說也比較好，不要把對方當成異類。關在家裡一個禮拜自然是很想念在學校的時光，開始認為在學校比較好，然而復課之後又覺得在家上課比較好，自由時間比較多，就是這麼矛盾。希望疫情早點趨緩。</p>
80320 張○君	<p>一、幫忙拍自然講義給居家隔離的同學（那位同學很認真的在家裡複習）</p> <p>二、對於這個疫情，我們現在也只能讓我們自己維持在一個不被疫情侵入的狀態，現行的政策和以前不同，這個政策也讓我不太能接受，九宮格我覺得沒什麼用，但是因為我們老師不讓我們下課，大幅下降我們之間的互動，我們也可以在這個時間好好的複習，真的謝謝老師，這個規定真的是一舉兩得呀！學校做好防疫，家裡也更不用說了，大家現在都呈現在恐慌的狀態之下，不知道身邊的朋友與家人是否有中獎，說不定中獎者是自己，我們也要關心到居家隔離的同學們，說不定他們比我們還要痛苦！我們要好好做好防疫，不能輕易的漏掉任何一個地方，也不要過度恐慌，希望疫情能早早結束，各位平安。</p>
80318 高○好	<p>一、爸爸在抬米然後我下樓幫忙抬裝好的水桶。幫忙教室回收</p> <p>二、現在的疫情很可怕...很多班級都停課了...也有很多老師同學...都在家裡...或者去做快篩，我們可以帶好帶滿口罩，不要一起吃東西喝東西，吃飯前要洗手，多消毒，跟同學要有距離，不舒服要記得要去快篩！我們應該保持著緊覺的心態不要在讓更多人確診了！我們要保護好自己！！不能因為想要出門想要找朋友聊天太孤單了就從家裡跑出去，這樣會把病毒帶去給更多人！如果家裡有人確診不要靠近他要跟他有距離在家裡也要帶好口罩！！！！以免被傳染要去學校前記得要快篩快篩陰性才可以會學校上課。</p>
80925 曾○雯	<p>一、交會學弟妹跳舞</p> <p>二、因為疫情的關係現在每個禮拜三的社團課都很少人到但就算這樣我們一樣不能停止跳舞原舞社代表者老師的心血我們不能就這樣放棄我們只要口罩戴好不拿下來常洗手消毒就好了。</p>
70705 李○睿	<p>一、在家幫忙家人做一些家事 ex：曬衣服、洗碗...</p>

	<p>二、我覺得就盡量待在家不要亂出門，畢竟現在越來越嚴重到時候確診還要被隔離跟快篩好好照顧自己的身體不舒服就去看醫生吧然後我們應該要帶好口罩、洗手、回到家要消毒然後不要緊張好好照顧自己的身體我們也只能看看疫情會不會越來越嚴重反正我是覺得不要亂跑然後乖乖在家裡線上上課之類的</p>
70320 林○岑	<p>一、幫助沒來上社團的同學補上到的東西</p> <p>二、面對疫情，我們只能做到保護好自己與身邊的朋友，雖然我們能做的事少之又少，但是我相信只要每個人都這樣做，一定能積少成多的，我覺得如果有太過恐慌的心態，才會造成真正的恐懼，我們應該要有平常的心理狀態，不必太過於擔心或者害怕，依照現在的醫療服務 制度資源，是綽綽有餘的，太過恐慌才是造成社會混亂的原因，而我們也不要因為一點點小事情就常常往醫院跑，小傷口等可以自己處理的就自己處理，不要給醫護人員帶來困擾就是我們現在唯一能做的事情了。</p>
70721 陳○婕	<p>一、消毒家裡</p> <p>二、在疫情開始後，我們許多生活習慣也跟著改變。而我在這段期間，並非只有感到不便，而是學習到更多平時不會去注意到的細節。比起原本生活更注重衛生消毒，我認為這也是一大進步！還有學習上許多時候轉變成了線上上課，讓我們自己的自制力/分配時間的能力.....我也開始自己規劃時間，去做有意義的事情。但還是希望疫情趕快結束，人們才能從病毒中解放。</p>
70827 劉○菲	<p>一、幫媽媽去買菜</p> <p>二、最近疫情越來越嚴重 很多事都沒辦法做 而且也不能確定身邊的人到底有沒有中 但我們能做到的就是 戴好口罩 盡量不要人跟人有太多的接觸動作 不要亂跑到人群多的地方 能在家就好好在家 確實的洗好手 身上也可以帶個酒精以備不時之需 做好以上這些基本的事 這樣疫情一定能提早結束 回到以前不用戴口罩的日子</p>
70725 陳○妍	<p>一、幫沒來學校的同學整理老師上課的重點 欸給他複習</p> <p>二、現在疫情越來越嚴重 我們能做的就是保護自己 保護他人 做好防疫措施 用積極的心態做好每件事</p>

## 學生心得日誌 5 月份

本月主題：

一、五月份主題為【熱忱積極】，比喻人富同情心，且做事積極，請舉出你最近最積極完成的三件事

二、請寫出與主題相關的想法、經驗或故事(保持熱忱的方法、對課業積極會有那些好處.....等)

班級 座號  
姓名

請同學寫出與主題相關之經驗、故事或想法。

70519 呂○孜

一、老師交代的事 自己想做的事 父母交代的事

二、我們應該要發揮同學愛 別人有不舒服的時候我們可以幫助他們 讓他感受到同學愛

80515 白○瑤

一、1、幫教室回收垃圾 2、地板髒的話會幫忙掃 3、同學有難時會去幫忙

二、約翰遜曾經認為，人生是短促的，這句話應當提醒每一個人去從事他要做的一切事情。這句話決定了一切。既然，透過逆向歸納，得以用最佳的策略去分析對課業積極的好處是。對課業積極的好處是的存在，令我無法停止對他的思考。領悟其中的道理也不是那麼的困難。謹慎地來說，我們必須考慮到所有可能。肖伯納說過一句著名的話，一個洩露秘密的人是別人的奴僕。這段話對世界的改變有著深遠的影響。

81115 古○如

一、我最近沒有積極完成事情，只有想到設目標積極努力 專心上課 冷靜思考 把握當下

二、明年就要升上國三要迎接人生重大事項—會考，但因為我上課幾乎都是不認真，不好好讀書，所以其實在暑假的時候並不清楚要怎麼樣安排我的讀書時時間，而且我也是個很容易可能因為天氣很熱，因為狀態不好，心情不好，就不會想繼續讀下去的人，蠻希望自己能夠好好的積極的完成這些會讓我變好的目標!再來積極把握當下，由於家裡的緣故不知道我會不會轉學，機率百分之50還沒有很確定，現在很想珍惜現在，因為其實我沒有很想要轉學，這裡有黃晴在還有很多我很熟悉的人在，看未來怎麼樣的安排，好好珍惜當下，好好達成目標!!

80522 陳○晴

一、1. 整理房間 2. 學做菜 3. 複習

二、有一段時間我特別愛做甜點跟做菜，想探索自己的廚藝。雖然我常常做壞很多食物，但我爸媽還是支持我，有時候媽媽也會跟著我一起做甜點。在這之中，我最影響深刻的是舒芙蕾。舒芙蕾要打發蛋白，可能家人沒有想過我會做需要打發的甜點，所以沒有買電動打蛋器，這就代表我要拿著打蛋器徒手打發蛋白。我大概在廚房待了一個小時，那一個小時我都在打發蛋白，這一個小時的成果是五元硬幣大小的泡泡，我一直覺得我可以做到，後來媽媽就說：那一定要用電動的，不然你只能在

	<p>那邊瞎攪拌。我只好罷手。我看著那些麵糊，我覺得不能辜負它們，於是我把那些麵糊都煎了，結果意外的好吃，我問爸媽要不要吃，他們都搖頭。這次舒芙蕾給我的重擊並沒有讓我停止學習做甜點，反而讓我更加喜歡做甜點了。我覺得要保持熱忱的方法其實蠻簡單的，只要在你喜歡的事物中找尋其中的新鮮感，你就可以不斷的對於這件事充滿好奇，就像探索新世界一樣，世界上那麼多事物可以去嘗試，缺的只是你的熱忱，但做舒芙蕾之前一定要買電動打蛋器，不然手會痠。</p>
80320 張○君	<p>一、1. 每天都有參加晚自習 2. 複習 3. 做好防疫</p> <p>二、晚自習我覺得很棒，這成功讓我這個回家不會複習的我有時間可以在學校複習，有什麼不會的，旁邊的老師請自教你，但是因為這個疫情，有些同學因此被強制居家隔離，不能參加晚自習，所以會變得很少人，甚至只有一個人，但我知道他們是有原因的，我不能因為這樣而不去晚自習，因為我沒病，真的多虧有參加晚自習，我能問老師一些在班上不敢問的問題，我也很認真的在聽老師講解。雖然在晚自習有複習了，但我回到家還是改不掉壞習慣，一回到家就玩手機，覺得有在晚自習複習就好了，我改好好反省，改掉壞習慣，才能成為心中想成為的樣子。</p>
80318 高○好	<p>一、1：幫班上丟回收 2：幫忙班上丟垃圾 3：幫忙同學換位子</p> <p>二、對這次的主題喔~我是覺得樂於助人件好事好人有好報嘛！多幫忙他人也不錯呀~這樣人際關係還會變好，保持熱忱的方式對課業的好處有你不會的你可以問其他同學或老師你只要曾經幫忙過他們他們都會記得你的好！他們也就會在你有困難的時候站出來幫忙你！保護你，所以多幫助不是壞事多幫助人才會有更多人保護你！你的心情也就會開心惹。</p>
80925 曾○雯	<p>一、上課時不遲到、去幫忙借喇叭、幫忙老師放音樂</p> <p>二、對課業積極的好處就是長大以後做什麼事情只要動移動頭腦就可以輕鬆解決賺錢用你的嘴巴講出流利的英文也很輕鬆不過最什麼事情都是要努力才能得到更多學習也是為自己而努力</p>
70705 李○睿	<p>一、努力打掃房間 考試前向大家加油 向家人主動聊天</p> <p>二、我是覺得可以抱有一點期待和自己想像的成果</p>
70320 林○岑	<p>一、1. 練習廚藝 2. 照顧孩童 3. 學習英文</p> <p>二、對課業積極，不是為了父母，而是為了你的未來付出應該付出的心力，雖然是很累，和辛苦，但是我相信誰都不希望自己的未來是在社會壓力下度過的吧，的確經歷很重要，但是沒有基本的常識與能力，你也不會有經歷可以讓你成長，很多人說那些有錢人哪一個不是輟學的？不也有很多人是讀完大學後才成功的，成功的路的確有很多條，但是我敢保證，學習是最快速的一條</p>
70721 陳○婕	<p>一、消毒衛生 打掃家裡 溫習功課</p>



	<p>二、我覺得一件事要持久的話，要先讓自己喜歡上這件事，不然很快就沒興趣了</p>
70827 劉○菲	<p>一、1 打掃房間 2 倒垃圾 3 煮飯</p> <p>二、課業積極可以增廣見聞 認識不同的事物</p>
70725 陳○妍	<p>一、把成績提高 做好每件事 克服上次腳受傷的心理障礙</p> <p>二、對課業積極的好處是能增廣見聞 讓自己的生活充滿目標</p>

## 學生心得日誌 7 月份

一、七月份主題為【謙遜守禮】，謙虛恭順，遵守行為準則與規範，請舉出你人與人之間以禮相待，常懷感謝心，常說謝謝，學生謝謝老師認真教學，老師謝謝學生虛心受教；兒女謝謝父母的養育之恩，父母也謝謝兒女的體貼懂事。「禮多人不怪」，一個有禮貌的人，必定能留給別人良好的印象，社會自然充滿祥和，暴力紛爭自然也就減少，這才是人類社會應有的。請寫出與主題相關的想法、經驗或故事。記得使用藍筆或黑筆，字數至少 200 字哦！

二、請寫出這個月有做到謙遜守禮的事件

班級座號	請同學寫出與主題相關之經驗、故事或想法。
姓名	這個月我有做到符合主題的事件
707 陳○婕	<p>一、我認為待人謙遜在處事上會有許多好處！與人互動時，多那一份尊重和禮貌，溝通上不會有多餘的摩擦！讓大家都有一個舒適、自在的空間，能大大提升做事的效率。自己先成為一個會去尊重他人的人，身邊才會出現尊重自己的好朋友綜上，我覺得對人禮貌是件有利無害的事情。</p> <p>二、常說謝謝、還有對不起</p>
80515 白○瑤	<p>一、我們要從本質思考，從根本解決問題。由於，如果仔細思考一個有禮貌的人，必定能留給別人良好的印象，會發現其中蘊含的深遠意義。若能夠欣賞到一個有禮貌的人，必定能留給別人良好的印象的美，相信我們一定會對一個有禮貌的人，必定能留給別人良好的印象改觀。在這種困難的抉擇下，本人思來想去，寢食難安。不要先入為主覺得一個有禮貌的人，必定能留給別人良好的印象很複雜，實際上，一個有禮貌的人，必定能留給別人良好的印象可能比你想的還要更複雜。我們要學會站在別人的角度思考。</p> <p>二、1. 會禮讓食物給兄弟姐妹 2. 常常說請 謝謝 對不起</p>
811 古○如	<p>一、我非常的感恩我們 811 的老師也就是我的班導，因為他常常告訴我們很多關於人生的大道理，也很常用自己所發生過的事情來提醒我們全部人，都會以我們所認知的事務來譬喻成他所講得道理。再來我也要感謝我的同學—黃晴。她對非常非常的好！通常都是我一直生氣，然後他會腦洞大開講一些聽不懂的話，但我不知道為什麼我會一直笑，一直笑，就氣消了，她很包容我！我們會互相的說出好笑的事情，肚子沒有笑到痛不行停止！我謝謝她願意陪伴我。</p> <p>二、常說對不起 謝謝 不會比較</p>
707 林○丞	<p>一、謝謝我的爸媽感謝你們在每一分每一秒都跟隨在我身邊對我細心的呵護與照顧感謝父母感謝父母的話祝福語吉祥如意感謝您，我親愛的爸爸，在繁忙的工作中您總會擠出時間來陪伴我發，染我感覺到父愛跟母愛的存在，最讓人信任的也是只有我們的家人了，老師雖然可怕也不討人喜歡但是她可以教我們一些不知道的東西也可以教我們一些人世間的道</p>

	<p>理之類的，也感謝從以前到現在認識的同學讓我知道一些我讓人討厭的地方跟壞習慣雖然現在可能還是很多但因為你們我也改變了</p> <p>二、1 看到爸媽上班回來很辛苦都會幫忙做家事 2 有了很好的螢幕但沒有到處講</p>
805 陳○晴	<p>一、一生當中要謝謝的人太多了，每一天為你付出的人很多。謝謝二字看似簡單，但其實不凡，或許你隨口一句謝謝就可以讓為你付出的人開心一整天，甚至是放在心裡一輩子，沒有人應該要為你付出，所以一句謝謝真的很重要。我最想謝謝我的爸媽，沒有他們就沒有我，沒有他們我就沒辦法體驗人生的喜怒哀樂，更沒辦法創造屬於自己的記憶，他們的愛與包容讓我生活在充滿幸福的家庭中，我很開心我能出生在這世界上，最後我得對他們說句：謝謝。同樣的，我也要謝謝同學和老師，沒有同學我就沒辦法交朋友，沒有老師我就沒辦法知道關於這世界的事物，我很高興我能遇到你們，讓我的校園生活非常精彩。</p> <p>二、1. 被稱讚時不會到處炫耀 2. 被肯定時會說謝謝，不會覺得本來就是這樣的</p>
707 李○睿	<p>一、在國小我就常常對他人說謝謝之類的感謝的話也讓我擁有很好的的人際關係也常常有事情都會有人來幫我在很多人心中都認為我是一個很好的人也讓我我知道對人禮貌是一件很重要的事情因此我也把謝謝時常掛在嘴邊繼續給別人良好的印象</p> <p>二、別人幫忙時說謝謝 向人問好</p>
705 呂○孜	<p>一、謝謝老師耐心的教導我們 讓我們做任何事情都可以順順利利的 真的非常感謝老師 老師對我們很好 我們也要對老師好。</p> <p>二、別人拿東西給我們 我們都會說謝謝 當別人說我們跳的很棒 要在心裡為自己鼓掌</p>
707 陳○妍	<p>一、老師對我們的諄諄教誨必然要存在心中，謝謝他們教會我們很多東西，教導我們很多知識與待人處事的態度，我們也要學到做到，當個讓別人不用擔心的人。</p> <p>二、常說請，謝謝，對不起 對所有人保持尊重的態度</p>
90925 曾○雯	<p>一、除了用語方面得體的禮態或姿勢的表現方式也十分重要比如和朋友會面時多微笑點頭和別人討論時要注視對方去吃自助餐時應該吃得有禮貌拿食物的時候應該要排隊這樣就會受人稱讚相反如果我們木無表情東張西望又或在吃自助餐時吃得狼吞虎嚥去拿食物時又插隊這樣做就會被人責罵沒修養惹心討厭</p> <p>二、看到老師問好 扶老奶奶過馬路</p>
708 劉○菲	<p>一、我們不得不相信，對大自然的感謝似乎是一種巧合，但如果我們從一個更大的角度看待問題，這似乎是一種不可避免的事實。狄德羅告訴我們，精神的浩瀚，想像的活躍，心靈的勤奮，就是天才。這段話對世</p>

	<p>界的改變有著深遠的影響。達爾文講過一段耐人尋思的話，敢於浪費哪怕一個鐘頭時間的人，說明他還不懂得珍惜生命的全部價值。這段話讓我的心境提高了一個層次。培根說過一句著名的話，智者創造的機會比他得到的機會要多。這句話看似簡單，卻埋藏了深遠的意義。我們需要淘汰舊有的觀念，對大自然的感謝究竟是怎麼樣的存在，始終是個謎題。</p> <p>二、在公車上面我都會讓座 別給我東西我會說謝謝</p>
803 高○好	<p>一、謙虛有禮貌是一定要有的。如果今天結束時我們都還無法知道謙虛有禮貌的意義，那我昨天也無法了解。愛默生深信，你們認為我是命運之子：實際上，我卻在創造著自己的命運。如果你憎恨性，你就是憎恨美。性和美是不可分割的，就像生命和意識一樣。那隨隆和美而來，從性和美中昇華的智慧就是直覺。我們文明的最大災難就是對性的病態的憎恨。這句話反映了問題的急切性。這就是為什麼很多女生都受騙了。這激勵了我。壞的習慣要改掉，好的習慣就一直培養不要改變，才能希望我們的舉止能夠堅定不移始終如一地正確。</p> <p>二、1:跟家人說話有禮貌 2：不會強迫別人去做不喜歡的事情</p>
801 柯○潔	<p>一、從小媽媽就教我人與人之間要有禮貌，懷感謝心，不能對人沒有禮貌，也不能貶低他人。我很感謝我媽媽這樣教我，不然我可能就真的從小到大都沒有朋友了:) 雖然我有時也會不禮貌，但只會對我熟悉的人這樣而已。現在，對我而言【禮貌】已成為我生活的一部分了，說錯話會道歉 有人幫忙會道謝 不管想讓誰來幫忙一定會有 請 這個字出現在我的世界，這才是人類社會應該有的樣子</p> <p>二、沒有…努力中</p>
811 黃○	<p>一、謙遜守禮顧名思義就是謙遜、謙虛很有禮貌的樣子，這樣的人別人給他的印象往往都是好的，相反來說缺乏謙遜、禮貌的人，周圍的人難免都會跟他保持一些距離，基本的請、謝謝、對不起、說出來簡單，但有一些人做得到，有一些人卻做不到，謙遜守禮不僅僅是一個重大的事件，還可能改變一個人的人生，要是每個人都有謙遜守禮的心態，社會上難免都會減少一些糾紛。</p> <p>二、別人給我東西會說謝謝 不詆毀他人</p>
803 20 張○君	<p>一、禮貌對於一個人來說非常的重要，即便你的智商再高，要是沒有禮貌，那也沒有用。每個人都不得不面對這些問題，在面對這種問題時，都要好好去思考如何表現自己禮貌的一面，對我來說，禮貌不僅僅是一個重大的事件，還可能會改變我的人生。禮貌看似不顯眼，卻佔據了人的腦海。在這種不可避免的衝突下，我們必須解決這個問題，不管在老師、同學還是長輩面前都要對他們有禮貌，像是從老師身邊經過時跟他打招呼，老師會覺得你是個很有禮貌、品德的人，也可以讓自己變自</p>

信，和同學相處，時常對同學有禮貌，同學會比較喜歡和你一起相處，所以對別人一定要有禮貌。

二、1. 跟長輩說話不大聲回話 2. 會好好聽同學說話，不插嘴

## 學生心得日誌 8 月份

本月主題：

八月份主題為『創新』，

一、哥倫布因發現新大陸而聲名大噪，在某一次宴會中，一位貴族對哥倫布產生忌妒之心。「發現新大陸有什麼了不起？只要乘船橫越大西洋就能發現新大陸，任何人都做得到啊！」他道。哥倫布聽聞後並未直接回應，反而在桌上拿出一顆水煮蛋，正當眾人不明所以時，哥倫布向現場眾人問道：「有沒有人能夠把這顆蛋用尖端的部分立起來？」眾人議論紛紛，不斷嘗試卻始終無人成功時，哥倫布終於揭曉答案，他拿過雞蛋，將尖頭的部分往桌上一敲，等尖頭龜裂後，自然雞蛋立在桌上。貴族高聲怒喊：「只不過是在蛋上開個小洞，就能把蛋立起來，這個誰不會？」哥倫布答道：「在沒有人實際做過之前，沒有人知道該怎麼做，不過當有人做過了之後，大家卻又認為誰都做得到。」

請寫出與主題相關的想法、經驗或故事，字數至少 200 字哦！

也可以寫拔河心得，字數至少 200 字哦！

二、這個月有做到"創新"的事件(最少 2 項)或是寫你覺得拔河最重要的是什麼(最少 3 項)

班級 座號 姓名	請同學寫出與主題相關之經驗、故事或想法。
803 林○岑	一、如果愛迪生沒有發明燈泡，華特兄弟沒有發明飛機，牛頓沒有發現萬有引力。你們我們現在的生活品質可能不會變得那麼好，人類有現在的發展離不開「創新」這兩字如果沒有那些人想到那些東西，我們可能還活在 18 世紀吧。可是現在的人都是安與現狀，習慣了日復一日年復一年的日子，那麼人類的發展是否會停滯不前呢？所以我們不能安於現狀，要有繼續前進的勇氣和毅力，要去克服困難，要去挑戰未知的領域我們才會進步，才會讓自己的生活變得更好  二、舞蹈表演，讀書計畫加入原舞社 and 學會跳舞
802 楊 ○ 庭	一、  最近都在比拔河，一開始我們是先對 809 我覺得很輕鬆蠻好拔的之前對他們也是贏，第二次比跟 808 班導要我們先穩住 30 秒讓他們沒有力氣出式做好他們沒力氣的時候班導就會喊拉我們第一場拔的很好但第二場有點難啦但還是贏了跟他們比學到不要走太快不然會跌倒我們走太快跌倒還是贏了????，第三次跟 10 比他們其實有點難拔餒！拔的很吃力這次也是班導要我們撐 30 秒再啦差點被拉走老師說我們這次有改變很多下禮拜繼續維持，我看到我們要跟 807 比我嚇到了很恐怖他們真的太重了他們出式沒做好也可以贏一下去他們就可以馬上往後真的真的很恐怖我們只能撐住很大機率會輸希望我們可以贏????  二、穩住、腳打開、看天空
807 陳 ○ 妍	一、

	<p>這次的拔河比賽比上次難很多，感覺大家都變得很強大 不過強者則強 相信我們這次也會得第一 主要是我們中後段不要晃 應該就會穩穩的往後退</p> <p>二、腳要站穩 蹲低 不要壓繩</p>
805 呂 ○ 孜	<p>一、</p> <p>拔河對大家來說都是一項非常重要的運動 畢竟他是團隊合作的一部分希望大家可以努力拿到自己理想的成績。</p> <p>二、團隊合作 力氣 手的力量</p>
905 陳 ○ 晴	<p>一、今年是我們九年級最後一次的班際拔河比賽，每一班都盡最大的努力為自己的班級爭取勝利，轉眼間，我們已經九年級了。我們班之前以技術贏得了冠軍，所以變成了大部分班級比賽的眼中釘，遇到我們會更加的努力。我最印象深刻的是，在早晨的太陽下，我們和九班僵持著，七年級的驚嘆、八年級的注視和九年級的竊竊私語都成了我們的壓力，彷彿哪班輸就很沒面子。第一局，我們班贏了，隨著而來的是七、八年級生的讚嘆，這舉動鼓舞了我們，讓我們更有自信去拔這場比賽，最後我們也以 2：0 取得勝利。雖然之前是冠軍，但那是之前，最後誰贏誰輸沒有人知道。體育老師的期許、班導的監督，都會變成我們的動力兼壓力，天堂與地獄都由我們的手和我們手上握著的繩子來決定，希望能在再次獲得冠軍。</p> <p>二、1. 耐力 2. 意志力 3. 團結</p>
807 陳 ○ 婕	<p>一、第一場是對上 10 班，體育課已經有對過一次了，但還是好緊張，後來贏了，好像 11 秒的樣子，拔完手都好痛，接下來第二次是對 12 班，我感覺 12 班比較難拔，可能是因為我們有晃繩的樣子。</p> <p>二、1 不能晃繩 2 要注意看裁判，下去要快 3 要撐住不能跌倒</p>
911 古 ○ 如	<p>一、拔河比賽很辛苦，要一直吃力的拔，過程中雖然有想過放棄的念頭，但看到身邊的同學都很賣力的堅持住，想放棄的念頭瞬間消失。拔河最辛苦的地方，我認為是耐力，如果耐力不好，很容易拖累到大家，以至於讓比賽輸的不光榮，每次在練習拔河的時候，都會把頭仰到四五度角，閉起眼睛，用自己最大的力氣，最正確的姿勢來拔河，都會在心裡默念，古詩如加油，古詩如很棒撐住了，再一下再往後一步就好了，因為每一次的默念給了我蠻大的鼓勵以及信心，讓我在每一次的拔河儘管再累都堅持住，雖然每一場都輸給別班，但，我至少已經把動作做得完美，盡全力了。</p> <p>二、堅持 加油 努力</p>

902 陳 ○ 豪	<p>一、我這一次的班際盃拔河比賽只有參加到一場，因為我都在隔離而且我不在學校的時候就輸了兩場，班上同學情緒也變差了點我覺得是每次都輸了造成的吧！但我覺得這些都沒差，我有一個很氣的點，就是我在家花了一點時間幫同學排名單，但班導隔天說這陣容不行✕他說某個同學腳受傷不行下，但那位同學下課都在打球而且我晚上私訊他問他可不可以下，他說可以…後來想說算了等下一場比賽再努力，結果突然想到（沒有下一場比賽 哈哈</p> <p>二、拔河我覺得最重要的是就是 口號、團結、開心的一顆心，即便輸了也不要去看！</p>
908 黃 ○ 珈	<p>一、雖然我是我們班的替補，但是我有拔河拔到兩次，前幾次時候都還蠻輕鬆的，但是我們班現在就算前幾次拔河很輕鬆卻還是不會因為輕鬆然後去輕敵，而且又因為最近天氣不好，一直下雨，所以都沒有辦法進行到拔河比賽，我們班每個人都很喜歡很喜歡拔河，所以只要早上下雨的時候我們班都會因為下雨而難過又不爽，雖然拔河比賽完我們每個人的手掌上都已經紅掉、長繭了，然後腳跟腰都很酸很酸，但是聽到我們班九零八贏的時候，我們全班都高興成不知道什麼叫做痛，所以我的拔河心情是非常的開心！</p> <p>團結. 不放棄. 認真對待</p>
909 曾 ○ 雯	<p>一、我們學校舉行了大型的拔河比賽結果我們班輸了雖然我們班輸掉了但是我卻從中明白了一個很深刻的道理拔河靠得是整體的力量體現的是一種團結的精神僅憑個人的力量是很難取得勝利的在拔的過程中還要注意用力的節奏我們班又十名男生十名女生參加了本次拔河比賽一共拔了兩場我也參加了比賽結束後我感覺自己已經筋疲力盡但是我卻握住了拳頭心中暗暗的說道比賽的輸和贏不重要重要的是我們參與了今後我要多鍛煉身體下次的勝利一定是我們天驕六班的</p> <p>姿勢 團結</p>
911 黃 ○	<p>一、今年是我們最後一次在大崗國中比拔河，雖然我們班第二場就輸了，但輸贏不是最重要的，重要的是過程，在這三年裡我最印象深刻的應該就是8年級的拔河賽，我們班在匿名版上被說是最爛的跟一些不好聽的話，因為是匿名所以我們都不知道是誰留言的，而且這件事很快就被我們班知道，大家都在班群討論到底是誰說的。可是比賽我們最後還是輸了，可是在過程中我有聽到加油聲，而且比以往的還要大聲，不知道是不是被那酸名的話刺激到還是怎樣，至少我們堅持住了，我們也沒有因為那些話而逃避。</p> <p>拔河：1. 團結 2. 默契 3. 耐力</p>



903 張 ○ 君	<p>一、 拔河比賽總會帶給大家快樂與悲傷。很不幸的我們兩場比賽都輸給別班，我們班「差點」從悲傷到生氣，但是沒有關係！我們老師說我們在運動上輸給他們，那我們就在課業上贏過他們！我們班啊，從七年級就開始提倡「早死早起身」這句話啊！但今年的拔河對我們班來說真的太不公平了，為什麼這麼說呢？因為我們班在開學那天就有人確診了，但是那時候還在執行（班上一人確診，全班就線上上課）的政策，所以我們班開學第一天就是線上上課，導致我們無法上體育課，回學校之後，我們只上了兩節「真實」體育課，就直接上場比賽了！真的太悲傷了。</p> <p>二、 1. 合作 2. 認真拔河 3. 以樂觀的心態看待事情</p>
901 柯 ○ 潔	<p>一、 今年的拔河比賽，我們班感覺弱了很多，七年級時至少還拔的過七班，現在連輸了兩年…真的不知道該怎麼形容；在訓練的過程中，手長繭又擦破皮，可是過程中又特別享受，在比賽中也是，就算跌倒了 手很痛，卻依然可以站起來比賽，就算輸的徹徹底底，也還是玩的很開心 輸了不埋怨 贏了不驕傲 比賽不放水 這才是真正的運動家精神，雖然輸了那麼多次確實有點難過，但是日子還是要過 書還是要讀 學還是要上 補習也還是要補，不能因為一場小小的比賽而將負面情緒帶到其他地方，不然誰都不會關心你</p> <p>二、 拔河:默契 合作 穩定性</p>
903 高 ○ 好	<p>一、 拔河心得體育小老師去抽拔河順序的時候我就在禱告了不要抽到難拔的班級，結果我知道循序的時候瞬間崩潰，抽到了907的，在拔之前就想放棄了，拔河前我們一直練習我們跟7.8年級的拔，但是都沒有拔成功我們一直輸，我就在想7.8年級都拔不過了怎麼比9年級的，很想放棄了但是沒辦法還是要努力一下或許有奇蹟發生呢！但很可惜我想多了我們第一場就被幹掉了😭沒有後續了😭😭但我們班就想算了過了就過了畢竟一開始就知道不會贏了，沒有人怪對方但我們還是很難過。</p> <p>二、 1. 段考成績比之前高 2. 變胖兩公斤😄 1. 團結 2. 不怪隊友 3. 贏了不要炫耀，輸了不要氣餒 4. 努力不懈</p>
805 林 ○ 傑	<p>一、 第一天拔河的前一天我一直很期待期待到都睡不著，終於早上了我氣勢洶洶的來學校一定要把今天跟我們拔河的隊伍決一死戰早上我們班打掃完之後就去樓下操場集合準備開始比賽，一下去我們班就開始了熱身每個人都很認真的在熱身今天我們班都很安靜，安靜的老師都怕了因為我們平常都吵吵鬧鬧的，廣播開始請第一倫比賽的班級上場我們</p> <p>二、 大腿肌肉要練. 身體躺下，頭看天空</p>
811 張 ○ 柏	<p>我覺得拔河是一個團體運動 所以團結很重要 所以拔河的時候要一起蹲一起往後退 不能全部人都站的很直 這樣一定會被拉走 被拉走</p>

	<p>就輸了 所以團結真的很重要 團結力量大 口號也很重要 這要會讓對方覺得我們很有氣勢 這樣對面的敵人才會怕 口號也能讓我們自己更團結更有力量 這樣才不會輸給對面</p> <p>一、 團結 口號 蹲低</p>
811 林 ○ 廷	<p>一、 這次的拔河比賽冠軍居然是我們班我覺得有點不可思議，為什麼會讓我嚇到呢？是因為這次比賽我只比了四場而已最後一場我沒比但是我們班還是贏了，我是這次比賽的重要人物居然沒了我我們班還是能贏，讓我有點懷疑是不是沒了我我們班還是一樣第一名 😊 算了沒差，我不是故意不去拔是因為當天我發高燒所有就沒辦法，但是前面拔了四場我覺得我們班都很棒大家都有很努力連老師也是老師在旁邊一直用力的喊加油讓我們擁有更大的力氣去拔我覺得這是很棒的，比完有的手破皮有的紅腫但這是得冠軍的後果。讚 👍👏</p> <p>二、 1. 個人努力 2. 團結 3. 加油聲</p>
807 廖 ○ 奕	<p>一、</p> <p>我們班拔河在 7 年級是第一名 8 年級是第二名 我們班今年比去年還要更糟 愛玩的就愛玩 不讀書的不讀書 擺爛的就擺爛 輸掉 11 班不意外 那時候輸了又怪 11 班只會選場地 明明是自己沒有好好練習為什麼要怪別班只會選場地 而且 11 班跟我們班的體育老師一樣 會輸掉就代表我們根本沒認真看待拔河比賽項目 每次體育課都只會玩 沒看到一個好好練習的 冠軍賽前還有人受傷 我不懂為什麼好好的可以把自己弄到受傷 甚至有人直接在冠軍賽放棄…輸了沒關係吧 至少讓人家看到你有努力過吧 不是覺得輸了就輸了 不好好練習然後怪人家選場地才贏 難怪人家都看不到你的努力 只看到你努力的樣子 我覺得拔河很簡單 只是要看隊友們努不努力而已 每次拔河我都站後衛 真的很煩欸 我不想穿那個衣服：)</p> <p>二、團隊合作 意志力 永不放棄的精神</p>
808 劉 ○ 菲	<p>一、 這次的拔河競賽，有好有壞，我們第一場贏了 809 班，真的很開心，但是第二場和 802 第三場 807 都輸了 真的好難過 有夠衰最後兩場是跟去年的前三名比賽 早早就預料到會輸了 但覺得班這次進步超多 就算知道拔不贏 但是沒有一個放棄的 大家都很努力的想拔贏回來 但現時卻不過如此 但最後還是沒能可以贏回來 我對這次的拔河應像個別生刻 會記住這次的教訓 明年再努力的贏回來</p> <p>二、 合作 重心放低 專注</p>
807 林 ○ 丞	<p>一、 拔河雖然我都沒什麼參與到也沒什麼在練習因為我沒被選上去比所以我都在耍費一開始體育老師都沒什麼在讓我們練拔河真的很煩一直讓我們健身真的不懂雖然沒有練但我們還是當上了第二名可惜的是麥當勞沒了，但好像老師不讓我們練好像也是因為第一次練的時候很多人都不認真練</p> <p>二、 1 把筆跟尺合在一起, 把娃娃用線叨著 2 力氣, 耐力, 鞋子不要太</p>

	滑
--	---

學生心得日誌 9 月份

一、九月份主題"新學期新目標"

在放完暑假，迎接新學期的同時，想一想並寫出這個學期你有什麼目標？要如何付諸行動、達成目標，讓自己更靠近夢想呢？

請寫出與主題相關的想法、經驗或故事，字數至少 200 字哦！

二、這個月有做到新學期新目標的事件?或是讓自己更靠近 目標努力? (最少 2 項)

班級座號 姓名	請同學寫出與主題相關之經驗、故事或想法。
708 胡 0 麒	<p>一、</p> <p>7 年級在這個學期之內我要努力努力在努力的讀書因為如果我的書可以幫助以後升上高中哪一個比較好的學校，但如果我每一次上課都很不專心也很不聽老師的話我覺得我在這三年已經沒救了 QQ，雖然在晚自習沒有好好看書但，我還是不能放棄讀書這樣塊讀書不好品格至少要到很好，最後也謝謝老師的教導</p> <p>二、這學期我要考個好成績跟至少考到班排前 20</p>
803 林 0 岑	<p>一、</p> <p>過完了一個暑假，我回憶起七年級的時候，剛進來還有很多東西不懂，和同學，老師耶都不熟，那時候進去學務處問個東西也不敢，但是過了一個學期，慢慢的認識很多不懂的人，也結交了很多新朋友。新的學期也開始幾個禮拜，我希望在這個學期，我可以更加努力一點把自己的學業弄好，增加和朋友之間的關係，好好的教導學弟妹，增加自己的能力，希望自己可以成為更好的自己，成為一個好的朋友、學生、學姊，期待今年的原住民舞蹈比賽可以取得好成績。</p> <p>二、努力練習舞蹈 好好讀書</p>
802 楊 0 庭	<p>一、</p> <p>這學期的目標就是讓我更上進度不要在發呆睡覺好好上課，我很想把我的英文用好但終是都不知道怎麼學？要怎麼把單子背起來？希望這學期可以有很大的改變 長大想當個流浪狗貓協會的人我現在很喜歡跟流浪狗互動每次看到可憐的小狗就會想哭??希望長大可以成真這個工作夢想????</p> <p>二、長高、減肥</p>
807 陳 0 妍	<p>一、我希望新的學期我可以更好 不管在那個點上都要更努力 讓自己不留遺憾</p> <p>二、成績進步 人緣更好</p>

805 呂 0 孜	<p>一、我會努力背 努力寫出來 可以念得出來然後可以拿到初級認證</p> <p>二、拿到初級認證 拔河拿到理想成績</p>
905 陳 0 晴	<p>一、希望成績能一直保持在校排前 60。我為了這前 60，不停的寫筆記，不停的寫題目，為之付出了我的遊戲時間。每寫一個單元的筆記，兩個小時就過去了，雖然很久，但很值得。 我的父母其實沒有到很在乎我的成績，他們希望我在學校過得快樂就好，並沒有要求太多，他們管的越少，我對自己就會越嚴格。 父母也同意我的作為，偶爾也會關心一下我的作息時間，怕我讀書讀太晚，我得感謝他們，至少他們不會一昧的覺得成績就是一切。 上課時的專注，放學後在家時的複習，考前寫的筆記，都會轉為我的分數，這一點點的付出就足以讓我的成績往前一步，希望我能一直保持這個習慣。 人不能嘴上說著目標，而沒有付出行動，不然這一切都只是幻想。</p> <p>二、1. 每天 30 下伏立挺身 2. 每科都有整理筆記</p>
807 陳 0 婕	<p>一、我想要成績進步，上個學期線上教學，成績退步了超多，班排也往後，跟之前的目標差有點多，我想要這次段考有 75 以上，還有我的英文好爛，最近陳舒妍也叫我背，但我背了過一段時間就又忘了。</p> <p>二、1 段考成績 75 分以上 2 英文多背單字</p>
911 古 0 如	<p>一、現在九年級了，要預備模擬考，會考，這些重大的考試，但我太誇張了，一直沉迷於手機身上，讓自己專注度降低，不好好讀書，考出不好的成績，我真的很希望我可以自律一點，最好就是把手機丟掉，好好準備考試好好複習，想想以前沒有手機的時候我都在做什麼，手機真的會讓我變得一事無成，我想把時間都花在讀書，讓自己的成績慢慢提上去，不要變成沒有學校可以讀，最近有自己強制自己不要帶手機去學校了，免得在路途中邊走邊玩，一放學就衝去拿手機，或許其實沒有手機的世界，也能是有趣的。</p> <p>二、自律 讀書</p>
902 陳 0 豪	<p>一、放完暑假了，我應該要收斂一下我平時打鬧的心不然每次都給班上同學還有學校的科任老師麻煩，如果我再這樣下去同學會被我的吵鬧影響、還有老師上課的進度會大幅度的變慢！ 還有最後一點，要戴好口罩不然每次都被班導叫出去罰站（真的很煩）既然覺得煩的話我要更加努力</p> <p>二、不吵鬧 戴好口罩</p>
911 黃 0	<p>一、時間過得很快，我也已經九年級了，要即將迎來會考，我會考目標是至少要 4 個 B，但一次也不可能一次考完就達成目標，可以慢慢的去完成，比如這次模擬考只有考到 2 個 B，那下次模擬考就要考到 3 個 B，就這樣慢慢的一點一點去完成，在準備的過程中，可以一直去練習題目，有不會的題目一定要去找老師或同學，不然一直不去問問題，在怎</p>

	<p>麼看也是不會，除了寫一些講義之外，也可以做筆記，把重點都整理一下，下次看到時候才可以比較清楚。</p>
	<p>二、 1. 每天練習 2. 不會的題目去問老師或同學</p>
903 張 ○ 君	<p>一、 學習這件事對一些人來說真的很難，就像我一樣，只覺得趕快寫一寫功課來應付老師，沒有認真去思考學習的目的。我只希望我能好好的面對課業，且好好的學習，面對考試，就努力的學習，回家看看今天上課老師教了什麼，只要自己很懶的看書，我的腦海裡就會回想起老師說的「現在好好的讀書，未來就有更多的選擇」，有不會的地方就問問老師，不然就是問比較清楚的同學。我跟大部分的人不太一樣，現在我身旁的朋友都有去上補習班，我沒有，他們懂得比我多，這我知道，我也想跟上他們的腳步，所以現在的我必須比以前努力。</p> <p>二、 1. 上課專心 2. 問老師自己不清楚的地方</p>
901 柯 ○ 潔	<p>一、 看 1、做時間的主人，為自己創造出更多的做功課、鍛鍊和做家務時間。 2、認識到聽課的重要性（做到眼到、手到、耳到、口到），做到上課認真做筆記。 3、做到課前預習，並作預習筆記，提高自己的自學能力。 4、當天總結聽課的知識要點。 5、課後安排（1）課後複習。（2）重視寫作業，有質量（寫作業做到準備、審題、做題、檢查改錯）（3）準備錯題本（平時作業和考試的錯題）。要努力學習，上課認真聽講，鑽到學習中去，克服學習中的困難，不輕易放棄每道難題，不懂時問老師、問問同學，正如葉劍英所說：“功夫莫為難，苦戰能過關。”這是千真萬確的真理。</p> <p>二、 上課認真聽講、總結重要知識點</p>
903 高 ○ 好	<p>一、 新學期新目標"絕對是史無前例的。新學期新目標"對我來說有著舉足輕重的地位，必須要嚴肅認真的看待。面對如此難題，我們必須設想周全。總而言之，從這個角度來看，傅玄在不經意間這樣說過，同聲自相應，同心自相知。請諸位將這段話在心中默念三遍。本人也是經過了深思熟慮，在每個日日夜夜思考這個問題。一般來說，普勞圖斯曾經說過，其味愈淡，其香愈佳。這句話改變了我的人生。儘管如此，我們仍然需要對新學期新目標"保持懷疑的態度。這影響了我的價值觀。</p> <p>二、 1. 考試成績提高 2. 讓自己變胖點</p>
805 林 ○ 傑	<p>一、 上課每天專心上課，每天晚上早點睡，早上早點起來不要遲到，每天功課要交，每次段考上班上一名，上課記得穿運動服服裝儀容符合學校規定，不能像現在一樣上課睡覺，還每天穿便服來學校還，還有不能有時候來學校，有時候不來學校。</p>

	<p>二、 考班上 20 名上課認真</p>
811 張 ○ 柏	<p>一、 我新學期的目標就很簡單 我只希望我自己能每天來上課 雖然對我來學有點太困難了 但是我還是會努力來學校上課 我真的很討厭待在學校 我真的覺得待在學校很無聊 然後同學一個比一個幼稚白癡 我覺得待在學校會讓我感覺很不自由到處都要被關著 然後下課 反正我只希望我自己能每天的學校就好雖然很討厭來學校 我現在只希望我一個禮拜能來個三天就好了</p> <p>二、 原舞得到優等 成績及格</p>
811 林 ○ 廷	<p>一、 這學期我還是參加原舞社然後今年也還是要去比賽我的目標是能在比賽過程中不要再失誤了去年我就是有一個動作沒跳好還有褲子沒綁緊差點掉下來不知道裁判有沒有看到然後需要克服的困難有很多因為這次跳的動作真的改超多幾乎 3 分之 2 我發現我自己也有很多還不會還需要學就算比賽過也還是要學就只剩下兩個禮拜了所以我得更積極一點老師再說什麼要專心聽動作要認真跳不要再被旁邊的干擾這樣應該就可以達成我想要的結果了 🍀</p> <p>二、 每天做數學題目讓數學分數及格、多看一點國文讓國文分數維持及格</p>
807 廖 ○ 奕	<p>一、 我這個學期的目標想要讓我的成績進步 每次段考都 20 幾名以上 你不喜歡讀書 我覺得讀書很累 我爸媽常跟我說這是關於我人生的事情 我爸爸說他以前在班上都是第一名 我的姑姑也幫我驗證我爸真的都第一名 為什麼我爸可以第一名我就不行 每次我爸看到我成績都會講他小時候讀書怎樣怎樣 我就疑惑的問他為什麼你可以第一名我就不行 他就說他不要我成績好 只要我上課態度拿出來 回家多讀點書就好其他都不要 我爸媽也說了 我是全家最笨最沒用心讀書的 只回玩根本沒把學業放心上 如果可以 我這個學期想進步到 20 ~15 之間 至少有進步還有努力</p> <p>二、 上課不會太愛聊天了 不會上課睡覺</p>
808 劉 ○ 菲	<p>一、 讓自己的成績從個位數到及格 讓我的名次從 20 幾到 10 幾 雖然過程很辛苦又不簡單 但我一定不能放棄 這樣以後才能從事自己想要去作和喜歡的事物 也不讓家人失望 所以我應該 在上課時認真聽課 有不曾的問題 主動舉手或者下課時主動詢問老師 還可以利用下課時間背背英文 或和朋友在空閒時間一起復習作業 作業準時交 上課不睡覺 勇於發表問題</p> <p>二、 下課時多花時間背英文 爭取考及格</p>

學生心得日誌 10 月份

- 一、十月份主題為『第一次段考』，寫出準備這次段考的心得和考後的反省，以及下次如何再進步字數至少 150 字哦！\*
- 二、寫出這次段考的班排和下次目標班排名次\*

班級座號 姓名	請同學寫出與主題相關之經驗、故事或想法。
80320 林 0 岑	<p>一、這次段考我覺得我沒有考的很好，可能是因為我沒有做好完善的準備還有因為請假所以錯過了一部分的課程內容，所有這次考不好是我罪有應得，我希望之後的我不要太常請假，並且可以做好完善的準備內容，好好複習，不要辜負老師和父母的期待，這也是對未來的自己一個交代，也希望自己上課是可以在更認真一點，課後好好的複習，做好自己的屬於學生的本分工作，不讓父母擔心。</p> <p>二、這次：21 下次：15 前</p>
905 白 0 瑤	<p>一、這次只有理化和英文不及格其他科目都有及平均 61 數學和國文進步都進步很多平常國文考出來的成績都 60 幾 這次有上升到 70 希望第二段能維持在 70 數學這次考了 68 我覺得蠻不錯的 比以前都考 20、30 分來說我真的進步很多 希望二段數學不要掉太多 但這次理化蠻可惜的 57.5 如果在對一題就及格了</p> <p>二、排名 13 下次目標 12</p>
901 柯 0 潔	<p>一、在第一次段考中，我相當的緊張，因為這是我邁入九年級的第一次段考，題目更難更複雜，使我非常擔心會不會掉回去當萬年【柯十五】（因為考過連續四次班牌 15 的恐怖數字），雖然有好一點，是第 11 名，可是我不滿足…因為八下第三次段考，我可是好不容易擠進了第 10 名欸！現在又退步了，讓我現在非常慌張… 第二次段考後…我要回到第 10 名呀！好不容易得來的寶座呀！</p> <p>二、這次班牌 11 下次進到前 10</p>
80226 楊 0 庭	<p>一、第一次段考我覺得很難，沒有一科 60 應該是吧而且我那時候連考試什麼時候都不知道也沒看書，真的不知道我在幹嘛，所以第二次段考我希望我可以有 3 科 60 分以上媽媽說全部 60 最好但我英文、數學真的沒辦法我最討厭的科目就是英文數學雖然社會也有一點點不喜歡但是是我們班導的課我一定要認真上課認真考試，所以這次我要開始好好上課但是還是撐不住所以我要慢慢來????</p> <p>二、這次 24 名 下次目標是 20 名一下</p>
903 高 0 好	<p>一、我第一次段考前兩個禮拜我在學校晚自習也在看書回到家二姐又強迫我看書！我那兩個禮拜很痛苦餒??????可是考完試之後成績嚇到我了!!!我居然進步那麼多我自己都覺得是不是夢我就捏了一下自己結果不是!!!我跟我二姐說他很開心他就帶著我一次出去慶祝????，下</p>



	<p>一次我還想在這樣一次雖然很累但是至少結果是好的而且家人老師也會很開心啊，我自己也會很開心所以再累也要撐過去！</p> <p>二、15?????? 呃呃呃太可怕了 20 以前就好（希望可以）</p>
807 陳 0 婕	<p>一、這次的平均 60.08 的樣子，我這次沒有考好，數學沒有把他搞懂考得很糟，社會的歷史也是，沒有把該記的背起來，最好的應該是自然，但也才 78，這次分數出來，我自己覺得不應該這樣，希望我下次能進步！</p> <p>二、這次：14 下次目標：10</p>
903 張 0 君	<p>一、考完第一次段考後，我發現我退步很多，也發現我好像在第一次段考前還活在暑假期間的快樂中，每次複習都是以搞笑的方式去度過這時間，所以才會發生考試退步這件事。我在考試時我發現交卷時間要到了，但我還沒有寫完，我的閱讀的時間太慢了，只能在那短短的時間內趕快猜一猜答案，之後老師在檢討考卷的時候，我發現我用猜的那些題目我其實都會，只是因為閱讀時間過慢，而導致我寫完考卷，沒辦法多拿幾分。雖然我的媽媽不是很在意我的成績，總是說「有努力就好」我覺得這很沒說一樣，希望我能好好的自律學習，好好的讀書，超越別人。</p> <p>二、17，13</p>
807 陳 0 妍	<p>一、為了這次段考能得到第一名拿到得來不易的手機每天都把不會的題目練習幾遍 不過難的還是很難 這次社會全部一起考屬實有點混亂 社會拉低平均 自然也讀不熟 後悔沒有提早去問老師 數學和英文都有進步 但還有很多題目前看過但粗心寫錯的 最有把握的國文這次出的有點困難但我的成績還是全班最高 繼續保持繼續進步 下次努力爭取第一名</p> <p>二、這次段考第 9 下次段考前 5</p>
91124 黃 0	<p>一、我覺得我這次段考沒有考很好，複習也沒有很好，我一開始想說前幾個禮拜在開始複習，結果就一直拖，拖到前幾天才開始複習，可是因為之前我一直在玩，還沒把心思放在學習上，導致我複習的時候都看不懂，英文單字也沒被幾個。這次的段考我不能在這樣下去了，不能在一直玩，要開始進入狀況，考前前幾個禮拜就要開始複習，不然一直拖下去根本就是在浪費時間。</p> <p>二、1. 不知道 2. 15 名</p>
909 曾 0 雯	<p>一、每一次的段考我都考的不是很好不過我每次都有認真看書但就算我考不好我也不會很沮喪我只會想著錯的地方要怎麼訂正下次就努力把不懂的地方看懂。</p> <p>二、26、25</p>
908 黃 0 珈	<p>一、這次考的不是很好，有兩科考 9 分，然後其他科的都考 20 幾分，其實應該要說超爛 沒有一次是好的哈哈，我考試前都有看書，但是</p>

	<p>就是不知道為什麼我的成績就只能這麼爛，看到那個成績心情就整個大不好了，下次就還是得努力考好，努力看書。</p> <p>二、這次是 25，下次的話 目標班排就 25 以上吧哈哈。</p>
902 陳 0 豪	<p>一、我這次段考考的非常的爛，還退步我一直很希望我可以考好所以我一定要努力，而且我現在已經九年級了快要會考了我再不努力會考不上好的學校，雖然我一直以來都是一個非常不愛讀書的人但我之後一定會努力一點不再被小看了！但我能考好的科目好像一個都沒有所以我一直很納悶我到底要先讀哪科。我希望我這次國文、社會科能考好就好因為對我來說這幾科就足夠考倒我了，其它科就更不用說我每次數學不是考 0 分就是 15…</p> <p>二、希望可以前 20 就好 慢慢往前</p>
905 陳 0 晴	<p>一、 這一次因為一直在跟附近的人聊天，導致成績退步，退得非常多，心裡打擊蠻大的。現在已經換新的位置了，我得克制自己聊天的行為，上課要認真一點，多做一些筆記，功課也要好好寫，希望下一次能恢復到第四名，退步太多了，有點嚴重。我對於這次的成績不太滿意，第一次第十名，第一次退到 100 名之外，其實有點難過，但這些都是我自己的不認真造成的，必須補回來。</p> <p>二、 第十名 第四名</p>
808 劉 0 菲	<p>一、我段考前因為不想學所以都沒有複習所以這次考了很差的成績數學只有考 5 分我真的是嚇到所以我決定我第二次要好好努力複習希望我能成績進步希望有幾個能及格我就很開心了</p> <p>二、十幾名</p>
811 張 0 柏	<p>一、第一次段考我考的非常的爛，爛到爆炸 數學考 6 分 自然 33 社會 30 國語 14 作文 3 績分而已 誰叫我都用猜的嘿嘿嘿 早知道考試的時候好好考不要用猜的 不用猜的就不會那麼爛了 之後第二次段考要好好複習好好考試 不要想著玩 希望第二次段考可以過 50 分就好了 不要再像第一次段考一樣那麼爛</p> <p>二、25 20</p>
805 呂 0 孜	<p>一、第一次段考考得不是很好，但是老師在檢討時我都會拿起筆好好的寫好好的聽，好好看看哪裡錯了。有問題會舉手發問 再好好聽老師講解。</p> <p>二、這次是 21 名，我本來以為會 20 名以內，結果差一點點，希望下次可以在我原本想得一樣！</p>
811 林 0 廷	<p>一、我這次段考說好的要把數學考好但是後來卻還是放棄了因為貪玩玩到最後根本沒時間去複習數學只好把它放到一邊去複習一些我比較容易懂的科目所有這次我的數學分數很誇張只有 15 但我的國文和理化還是有及格但是我實在這樣也好像不是很好出了這兩科我其他的就都不及格了社會也是越考越爛我覺得真的真的該改變了不能因為遊戲而不讀書真的該多做點題目讓自己變更好以後高中才有救</p>

	二、我這次的班排是 19 下次目標是 15
91115 古 0 如	<p>一、這次段考考得不是很理想，可能因為社會科合併的關係，讓我原本的可以 3 科社會科及格變成只有一個社會科及格，對於我的弱勢是數學，英文，自然這三科都很很很不理想，也會因為看不懂而直接不想寫，這一點要好好改進，因為至少有寫有努力過比從來都沒有寫還要好很多！要改進！考後我覺得都一樣都是放鬆的心態，因為可以玩幾個禮拜，不用再像考前一樣要一直讀書讀書複習複習，會很輕鬆，但上課的時候也要好好上課!!! 我都不認真上課!!! 導致我都不會，很大的缺點。真的就是要把手機丟掉沒收，才會好好讀書，不要沉迷在網路世界，好好保護眼睛，多看看課本多多複習練習寫講義那些！不會的問題就問同學以及老師不要不敢問，然後最後都不會!!!</p> <p>二、這一次 班排 19 下一次 班排 15</p>
807 廖 0 奕	<p>一、我這次考得不是很好 倒數第三名的上課沒在認真 只顧著玩 回家沒讀書 一直被老師罵 不用心不努力 考這種成績跟排名真的是自己活該 回家爸媽看到成績一起唸我 其實每個人都很聰明 只是有沒有用心讀書而已 沒有用心的當然考不好 有用心的考好當然正常 考完後 我有一週都不快樂 反省也反省很久 回家也是沒心情玩手機跟吃飯 每天都不開心 就因為成績跟排名害我心情低落</p> <p>二、班排 26 20~15</p>
807 林 0 丞	<p>一、第一次的段考真的壓力很大因為才剛開始沒多久而且學的東西也很難根本不是人學的但是好的地方是有三顆合在一起不用再整天都在考試了總而言之看看別人再想想自己會發現問題的所在其實就是自己因為都沒在認真複習還有讀書可是即使是這樣第一次段考的出現仍然代表了一定的意義我們可以很篤定的說這需要花很多時間來嚴謹地論證</p> <p>二、25 希望是 22, 23</p>
807 張 0 睿	<p>一、我覺得這次的成績比我預想中的還要高，可能是數學太難讓大家的成績平均下滑，導致我從 150 名提高到 88，沒想到我無意中考完的成績成為了我第一次考到 100 名以內，可是我覺得我還不夠努力，因為我考試前一兩個禮拜才開始認真讀書，我覺得只要懂課本講什麼，就可以知道題目大概的意思，可是，我錯了，我發現題目千變萬化，有的連題目都看不懂，感覺我太大意了。</p> <p>二、8，前 10 就好</p>

## 學生心得日誌 11 月份

本月主題：

一、十一月份主題為『舞蹈比賽』，你給自己表現打幾分(1~5 分)

二、寫出這次比賽的心得和反省，可以包含訓練、檢討、比賽或是建議

字數至少 150 字哦！

班級 姓名	請同學寫出與主題相關之經驗、故事或想法。
802 楊○庭	<p>一、4</p> <p>二、在訓練的這幾個禮拜有時候學長姐會回來教導看我們，有些不會的動作我都會問學姐，或學妹不會的一些動作我會教，最後一天練習男生跳不好就被學姐罰很像拱橋的動作後來。我們這次輸了八德但我們還是有去比全國、我想要去全國贏八德雖然還是有點難過沒有拿導特優，老師再比賽前跟我說了一句話：如果我再掉花帽我全國就不能去了，所以比賽前我一直在求拜託不要掉不要掉我很想去全國，再比賽的時候我都覺得我花帽沒有鬆鬆的我很開心，之前兩年比賽都是我掉花帽扣分我都很難過為什麼我會掉花帽，這次比賽老師跟我說我有進步了聽到時我很開心??最後就謝謝集訓這幾天教導幫忙我們的老師學長姐??</p>
91124 黃○	<p>一、3</p> <p>二、這次的舞蹈比賽真的改的很多，不管是歌曲還是舞蹈，這三個禮拜的集訓，我覺得沒有很好，人都到不齊，又加上很多都改了，我們很多人都還沒進入狀況，我個人覺得有一些的態度真的很不好，明明已經答應老師要來練習，可是隔天又沒來，是不是就已經進度落後了，卻一直不來練習，雖然我們這次有進全國賽，可是以後的練習會不會跟這次一樣也說不定，至少全國賽我們一定要贏八德國中，把之前欠缺的都補回來，只有不停的練習，才可以有好的成績。</p>
903 高○好	<p>一、3</p> <p>二、練習的時候我們就已經就很嚴格的練習了但是還是練的沒有很好了很多人都愛來不來的不然就是都不來老師已經警告過他們了結果還是一堆人都不來在練習的時候已經說過了要唱歌要把手舉起來結果改了一次下一次又一樣都不改根本沒有再聽然後學姊說要集合的時候一堆人還跑走根本沒有再聽老師在罵人的時候還有人沒有再聽還在玩這次比賽其實我們很早就知道不會有好結果了但是我們還是有努力啦很多人在比賽的時候都有唱歌都有把比賽該有的表現表現出來我覺得很棒雖然最後結果不好但是我們努力過了，所以喜歡下一次比賽可以贏回來！</p>
807 張○睿	<p>一、4</p> <p>二、這次的原住民舞蹈比賽一開始很緊張，後來我抬木鼓手到現在都還是很痠，再表演的前十幾分鐘看了其它國小組的表演，大家都好賣力的</p>

	<p>在表演，幾乎出差錯，過了十幾分鐘後，就到了我們這一組，在比賽的過程中我旁邊的女生花帽掉了，我很緊張，但是我假裝很淡定，過了沒多久，他就花帽戴好了，到了中間，我發現有一些歌我不會唱，所以我沒唱，我有點自責，因為我發現那一段都是女生的聲音，男生幾乎沒唱，讓我好緊張。</p>
807 廖○奕	<p>一、3</p> <p>二、這次比賽我們沒有拿到特優跟第一 我覺得我們練習的時候都在玩沒有好好的練習 我還跟老師吵架 這次的練習時間我個人覺得很少 而且老師改很多 真的很難背下來然後再去跳 刪了很多東西也換了很多舞步 今年的原舞社很多漢人很少原住民 男生大概只有兩三個是原住民 其他的都是漢人 有點小難過 至少大家都有努力給老師看了 歌唱的不好沒關係 至少要把態度拿出來給老師看 沒有第一名沒關係 至少我們還可以去全國賽 明年的桃園市賽在加油 打敗八德國中！！</p>
805 呂○孜	<p>一、3.5</p> <p>二、我們原舞社花了很多時間練 每天放學都會練 雖然會很累會流很多汗 但是上場比賽的時候 看到整個原舞社在舞台上閃閃發亮的樣子真的好美 跳起來的樣子真的很好看 歌聲雖然不是很好聽 但是至少有唱出來 感覺真的很好！希望全國賽的時候可以贏過八德 拿到理想的成績！原舞社的大家加油加油！</p>
811 林○廷	<p>一、4</p> <p>二、這次的比賽前練習我覺得我沒有比七年級一樣認真練習 這次的練習因為有很多好朋友跟著練 所有我常常分心跟他們一起玩 一直聊天常常沒有注意老師在說什麼 後來又跳錯 雖然我也有意識到不能這樣下去 但還是沒辦法克制 我覺得我要好好的改 然後這次比賽我還是有出現一點失誤 腳沒有點好 抱歉了</p>
801 杜○頤	<p>一、3</p> <p>二、謝謝老師一直以來的教導，雖然有時候很讓老師生氣，但我有心的學習舞蹈，也謝謝義弘老師的教導，在我們旁邊教我們，也都和家錦老師帶領著我們去比賽，甚至進全國賽 謝謝叫我們的義弘老師和家錦老師，謝謝你們。??(??? ??? ???)??(???⊙???⊙?)</p>
807 陳○妍	<p>一、3</p> <p>二、這次比賽前的練習 說實在是有點趕 因為有很多新的舞蹈 練是可以練的熟但跳的漂不漂亮就是另一回事了 還有這次的歌聲也不知道問題出在哪 可能是不熟悉 也有可能是大家都不願意開口唱 常常很多地方都會突然沒聲音 又有時候聲音會跑調 雖然我這次有大聲唱 但還是唱的沒有很好聽 舞蹈的話動作就會卡卡的 希望全國賽前可以把動作練順練好看</p>

	也希望大家可以專注在跳舞的過程 不希望老師一直對我們很失望啊啊啊??
905 白○瑤	<p>一、3.5</p> <p>二、這次比的成績真的沒有很好 歌聲走音的走音 到最後面大家都喘唱出來的聲音都變的很小聲 但在這三個禮拜 看的出來全部人都很認真在練 畢竟有很多歌和舞都是新的 全部人都從零開始 我最滿意的事至少男生有唱歌 聲音也有變大聲 女生該轉頭的有轉頭 該側身的有側身都有把老師的話聽進去 雖然這次成績沒有很理想 但沒關係全國賽贏回來就好了</p>
90209 陳○豪	<p>一、2分</p> <p>二、我覺得這一次的比賽有很多人都跳的不好還有唱的不好也包括我，而且我們練習時間還有很多人都沒來，還有的不想來裝病裝痛我覺得這些理由很不應該小小的病就稍微忍一下就好何必請假，比賽都快到了我們練也都練不好更應該積極練習、加強練習希望下一次的練習大家都能積極的練習能提早到練習地點就提早到，不要拖拖拉拉的有希望大家的歌聲和動作能有所改變，下一次的練習我要開始認真跳舞唱歌，順便教導一些跳不好的學弟妹!!!</p>
80721 陳○婕	<p>一、2</p> <p>二、上次七年級我只有跟去，沒有實際上台比賽過，這次八年級我可以去比賽了，能比賽我超開心的，在要比賽的那一天我早上很早就起來了，再去的路上我很緊張，到了現場，場地好大喔，開始比賽了，中途我的花帽掉了，我很慌，可是又不能直重綁，跳完後，我覺得如果第二名大部分的責任會是我，分數出來後 89.6 的樣子差一點點就特優了，然後我們第二名，真的好可惜，希望全國賽時都順順利利不發生其他的事情。</p>
908 張○雯	<p>一、3分</p> <p>二、這次比賽前我們幾乎每天都在訓練，第一個禮拜我還認為自己一定沒辦法跟上大家，所以後來我只要有不會的地方，我就會問黃瑜珈怎麼跳還有看大家的動作怎麼跳，慢慢的慢慢的第三個禮拜我就學得差不多了，都會了，但是還是沒有做到老師要的程度，所以全國賽我會再努力一點。</p>
706 陽○喬	<p>一、2</p> <p>二、比賽當天是我第一次代表學校比賽，所以特別緊張，看了影片之後也覺得當天沒有跳的很好。老師教導的很好，可是因為大家個人的問題，認真的認真，不認真的不認真，導致我們達成不了老師對我們的期望，希望我們經過這次比賽的影片能知道自己跳不好的地方是哪裡還有自己為什麼跳</p>

	<p>不好的原因,來做改善. 希望這次全國賽大家都能認真的一起完成,不要再辜負老師們、學校的人對我們的期望</p>
708 胡○麒	<p>一、4.5</p> <p>二、我覺得我不夠努力唱歌都沒有唱出來還有我有些動作有失誤我都覺得我不夠努力的在練習有時候還會跟學長聊天就沒有在聽老師說什麼,如果還有可以出學校比賽的機會的話我一定會好好練習認真跳好每一個動作,出校園比賽我也有學到經驗這是我第一次出校門跳舞好像也沒有多盡力,還有訓練時我也很感謝一些學長學姐努力的教我動作他們也很有耐心感謝原舞社帶來的快樂</p>
905 陳○晴	<p>一、2</p> <p>二、對於歌、舞都沒有到很精熟,沒有到很完美,希望全國賽集訓的時候能再加油,現在的失敗是以後的警惕。集訓過程中,很多人要來不來或是遲到,然後常常嬉鬧。全國賽集訓的時候如果有人在嘻笑玩鬧的話,就讓他跑操場三圈,再犯者就俯臥撐50秒加操場跑四圈,集訓不是來玩的。這次的落敗讓我有點挫折,因為之前都是以第一名去參加全國賽,現在卻是替補出賽,這次的表現確實有點差強人意,歌走音,舞不熟。希望大家把這次的遺憾和不甘轉為動力,全國賽再加油!</p>

## 學生心得日誌 12 月份

本月主題：

- 一、十二月份主題為『50 週年校慶』，你印象最深刻的活動是什麼？為什麼？
- 二、校慶演出有什麼心得，至少 150 字喔

班級 姓名

請同學寫出與主題相關之經驗、故事或想法。

908 張○雯

- 一、表演原住民舞蹈的時候，因為那時候是最開心的時候
- 二、我們校慶的演出，也就是原住民的祈福舞還有舞曲，最開始我在演出前還特別的緊張，很怕會因為緊張跳錯什麼的，我還緊張到肚子痛了，到預備區就很想趕快上去表演，上去表演到舞曲之後，真的很意外大家都上來跳，所以很開心大家為我們捧場，還有吳子毅主任也是一樣，讓我們跳的開心快樂又有氣氛，那天應該是我每次的表演之中最開心的一次了。

703 姚○溱

- 一、穿到族服，因為以前就真的很想穿
- 二、這次的校慶演出之前我非常的緊張，我很怕我跳錯，這也是我第一次要在全校演出，雖然在練習的過程裏有點累，可是還是很好玩，演出當天，因為衣服好像算錯了，所以只能先讓給學姊，雖然有點難過，可是老師說明年的全國賽就可以穿到了，然後家錦老師還給沒有上台表演的人一人一張禮卷，之後義弘老師還給我們吃麥當勞當補償，好好吃??

903 高○好

- 一、各班的表演，大家表演的都很幫阿！而且九年級這次表演的歌幾乎都是兒童的，我們班最不一樣我們班跳超中二的舞，結果還上新聞！超尷尬的！嚇到餒居然有拍新聞的人來學校，我以為只是單純像以前辦運動會而已！
- 二、這次 50 周年校慶真的好棒，星期六有音樂會大學的學姊超正的，全校都在尖叫，國小表演的超棒的！！！超愛打鼓的超震撼的！！！只是因為天氣不好所以沒有跑步，之後還要補賽好可怕... 星期日大家都超開心的！只是好冷啊！大家表演的真的很好超怕跳一跳滑倒的，原舞跳之前超冷的！跳完之後變得比較熱了，而且 9 年紀的還跟我們一起跳超開心的！大家一起跳比較不會尷尬，而且還很歡樂，超開心最後一年的校慶還可以這麼的快樂真的好幸福啊????

80226 楊○庭

- 一、原舞社表演，很多人觀眾上來一起跳好嗨
- 二、我本來要跳的但衣服不夠前一天老師有點人數都有點好但有一個學姐沒有來沒有點到所以有些人沒有上去跳很多人衣服少東西，我少圍兜兜所以我就想那我讓學姐跳我下去幫忙拍照老師說我練那麼天這樣很可惜餒，可是我少衣服啊所以就讓學姐吧，在拍照的時候我突然好想跳喔但要拍照



902 陳○豪	<p>一、讓我印象深刻的只有社團表演，因為有許多班級的同学都一起加進來跳舞讓我覺得有點意外，但玩的很開心！！</p> <p>二、我對於這一次的校慶演出有一些心得，我們今年剛好是 50 週年所以有邀請歷屆的學長姐們回來一起練習、表演但參加的學長姐們大概也只有 4 到 5 個人，我原本想說會有更多的學長姐回來害我期待了一下，不過 4 到 5 個人也可以至少還有學長姐願意回來大崗幫忙一下。表演當天是下雨的狀態所以我們躲在帳篷裡跳舞，跳著跳著突然有人也闖進來學我們跳舞，然後學後學校就說來啦來啦大家一起進來跳舞，一瞬間變得非常多人讓場上氣氛炒熱！這是我這輩子最刺激的表演</p>
807 陳○婕	<p>一、我覺得是我們原舞社的表演，大家都一起跳，好像家長會長也有下去跳，主任也有下去跳，場面很嗨。</p> <p>二、這次的校慶活動，學長姐也有回來一起跳，老師這次教了祈福舞，讓九年級的學長姐一起跳，老師還帶了比比賽還要短的族服裙子，說比較好看。這次義弘老師也下去跳，老師超認真還錄影回家練，老師的衣服比較不一樣，所以表演當天從台上望去，一眼就能看到老師！</p>
805 呂○孜	<p>一、園遊會 因為沒有體驗過</p> <p>二、很多人在看 還有很多人跟我們一起跳 這種感覺好讚 大家都在關注原舞社的大家 大家跳的真的好好看</p>
807 陳○妍	<p>一、音樂會 學校邀請了很多所小學還有大學的學生，每個表演都讓我目瞪口呆，所以就印象很深刻</p> <p>二、很多學長姐都回來跳舞，在跳舞的過程中帶動了很歡樂的氣氛，雖然在旁邊幫忙拍照，可是也感受的到那種愉悅的感覺 還有很多大家長上去跳舞 其實蠻好笑的 畫面很雜 但很快樂</p>
905 陳○晴	<p>一、3 對 3 籃球賽，因為看到很多比我年紀小的學弟妹打籃球打得比我還厲害，有一種非常神奇的感覺</p> <p>二、這大概是我國中最開心的一次校慶演出。有別於以往的自己唱自己跳，這次改為放音樂跳，校慶演出的精彩度依然不減，而且表演從來沒有那麼熱鬧過。雖然天候不佳，又加上寒冷的風，但也不影響我們的發揮和我們的熱情。我覺得大家一起快樂的舞蹈是一件很好的事情，之前都是只有我們原舞社的人在上面表演，但這一次不一樣，今年大部分的同学都有一起上來跳舞，雖然不一定會跳，但能確定的是，每一個人都很開心，即使戴著口罩，也看得出來大家都在歡笑，這是最棒也是最完美的一次演出。</p>
808 劉○菲	<p>一、原舞表演 因為原本前面好好的在表演 突然一堆人衝出來真的有嚇到 直接變的超熱鬧 超愛這種感覺</p>

	<p>二、這次表演跟以往的超級不一樣 好好的表演變成大家一起演出 這樣才有該有的氣氛 但是很可惜 因為老師沒有準備齊全衣服 導致很多學妹沒辦法一起上台演出 希望下次 校慶表演可以像這次一樣熱鬧也希望天氣能好一點 下次畢業學長姐也能再繼續跟我們一起演出因為這次演出讓我期待下次校慶 繼續熱鬧 把無聊的表演變的更有趣更好玩</p>
903 張○君	<p>一、原舞表演的後半段。 因為很熱鬧，也有不是原舞社的人上來跳舞。</p> <p>二、我覺得這次的運動會表演很棒，我很喜歡，雖然當天很冷、也在下毛毛雨，但跳著跳著就暖和起來了，這是我在大崗國中最後一次在運動會的表演，我覺得我們表演的非常完美，而且與前兩年相比，我們這次跳的舞很不一樣，很特別，這次我們不是跳比賽時跳的舞，而是配上一些流行音樂然後串連在一起，我很喜歡，還有一個很特別的地方，就是義弘老師也有上去跳舞！老師很努力的在練習 u。而且後半段也讓不是原舞社的人上來跳舞，超級的熱鬧！</p>
807 廖○奕	<p>一、原住民舞蹈</p> <p>二、我沒有上去跳 但是我有在休息區那邊看原舞社的朋友跳 我覺得他們很勇敢還有老師上去跳 我因為成績不能去跳有點可惜 當時跳到後面的時候幾乎全校一半的學生都上去跳 我們班導也叫我上去跳 可是我因為下雨加上懶的跳就沒去了 真的很後悔 第一次看到這麼多人喜歡原舞很感動 下次運動會如果成績有變好 我一定要去跳 沒去跳真的很可惜. _.</p>
909 曾○雯	<p>一、跳開場舞我三天就把他學會我超有成就感</p> <p>二、今年雖然下雨但演出也沒有停大家也都很努力為這次的校慶做準備 每一年大家的表演都很精彩也有邀請其他學校的學生來表演這次四年一次的園遊會也剛好九年級都有參加到希望在這 7 個月可以在跟大家創造美好回憶。</p>
911 古○如	<p>一、原舞社的表演 因為很好玩也很享受</p> <p>二、這次的 50 周年校慶很有趣,也是這三年最印象深刻的一次運動會,與以往不同的是,有兩天。 在籌備 練習運動表演我們都很努力的練習,不管是在午休時間 不管是在放學後留下來的時間練習。每次的練習都抱持著開心且期待的心情來練習,很享受跟著音樂在節拍上舞動快感,就算跳到後面小腿會像跑 800 那樣的痠但還是想要跟著大家一起隨音樂搖擺身體。</p>

911 黃○	<p>一、園遊會，因為園遊會有賣很多吃的。</p> <p>二、這次 50 週年的校慶我們用音樂的方式來呈現，跟以前的很不一樣，這一個星期的練習裡也學習了一些舞曲，以前畢業的學長姐也一起回來練習，在演出我最印象深刻的是最後的那三首歌曲，不管是學生還是以前的校友都一起上來跳舞，讓氣氛都熱鬧起來，雖然我們只有一個星期的練習，但我覺得大家能一起跳舞真得很棒，也讓我在運動當天留下精采的回憶，深深烙在我心裡。</p>
805 呂○孜	<p>一、園遊會 因為從小到大都沒有體驗過 而且還可以賺錢 真的是太棒了</p> <p>二、看到大家穿著族服 跳舞 真的是很開心 邊跳邊笑 看到大家的笑容 跟舞蹈真的是很好看 真的很謝謝學長姐 回來跟著我們一起跳舞 學長姐都是利用放學來練 一定很累 但是他們還是很認真練 真的很感謝學長姐 跟家錦老師的教導 謝謝大家 跳的真的很好！</p>
811 林○廷	<p>一、我印象最深刻的事是園遊會，因為我們這組用了超低成本的印尼炒泡麵就賺的盆滿鉢滿，我個人原本想說用這麼懶的食材應該會賣不出去，但我的神隊長卻硬要賣這個，而且價格超超超誇張一個炒泡麵大概 12 元加上一個雞蛋 7 元他卻要賣 50 元超誇張我想說完蛋了要虧錢啦～但又沒辦法阻止他因為他是我的好麻吉所以就聽他的我們就這樣決定了，但到了當天讓我出乎意料的事我們竟然在短短的 30 分鐘內就把 60 份炒泡麵賣完了真的是太太太牛逼了，後來我們一個人大概賺了 600 多，我也學到了原來便宜的東西只要煮的好吃不管在怎麼貴都會有人買.??????</p> <p>二、這次校慶表演前我們所有的原舞社隊員我覺得都很棒因為我有看到大家都有認真的練習還有我們帥氣的義弘老師也超棒他其實不用跟著我們表演但他卻跟著我們一起練而且還一起表演超棒勺儿，然後表演的時候我也有盡全力的去跳完這個舞蹈，讓我最驚訝的事是我們在表演的時候觀眾們都超嗨勺儿甚至上來跟著我們一起跳雖然有的不會跳但他們能上了跟著我們跳增加氣氛我也非常的開心。原舞社萬歲??</p>
708 胡○麒	<p>一、我印象中最深刻的是原舞的表演 因為到後面超多人來挑</p> <p>二、我覺得對於校慶的演出我非常的滿意因為 在學校非常的熱鬧還有運動會完後，每一個班都有買好吃的例如有滷味, 乾冰汽水, 炒泡麵之類的，我那時只買到了一杯飲料而已然後下去逛的時候每一個班那是都差不多收攤位了我覺得很可惜下次我一定要趕快下去買要不然就沒機會了</p>