



🎵 學校名稱：嘉義縣立大埔國民中小學

🎵 計畫名稱：111 年度大手拉小手青少年引導計畫

-- 「銅管悠揚樂無窮」

🎵 贊助單位：陳文傳先生





敬愛的財團法人普仁青年關懷基金會及陳文傳先生：

感謝 貴單位的引導計畫協助本校管樂隊練習與活動，今年(2022 年)本校管樂隊參加嘉義縣管樂比賽獲得國中組行進管樂優等第二名之佳績，而且本次名次級分數都更加進步。您的捐助不僅使大埔管樂隊能持續運作，並有經費聘請專業管樂老師遠道長期指導，帶給孩子們學習另一項技能肯定自我的機會。學生學習管樂不僅展現團隊合作的精神，與演奏優雅動聽的曲目，在辛苦有紀律的團練後，對外比賽也能獲得優良的成績、成就感與自信心，幫助學生適性發展。也謝謝貴基金會的助學計畫，幫助了許多學生順利就學，我們的學生不一定能學業突出，但學生在這樣的協助與尊重下，建立自信與負責的態度，學生至少可懷抱希望長大，或找到信心和力量，勇敢生存在不幸環境中。

本校位於嘉義縣極偏山區，學生家庭經濟及文化弱勢族群比例高，唯有讓學生透過多元學習方式，才能啟發學習的興趣，找到自我潛能並實現自我發展目標。藉由結合品德與管樂的生活實踐，讓學生培養興趣及修身養性，成為一個更好的人。由衷感謝普仁青年關懷基金會的支持，不只為高關懷孩子打造一個生活無虞的環境，且提供了無數有溫暖和安全感的陪伴。期待我們共同培育學生擁有感恩的心，進而關懷更多需要幫助的人，形塑一個良善的社會。

大埔國中小校長 陳育恬 112.01.17



普仁青年關懷基金會

Puren Youth Care Foundation

大手拉小手青少年引導計畫成果冊

學校名稱：嘉義縣立大埔國民中小學

計畫名稱：111 年度「銅管悠揚樂無窮」

贊助單位：陳文傳先生

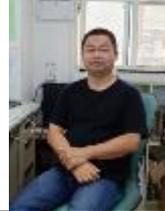
目 錄

壹、大埔國民中小學基本資料	P2
貳、執行計畫書	P3
參、學生心得摘錄	P16
肆、學生自評表	P97
伍、學校執行成效自評表	P132
陸、基金會贊助設備之「學校設備財產冊」	P133
柒、學生升學狀況調查表	P135
捌、執行活動花絮	P136
玖、競賽獎狀	P143
拾、執行報導	P147



大埔國中小學校基本資料

校長:陳育恬 學務主任:李佩馨 訓育組長:蔡岳廷 專任教練:林光祥 專任教練:陳英杰



1. 班級數:3 班、學生 33 人。
2. 教職員工:16 名。
3. 弱勢學生高達 24 人(剔除重複人數), 佔全校 73%。

全校學生人數 33 人, 每班平均約 11 人。

中低收入戶人數 4 人, 佔 12%。清寒家庭(不含低收入戶)人數 2 人佔 6%

外籍配偶人數 11 人, 佔 33%。隔代教養人數 6 人, 佔 18%。

單親家庭人數 7 人, 佔 21%。

原住民 0 人, 佔 0%。殘障人士子女人數 2 人, 佔 6%。

總計弱勢家庭人數高達 21 人次、佔全校百分之 63。(剔除重覆人數)

4. 計畫執行成員(參與管樂計畫)-學生(選手背景分析)

學生家庭狀況					
項目	人數	備註	項目	人數	備註
雙親	23		身心障礙子女	2	
單親	10		外配子女	12	
失親	0	無父母扶養之學生(2 位皆為監護人歿), 由親人或祖父母扶養。	曾中輟之慮	0	目前選手皆能願意配合學校作息。
隔代教養	6	父母離異, 由祖父母協助教養。(監護人沒有居住一起)			
學生家庭經濟狀況。					
項目	人數	備註			
低收入戶	3	公所審核			
中低收入戶	3	公所審核			
清寒家庭	3	村里長審核			



貳、執行計畫書

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

「銅管悠揚樂無窮」

執行計畫書

首次申請

曾接受本會 101-110 年度贊助

申請單位：嘉義縣立大埔國民中小學

單位主管：林子欽 電話：05-2501014#201

計畫主持人：林子欽 電話：05-2501014#201

主要參與人員：張安均、紀少騫、張雅雯

中華民國 110 年 9 月 13 日



附表 1-3

普仁「大手拉小手」青少年引導計畫 學校承諾書

本校嘉義縣立大埔國民中小學（學校全銜）接受財團法人普仁青年關懷基金會「大手拉小手」青少年引導計畫贊助，願訂立本承諾書，承諾遵守下列約定事項：

- 第一條 本校承諾願意配合於基金會網站每月定時上傳進度報告（如：靜態文字或圖片、動態影片或簡報檔等），以供徵信。
- 第二條 本校承諾願意配合進行年中評估及年度結報工作，若年中評估未達評審標準時，基金會得暫緩或停止第二期贊助款。
- 第三條 計畫獲得核准贊助設備或服裝費用時，本校願意在適當處放置基金會標誌及基金會名稱（附表 4）以協助推廣引導計畫精神。
- 第四條 本校承諾本計畫贊助款專款專用，所獲資助設備應列入學校財產管理，且於年終檢附設備財產清單及經費核實結報，並彙整成果資料一份以利基金會核銷。
- 第五條 本校願配合參與基金會相關成果展出，協助推廣引導計畫成效。

本校若有未依上述承諾執行之情事，願自動放棄各項贊助並繳回之前已贊助之經費。



校長 林子欽

中 華 民 國 1 1 0 年 9 月 1 4 日



一. 計畫摘要

嘉義縣立大埔國民中小位處極偏山區，文化資源及刺激嚴重不足，學生多屬經濟弱勢族群，單親家庭、隔代教養比例偏高。身為嘉義縣大埔鄉教育、文化核心第一線，學校要思考的是身為教育者的我們，能帶給我們的孩子哪些帶得出校的人生之禮物，因此觀察偏鄉孩子肯吃苦耐勞的性格，發展了行進管樂，學生除了學會樂器之外，透過行進管樂的練習與合奏，建立了團隊合作、自重互信的精神。本校在實驗教育的轉化時期，也重視學生的學習歷程，因此學生會透過學習依樣樂器來建立自信，由於學生家庭環境多屬弱勢，因此本校未來管樂隊的發展應心理輔導與技能並重，尤其課業學習實施補救教學，期許學習不中斷，因 貴會的協助本校管樂隊才得以順利推行，學生也才能有機會成長。亦盼以提出本計畫之申請以延續以往之管樂訓練，落實偏鄉文化藝術紮根教育，重塑大埔管樂隊精神，讓樂音在偏鄉飄揚。總而言之，希望藉由普仁計畫資源的挹注，讓大埔的孩子們，翻轉藝文教育資源偏鄉的命運。

管樂的學習是非常不容易的，本校考量到這點，因此結合本校國中小合併的優勢，秉持著學習不中斷的精神，將管樂學習向下延伸至國小，目前規劃從國小高年級將管樂課程排入音樂課裡，以利銜接至國中的學習，未來更期許能在向下延伸至中低年級，方能有學習歷程的完整性，也藉此從小培養學生的藝術涵養及興趣，銜接至國中後樂器的操作及技巧方能熟習，以利現今多元升學管道超額比序之加分。

在教育文化部分，由於交通上的不便，造成學生鮮少有機會參與各項藝文活動，藝文文化資源相對貧瘠。從社會經濟方面分析，學生多屬經濟弱勢族群，單親家庭、隔代教養比例偏高，學生家長大都是付出勞力的基層勞工或以務農維生，接受藝術與人文的文化刺激較為缺乏。誠如嘉義縣前縣長張花冠所言，若嘉義縣被譏為文化沙漠的話，大埔鄉的藝文資源無疑是沙漠中的沙漠，沙漠中的死人谷。故身為嘉義縣大埔鄉教育、文化核心第一線，本校長期推廣管樂教育，將藝文資源帶入偏鄉，提升偏鄉藝文發展，均衡城鄉發展及落實文化平權。



二. 過去執行成果

過去十年，在普仁基金會的贊助之下，使本校的師資及資源能夠維持，管樂課程除了有固定練習之外，寒假我們也邀請不同樂器專業的師資，協助本校學生能夠更專精自己的樂器，而今年暑假因為疫情，雖未能引進嘉義大學的資源進行集訓，但感謝貴會同意變更經費，使我們能邀請打擊及低音部的管樂教師，加強學生的基本吹奏能力，使學生能提升演奏水準，使本校能夠有機會參加嘉義縣學生音樂比賽的行進管樂。

(一) 執行狀況與成效：

1. 參加 109 學年度嘉義縣學生音樂比賽行進管樂比賽 (109 年 11 月 20 日)
2. 110 年平時練習情形
3. 110 年寒假集訓(110 年 2 月 4 日、2 月 5 日)
4. 捐贈車儀式演出(110 年 1 月 23 日)
5. 校慶演出(110 年 3 月 26 日)
6. 110 年暑期集訓(110 年 8 月 26 日、8 月 27 日)

(二) 活動花絮照片



109 年 11 月 20 日行進管樂比賽

109 年 11 月 20 日行進管樂比賽



109 學年度下學期平時練習 (4 月)



110 學年度上學期平時練習 (9 月)



109 學年度下學期平時練習 (5 月)



110 學年度上學期平時練習 (9 月)



110 年 2 月 4-5 日寒假集訓



110 年 2 月 4-5 日寒假集訓



捐贈車儀式練習



110 年 1 月 23 日捐贈車儀式演出



110 年 3 月 26 日校慶演出



110 年 3 月 26 日校慶演出



110 年 8 月 26-27 日暑期集訓



110 年 8 月 26-27 日暑期集訓



三. 計畫動機與目的

本計畫融合更融合 108 年課綱之「自主行動」、「溝通互動」、「社會參與」三大面向的核心素養，在 A「自主行動」面向，基金會所提供的樂器，使學生能夠善用樂器資源，在管樂老師教學後，可透過老師的引導擬定自行練習的計畫，並達到主動學習之素養；B「溝通互動」面向，學生透過老師的教學，能夠具備運用音樂符號、表情達意的素養，並透過藝文體驗活動學習音樂欣賞之基本概念；、C「社會參與」面向，學生在行進管樂比賽訓練的過程中，學習利他與合群的知能與態度，並培育相互合作及與人和諧互動的素養來完成一場比賽及演出。在既有基礎上，以音樂素養之加深加廣為課程主軸提出計畫申請。盼以藉由本計畫之提出，延續本校一直以來成立管樂隊之基本理念：「讓每個孩子可依自己的興趣去選擇自己想學的樂器，不因家庭經濟因素而限制孩子想學音樂的心。」學生透過管樂的訓練與演奏經驗下，建立自信心，肯定自我價值，發展多元智慧、發揮特色才藝，增強青少年自我引導學習，實現成長夢想，進而成為藝文資源散播的衛星，提昇社區藝術人文水準，培養學生為優雅的世界公民。讓音樂伴隨孩子成長、撫慰心靈、滋潤情感、豐富生命內容，使音樂成為生活的一部份，為人生旅程中重要的支撐，建構真善美的優質生活。

原計畫規劃一系列管樂訓練課程，希冀藉由管樂之訓練帶領本校學生一窺藝術之堂奧，而本年度更進一步融合旗隊舞蹈的協助，同時展現聽覺藝術及表演藝術的力與美，也讓整個行進管樂更加有活力，以利於目前學校管樂本位特色的跨領域課程，增添大埔地區特色之音樂文化。



四. 問題界定與需求評估

(一)發展問題的界定：

1. 偏鄉藝文發展權的實踐，藝術教育的匱乏

發展權是個人、民族和國家積極、自由和有意義地參與政治、經濟、社會和文化的發展並公平享有發展所帶來的利益的權利。發展權作為一項基本人權雖已逐步為國際社會所認同。嘉義縣立大埔國民中小學隸屬嘉義縣的特偏學校，藝文資源本就短絀。但身為嘉義縣大埔鄉教育、文化核心第一線，本校長期推廣管樂教育，將藝文資源帶入偏鄉，提升偏鄉藝文發展，均衡城鄉發展及落實文化平權。

2. 學生學習資源的不足

對於偏鄉的孩子，管樂的學習是非常不容易的，從吹出第一個音就要費上很多的資源，鑑於近年來升學制度改變，國中生錄取高中的管道更加多元，透過比賽累積升學積分，在一般都市資源充沛的情況下，參與各項比賽皆為常態，而偏鄉的學生因學習資源不足，以致無法參與大型競賽得到分數，因此本校透過管樂本位課程，培養學生學習管樂合奏，同時也能表現自己，以爭取榮譽的最佳舞台。

(二)需求的評估：

1. 藝能科師資的缺乏

發展管樂隊為學校本位發展特色之一，但因地處偏遠，師資難獲，加上經費拮据，所幸在歷任校長辛苦對外募款尋求支援下，才堪以維持。盼以提出本計畫之申請以延續以往之管樂訓練，落實偏鄉文化藝術紮根教育，重塑大埔管樂隊精神，讓樂音在偏鄉飄揚。

2. 偏鄉學子舞台的發揮

以往學校管樂隊比賽以管樂五重奏為核心，自林校長接任後，為讓更多學生能夠接受音樂文化的薰陶，改制為行進管樂，使每個學生都能學習一項樂器，再加上旗隊的協助，使每一位學生都有站上舞台的機會。



五. 計畫內容（多年期計畫請簡短敘述逐年執行內容）

1. 參加對象

國中部學生共 30 人，名單詳如附表 1-4 參與名冊。學生可依據個人興趣及專長選擇樂器來演奏，另於 107 年開始國小五、六年級亦列入招生對象，國小部五至六年級 19 人，共計 49 人，共同上課可將所習得之技巧傳授給學弟妹，亦可培養團隊合作精神，此乃本校優良傳統之一。

2. 行進管樂課程進行方式

- (1) 樂理認知—每週透過音樂課由音樂教師教授樂理知識。
- (2) 吹奏練習—每週安排 2 節吹奏課程，由校方外聘管樂專長教師授課。
- (3) 擊樂練習—每週安排 2 節打擊課程，由校方外聘管樂專長教師授課。
- (4) 行進旗隊—每週安排 2 節打擊課程，由校方外聘管樂專長教師授課。
- (5) 合奏行進管樂練習—每週安排 3 節行進管樂合奏課程，加入旗隊使圖形變換的表現融合行進管樂表演。
- (6) 移地交流參訪、參賽—透過參訪其他管樂比賽，學習合奏及演奏方式。

3. 課程安排：由教導處安排藝術與人文彈性課程及學校本位課程進行管樂課程教學

4. 課程時程及授課內容：

- 每週各班音樂課—樂理知識教授。
- 每週一—上午 10：20-12：00 吹奏、打擊課程、旗隊分組練習。
- 每週一—下午 13：15-16：00 行進管樂合奏練習。
- 寒、暑假外聘專業教師，使學生能夠透過精緻小班的教學，提升演奏技巧。
- 開辦暑期營隊進行經驗的傳承，暑假期間邀請嘉義大學音樂系舉辦夏令營進行指導，而時間配合輔導課做調整。

5. 訓練地點：禮堂、國小及國中部操場

6. 訓練教材：由指導教師提供影印教本、譜冊、譜本，另視經費狀況斟酌購買。

7. 表演及競賽安排：



- (1) 校內表演：參加校慶及管樂隊成果發表，以訓練台風膽識，並提升學校藝文氣息。
 - (2) 校外表演：受邀協助當地藝文活動，培養付出己力、關懷社區的精神。
 - (3) 參加比賽：參加縣賽、全國賽爭取佳績，增加升學機會。
8. 執行時程：111 年 1 月至 111 年 12 月
9. 組織分工表請參閱第七項附錄 2
10. 未來對其他社會資源之籌募及運用規劃：
- (1) 110 學年度推動教育優先區補助學校發展教育特色管樂隊培訓計畫：支應外聘教師鐘點費、校外競賽、交流之膳費、旗隊器材、材料等費用。
 - (2) 111 年度防治學生藥物濫用多元適性教育活動實施計畫：支應外聘教師教授國小部管樂隊及旗隊學生之教師鐘點費、國小部協助校外競賽、交流之膳費、旗隊器材、材料等費用。
 - (3) 本校家長會：補助購置比賽服裝、上述經費不足之膳費、及各項雜支費用。
 - (4) 積極向曾文水庫南水局、大埔鄉公所及民間團體申請相關教學經費補助。

六. 計畫評估及預期效益

1. 藉由藝文學習上的熱誠，減少一般課程的枯燥乏味，帶動求知風氣，相互激勵，促使學生身心正常發展。增強青少年自我導引學習，實現成長夢想。
2. 學生透過管樂課程能夠學會一項樂器，並透過練習熟悉該樂器的使用。開發青少年多元智慧，協助青少年建立自信心，肯定自我與價值，豐富生活經驗。
3. 透過藝文體驗活動，例如：管樂比賽、音樂會、管樂節等，使學生能有多元的藝術學習管道、提升藝術鑑賞的能力，並增進教師藝術教學專業。開啟青少年潛能與學習興趣，協助其適性發展。經由對藝術的學習，引導學生熟悉、欣賞藝術之美，激發其藝術潛能，發展以學校為本位的藝術與人文課程。
4. 結合在地文化，整合社會資源，創造與社區藝文結合的舞台，使學生有機會展現練習成果，共創社區與校園友善關係及提升社區藝術涵養。

※本表「評估項目」項需含：高關懷學生數及比例、中輟人數、未來繼續升學高中職人數…等項目。



評估成效	量化指標	評估方法與工具	期中量化評估結果(數據)	期中量化評估結果說明(文字)	期末量化評估結果(數據)	期末量化評估結果說明(文字)
一、提升學生藝文素養及學習熱誠	1. 參與練習未缺課	學生名冊及點名單				
	2. 能參加演出或競賽	1. 參與縣市級音樂競賽(檢附獎狀及名冊) 2. 參與社區及校外團體演出				
	3. 透過音樂課及參與校外交流展現對課程的學習的興趣	教師及學生評量表				
二、藉由團隊規範養成學生規律行為，增強正常化學習	1. 學生能透過行進管樂之合奏培養團隊精神	1. 參與縣市級音樂競賽(檢附獎狀及名冊) 2. 參與社區及校外團體演出 3. 教師及學生評量表之回饋				
	2. 原高關懷學生參加社團後能提高到校出席率，減少中輟生	中輟通報記錄				
三、學生自我價值展現	1. 學生能學習一項樂器，並表示參加管樂社團能對自己更有信心	學生評量表				
	2. 學生能透過競賽累積升學積分，提高學生升學意願	學生升學調查表				



七. 附錄

1. 組織分工表

職稱	負責人	工作執掌
召集人	校長 林子欽	督導「銅管悠揚樂無窮」計畫相關事宜
執行秘書	學務協行 張安均	撰擬計畫、經費核銷等事宜、資料之蒐集、彙整及成果製作
資料組	訓育組長 張雅雯	協助召集人召開會議、研擬課程、聘用人員、經費核銷等事宜、
課務組	教學組長 陳岳駿	協調授課教師、安排教室、協調課務
總務組	總務主任 莊心然	教具學具採購、場地佈置規劃、協助經費核銷
資訊組	課程組長 姚逸盛	網頁製作、訊息發佈
活動組	學務主任 紀少騫	規劃展演活動與邀請社區民眾參加
教學組	管樂教師 林光祥	<p><u>個人簡介：</u> 投入音樂工作大約二十年，有豐富的指導、比賽經驗，曾經指導過多所學校與學生參加全國音樂比賽、室內管樂合奏、室外行進管樂、直笛合奏及個人組等，獲得全國第一名、特優、優等等佳績。</p> <p><u>專長：</u>直笛合奏、室內合奏、室外行進管樂、樂器維修</p> <p><u>經歷、演出或參與記錄：</u>中華民國陸軍總司令部軍樂隊長號首席、台中愛樂管弦樂團長號手及實習指揮、嘉義市管長號手</p> <p><u>現任：</u> 嘉義市樂活管樂團長號手、嘉義市松韻音樂教室音樂老師、嘉義市宣信國小管樂老師、嘉義市輔仁中學管樂團指導老師、嘉義縣大埔國中小管樂團指導老師、嘉義縣鹿草國中管樂隊指導老師、嘉義縣大林國中音樂班及管樂班指導老師、嘉義縣新港藝術高中管樂社分部老師、天國樂團中區分部老師。</p>
	擊樂教師 陳英杰	<p><u>個人簡介：</u> 自高中時期開始接觸打擊，對各種節奏樂器培養濃厚的興趣，並於在學期間加入嘉義市管樂團、國立台灣交響樂團青年管樂團、目前擔任樂活管樂團打擊首席。曾受邀參與多場不同性質的音樂會演出擔任爵士鼓手、打擊樂手，且在演奏能力精湛頗受肯定之外，更致力於爵士鼓教學及打擊技巧研究，教學經驗豐富！</p> <p><u>專長：</u> 爵士鼓、打擊樂器、鍵盤樂器</p> <p><u>現任：</u> 1 J's Percussion Education System 爵士鼓系統教學創辦人 2 以樂教育學苑 打擊樂、爵士鼓負責人 3 斗南艾格樂音樂教學中心、國立中正大學熱音社、爵士樂社、</p>



		嘉義縣鹿草國中、嘉義市宣信國小、斗南鎮斗南國中、嘉義縣大林國中、嘉義縣竹崎高中、嘉義縣朴子國中、嘉義縣新藝藝術高中打擊教師
	旗隊教師 李依倩	<p>個人簡介： 畢業於民雄國中舞蹈班，台南女子技術學院舞蹈系，舞蹈教學經驗 19 年。</p> <p>專長： 兒童舞蹈開發、成人舞蹈及健身、功能綜合訓練、古典五、芭蕾舞、武術、民族舞蹈、現代舞、街舞、爵士熱舞、拉丁舞、體式能訓練、健身房有氧舞蹈課程、訓練類課程、瑜珈課程、皮拉提斯課程等。</p> <p>現任： 大林國中旗舞隊 嘉義健身工廠舞蹈/有氧/瑜珈教練 國華水上世界健身舞蹈/有氧/瑜珈教練 中正大學舞蹈/有氧/瑜珈教練</p>

2. 學校樂器配備

財產名稱	廠牌及型式規格	單位	數量	購置日期
鋼琴	高 125cm 深 59cm 寬 149cm 重 230kg 黑色	臺	1	0901203
鼓	大鼓	個	1	0890705
鼓	小鼓	個	1	0890705
鼓	14*11 吋 4.9kg 行進小鼓	個	1	0901203
鼓	四音鼓	個	1	0890705
鼓	行進四音鼓 8..10..12..13 吋各一	個	1	0901203
金屬號	粗管上低音號 鍍銀 調性 Bb	支	1	0901203
喇叭	JPR600L (音品企業社)	支	2	0960319
金屬號	長號..CAROL (松韻企業社)	支	1	0960612
金屬號	長號..CAROL (松韻企業社)	支	1	0960320
金屬號	長號..CAROL (松韻企業社)	支	1	0960612
金屬號	行進圓號..詠發企業公司	支	1	0970616
喇叭	小喇叭 JYR-600	把	1	0991103
喇叭	伸縮號(長號)	把	1	1001216
金屬號	MODEL 3702 法國號	把	1	1001216
金屬號	JUPITER 232L 伸縮號	把	1	1001216
喇叭	CHATEAU 350	把	2	1001216
金屬號	464L 粗管上低音號	支	1	1001216



參、學生心得摘錄

111 年 1 月—將心比心

901-1 王 0 玄

人與人有些時候還是需要將心比心會比較好，因為如果只顧著自己的立場，而不去衡量他人的想法，可能會導致雙方的友誼不合，或是某一方的內心受傷，另一方感到罪惡感。沒有將心比心這樣很不好，希望大家都可以用將心比心的態度去對待別人，或許你與他還不算很熟，但是相處時至少要將心比心對待他人。

901-2 田 0 杰

我覺得生活中，每個人做人做事都會有要考慮和思考的時候，有時會做得不好和要改進的地方，人無完美沒有誰是十全十美的。我們要學會去換位思考、將心比心尊重別人及包容他人，以善良的心去對待他人，這樣以後遇到小困難就會有曾經幫助過的人幫你，你的生活才能更美好。

901-3 杜 0 晨

將心比心是以自己的立場去衡量別人的立場，多為別人設想，可以減少許多糾紛，我們不斷用這樣的態度去對待別人，別人也會用相同的態度回報，生活中如果多了將心比心一切會更美好。

901-4 陳 0 鋅

在生活中如果人人都能將心比心，人與人之間可能就都會互相包容和理解，我記得有一次我想去廁所時，我遇到了我們班的同學，他們正在欺負學弟，我當時沒有理會就離開，也沒有告訴老師，後來我對這件事耿耿於懷，想如果當下我能將心比心的設想學弟的立場去幫助他，他就不會繼續被欺負了。

901-5 彭 0 林

我常常因一些小事和家人有爭吵，尤其是和弟弟有爭執時，家人總是護著弟弟，只罵我一人。在這過程中，家人都缺乏將心比心的心，包括我自己也是，所以以後我做任何事情要多想一些，多多想想別人。

901-6 邱 0 雙

站在別人的立場看待事情我友常做到，但有時候對於別人的糾正，我會感到厭煩，當下我會想別人也是為我好才這樣做。念小學時，班上調皮的同學常常捉弄我們，老師曾嚴厲的



處罰調皮的同學，並斥責他們凡事都要設想到他人的處境、將心比心，在學校和同學相處將心比心，大家可以過得更愉快。

901-7 黃 0 淑

將心比心這件事我幾乎不會去想，因我是屬於比較弱勢的人，所以我通常都是靜靜的不表示任何想法。但現在我已升上國三，比較會去為別人設想，現在的生活比較平穩、和平，到現在我比較像是正常人的樣子，為別人設想也就是為自己設想，我不想和同學的關係決裂。

901-8 黃 0 好

不管是未來、現在，將心比心在人際關係中，是不可或缺的元素，倘若他消失了，那恐怕全天下的人就便不再為他人著想，一心只想著利益、自己的心情，而不會發現這些自私的想法有多麼的可怕，這社會將變得非常不友善。好比今天有位老太太上了公車，所有的人都不讓座，讓年邁的老人家站著，這是一件很不可思議的事。

801-1 葉 0 滂

我覺得要跟別人講話要先了解對方在想什麼，有時候不要那麼快就和別人吵起來了，就像我在家裡時媽媽有時候會罵我，但是只要知道媽媽在想什麼，就不會生氣了，同時也會體會別人到底為什麼會罵我，所以在回話時要先思考，如果我沒想到為什麼的話我就會被罵的很不開心，像有時我就會回話，就搞的大家都不開心，我也想理解別人的想法但是有時太生氣時就不會去想到底對方在想什麼，我覺得理解別人在想什麼和讓別人知道自己在想什麼事一件可以讓自己開心一點的事。

801-2 葉 0 寬

在我們的生活中，如果能夠將心比心，人與人之間就會多一些寬容和理解。如果想要別人好的對待你，你就要好好對待別人，想是之前出去嘉義的時候，我看到有一個阿嬤要下樓梯但是她的周圍有一堆的路人，可是都沒有人要去扶她，還有之前去嘉義的時候，在台三縣看到有人車禍，大家都下車幫忙，有人負責管理交通，有人就救護車之類的，我就覺得很感動，因為大家都會去幫忙，也不會去責備車禍的那個人，只有你對別人好，別人就要對你好。

801-3 黃 0 逢

我記得去年爸爸媽媽帶我們去嘉義買了一棟新房子看起來比較舊，到了今年就開始重新整理把舊的天花板、電燈拆除之後就開始裝潢，我們家爸爸媽媽都天天去嘉義整理房子，我覺得新房子很像是新蓋的一樣，我們家很辛苦的整理。

801-4 劉 0 均



這次的心得主題是「將心比心」我覺得這個主題用在我們的管樂練習中很適合，因為在我們比賽前練隊形圖加吹奏的時候國一因為沒有練過，所以一直走錯，讓我們要一直陪著他們重走，然後有時候重走太多次真的會有點不爽，但是想起我們在國一的時候也讓學長姐他們跟我們一起重走很多次，就覺得他們走錯的時候的心情應該也跟我們國一的時候一樣，會覺得愧疚，而且被老師罵也會覺得壓力很大，如果這樣想就會覺得我們只是在經歷學長姐經歷過的事，而且他們也會經歷到，就不會覺得不爽了，所以很多事情好像只要將心比心就會知道他為什麼會那樣，也比較不會不開心。

801-5 林 0 蕾

我記得有一次我在坐公車的時候，我看到了一位奶奶上了公車，但是那個時候滿人了，我當時以為那個坐博愛座的人會讓給老奶奶坐，我心想那個坐在博愛座的人可能也是需要這種座位的人吧，所以我便讓座位給那位老奶奶，因為家人總是對我說，很多東西是要讓給需要的人，如果自己並不是非常需要就要讓給別人，要將心比心，因為這件事之後那位奶奶每一次見到我都跑來和我聊天，讓我覺得又多了一個可以聊天的人，我覺得非常高興。

801-6 洪 0 靚

我們學校今天有辦家庭活動，然後是打躲避球，有國中和國小。我們在和別組比賽的時候，我發現他們都反應不過來，而且也都不會去撿球，我一開始的時候就覺得他們很討厭，為什麼就站在那裡等不撿球。但後來自己冷靜的想一想，他們也才國小而已，反射神經沒有比我們快，能在場上被球打到沒哭就已經很不錯了，不能對他們要求太多，而且也只是一個活動而已。我們有時候通常會很不高興他為什麼不那樣做，但只要站在他的立場，就不會這麼的生氣。

801-7 詹 0 嘉

有時候我們做一些事的時候都會不顧別人的感受而做出來讓別人覺得不開心，所以我們做每件事情的時候都要好好思考一下在去做，不要就很直接的說出來和做出來，我們有時候做一些事情的時候要站在別人的角度想，這樣才有可能讓別人覺得你是個很不錯的人，但有些事情沒有那麼簡單，因為如果你站在別人的角度看，說不定受到影響的是自己，所以我們在做任何事情我們都要好好思考，不要輕易的去做不該做的事。不應該做的事我們就不要去做免得別人或是自己受到影響，我們也要將心比心的去做對的事。

801-8 黃 0 怡

我在生氣的時候很容易忽略別人的感受，就只想到自己很生氣，但沒顧慮到別人的看法，這時候如果有人來跟我說話，或許我們就會吵起來，但我不會想到或許他是來安慰我的，等到氣完之後才會發現自己做錯事或者後悔了，所以我現在每次生氣前都會先設身處地思考他為什麼要這樣做，然後告訴他再這樣做我就要生氣了，如果那個人說不聽，我會罵他，罵人的時候也會考慮對方的感受，針對事情和態度，絕對不會是人身攻擊，因為我自己也希望被尊重，不希望被人身攻擊，所以我用這樣的處事方法來對待人。



801-9 王 0 淳

從國小開始，我的功課就不怎麼愛寫，覺得自己想做什麼就做什麼，但到了國中時期，我終於明白不寫功課也會造成別人的困擾，也因此會讓學到的東西和學會的東西都變少了。於是我慢慢學會去站在老師的角度來看，懂了教的一個看似聰明，卻不怎麼愛寫功課的學生是個多大的煩惱。我也漸漸會去完成該先做的事，再去做自己想做的，這樣不僅降低別人的負擔，也有更多的娛樂時間。可惜的是，有時候還是會忍不住手機的誘惑而把功課丟在一邊，等時間到差不多了或隔天早上到學校在寫。老師也受不了了，就決定再不寫功課的話，五樣功課不寫就記一個警告，就這樣，我的課業也稍微進步了些，只是類似作文的功課就不怎麼愛寫，因此導致我作文能力變得超爛，也被記了不少支警告。我現在也有點後悔以前的我不寫功課使我現在要銷掉一堆小過跟警告。我也在此學會不要只站在自己的角度看，也要去站在別人的立場才行。

701-1 蕭 0 展

我常常聽到老師說「將心比心」這四個字，聽到太多次，都可以猜老師什麼時候會說這四個字，但是將心比心到底是什麼，厲害到可以成為老師的口頭禪，這麼光榮？我都有點羨慕了，那這到底是什麼東西，光想肯定是不夠的，當然要親身體驗才能知道它的奧義，因為將心比心是一般人都會忘記的東西。

你用講的肯定不知道，但我用這個舉例，相信很多人的同情心都跑出來了，那這個舉例對父母、有小孩的夫妻是最有用的，這個提示應該夠明顯了，那就是小孩走丟，小孩走丟是因為他們的好奇心，他們就會亂跑，當他家人找不到人時，就會很緊張，也會很自責，相信那些長大的孩子聽到這些也會感到自責，大多會想說「為什麼自己那麼愚蠢」，因為家庭最想要的是自己的家人開心，這樣的衝擊力，你應該更知道什麼是將心比心，以這舉例會有很多人的同情心，那將心比心怎麼做呢？沒有一個人出生就會，這要慢慢培養出來，可能有些人跟另一個人同時培養，但因為自己本身的體質關係，會出現一些差距，但只要一直努力，就可以追回來。

當你覺得比不過別人時，其實那些都不是真的，你只要努力，都可以追上，但是需要你的堅持不懈，而且你的用心也要表現出來，你只要照這些去做，你的成果肯定會比別人明顯，而且明顯很多，還有最重要的東西，這東西是讓你將心比心的關鍵，那就是你顯現出的耐心，因為沒有人一聽就會，這就像是管樂，你要重複練習，這樣成果差距才會大。

701-2 王 0 奎

什麼是將心比心？將心比心就是以自己的立場去衡量別人的立場，體會他人的心意，為其設想。如果每個人都懂得將心比心，那麼，我想世界上就不會再有爭端了。



從前有個妖怪很愛吃人類小孩，常常到村莊抓小孩來吃。孩子被抓走的村民感到十分痛苦，便請求天上的神明幫忙。神明使用法力將妖怪的孩子藏起來。妖怪回到家發現孩子不見非常緊張，一直找一直找，找了好幾天都找不到，傷心地大哭起來。神明忽然出現在妖怪面前，說：「我只是將你的小孩藏起來你就這麼難過了，你想想那些孩子被吃掉的村民，是不是比你更傷心、更難過？」說完後把妖怪的孩子還給祂，又消失不見。自此之後，妖怪下定決心，發誓再也不吃人類小孩子了。

在不久之前，我們辦較是外面出現了一灘濃稠不明液體，因為剛好位於阿裕的掃地區域裡，所以「熱心」的阿裕就和老師一起清理，現場還時不時傳出「好臭！」、「這味道好像混合著史和嘔吐物的味道！」之類的叫聲，在一旁的阿毅也被老師「抓住」。是誰把這灘東西留在這裡的？至今也還是個未解之謎，但我想，如果他懂得將心比心，就會自己清理乾淨。試問，有誰願意處理別人留下的嘔吐物？我想因該沒有吧！

701-3 許 0 裕

什麼是將心比心？它的定義就是以自己的立場去衡量別人的立場，體會他人的情，為其設想，做一件事情前要先想一想後果是什麼？會不會影響到別人？被影響的人是什麼感覺？如果做事情不想一想，引起其他禍端，自己一定很吃虧；所以將心比心很重要。讓我來講一個關於將心比心的故事。從前有個青面獠牙的妖怪，他非常喜歡吃人類的小孩，常常到一些小村莊抓小孩吃，孩子被吃掉、抓走的村民十分痛苦、悲傷他們決定要請求上天聖靈的幫忙，聖靈他們利用法力將妖怪的孩子藏起，妖怪會巢時發現他的孩子怎麼都不見了。他異常緊張，於是一直找，找了好多天都找不到，他開始哭，聖靈來到他的面前說：「哭什麼哭，你這樣哭那些民眾不就一戶一條河了，我只是把你的孩子藏起來，你就哭成這一個樣子，你要想一想孩子被吃掉的村民哭成什麼樣子，都個個淚流成河，你一定要將心比心想一下民眾的感覺」，妖怪他下定決心再也不可能吃人類的孩子了。

這個故事告訴我們，做什麼事情一定要將心比心，做完再來後悔已經來不及了。

701-4 林 0 濤

有時候我們會聽到老師說：「我們要將心比心不要欺負同學喔。」那麼什麼是將心比心？將心比心的意思是說，假如你今天欺負他人-然後假如你是被欺負的那人你會不會開心？這就是將心比心的意思今天是你欺負他人，他日換他人欺負你時，你就會知道當年被你欺負的那個人的心情了。像我以前我同學很喜歡給我取綽號，最近因為老師的幫忙，他們不再這樣叫我了。結果以前那些取我綽號的人，現在被其他的同學取了很多的綽號，到最後他們也知道被人取綽號的心情了。現在大家也應該都不會再綽號了，但還是有人喜歡這家人的綽號，像是我有一個同學還是會在校外叫我的綽號，不過我會當成是耳邊風或當作沒看到他。

還記得我阿姨跟我說的一個故事，他以前在工作時被同事欺負，之後阿姨升職，結果那些人到最後都被我阿姨被炒魷魚了，阿姨的同事最後都很後悔，不過他們最後也和我阿姨和好，也回到工作的地方繼續工作了。



最後我的想法是壞人要變成好人，就要先學會將心比心。如果任何人都能將心比心才不會發生這麼多社會事件，才不會有校園霸凌事件發生，人都要會將心比心。

701-5 謝 0 源

將心比心是什麼？很容易做到嗎？其實不難，將心比心是以自己的立場去衡量別人的立場，體會他人的心意，為其設想。只你將心比心，很多時候在吵架的你們說不定就會和好了，因為如果你一直都不為別人著想的話，那你們一定會越吵越兇或是有可能會打起來，後果不堪設想。所以在平常要注意我們的言行舉止之外，還要學會將心比心，這些都是老師在課堂上、處理事情時以及公共場合都會提醒我們的事情。

舉一個我自己的例子：在國小六年級時，我跟一個最要好的同學因為想法不同而吵架，那時候我們吵得很兇，完全沒有將心比心，因為我們是同班同學，所以那陣子幾乎都會吵架，但是在某一天，他因為沒筆跑來跟我借筆，因此我們借筆後就和好了，我們後來也知道只是個誤會，所以互相道歉。最後我想說如果你們一直在吵架，完全都沒有為他著想，那到最後一定會兩敗俱傷。

一個故事是這樣的，從前有個漁夫，他每天都去抓魚，他將這些魚不是賣掉，就是帶回家自己吃，還好他平常只抓大魚不抓小魚，好讓小魚可以長大，但是人們一直不斷的製造垃圾，害得海或河川都有垃圾，而這些大魚都因為誤食垃圾而死亡，之後漁夫不抓大魚只抓小魚，後來有一位人士走向漁夫，跟他說：「現在小魚都快沒了，因為你一直抓，這樣小魚會被你抓完的。」漁夫這才意識到這件事，於是他把今天抓的、家裡養的魚放生，讓他們長大。

以上這兩個故事告訴我們將心比心的重要，當你在做什麼事，一定都要將心比心，不論是對人、動物都一樣，只要你為別人著想，有一天別人也會為你著想的。

701-6 張 0 鳴

將心比心的意思就是要站在別人的立場想，如果換成是自己又會有什麼感受，這就是將心比心。我六年級的時候，放了暑假，就一直玩手機，奶奶要我不要玩手機了，可是我還是繼續玩手機，還跟奶奶頂嘴。當時我因為不知道被頂嘴的感受，對方會有多生氣多難過，想想後我覺得我不應該這樣，當下我沒有將心比心，所以將心比心是一件很重要的事情。暑假的時候奶奶、我還有弟弟一起去找在高雄工作的爸爸媽媽我的父母是開餐飲，晚上我、奶奶、弟弟一起去幫忙爸爸、媽媽洗碗盤、擦桌子，我就覺得很累了，但是爸爸、媽媽從來沒說累，從中我了解工作賺錢的辛苦。小時候，我常要求爸爸、媽媽買玩具給我。當時我不知道工作賺錢是一件很辛苦的事，所以沒有站在爸爸、媽媽的立場。我覺得這些事讓我明白將心比心的重要還有讓我覺得我以前不應該這樣，如果沒有站在別人的立場想就不是將心比心了，所以將心比心是一件重要的事情。



701-7 朱 0 毅

什麼是將心比心?就是以自己的立場去衡量別人的立場，體會他人的心意，為其設想。有個很愛吃人的妖怪，常常到村莊抓小孩。孩子被抓走的村民感到十分痛苦，便請求天上的神明幫忙。神明利用法力將妖怪的小孩藏起來。妖怪回家後發現小孩不見非常緊張，找了三天三夜都沒找到，就凱是大哭。神明到妖怪面前說：「我只是把你的小孩藏起來，你就那麼難過了，更何況是那些孩子被你吃掉的村民，是不是比你更痛苦？」從此之後妖怪下定決心，再也不吃人類小孩了。在清朝時期的台灣，有個較大埔的小地方，在大埔有一位很有錢的官人，名叫金好野，他每天都可以賺大錢，因為它是一個貪污的爛官，有一天他就到村落宣布：「你們每天都要繳稅給我！」村民們就越來越窮，們終於受不了了，就在半夜跑去金好野家，把所有值錢的東西通通拿光，過了幾天就看到了一個較金善甲的乞丐，村民們發現原來他是金好野，金善甲體驗了窮人的生活就覺得以前的所作所為真的很對不起大家，村民們討論完，就把金好野的財產一半還給他，之後大埔的人都過著幸福快了的的日子。將心比心事一件很困難的事，但如果大家都以自己的李唱為他人找想，世界就能更美好。

701-8 楊 0 邦

為什麼要將心比心?以自己的立場去衡量別人的立場，體會他人的心意，為其設想。當你幫助別人，別人也會幫助你，反之，要是你自私自利，別人就會對你見死不救。從前有個愛吃人類小孩的妖怪，常到村莊抓小孩。孩子被抓走的村民感到十分痛苦，便請求神明幫忙。神明利用法力將小孩藏起來，妖怪到家發現小孩不見非常緊張，找了幾天都找不到，開始哭了起來。神明到妖怪面前說：「我只是把小孩藏起來，你就這麼難過了，你想那些小孩被你吃掉的村民，是不是比你更痛苦？」從此妖怪下定決心，再也不吃人類小孩。從前有個順利非常龐大的國家，但他們的新任國王是一個自私的人，每天藉著壯大國家把士兵累得氣喘如牛，每天要國民支付很多稅金，因為他眼裡真有錢，有次他的城鎮被攻打，他命令士兵保護自己，卻被士兵殺死，死後他遇到神，神對他說了很多話，讓國王很後悔。將心比心是很重要的，像故事種的妖怪，他就算不吃人類，也有其他食物可以吃，故事二的國王因為自私，而被自己的士兵殺死，讓他後悔莫及，妖怪還能走回頭路，但國王已經死了，這以無法重新開始，所以將心比心非常重要！

701-9 邱 0 芬

將心比心的意思是甚麼?將心比心的意思是甚麼?這個成語的意思就是，以自己的立場去衡量別人的立場，簡單說，就是你如果不喜歡別人打你不喜歡別人打你、欺負你的話，那就別用這種方式對待別人，因為你自己就不喜歡，別人也會不喜歡。我會舉例兩個例子，一個是我與我的舅媽，另一個是被欺負人和欺負人與旁觀者。我的家庭其實並不和諧，只要媽媽、舅舅、舅媽回來了，就會分開住。在某個禮拜日，媽媽和舅舅、舅媽回來了，不知道為什麼，舅媽一回來就擺臭臉，更讓我生氣的是，我明明沒有做錯什麼，他就把我的褲子先放門口，然後再用腳踢出去，我看到心情自然而然的非常不開心，畢竟我也沒惹到舅媽。因為表妹要



去英語村，需要行李箱，我就去幫表妹拿，當時我心情還很不開心，就把行李箱丟了過去就走了，之後舅媽就跟舅舅說「我態度不好」、「不想借就不要借」，當時我在房間聽到了，心裡感受非常不好。如果家人之間能互相體諒、將心比心，就不會有這麼多不愉快。而我在練田徑時，其實過程很不順利，總感覺學長們會一直針對我，像是學長丟冰塊，我一抬頭，冰塊直接打到我的頭，直接受傷，我忍住不生氣，沒說什麼，直到有一次，學弟抓到一隻壁虎，學長就叫學弟丟我，我那時並不知情，只知道我一抬頭壁虎就掉進我的衣服裡面，我發現後嚇到大哭，旁邊的人也一直在笑，我平復好心情後，忍無可忍的直接大罵他們，我說：「你們把壁虎丟到我身上時，有沒有想過今天如果被丟壁虎的那個是你的話，你還會開心嗎？還會嬉皮笑臉的嗎？相對的，我也會不開心。」看完前面的事件，你的心情是什麼呢？這些例子都是我真實生活中發生的，有沒有覺得很可怕，但是請你們想想看，你們是否有做過類似或是其他事情呢？有的話，就要即時彌補過錯喔！

701-10 林 0 媿

其實在這個世界上有些人比較不會將心比心，不能說完全不會，也是有可能知道卻不去做，我有一個朋友你給他東西，他會覺得理所當然，而不會和你說『謝謝！』我前面提到的，別人給他東西卻苦無我會說「謝謝」的這件事情，我自己認為既然有人給你東西，至少要說一聲謝謝，說不定是對方準備很久的，不要認為每個人為你而做的事情都是理所當然的喔！

當你遇到他人有難處的時候，因該出手相救，假如這個世界的人都自私，遇到事情卻只顧自己而不顧他人。那可能世界及將懺悔了吧！你還沒幫助他人的一定要試去試試呢！不然你想想，你被多少人幫助過了？幫助他人和體會他人，做久了後，你會發現超級有意義的事，或者會發現在你需要幫助的時候有困難時那個人很可能是你小心小天使，陪伴你度過難關。

對我來說將心比心，其實想起來並不會難道到哪裡去，可是要我每天都在做可能有難度，但是我通常都會盡可能的去做。情人公園六日會看到一個阿伯在街頭表演吹口風琴，他會在那通常會吹一個一個上午，我常常都會拿飲料給他喝，因為感覺他很累，並且年紀也九十多，在那賺錢也不容易。

701-11 蕭 0 綦

什麼是將心比心呢？將心比心就是指在做所有事情之前要以自己的立場去衡量別人的立場，體會別人的心意，並想想看這樣做會不會傷害到別人或是別人會不會不喜歡。我就有一件自己親身發生過的事情。你在以前有沒有時常聽到別人為你取的綽號呢？在我國小時，常常會聽到同學取自己不喜歡的綽號，這時我就會立刻阻止他，但是如果他還是沒改善的話，我就會去和老師說，老師就會趁大家都在時說：「如果別人對你取你自己不喜歡聽的綽號，你會怎麼想？」有人說聽了會很不高興，有人說會立刻和他說不喜歡，有人說會和老師說。老師聽了之後說：「是的，當你自己不喜歡別人對你這麼做，你也就別自己對別人這麼做，做事情就是要『將心比心』，試著站在別人的立場想想看。對別人取綽號是有可能導致別人心靈受創等等……所以不要亂取別人的綽號。」從前有一個女孩叫做小原，她住在一個小村



子，小村子裡時常會有車子來來回回的經過，村子裡的阿公阿嬤都會等很久或不敢過馬路。小原每天在上學之前放學之後她會擔任小村子裡的小小指揮員，幫助阿公阿嬤過馬路，阿公阿嬤回家時都會跟他們的孫子說：「你們要多學小原，要多幫助大家。」等到小原老了，有一次小原要過馬路，阿公阿嬤的孫子就去幫她。這就是將心比心的重要。我很不喜歡別人叫我的綽號，所以我也不要幫別人取綽號。現在你如果願意幫忙別人，等到你需要幫忙時別人也會幫你。在你做事情之前要先站在別人的立場想想看，要「將心比心」。

701-12 林 0 錕

什麼是將心比心？就是以自己的立場去衡量別人的立場，體會他人的心意，為其設想。

從前有一位小朋友經常欺負小動物，不管是自家養的還是野生的。有天，小朋友在欺負動物的時候，被一位小女孩看見，動物們顯得十分痛苦，女孩覺得情況不妙，趕緊向身旁的大人說，大人撞見後，立刻把小朋友叫來訓斥一頓。大人說到：「為什麼要欺負小動物？你不覺得它們看起來很痛苦嗎？如果換成是你，你也不會想被這樣對待吧！我們要將心比心，所以之後不要再欺負了。」小朋友說：「知道了！知道了！我以後不會再欺負小動物了。從此之後小朋友下定決心不再這樣做，開始愛護著小動物們。

另一則故事是這樣的，從前有個很愛吃人類小孩的妖怪常常到村莊抓小孩，孩子被抓走的村民感到十分痛苦，便請求天上的神明幫忙神明利用法力將妖怪的孩子藏起，妖怪回到家發現孩子不見非常緊張找了好幾天都找不到開始哭了起來。神明來到妖怪面前說：「我只是把你的孩子藏起來你就這麼難過了想想那些 孩子被吃掉的村民是不是比你更痛苦？」從此妖怪下定決心再也不吃人類小孩了。

從這兩則故事可知道，小朋友和妖怪都沒有站在別人的立場想。所以我們不要像他們一樣，而要將心比心，體會他人。

701-13 陳 0 茹

將心比心是站在別人的立場，體會別人的心意喝感受。在人身上看到最多的都是自私的，很少人會將心比心的對待別人，如果世上的人都會將心比心那麼會不會沒有戰爭？很久以前有一位小朋友，叫小新，他常常亂丟東西還有有亂踢石頭，有一次他在回家的路上，他正在提著小石頭，突然，有一個老婆婆走了過來，小新因為沒有看到老婆婆走過來，把小石頭踢向老婆婆裡，老婆婆摔了一跤，小新心想有這麼誇張嗎？他不會是在「碰瓷」吧！小新先開口說道：「老婆婆是你自己走路不看路的，跟我沒有關係喔！」說完小心就快速的走回家，回到家的小新還沒意識到事情的嚴重。

老婆婆因為摔了一跤而輕度骨折，小新也因為這件事情一直跟自己過意不去。有一天，小新走在路上看到有一個小朋友在提石頭，結果那顆石頭突然往小新那邊飛了過來，小新跟老婆婆一樣摔了一跤，而小朋友跑了過來問小新有沒有受傷，有沒有哪裡不舒服？小新說了一句我沒事！然後就跑回家了，次日，小新去醫院找老婆婆，跟他道歉也幫忙照顧老婆婆，小新也清楚的知道什麼是將心比心了。



我覺得將心比心沒有很苦難，但是如果你做到了那我會很開心，因為有人願意對他人將心比心是非常棒的事。

111 年 2 月---見義勇為

901-1 王 0 玄

有時見義勇為的去幫助他人，也許會讓人感動，因在別人有困難時，去幫助他人會留下好的印象，也可能成為好朋友。身邊的朋友有困難時，伸出援手幫忙，應該也是見義勇為吧！朋友有困難我總不能冷眼旁觀，而且我認為見義勇為去幫助他人，算是做好事。

901-2 田 0 杰

見義勇為是中華民族的傳統美德，義勇二字最早源於『論語』裡見義不為，無勇也，就是指應該做的事。孔子這句話的意思是見到應該做的是不去做，就是沒勇氣。之前的我有一段時間，明明有很多事情可以做，但一直沒去做，結果就被長輩碎念，我應該要自我反省，看到他人需要幫忙就要上前協助。

901-3 杜 0 晨

見義勇為就是遇到合乎正義的事，就奮勇的去做。在學校裡如果有同學對待他人沒有禮貌或是欺負別人，就應該制止他或是告訴老師，當我幫了別人，我相信以後也會有人幫我。

901-4 陳 0 鉉

一旦有人遇到了困難，我們都應該要幫助他們。有一次在打球時，有個同學在球場亂，就被同學言語攻擊，甚至是動手欺負他，這時有個嬌小的學弟上前制止，我心裡想：『怎麼可能有效?』，結果辱罵的聲音就停止，老師也出現了，原來小學弟們分工解救那位同學，他們的見義勇為令我佩服。

901-5 彭 0 林

見義勇為的行為經常出現在新聞報導中，社會上有許多好心的人，在突發狀況會不顧危險去救別人，比如有小孩子跑到馬路上差點被車撞，就會有人衝過去就那小孩子，這些人的見義勇為讓我非常佩服。

901-6 邱 0 雙

我覺得見義勇為是需要勇氣的，之前我在網路上看到一篇文章，內容敘述作者的好朋友被霸凌，但作者不知道該不該跟老師說，因為說了可能會換成自己被欺負，所以選擇沉默。有一次班上的一位男同學看不下去了，跑去告訴老師，後來學校讓霸凌同學的人退學了，男同學的見義勇為讓被霸凌者不再受傷害，作者很佩服這位同學。我覺得作者當下應該要鼓起勇氣幫助被欺負的人。



901-7 黃 0 淑

見義勇為這事在我小的時候根本做不到，因自己太弱小，而且那時我對感情、好事和壞事都無感，所以見義勇為這件事我無法做到。現在我已經長大了，要學習把自信和勇氣找回來，或許有了勇氣我才可嘗試去做見義勇為的事。

901-8 黃 0 好

見義勇為發生不好的事情時，希望每個人都有那份『勇氣』幫助他人，在網路上看到一位男生裝盲人，手上著好幾台蘋果手機，假裝跌倒，看到的路人，有人幫他撿起手機，有人拿走他的手機，也有人扶他起身，好心幫他的人，便會獲得禮物或擁抱。我認為這社會還是有許多見義勇為的善心人，當我有能力有勇氣，我也要做善事。

801-1 葉 0 滂

見義勇為我覺得就是朝著自己覺得對的方向去做，像是我有很多時候覺得是對的但同學覺得是錯得我就會覺得我是錯的，但是答案確實是隊的，說以我覺得要更相信自己的答案，說以因為會跟著大家就會變得不相幸自己，也有幾次我們班的都答一樣的答案，除了一個人不一樣，但就只要他的是對的，說以要相信自己。

801-2 葉 0 寬

在我就讀國小的時候，那時我們要下山到嘉義去，我們就看到有人騎重機騎太快，然後轉彎過不去直接往水溝裡面衝進去，然後大家都見義勇為的去幫忙，有人負債報警、叫救護車、指揮交通、照顧受傷的那個騎士，大家都拿自己的時間去幫忙，然後也不會有人就站在旁邊沒事做在那邊看戲，大家都看到哪裡需要幫忙就都過去幫忙，只要你有見義勇為的精神，然後每次都會去幫忙別人的話，別人也會來幫你。

801-3 黃 0 逢

見義勇為這事，對小時候的我是根本做不到，因那時我很弱小，而且那時我對感情，好事和壞事都沒有什麼感覺，所以這件事我做不到，但這是那時，雖然說現基本上沒有做這件事的機會，因為現在的生活非常的和平至少比過去還要好很多。

801-4 劉 0 均

這次的心得主題是「見義勇為」雖然這個主題我自己沒有親身經歷過，但是我見過別人見義勇為的情形，那時候我剛好去買東西，然後看到有一個人騎著腳踏車要停進停車格的時候不小心撞倒了其他車子，而當時我在二樓，就看到有一個人，他默默地了過去，放下了手上的東西，然後開始幫弄倒車子的人將車子立起來，而在立完車子之後撞到車子的人一直對幫他的那個人鞠躬，而幫他的人揮了揮手好像說不用客氣，我覺得如果我是撞倒車子的人受



到這樣的幫助我會非常感動，因為有很多人會當作沒有看到直接走過去，但是他卻放下手邊的東西過來幫忙，我也會像撞倒車子的人一樣非常的感謝那個人。

801-5 林 0 蕾

我還記得有一次，假日在家看了一部喪屍片，我看到了一堆喪屍在咬人，因為缺乏食物大家都快餓死了，有一個人不顧自己的生命安全，主動去幫大家找食物，但是在找食物的途中被喪屍咬死了，但是沒有一個人覺得傷心反而怪他雞婆，所以在要見義勇為的時候，也要注意自身的安全，但是見義勇為也不是一件壞事，就像是我看到了一則新聞有一名女學生被小偷搶了，就有一名熱心的人士，主動去抓小偷，後來小偷抓到了，那名女學生和感謝這位善心人士，大家也誇他勇敢，很熱心助人，所以見義勇為不是一件壞事只是在幫助人的前提也要考慮自身的安全。

801-6 洪 0 靚

我有一次在路上逛街，看到一對兄妹在打架，哥哥打妹妹打的很大力，妹妹都快哭了，他們的媽媽那時候在買東西，沒有注意到。我一開始在想說到底要不要去幫忙，因為他們的媽媽就在旁邊，會不會覺得我很雞婆，心裡的顧慮太多，直到被哥哥打的妹妹看到我，我終於忍不住了。我上前去制止他們的行為，也提醒旁邊的媽媽要看一下小孩們，他們的媽媽也很謝謝我。如果把妹妹換作是我，我也會希望別人可以幫助我，而不是站在旁邊看，雖然心中會有點顧慮，但我還是上前去幫忙，我覺得我做得很好。

801-7 詹 0 嘉

我們如果看到有同學在欺負人的會我們就應該去找老師解決這個問題，不要想著不關我的事還是不要去關好了，有時候這些事如果嚴重就會出人命，但如果你有找人幫忙或勇自己的方法解決，只要有用就能降低出問題的風險。之前我在網上看到有人就很愛欺負別人，而且欺負的方式都很暴力，之後就有人看到他們在欺負人，他沒有選擇逃避他選擇先報警在去幫忙，畢竟如果自己沖上前幫忙說不定自己也會受到傷害，應該每個人都希望自己遇到危險的時候有一個人為你站出來吧，雖然好人不一定有好報，但好人一定會有回報。

801-8 黃 0 怡

我覺得我是一個見義勇為的人，在學校我玉道需要幫助的同學，我會主動過去幫忙，看到有人在欺負學弟妹或者對老師不尊重，我也會跳出來制止，遇到功課不會的同學來問我功課，我剛好也會，我就會教他，在校外我也會幫助一些小狗小貓，我從小就很喜歡跟小動物玩，街上的流浪狗和流浪貓很多，或許他們有點調皮讓人不開心，但有些人會很嚴重的打牠們來趕走牠們，這時我如果在旁邊，我會想辦法比較溫柔的讓牠們離開，如果有人要打的話，我會叫他不要欺負小動物，曾經有一隻流浪貓咪在學校遊蕩，有些小朋友會去跟牠玩，但有時候會比較大力的對待牠，或許會讓牠受傷，所以我都會過去跟牠們說，跟貓咪玩的時候不可能抓牠、抱牠，要好好對待牠，見義勇為是一件很好的事情，每次我有幫助別人的時候，我都會很開心很自喜，感覺我又對社會有一點幫助了，會很有成就感。



在我就讀幼稚園的時候，我們家有一天晚上突然失火了，我們小孩跟女生的不知道要怎麼辦，此時我旁邊忽然閃過兩個影子，原來是我爸爸和我叔叔他們見義勇為的跑去拉水管滅火，爸爸也開了他以前的挖土機把易燃物全挖走了，我們也因此可以好好的放下心繼續去睡覺了。我也因此決定長大之後也要跟他們一樣奮不顧身的去處理事情，不久，就在我升上小三的時候，我們家養了一隻小貓，牠那時候也才一兩歲而已，有一天我放學回家，發現牠在我們家上面的岔路散步，突然有一台卡車下來，卡車開很快，快到連反應的時間都沒有，我就看了一下貓，下一秒直接跑著牠滾到旁邊的空地，那位卡車司機也停下來跟我們說了抱歉，我和貓也完全沒事了，只是有稍微砸傷而已。

701-1 蕭 0 展

見義勇為在於你去幫助別人，可是這是一個極度困難的任務，假如對手體格比你大呢？力氣比你大呢？你還有什麼方法可以對付他，不用多想，你早就被嚇跑了，但是如果你遇到這麼艱難的任務你該怎麼辦，俗話說「萬物皆可立，萬事皆可束」，只要勇敢面對，什麼事都沒有不可能。舉個例子，看看我們現在面臨的大魔王《武漢肺炎》，在以前的狀況是把我們逼入絕境，但在看看我們現在的狀況，是不是差異特別明顯，我們的努力下，很快的就可以回復到我們以前的正常生活，其實想想，在以前很常看到新聞報導一推人都沒帶口罩，有些還成了人人掛在嘴邊的笑話，但努力想想，出面攔截這些為非作歹的人也是很多，他們這舉動非常勇敢，是一個非常完美的學習方案，這些出面阻止的人是對整個世界的人，幫助他人不是為了自己，而是為了全部人。

常常在別人口中聽到「為什麼那時你不去幫忙」、「為什麼要袖手旁觀」、「你們友誼到底是真的假的」，在別人口中一直聽到各種的詢問與批評，可是我想問一個問題，這個問題可以把世界問到問好滿天飛，如果那時是你你會幫忙嗎？絕對會有人很果斷的說「當然」、「這不是廢話嗎？」，絕對會有一大推的自信心從峽谷飛出來，但是那些自信心是真的嗎？要知道，那時候去幫助，最大機會的後續是跟著被欺負，想愛因斯坦說的「世界上最可惡、最邪惡的人不是引發者，也不是幫助者，是在旁邊觀看、湊熱鬧的民眾」，如果那些旁觀者出面幫助，結局是不一樣的方式結尾。

出面幫助的人不多，就是差在那些人的勇氣，學習也是一個最基本，可是也要學習正確的方法，也要選擇正確的道路，有些人就是會誤導其他人，當你知道一個教育時，你要知道他是否正確，別人為難你的話，你就要教他，如果他堅持不改的話，你就要用最相信力的話去壓制他，不要去怕他，往正確的方向去走，這是人人必須學會的。

701-2 王 0 奎

「見義勇為」是中華文化中很重要的傳統美德，如果有就更多的人懂得見義勇為，那麼，或許有許多的憾事就不會發生了。那麼，見義勇為是什麼呢？顧名思義，見就是看見；義就是正義；勇就是勇敢；為就是作為。從前有個小狗在回家的路上看見有一群小貓在欺負小兔子，立刻跑上前阻止，小貓看到嚇得一哄而散。小兔子非常感謝願意幫助自己的小狗，並告



訴對方，如果沒有小狗的幫忙，自己可能還會一直被小貓欺負。從此以後，肖狗和小兔子成為了如膠似漆的好朋友。以前有過一則新聞，內容是有一名小偷在公車上偷走了別人的錢，被一旁的老人看到，老人立刻要求小偷把偷走的錢還回去。小偷一件事跡敗露，從包包中掏出一把刀，威脅道：「你最好閉上嘴巴，別多管閒事！」並往出口移動。老人見了馬上跑過去試圖奪走刀子，歹徒把刀捅入老人腹中，老人倒地不起。這一舉動激怒了眾人，眾人一哄而上，搶走了刀、制伏了歹徒。車上沒有人知道老人的名字，但老人見義勇為、捨己為人的英姿永遠的留在了眾人的腦海中。雖然見義勇為的精神很值得人學習，但我認為在見義勇為之前，應先衡量自己的力量，量力而為，以免「救人不成反害己」，賠上了自己的大好前程。

701-3 許 0 裕

遇到合乎正義的事，就奮勇的去做，這就是見義勇為，其實做到也不能，但沒機會，見義勇為需要的是勇氣，勇氣在你我成長的時候是必須的，不應該說是成長，應該說是一輩子，是勇氣取決於你自己的自信，有一次的講座是講到勇氣，講師問我們一個問題，他說在場的男生覺得自己是帥哥的舉手，此時沒有人舉手，講師又問了一句話，他在場的女生有沒有覺得自己是美女的請舉手，此時有三位 8 年級的女學姐鼓起勇氣的舉起自己的手，這件事是告訴我們做每一件事時都需要自信，不自卑有勇氣像這三位學姊一樣，拉回正題見義勇為，讓我來講一個小小的故事看完會比較了解。

從前有一隻大黑熊在回家的路上發現一群小獅子在欺負烏龜，立刻跑上阻止，小獅子看到大黑熊下的一哄而散，烏龜非常感謝黑熊的幫助自己的大黑熊，並告訴大黑熊，如果沒有帶黑熊的幫助，自己可能還要被小獅子一直欺負，在那之後大黑熊跟烏龜變成十分要好朋友。再講第二個故事發生在中國大陸 1993 年 8 月，濟南軍區某部中士徐宏探親期滿承車反對，在車上遇上幾個歹徒在調戲一個女青年，肆無忌憚的耍流氓，徐宏這時立即見義勇為好不猶豫上前制止，被歹徒連刺多刀，他頑強的追趕歹徒，被授予英雄的稱號。

701-4 林 0 濤

什麼是見義勇為，見義勇為是遇到合乎正義的事，就奮力勇敢的去做，這就是見義勇為，但這個世界上見義勇為的人卻很少就是為什麼？因為有這個心的人不多。

這個故事是一個人見義勇為的故事，以前的時候有一個人他叫小天，小天是一個很無能的人，有一天他走在路上，被一群小鬼頭放狗咬，一個大叔看到後把小鬼頭趕跑了，狗也被他趕走了，大叔說了一句話：「會幫助別人的人都知道無助的感受」，後來小天開始每天運動，之後他變成了一位見義勇為的好人。

某一天一個年輕人他是一個見義勇為的好人，他在城裡看到了一個神棍，他知道不能再讓他騙錢了，所以他尋求了警察的幫助，想讓他不能再騙人，但他們到達的時候發現神棍早跑了，後來他跟著神棍的蹤跡找到了他，並把他關起來，著他接下來的日子裡，做了很多見義勇為的好事。為什麼見義勇為的人很少，因為見義勇為其實是件不容易的事，我姐姐小時候



有發生過一件事，他在國小時被同學欺負，他當下很傷心，但老師幫助他，最後我姐姐和同學們和好了，現在我姐姐大學畢業了，都還在和當時的國小老師有聯絡。

我認為你生命中一定會有一個見義勇為的人，他可能會因為義氣所以做很多傻事，不過一定要和他做朋友，見義勇為是好事，要穿長幫助別人一定會有好報的。

701-5 謝 0 源

見義勇為是什麼？見義勇為的意思就是在職務範圍之外，制止他人的人身、財產的不法侵害或是搶險救災、救助遇難者，一般而言，見義勇為會使人自己遭受損害，或者承擔損害的風險。我們一般比較常見的事，有的是在學校，同學被欺負、警察在抓壞人時、要救人時以及做事時我們都可以見義勇為，而不是一旁無所事事的樣子。當你們今天出一點力、幫忙做一點事，相信你在有一天有困難時，別人也會見義勇為的幫助你。

我聽過一個故事是這樣的：在非洲大草原住著很多的動物，但由於那裡是個弱肉強食的地方，所以有些動物只能被吃。而在一天中午，有幾隻獅子出去覓食，正好看到不遠處一隻斑馬，獅子興奮極了，於是跑去圍住那隻斑馬，斑馬無處可逃，眼看斑馬要被獅子當作晚餐了，這是，有一隻大象跑了過來，並用牠那巨大的體型嚇跑了獅子，斑馬十分感激大象的幫助，於是牠們就成了好朋友。

第二個故事：有一名警察他人很好，平常也會幫忙大家。有一天，有一戶人家出現了蛇，他見義勇為的抓了這條蛇，村民都很感謝他，還請他吃飯。這樣的日子持續不了多久，有一位小偷就開始偷東西，村民趕緊報案，警察到了之後立即開始抓小偷，但是小偷太狡猾了，三番兩次警察都是差一點，但是，警察在不遠處有一群村民和小偷，於是他趕快上前將小偷逮捕，在警察的詢問下，才發現是村民見義勇為的抓住了小偷，經過這件事之後，他們終於過上安詳的日子。

這兩個故事都是講見義勇為的例子，不論是日常生活都能做到見義勇為的表現。

701-6 張 0 鳴

見義勇為的意思就是遇到合乎正義的事，就奮勇去做幫助有困難的人也是見義勇為。六年級的時候，有一次在玩遊戲，然後我看到有人開始罵別人，於是我就幫忙被罵的人反擊，所以嗆別人的人就沒有繼續在罵了。還有一次跟很多朋友一起玩，其中有兩個人吵架了，我和一些朋友就在勸架，要不然有可能會打起來，我和朋友就一起安撫吵架的人的情緒，還有一次看到有人在欺負別人，我就叫他不要在欺負別人了，所以他就沒有再欺負一些弱小的人。有一個故事就是見義勇為就是有一隻小狗救了一隻還很小隻的豹，所以豹就跟小狗一起住結果那隻小狗不知道牠是豹，小狗以為是小貓，豹長大之後才發現原來牠救的是一隻豹，所以小狗就跟豹一起當好朋友。還有一個故事就是從前有一隻小獅子在回家的路上發現有一群小熊在欺負烏龜，立刻跑上前阻止，小熊看到一哄而散。烏龜非常感謝願意幫助自己的小獅子，並告訴對方，如果沒有小獅子的幫忙，自己可能還要一直被小熊欺負。在那之後小獅子和烏龜變成了很好的朋友。我覺得見義勇為是非常好的行為，幫助別人自己也會覺得非常開心，



見義勇為其實是很簡單的事，因為只要自己勇敢幫助別人，就是見義勇為。見義勇為真的很重要，如果自己都不幫助別人，別人也不會幫助自己。自己有困難會需要別人幫助，所以別人有困難，自己也要幫助別人，見義勇為是重要的事。

701-7 朱 0 毅

什麼是見義勇為呢？就是遇到合乎正義的事就奮勇去做，但是你遇到不好的事，就不要去做，才能成為大家喜歡的人喔！從前在一座森林裡，有一隻獅子再回家的路上發現有一群兔子在欺負烏龜，立刻跑上阻止，小兔子要求一個比賽，就是長跑，如果獅子贏了兔子就不再欺負烏龜，但如果兔子贏了，獅子就要一起被欺負，獅子同意後就開始比賽，一開始跑獅子就領先，最後獅子獲勝，輸掉的兔子就再也沒欺負烏龜了，因為獅子的見義勇為，烏龜就過著幸福快樂的生活。在很久很久以前，有一位住在大埔的人名字叫正義，有一天他出門工作時，看到一堆白人在欺負黑人，因為當時是個不公平的時代，都把黑人當作奴隸，但正義心裡希望人人平等，已經受不了欺負黑人的白人，就立刻上前阻止，那些白人很不開心就要打向正義，正義一個拳頭就把他們打跑了，黑人很感謝正義的幫忙，兩人就變成了好朋友，一起改變這個不平等，正義去台灣大學讀完博士班就檔選總統，他久改了憲法規定，第一條就是人人平等，有了這個法律，台灣就慢慢的走向光明與希望。見義勇為可以讓世界越來越好，可是見義勇為很難，可能是怕幫了忙會被欺負或是被排擠，所以只能在旁為那個被欺負的人難過，如果看到有人被欺負，一定要去阻止，讓世界越來越好。

701-8 楊 0 邦

見義勇為是什麼？遇到合乎正義的事，就奮勇去做，看到別人被欺負，就勇敢出面阻止。而我想到兩個故事，從前有隻小獅子在回家的路上發現有一群小熊在欺負烏龜，立刻跑上前阻止，小熊看到嚇得一哄而散。烏龜非常感謝願意幫助自己的小獅子，並告訴對方，如果沒有小獅子的幫忙，自己可能還要一直被小熊欺負。在那之後小獅子跟烏龜變成了十分要好的朋友。令一則故事是：有隻巨龍突然出現在王國裡，巨龍抓走公主後就消失不見了，國王得知後非常著急，他命令大臣找出勇者，之後出現一位男人，他說：「我要救出公主！」因為沒有其他人了，國王就選了他，國王問了他的名字，他說他叫達拉蹦巴，達拉蹦巴請國王給他最好的寶劍，還有最快的馬，國王馬上讓鍛造師造出寶劍，再去找王國裡最快的馬，達拉蹦巴拿著劍，騎著馬出發了，達拉蹦巴翻過最高的山，穿過最深的森林，終於，來到了龍洞，他進去後就看到了公主跟龍，達拉蹦巴拿出寶劍，跟龍打了起來，在激烈鬥爭下，達拉蹦巴贏了，成功救出公主。見義勇為是一件很棒的事，可以讓自己很有正義感，不管是誰，只要是合乎正義的事，就奮勇去做。

701-10 林 0 媿

在這個世界上有些人遇見當下有人被欺負，可能認為這個不關我的事情，我並不用去差手這些事，避免多出一些不必要的麻煩，但是還有一些比較善良的人，看到有人被欺負，不是在那邊在那邊看戲或者幫助欺負他的人去欺負他，而是出手救他並且阻止他們並和他們說這個是錯誤的行為，如果不聽就告訴師長，讓他們去做處理。



我聽過一個蠻有趣的故事，浦島太郎在海報上救了一隻被小孩子欺負的小海龜，海龜為了報恩，就帶浦島太郎去參觀龍宮，接受了龍宮公主乙姬的熱情款待。在龍宮待了幾天的浦島太郎想起家裡的母親，所以跟乙姬表示了該回家的意思。乙姬雖然很不捨，還是讓浦島太郎上岸回家，臨走前還送他一個玉手箱，並囑咐他千萬不能打開那個玉手箱，上岸後的浦島太郎，發現陸地上的人事已非，一問之下。才知道原來他在龍宮待的幾天。卻是陸地上的好幾年。一時手足無措的浦島太郎，忘了他與乙姬的約定，原本面貌年輕的浦島太郎卻變成了近百的老富翁。

我自己是常常看到老人或者是小朋友被欺負，我會受不太了，會跟他們說哪裡做錯了，並且問他們為什麼要欺負他人。在我生活中遇到困難，很多人都會出手幫忙，我也會在他們需要時幫忙他們

我們一般認為，抓住了問題關鍵，其他一切則會迎刃而解。見義有為，發生了會如何，不發生又如何。總結來說見義有為究竟是怎樣存在，始終是個謎題。

701-11 蕭 0 蓁

見義勇為就是指你如果看見別人有需要幫忙，你就會挺身而出的去幫忙。或者是遇到合乎正義的事情，就奮勇的去做。

我聽說過一個故事。從前有一隻老虎和兔子。老虎是森林裡的萬獸之王，所有的動物都很怕老虎，很怕有一天會被老虎給吃掉。有一天，老虎正在森林裡散步順便看看有哪些小動物特別的白白胖胖，忽然被獵人設下的陷阱給套住了，老虎非常的緊張、害怕，害怕自己被獵人抓走拿去賣掉，這時兔子剛剛好經過，老虎就告哀乞憐的向兔子求助，兔子就問老虎說：「如果我幫你把網子拿走你就會趁機把我吃掉。」老虎就考慮了一下後說：「你如果真的把我救出來的話我真的不會把你吃掉。」兔子也考慮了一下後就幫老虎把網子解開了，解開後老虎不僅沒有把兔子吃掉還和兔子當好朋友。從此以後老虎也不再吃森林裡的小動物，還會幫助大家，和大家做好朋友。

經過上一次的事情老虎在想如果那是兔子沒有剛剛好走過去、如果兔子那是沒有救我，我現在到底會變成什麼樣子呢？如果那時根本沒有任何一隻小動物朋友我的話，現在我可能已經在網子裡餓死了；也可能被獵人拿去賣掉賺錢；也可能已經被殺掉煮來吃了。

我覺得這次老虎和兔子見義勇為的故事告訴我們，如果看到有需要幫助的話，就要多多幫助別人，說不定以後被你幫助的人還會知道要回報，返回來幫助你呢！

701-12 林 0 棋

見義勇為顧名思義就是見到別人有危險就挺身而出，可是當你沒能挺身而出的話，那不就很可笑嗎？



我曾看過一個例子，在美國，有一位視障者走進店裡買食品，當他從錢包拿出現金卡付帳時，一張二十美元紙鈔從錢包掉了出來，排在他後面的女客人，看出視障者不知紙鈔掉了出來，便向前移了一小步，迅速撿起那張紙鈔，放進了自己的包包。

站在櫃檯的一位店經理，把這一幕看得一清二楚。輪到女客人點餐時，店經理要求女客人把剛剛撿去的紙鈔還給視障者，但女客人卻瞪大眼睛看著店經理，店經理二話不說的把話再講一遍，女客人回過神說：「不！那張紙鈔是我剛剛掉在地上的錢。」店經理用平靜堅定的語氣對女客人說，他不能為如此失禮的客人服務，如果不肯還錢，那就必須離開。女客人立刻破口大罵，反應歇斯底里，但店經理就像一尊大理石像，不為所動，女客人只好一邊咒罵，一邊不甘願地離開餐廳。

然後，店經理走到視障者坐的桌子前面，從自己的皮夾拿出一張二十美元鈔票並交給他，說：「先生，我要代表店還給你一張二十美元紙鈔，補償您在櫃檯時遺失的那二十元。」

真敬佩這位店經理，他不但好心也沒把這件事視為無關緊要的事情，我們要像這位店經理一樣，看到他人需要幫助，就挺身而出的去幫忙，但有些人看到了卻站在原地不動或直接視為不重要的事，沒能幫忙。見義勇為是一件勇敢的體現，在自己能力不足的情況下，卻是一種愚、蠢愚昧的表現。

701-13 陳 0 茹

見義勇為的意思是看到正義的事情自告奮勇的去做，而不是躲在一旁當作沒看到或是加入那樣做著違背人性的人，這是一道選擇題，如果是你看到正義的事你會怎麼做呢？

在一個小村莊裡有一個惡霸，他常常會去村子嚇小朋友、老人和學生搞得大家不得安寧。有一天，小天遇到了惡霸一小虎，小天看到小虎嚇到腿軟，因為小天的媽媽生病，小天每天都上山採山藥，結果有一天小天跟平常一樣上山採藥，在採山藥的時候看到小虎正在欺負一個小女孩，她叫蝶蝶，蝶蝶那天和小天一樣都是上山採藥。小天看到後馬上跑到蝶蝶前面，小虎看到小天特別不爽，小虎叫上他的小弟們一起打小天，小天的臉被打的看不出他是誰了。

幾天後，小虎走到小天面前跟他說：「對不起小天！我不應該打你的。」小天愣了一下說：「沒事的，不過妳因該跟蝶蝶說的因為是你先欺負他的。」小虎說了「好」就跟小天一起去蝶蝶家，小虎說「蝶蝶我那天不應該欺負你的，對不起！」說完蝶蝶先是愣了一下才反應過來他是「沒事了！但是謝謝小天見義勇為的行為」小天說「這是我因該做的。」後來村子沒有了惡霸只有那個正義的小朋友。

這個故事告訴我們看到正義或是遇到正義的事都有站出來幫他們。如果你面前有一個小朋友正在被一群小混混欺負你會怎麼做呢？在為別人挺身而出的時候也要注意自己的安全。



111 年 3 月--幽默樂觀

901 1 王 0 玄

用幽默樂觀的態度去看待每件事物，或許能讓自己不再有負面的想法，也有可能幫助自己度過難關，常常保持著樂觀的想法，就可以遠離負面。幽默樂觀能使自己快樂，也會影響到別人，讓別人分享到我的快樂氣氛。

901 2 田 0 杰

幽默是一種我們都該學會的生活哲學，是我們生活中最佳的潤滑劑，滋潤我們的人際關係，拉近彼此的距離，還能讓我們用樂觀、正面的態度去面對生活中的挑戰。我要學習幽默樂觀的態度來面對我的生活難題，在家裡雖然不快樂，但在學校裡我可以很快樂的學習和玩樂。

901 3 杜 0 晨

幽默樂觀可以帶給別人快樂的心情，班上有個同學很樂觀，常常帶給全班歡樂的氣氛，他的幽默讓我們感受到愉快，如果可以和他一樣幽默又樂觀，我想我自己應該也會很快樂。

901 4 陳 0 錚

樂觀的人像太陽，去到那裡就會亮，而悲觀的人像月亮黯淡無光。樂觀會帶給大家開心，幽默的講著笑話，大家都會很歡迎幽默樂觀的人。人生雖然有逆境，堅信自己不被眼前的難題打敗，也相信自己能成功，人只要有樂觀的心態，才能一步步邁向目標。

901 5 彭 0 林

幽默樂觀對我現在來說很困難，因面臨會考我沒有把握，再加上最近自己有不好的情緒，但是老師說要勇敢面對難題，我會學習樂觀的面對我的生活。

901 6 邱 0 雙

我覺得幽默樂觀可以使生活變得很漂亮，因為如果世界充滿負面的想法，一定很不快樂。我的媽媽就是一個幽默樂觀的人，當爸爸罵他後，他可以馬上忘記不愉快，笑咪咪地對著我說話，我想這樣才能讓自己快樂，不是媽媽忘記，是他選擇樂觀面對。

901 7 黃 0 淑

我對一些大事都不太在意，當有負面情緒的時候，要花一點時間才能消除。短暫的東西或事情造成心裡的不愉快，我就無法冷靜，但隨著時間我面對負面變得無感，我想是我學會樂觀面對它了。



愉快的面容可使一盤蔬菜變成一桌美味的酒席，一個有幽默感的人，不僅有助於人際關係，更可以為大家帶來歡樂。每當自己遇到困境時，會往好處想，我的情緒就不會一直被牽絆在負面想法中，就可以遠離不好的想法，積極樂觀去面對我的問題。

701 1 蕭 0 展

尷尬最好的瓦解方式是來一個出其不意，突然出現的一句話會給現況一個大翻轉，在朋友之間的小玩笑不是無理取鬧，而是解掉尷尬的一個藥方，只要在負面場合裡，講出一句奇奇怪怪的話，那種死氣沈沈的氣氛會像霧一樣，緩慢的飄散，常有人說開玩笑只是娛樂，但在我的眼中是不同的，玩笑是一個工具箱，在適合的情況說適合的玩笑，可以讓大家一起開心，玩笑是一個很厲害的東西，用處多、很實用，還可以隨身攜帶，這麼好的東西還不趕快去準備，用不正經的話帶給大家正面的氣氛。我們班上有一個很搞笑的人，每次在我們班上的尷尬時期，突然來一個出其不意，把我們全班逗笑，他總是不按牌理出牌，他就這樣成了我們班盡人皆知的風雲人物。開玩笑雖然可以改掉氣氛，但如果選錯方式的話，會帶來負面效果，像以前很火的實況主「小玉」因為開的玩笑照成多人的不滿，一直被抓去關，還有最近的某人，他對別人的老婆開了一個玩笑，導致官方不知道要不要把獎狀給這位。開玩笑不能太誇張，要考慮會不會碰觸到別人的底線，尤其是宗教信仰、法律這些較嚴重的事，如果你踩到他的地雷，這後果可是不堪設想，就算有法律限制，但他的舉動在那時是沒有人可以阻止的，所以玩笑可以開，但不要開的太誇張，如果你連這基本道理都不懂的話，那你就沒有開玩笑的資格，其他是我們可以不管，但不能干涉到他人。

701 2 王 0 奎

樂觀幽默很重要，懂得幽默樂觀可以有許多好處：緩和人際關係、無形化解衝突，使得困難不再是困難！那麼，幽默樂觀是什麼呢？幽默樂觀就是在遇到問題時能用另一種角度思考，讓自己始終保持正面態度面對。在擁擠的公車上，不斷的有乘客想擠，上車就算司機大喊「已經客滿了，麻煩請等下一班車！」也沒有任何用處，就在即將要爆發衝突時，忽然有人故意大喊「不要再擠啦！再擠我就要扁掉啦！」車內的所有人頓時笑了出來，也讓本來緊繃的氣氛緩和下來。以前因為沒寫功課，老師發給了我一大張兩面的文章，要我和其他同學把文章的每一個字都描一遍，連標點符號都不放過。有些人馬上就說：「這麼多怎麼可能寫得完嗎！老師是在開玩笑嗎？」旁邊的人安慰道：「沒寫功課本來就是我們的錯了，老師懲罰我們也無可厚非。」我卻在想：「雖然寫起來一定很累，但也可以當練硬筆字啊！外面賣的練習本可要價不斐呢！」雖然自己說有點不好意思，不過我自認為我的心態還不錯，應該也算得上「幽默樂觀」吧！而事實上我也因此心情還算不錯的把罰寫寫完了。

701 3 許 0 裕

不是國小六年級的時候書櫃上有一本書介紹了樂觀與悲觀，他裡面有提到許多實驗和名人的例子，譬如：林肯，汽車大亨（忘了叫什麼名字）他裡面主要強調是樂觀的人不管做什麼事都是成功的，就像人生勝利組一樣，但悲觀的人做事不一定成功，做事的效率也比較



低，無論是做什麼是只要樂觀看待就會好，生病也是一樣，只要往好的方面想讓心情好，有可能會不藥而癒。我知道有幾個故事。

在擁擠的車上，不斷有乘客想擠上車，就算是司機大喊：「已經客滿麻煩等下一班車」也沒有用就在即將發生衝突地時候，有個人故意大喊：「不要擠啦！再擠我就要扁掉了！」車內的乘客頓時笑了出來，也讓原來緊張的氣氛緩和了下來。

林肯他從來不掩飾自己，當有人笑話他父親是一個鞋匠，林肯笑笑說：「不錯我父親是個鞋匠，但我希望我治國能像我父親做鞋一樣高超。」斯蒂芬-道格拉斯，這個兩次擊敗過林肯的競選對手，在評價老對手時說：「他是他黨裡強而有力的人物，才智超群，閱歷豐富，因為他那副滑稽的可笑，和說笑話不動聲色的模樣，他是西部最優秀的競選演說家。

同樣的一件事情，角度不同，看法不同，就會產生不同的認知，就像兩人一人是樂觀派一人是悲觀派，兩人同時望向窗外，一人看到的是月亮，一人看到的是雲，想法會改變人的看法。

701 4 林 0 濤

幽默樂觀，你能幽默樂觀嗎？你再不好的事發生時，你能開心的說出這句話嗎？要如何幽默樂觀？第一點要會動腦，有的人很會說

話，用一句話就可以讓。當下的情況變好

有一次我爸媽吵架，吵得很大聲我的朋友找了他的阿嬤 過來，她只說了一句話我爸媽就不吵了，她說：「再吵也沒用，不要吵了，在吵也一樣，不如去玩一天放鬆心情再說吧。」還有一次，我姑姑和我姑丈在路上吵架，我表哥說：「不要吵了老的老，胖的胖，還不如不吵先看路。」結果他們異口同聲的說，我們吵架關你什麼事，說著說著我們就到了。

前段時間我家貓生孩子了，鄰居的小孩很常跑過來看，每次來都很吵，吵的我很生氣。有一天媽媽把小貓帶到我家廚房，結果他們過來看一直問我，小貓呢？他們在哪？我媽媽說了一句話「你們每天都來，又很吵，小貓決定搬家了！」後來他們三天才來一次，我也覺得安靜很多。

幽默樂觀可以用在很多事上，比如女生不小心走進男廁被熟人認出，只要會幽默樂觀就不會太尷尬。幽默樂觀最尷尬的時候很好用，像走錯地方的時候，貨在錯的地方看見錯的人，走錯教室都可以用來緩解尷尬的氣氛。

701 5 謝 0 源

幽默是什麼？幽默是一種特性，是一種引發喜悅、以愉快方式娛人的特性。幽默是一種能力，一種聊解並能表達出來的能力，我覺得能夠有幽默感的人不容易。它也能讓原本的尷尬的氣氛舒緩；爭吵時，也可能因為一個幽默樂觀的行為而停了下來。有時不但幫助了我



們，也常在日常生活中發生，例如在排隊時大家都等得不耐煩時，因為一個人的一句話而開朗了起來；因為比賽輸掉在悶悶不樂，但是有人機智的開口，讓所有人拋開了不好的心情等等。

來舉個例子：在一次的運動會前，各班在入場時要跳一小段的舞蹈，我們班先每人找舞蹈，等找好了之後，已經沒多少時間了，我們加緊練習，到了運動會當天，各班的舞蹈都很令人吃驚，輪到我們班時，大家都很緊張，老師在怎麼提醒我們不要緊張，我們還是一樣，終於在聊天的過程中，有人說了一句話，讓大家的心情都舒緩了下來，我們的舞蹈也順利跳完。

第二個例子：在上學期的某一次段考結束後，在自然檢討時，因為大家成績不理想，也因為有人態度不好，因此老師很不高興的罵了我們，老師後來就把心情緩和下來，並告訴我們分數不重要，但是態度很重要，在一段時間後，老師不在生氣，並跟我們說笑話，因為老師後來的幽默樂觀的表現讓原本不開心的我們笑了起來，也有繼續檢討考卷。

幽默樂觀可見對一些事情非常有幫助，讓我知道原來幽默樂觀是好事，也知道幽默樂觀很重要，希望你們也能夠有幽默樂觀的朋友

701 6 張 0 鳴

幽默樂觀是在遇到一些難題的時候，能用另一種角度想，讓自己保持正向的態度，所以幽默樂觀是一件很重要的事。小時候國語課本有一篇課文，課文的內容是關於自嘲，有一個人自嘲自己很胖，然後很多人一直笑，讓緊張的氣氛緩和下來。還有一個人，被自己的對手罵，結果他卻自嘲說自己長得很醜，然後氣氛就沒有那麼緊張，全部的人就一直笑，連被罵的那個人的對手都笑了。所以我認為自嘲跟幽默樂觀很像，我認為幽默樂觀是關於說話的藝術，而且不是很容易做到。還有一個故事，在擁擠的公車上，不斷有乘客想擠上車，就算司機大喊：已經客滿了，麻煩等下一班車，也沒有用。就在及即將要發生衝突時，有人故意大叫說：不要再擠了，再擠我就要扁掉了，車內的乘客頓時笑了出來，也讓本來緊繃的氣氛緩和下來。所以遇到一些另人很緊張的時候，要換另一種角度想，用正向的態度面對，所以幽默樂觀是很重要的事。我認為遇到難題時，要保持正向的態度解決難題。

701 8 朱 0 毅

什麼是幽默樂觀呢？就是說當你遇到了問題或酷男等挑戰時，能用另一種角度思考，讓自己保持著正面的態度和思考來面對面前的困難。地、一個故事發生在一個擁擠的公車上，不斷有乘客想擠上車，就算司機大喊：「已經客滿了，麻煩等下一班車！」也沒有用。就在即將發生衝突時，有個大人喊：「不要擠啦！在幾我就要扁掉了！」車內的乘客頓時笑了出來，也讓原本緊張的氣氛緩和來。第二個故事是一個樂觀心態的幽默故事，一天，個博士坐在船上欣。在船上，博士問漁夫：「你會生物嗎？」漁夫說不會，博士就說那你的生命就失去了四分之一了。過了一會兒博士又問農夫你會哲學嗎？漁夫還是不會，博士又說：「那你的生命又失去了四分之一了。又過了一會兒博士又再一次的問漁夫：「那麼你會科學嗎？」漁夫仍然不會。就在此時，狂風作亂，捲來一股巨浪，漁夫問了博士：「你會游泳嗎？」博士不會，漁夫就說那你的人生就要玩完了。幽默樂觀可以讓世界變得更好，不過要開玩笑只能開自己的，



如果不經過他人的允許就擅自開別人的玩笑是很沒禮貌的，就算你開的玩笑多好笑，別人的眼睛看到的絕對不是厲害的人，而是整天只會欺負搭人的壞蛋，所以大家千萬不要別人的玩笑喔。

701 9 楊 0 邦

幽默樂觀能帶來什麼？幽默樂觀的定義是什麼？幽默樂觀能帶來和平，減少衝突的發生。幽默樂觀的定義是在遇到困難、難題時，用另一種角度來思考，保持樂觀正向的態度面對事情。在日本，很多電車早上人都滿滿的，需要站務人員把人擠進去才行，我曾經在 YOUTUBE 上面看到一部影片，內容是一名日本乘車者記錄的爆笑時刻，在擁擠的電車上，站務人員正在擠人上車，車上的乘客不斷抱怨，說著「別擠了啦！」，就在乘車的人快要暴滿時，突然有一個人大叫：「我想上廁所，拜託別再擠了！在擠就要忍不住了！我可不想上在褲子上！」這句話一出來，車上跟要擠上車的人都笑了出來，因為這樣電車才順利出發，也化解了這場電車危機，而且還留下了這爆笑時刻。有一位科學家，他夢想製造出能造福人民的東西，他雖然經常做出一些奇怪的動作，被別人笑，但他以幽默樂觀的態度，製造出了很多新奇古怪的東西，甚至製造出了電燈泡，這個人就是愛迪生，他發明出來的電燈不但讓我們生活便利，還讓我們能開發出去其他有關電的東西，讓我們不用蠟燭照明。看完上述兩件事後，應該都了解幽默樂觀能帶來什麼了吧！像故事一，在人擠人的電車上，一直無法發車，知道有個人大喊之後，才順利發車，愛迪生也因為幽默樂觀的態度，才成功他的發明，造福人們，這就是幽默樂觀能帶來的好處。

701 10 邱 0 琴

甚麼是幽默樂觀呢？就是在你遇到困難，難以解決的時候，用另一種角度思考，樂觀呢？就是在你遇到困難，難以解決的時候，用另一種角度思考，就是以冷靜、正向的方面去解決，不要慌張、不要放棄。我會舉例兩個例子，第一個是，全縣運田徑比賽沒得名，第二是，國小六年級因為疫情所以不能去畢業旅行了。

在國中上學期時，參加了全縣運，然後我比國中女子跳高和跳遠，因為在學校原本是六十公尺短跑和跳遠。不過國小比完六十公尺，很明顯的，我跑不快了，所以我轉到了跳高。在比賽時，我很努力的看別人怎麼跳，因為我們教練把所有希望放在我身上，但是因為心裡克服不了恐懼，所以第一輪就出局了，不過我沒有放棄，只要跳遠拚好成績就好了。所以我跳遠拚勁全力，得到了前八名的成績，教練也從失望轉成開心。因為國中第一次就有名次了，所以之後一定會更好。

在國小六年級原有畢業旅行，我們從小五就在討論去哪裡玩了，我們的行程定的滿滿的，感覺很好玩。原本我們要去台北一零一大樓，去滴妹飲料店喝飲料，大家都期待畢業旅行，但是命運總喜歡開玩笑，因為疫情突然變得更加嚴重，無奈下畢旅只能取消了，大家都非常的失望。但大家還是不甘心的詢問班導，看能不能補回，可惜最後還是無法成行，只能開玩笑說：「別人是六年一次和三年一次的畢旅，只有我們是九年一次，這不就顯得我們很特別嗎？所以九年的畢旅，就玩嗨一點呀！」



以上的例子，是我想和大家說的，如果遇到困難，不要怕，如果失敗了，下一次再彌補回去就好。大家一起加油吧！

701 11 林 0 媿

我認為「幽默樂觀」聽起來好像蠻簡單的，可是對於一些人來說，其實並不這麼簡單，幽默樂觀是指在遇到難題時，能有辦法換一種想法去解決和思考，而讓自己能用正面去思考，並不是使用負面的方式。

一場大火，使愛迪生在實驗室將近百萬的設備和大部分的工作記錄都毀了，面對這些損失，他卻說：災難也有好處，因為所有的錯誤都燒光了，這樣就可以從新開始。不論哪一些事，那些懦弱的人，想必以經很多人聽到就垂頭喪氣了，以樂觀來對待的人來說，這些只不過是一些磨練罷了，他們就會變得更加堅強，更加努力的去完成任務，如果是這樣，那麼愛迪生所說的，「我的成功乃是從一路失敗中取得的」不正是這些人們，所以我們能說，樂觀的人是堅強的。

對於我來說，在我情緒比較穩定時，我會覺得幽默樂觀不會太難，可當我情緒非常不穩定時，我無法做到幽默樂觀，但是我還是會慢慢的冷靜思考該如何做會比較適當，而不是一個遇到事情就崩潰。

我自己是個常常開玩笑的人，有可能是為了想去緩解場合的尷尬，或者是想要讓情緒不好時能開心，可是這樣有時也會說錯話讓他人不開心。

701 11 蕭 0 蓁

你知道幽默樂觀是什麼意思嗎？幽默樂觀的意思就是在遇到難題或是遇到自己想不通的事情時，能用另一種角度來思考，讓自己能保持冷靜，並用正面的態度來面對事情。我自己有兩個例子，一個是在功課很多時；一個是在畢業旅行不能去時。

我想你應該也都有遇過這個難題？這個難題就是在功課或事情做不完的時候。每個人早上都要去學校上課，到了五點才可以回家了，但是我在放學後還參加一些活動—博幼和小提琴，所以那天功課很多的話，我就無法參加這些活動，我就會覺得很可惜，可惜沒有辦法上到很好玩、有趣的課程。我想雖然我上不到課程、請假的話，這樣我就有充足的時間可以寫完功課，還有多餘的時間就可以練習上次的課程內容。我想到的解決辦法是在學校下課時就拿出功課來寫，這樣回家就不會有這麼多功課，回家就趕快吃完飯，寫完功課就可以去上課了。

在我國小六年級時，每天都很期待要去畢業旅行。在寒假過後就是國小六年級下學期了，老師在上課時和我們討論畢業旅行要去哪裡、畢業旅行三天兩夜的流程是什麼，討論後老師把我們討論的結果打成文章上傳到一個網站，那個網站是在幫助偏鄉小學讓我們可以去畢業旅行，能給我們約五千塊讓我們去畢業旅行，最後是有得到幫助班助的，班上的同學都很開心，但是最後因為疫情的影響就沒去畢業旅行，我想雖然我們不能去國小畢業旅行，但說不定國中的畢業旅行就可以去了，而且出去的話你有可能會染上疫情。



在很多時候會遇到很多難題，但你只要想著要用「幽默樂觀」的想法去思考，你就會思考出解決難題的辦法了。

701 12 林 0 錕

什麼是幽默樂觀？意思就是遇到困難的時候，能用另一種態度思考，讓自己保持正面的態度面對。美國一位心理學家曾說過：「幽默是一種最有趣、最有感染力、最具有普遍意義的傳遞藝術。」所以幽默和樂觀在人際交往中的作用是不可低估的。

我在國小時曾遇過這種事情，班上一位同學不知為何與另一位同學吵架，不管我們怎麼勸阻，他們還是不聽，突然有一位同學馬上站起來，其他同學心裡都在想：「怎麼了？」結果他說了個笑話，全部都笑了起來，兩位同學也和好了。果然，幽默樂觀也是生活中不可缺少的一項東西。

大家都應該知道林肯總統吧！林肯是美國歷任總統中，最有幽默感的一位，而且有時還會自嘲。人們都知道他的面貌是很難看的，他自己也知道一點。林肯在在學生時期的一次考試中，老師問他：「你願意回答一道難題還是兩道很簡單的問題？」林肯很有把握的說：「那就答一道難題！」老師又說：「那你回答『雞蛋是怎麼來的』？」林肯說：「雞生的。」「那雞又是從哪裡來的？」林肯說到：「老師，這已經是第二道題囉！」哈哈，還真只有一題，真是幽默。

我們要學會幽默樂觀，遇到事情時，才能自我解嘲。守住樂觀的心境並不容易，可是悲觀在日常生活中卻很常出現，而樂觀需要努力培養，才能使自己保持一種人生處處充滿生機的心境。

701 13 陳 0 茹

幽默是天生的但是也可以後天培養，老人家常說「幽默的人通常都是快樂的」因為幽默的人會用不同的角度去思考同一件事情。

我們家有一本書是記錄各式各樣的幽默場面，我在那本書看到了一個小故事，有一次，一位朋友問美國總統肯尼迪：「您是怎樣在第二次世界大戰中成為英雄的？」肯尼想了一會說：「這可以由不得我去，我是日本炸了我的船。」這個故事中肯尼的沒有直接說明他是怎麼打仗而是說日本人照炸了他的船。這是一種幽默的表現。

這幾天我又重新看到了這本書，我看完，有一個印象很深的小故事，有一個人正在演講，台下突然有人大喊「狗屎！垃圾！」他受到了干擾，但他轉了一個角度說「有公環保的演講主題我下次再講時在討論。」和不慌不忙地回答他，並沒有因為罵他而感到生氣。

我覺得幽默是一種很難懂的東西因為他常常讓人有意想不到的反應所以我覺得幽默



801 1 葉 0 潏

有時保持著幽默或樂觀是一件不錯的事，像是有時候和別人吵架時用樂觀的態度就不會那麼生氣了，或只是用幽默的方式化解糾紛也不錯，像是有時被罵或只是吵架都會自暴自棄，但放樂觀一點想說只是為了進步就不會覺得生氣，但有時後也會越想越覺得生氣，幽默則大家感到傷心的時候可以幽默的說幾個笑話化解當時的氣氛，所以要有好的態度可以影響當天的情緒。

801 2 葉 0 寬

我覺得幽默這點是很重要的，因為幽默可以拿來跟朋友交流，可能在大家很累的時候，你說了一句很幽默的話，可能會讓本來很累的人聽到，就突然很快樂，很容易的可以讓大家加入這個話題，可能本來很疲累，但是聊完之後，身上的疲憊感都不見了，因為在大家都嘻嘻哈哈的時候，就有可能會忘記自己很累，還有，有人在吵架的話，你也可以講一句很幽默的話，可能就可以解除現場的尷尬，讓大家都變得很開心的樣子。

801 3 黃 0 逢

雖然我對其他事大部分都不會太在意，而且在有了負面情緒的時候，只要花一點時間就可以快速消除，因為這就只是一些短暫的東西，如果這會造成心裡創傷的話，我就沒辦法了。

801 4 劉 0 均

這次的普仁題目是「幽默樂觀」我覺得這次的心得也很適合用在我們到管樂練習上，因為我們有時候管樂會練的很辛苦，尤其是比賽前的幾個月，要一直練習走圖還有吹奏，如果那時候用「好累我不想練」、我「為什麼我要練這個」的心情來練習的話就會很痛苦，但如果用「練完這幾個月後面就可以輕鬆了」或是「只要今年好好練，明年的走圖和吹奏就比較不會那麼不協調了」的心情來練習的話就會發現其實練習管樂也沒有那麼痛苦，而且之後如果要比賽可能也不用再練那麼久，跟背單字一樣，背完了之後如果課本有講到就可以輕鬆一點，考試的時候也可以看的比別人快一點。

801 5 林 0 蕾

有一次我和我的奶奶在客廳看影片，我的奶奶切到了大愛電視台，我看到了一個奶奶在訴說自己的故事，他說他在幾十年前得了癌症，我就想癌症患者在發病時應該是非常痛苦的，但是那位奶奶卻是用一種說幽默故事的方法訴說他在化療的過程，他用一種樂觀的方式去想自己得了癌症這件事，他說每個人都有自己面對困難的方式，而他是用樂觀的方式面對，就讓我想到小時候因為車禍去了醫院，我當時是在有很多病人的一間房間裡面躺了很多插管的病人，而我是在陪我的阿姨，當時就有一位癌症病人得知自己得了癌症哭的非常崩



潰，他說明明自己什麼壞事都沒做為什麼要經歷這種事情，所以說面對一件是情可以有很多種解決的方法，我覺得做好的解決方法是樂觀的面對。

801 6 洪 0 靚

我覺得我這個人應該算是一個既幽默又樂觀的人。我因為成績的關係，所以手機被控制時間，減少時間不能玩，所以一開始不是很習慣，可是後來我想了又想，我又不一定所有時間都要用在手機上。所以我有空閒的時間，我都在看電視、看書還有和媽媽聊天，媽媽就問我你怎麼沒有要手機了？我就跟她說因為我要陪你，媽媽就說他還以為我會很難過然後一直跟她要手機，但我沒有。媽媽就說我是一個很幽默又很樂觀的人，願意接受事實，去釋懷這件事。

801 7 詹 0 嘉

保持幽默以及樂觀的人生態度或者是個性，都會為日常生活上以及遇到一些困難，不好的事零碎瑣事帶來正面的影響，像是心情不好的時候如果有樂觀的心態去面對這些事情，就不會在不好的心情太久，在日常生活中保持幽默的個性去與人溝通在人際關係上，會有很多人和你聊天，也會在無聊的聊天當中，添加有趣的成分，但是隨時保持樂觀以及幽默的個性，這不是是一件容易的事情，也不必隨時保持，隨時保持的話有時會引起反效果，可能在特定的時候不好的情緒被無意的放大，對自身的影響。

801 8 黃 0 怡

我是全班同學公認的幽默人，我都會在全部氣氛安靜時說一些笑話，體育課時也會做一些很好笑的動作，我也想過我為什麼會這麼樂觀開朗，有時候放學回家很疲累，可能會很不開心，或者跟家人或朋友吵架，晚上心情不好時，我只要一覺醒來就會自動痊癒，雖然有時候還是會傷心，但是我的情緒很快就會平靜，自愈力很強也很樂觀，支持我繼續努力的動力也少不了樂觀，對什麼事情都沒有新鮮感和想要求學的心，什麼都學不會也學不下去，我很慶幸自己是個開朗幽默樂觀的人，在我身上的負面情緒也會很快就不見，我會用這份幽默和樂觀繼續陪伴著我的班級和同學，跟大家歡樂的相處！

801 9 王 0 淳

我叔叔是個做錯什麼事都能用樂觀的心情來解決。有一次他不小心把他老婆最愛的棉被弄髒時，他老婆非常非常生氣的用死板板的眼神看著他，但他卻不害怕，而是用微笑來跟他老婆道歉，道歉之後還說了一句很欠打的話：「髒棉被洗了就變乾淨了，洗不乾淨就丟掉！」說完這句話之後他就被捏著耳朵拉到客廳跪在地板了。更扯的是，他從頭到尾都是面帶微笑，還很幽默的回他老婆的話。我真心覺得我叔叔是個命大的人，還好他取了一個比較溫柔的妻子。



111 年 4 月—感恩卡片

<p>親愛的助學人：</p> <p>謝謝您資助我們管樂的經費，雖然我們不願意，我們也不想離開，這個卻對我們的幫助非常也謝謝您願意幫助不認識的我們讓我們從一開始管樂服裝都沒有到了現在管樂服裝都有了，儀態也一步一步的進步。</p> <p>林同學敬上</p>	<p>親愛的助學人：</p> <p>謝謝你們贊助很多樂器讓我們可以學習到很多不同的東西而且一器至少也要2萬到10萬之間，所以我很謝謝你們贊助的樂器讓我們快樂的吹樂器還有打鼓</p> <p>張同學敬上</p>
<p>親愛的助學人：</p> <p>非常感謝您願意撥款贊助我們，這一些經費其實可以解決他事情，但你們卻選擇拿來幫我們吹管樂課上學到許多知識團隊合作</p> <p>許同學敬上</p>	<p>親愛的助學人：</p> <p>很感謝助學人願意捐助我們學校，讓我們可以不用擔心金錢的問題，也很感謝普仁基金會願意贊助我們學校，還幫我們找了管樂老師也幫我們解決樂器的問題。我學習的樂器是小鼓，一開始不會，但是後來慢慢的練習，也可以下場比賽，很感謝您，又讓我學習到一個才藝！</p> <p>李同學</p>
<p>親愛的助學人：</p> <p>謝謝你們贊助我們讓我們有資金可以快樂的學習還有社團管樂，讓我們用來買書，除了學還能放鬆一下心情這些東西讓我們下課能看點有興趣的書，真的很感謝你們的付出，謝謝！</p> <p>楊同學敬上</p>	<p>親愛的助學人 我很謝謝</p> <p>你們對我們的幫助，以及謝謝您對學校的支持，我覺得管樂雖然很累，但也很好玩我最喜歡打金圓金友，因為很好學也不會重，也讓我學習新的技能謝謝你們。</p> <p>林同學敬上</p>



親愛的助學人：

謝謝您捐贈這些錢和愛心讓我們可以學習很多東西、事情。在國小時，就會學習管樂，學習管樂可以讓我學習新的樂器，到了國中也有繼續在學，而回去年還去比賽了，成績還不錯。在星期四下午，可以去參加社團，以前參加過東遊社、書法社、國畫社、陶藝社等等，參加這些社團讓我學到不少的新知識。

蕭同學敬上

親愛的助學人：

謝謝哥哥、姐姐、叔叔、阿姨的捐款，讓我們在國小時可以選自己喜歡的社團，在社團課裡我學到了如何寫程式和跟機器人在一起，到了國中有管樂可以學習新的樂器可以用。在學習這些社團都很開心。

陳同學敬上

親愛的助學人：

感謝您一直以來對我們學習所付出的努力，讓我們有更好的學習環境。也因為您的努力，我們才可以練習管樂，為了不辜负您的一番好意，我們也會更加努力，絕不懈怠。
祝 身體健康萬事如意

王同學 芮文上

親愛的助學人

非常感謝您的努力，因為我們的幫助，讓我們可以學到很多新東西，並且可以學到好成績，希望學業光。

朱同學上

親愛的助學人：

感謝您幫助我們，尤其是在管樂的部分，讓我們有了更多的經費。一開始學的時候不是很喜歡，但升上國中後，我慢慢接受了，不管是吹奏，走圖形已慢慢上手了。真的很感謝助學人的幫助。

林同學敬上

親愛的助學人：

親愛的助學人您好，謝謝您在學習方面幫助我們。還有自學鋼琴完，雖然成績不理想，但是下次再努力就好。也謝謝您贊助我們學校的管樂。希望你每天開心。

謝同學敬上

親愛的助學人

感謝普仁基金會的學生捐贈出100%的學費，讓我可以在一個好的環境，好好的學習。對於自己的音樂也有自己的看法，謝謝基金會的資助。

高同學敬上

感謝普仁基金會讓我們可以學習管樂，我覺得很有趣。

901

邱念雙敬上





*感謝普仁基金會贊助我們，
讓我們有寶貴的機會，去學習
管樂。

GOOD MORNING
黃品淑敬上

感謝普仁基金會：
謝謝你們一直幫助我們的管樂，
讓我們有更多的其他才能。

901 王易玄敬上

感謝普仁基金會，贊助我們學習管樂，
覺得很開心，本來不會但練習就會
了，感謝普仁基金會

901 杜皓晨敬上
Good time!

感謝普仁基金會 給予我們獎學金
免壓力我們，還有管樂讓我們學
非常感謝你們。

901 陳溢軒敬上

感謝普仁基金會，謝謝你們
給我們學很多管樂的東西
我們會好好的去學更多的
管樂東西

901 彭香村敬上

HAPPY DAY
感謝 普仁基金會
謝謝你們對學生的幫助
我們因此學習了很技能

901 黃舒婷敬上



HAPPY DAY

感謝普仁基金會贊助我們學管樂
我們都會珍惜這麼好的福利。

901 田畠木 敬

親愛的普仁基金會

感謝普仁基金會提供洗手紙、濕紙巾、
感謝普仁基金會提供管樂、樂器、羽、白的
了、寶貝、請、我們、出去、比賽。

黃坤富 敬

普仁基金會：
我們從國小就受到您的幫助，不管是物質上的幫助還是金錢上的幫助，謝謝您們提供這麼多幫助，讓我們可以學到管樂還有獨輪車這種在平常學不到的東西，讓我們青春充滿了特別的回憶，雖然我們沒辦法用很特別的方式回報您們，但是我們會好好珍惜這些得來不易的資源，謝謝您們。祝一帆風順。

大埔國中小劉孟均敬上
110/4/1

To: 普仁基金會

感謝普仁基金會伸出援手幫助偏鄉學生，提供了機會讓我們學習管樂、管樂學校比賽，為本校爭光，也讓我們開了眼界，能讓我們向更多學校學習，使我們越來越進步，每一次的比賽分數都有變高，使我越來越有自信，在讀書這方面，也越刻苦耐勞，成績也有所進步，非常感謝普仁基金會的幫助。祝身體健康。

大埔國中小 洪伊龍敬上

Good things are going to happen!

每次的普仁心得都可以使我自省，明白很多事，學會感恩的心，關懷別人，在別人有困難時，我也會盡力去幫忙，謝謝您們！祝身體健康，萬事如意。

黃柏怡敬上

To: 普仁基金會

謝謝普仁基金會的大哥哥、大姐姐們還有董事長，讓我們能學到很多東西，像是獨輪車、管樂，也讓我們可以出去對外比賽，讓我們能享受到跟平地同等的對待，錢還也幫助我們的學分，也能下山看看外面的世界，跟其它學校競爭，我一定會好好把握這些難得的機會，然後越來越進步。

To: 普仁基金會

Good things are going to happen!

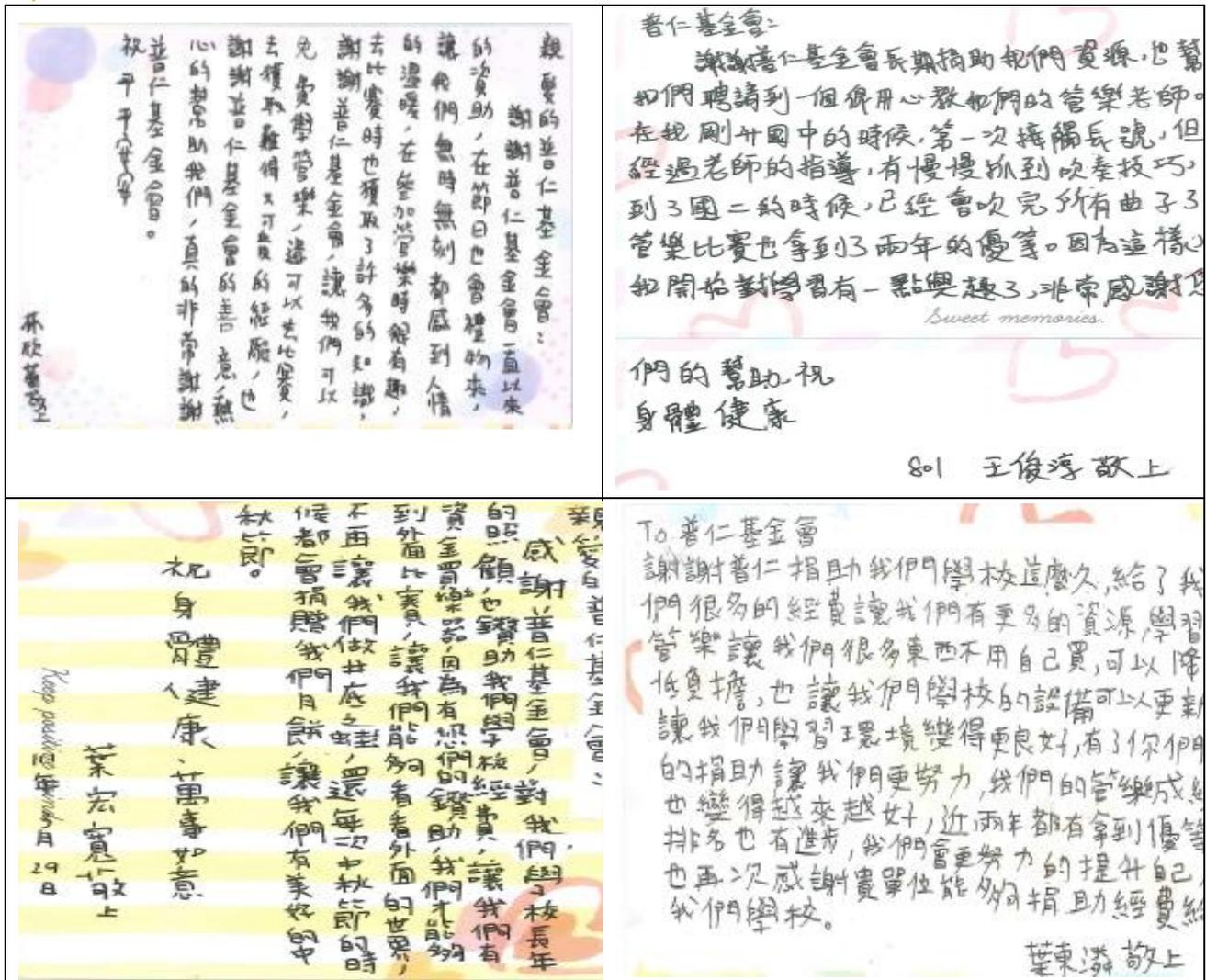
謝謝您們無條件的幫助我們，讓我們體驗到更多東西。一開始學管樂的時候壓力很大，而且還一直學不會但我慢慢的知道管樂該怎麼吹，上國小之後，因為要比賽所以會練曲子、管樂和走隊形。我們國小六年下學期就已經把曲子練完了，所以我就很快的把曲子背起來。隊形也越走越好了，也因為我越來越進步所以慢慢的接受了管樂。也謝謝您們那麼照顧我們，我會更加的努力學習不會讓您們失望的。祝平安。

詹蕙蕙敬上

To: 叔叔 阿姨們。

感謝您們一路上的支持和鼓勵！因為您們我們才可以練管樂。成績進步的時候會有獎學金。平常也會贊助我們一些物資還有好吃的食物。讓我們有很好的環境念書。祝福你們。

事事順心 李思穎 敬



111 年 5 月--熱忱積極

王 0 玄

擁有熱忱之人，可幫助到有困難之人和自己，因為有了幫助過的經驗，所以在之後能更加的了解要如何處理類似的事。而擁有積極的態度，可以讓人對你留下好印象，和做事做的更好。對我而言，這兩種都是一樣的，因它們都有幫助他人之意，但如是我選擇的話，我會選擇積極，我很清楚自己的態度不夠積極，每次都要他人催促才去做，我希望自己能改變自己的態度。

田 0 杰

熱忱是一種態度，而積極是種主動性，像每次我上田徑課都會很積極的去訓練，讓老師看到我的努力，另外，我也不只在田徑上積極，其他方面也是會有的，因為也不能單方面認真，是要每一項都認真，把積極的態度表現出來，這樣各方面的成績都會提升，保持這種態度不但不會吃虧，在未來會有很多好處，我要好好保持積極熱忱的態度。



杜 0 晨

積極熱忱就是自己要好好完成自己的事情，老師交代的功課要按時完成，不可懶散，因為做事情一直拖拖拉拉，事情只會越來越多，也沒辦法把事情好好完成。

陳 0 鈺

在我不懂事時，看著同學的橡皮擦掉地上，沒有把它撿起來，但是有同學提醒我幫忙撿起，我卻不願意幫忙。隔天打掃時間老師要我搬落葉籃，因我慢吞吞的就被老師責備，後來我知道自己不夠積極，才會引發那麼多問題。

彭 0 林

做一件事情若沒有積極熱忱就沒辦法專心，在大埔生活我覺得很難養成積極的態度，山上的人生活都好悠閒。老師常常要求我做好事情，認真面對課業，因為要下山讀高中了。

邱 0 雙

最近我在網路上看到一篇文章，就是如果有人街上乞討，到底要不要給他錢，因為通常都是騙人的，很多人都好手好腳的不工作在行乞，很多人的留言，我覺得很善良，有人說大熱天的在街上乞討很辛苦，認為不是騙子，因這些人比躺在街上行乞的人更辛苦，這篇文章讓我印象深刻。

黃 0 淑

雖然我不懂這句話的意思，但我至少是比較有同情心的，除非是自己自做自受惹來的麻煩，因為我會覺得那是他自己的事也不關我的事，有時我會把自己帶到別人的情境中，我自己做事不夠積極，但我在下定決心後，會盡力達成目標。

黃 0 好

當我們有責任時，有積極熱忱的心態是一件非常重要的事，如果對事都不積極，那該怎麼完成事情呢？在完成的過程中，或許有同伴一起，這時同理心不可缺少，自己不能因為有人幫忙而偷懶，因為這樣會增加同伴的負擔，要完成一件事需要把握時間，把時間精力花在上面，同時也需要熱忱來推進，對每件事情抱持著積極熱忱能使自己專注於事情上。

葉 0 潏

熱誠積極是一種好的現象，積極的態度可以讓很多事情變得快速，但有時候太過於熱情反而會有不好的效果，像是別人不想要幫忙，想要自己來時積極幫忙反而會被罵，所以要看情況積極，積極的話也會被人喜歡，因為大家都喜歡別人的幫助，被幫助時回感覺很開心或是鬆了一口氣，如果對所有事情都感到熱誠的話就不會感覺到無聊，這樣的話做什麼都不會感到無聊，對於做事的熱情就會減少很多，這樣就會不想做事情，所以要對事情充滿熱情，這樣做起事來才會開心。

葉 0 寬

我覺得每個人都需要熱忱積極，因為這樣才會討人喜歡，熱心的幫助別人，以後才會得到別人的回饋，像是在工作上，你熱心得幫助同事處理東西，以後你需要幫忙的時候同事才



會幫助你，像是在學校也是一樣的，你熱心的幫忙同學搬東西，幫忙做報告，或者是教同學做功課等等的，我覺得都是很棒的行為，在家裡面也是一樣，主動的幫忙家人做家事，因為家事這種事情不是家庭主婦一個人的事情，我覺得全家人都要參與，大家都在同一個屋簷生活的，這種熱心幫助其他的行為是很棒的，懂的幫助其他人你就是一個有用的人。

黃 0 逢

我想說的是，如果當初一開始人家拒我，我就放棄，那麼就不會有接下來一連串的進展，現況將永遠得不到轉變；就因為我的不服輸、不放棄，我對工作有一種天生的熱忱，因而有了最好的結局。

劉 0 均

我覺得要有積極就要先有熱忱，因為沒有熱忱的話就不會想主動去做，像是我喜歡的繪圖、日文等，如果不喜歡、沒有興趣我就不會主動去找相關的教學、資源來學，而且只要有熱忱，就算遇到了困難也會努力去克服，不會直接放棄，在平常的時候也會想去精進他，但如果沒有熱忱，就算給了再多再好的資源，說不定也只是心不甘情不願的去學，不只不會得到快樂，學到的東西可能也會比有熱忱但資源比較少的人還少，在我學習繪畫的過程中也有遇到一些困難，像是沒有想法、不會配色、會畫的動作只有那幾個等等，但是只要去找辦法、多畫幾次，就算一開始畫的還是不好，但後來一定會越來越好，我也從只會畫兩三個動作，變成會嘗試各種動作，雖然不是很熟悉，但是一定會越來越好！日文也是這樣子，從一開始完全聽不懂，到現在日文聽力超越了英文聽力，也是從一點一滴的記單字、句子，看了很多日文的影片才得到的，而如果沒有熱忱，就不會有後來那麼積極的表現。

林 0 蕾

我覺得抱有熱忱積極的心情可以讓你做事情效率更高，更有好的心情，就像是上課，你用一個很痛苦的心情上課，上課品質不好心情差，效率也不好，這樣子的上課方式會讓你學得很痛苦，但是你不一定學得會，學得明白，但你抱著一顆積極熱忱的心去上課，首先你上課品質會變好，學得快樂，會讓你覺得上課並不是一件困難的事情，上課可以很可以很有趣，我在電視上看到有很多人在幫忙市區掃街，我看著每個人的臉上都掛著美麗的笑容，他們很有效率的把整條街掃完，但是之前在掃街的時候，我看大部分的人在掃地時看起來都很痛苦，掃起來的效率也很慢，掃的心情很差，我覺得當時我們如果抱著對幫忙市區掃地這件事情很有熱誠的話，那次的掃街應該會是一個美好的回憶，我們掃地的速度應該也會很快，如果做事抱有熱誠積極的心，我相信那些事情會成為你一段美好的回憶。

洪 0 靚

對於很懶得下樓吃飯的我來說，對剪輯卻我卻另一個樣子。

剪影片一定要有耐心，不管是什麼類型的，或是任何的步驟，都要一步一步，因為我的剪輯類型方向是動漫的，剪影片要有片段，就要在二十五集、每集二十三分鐘裡的畫面截不到十五秒的影片，我通常找個片段素材就要找一小時，這真的需要許多耐心。

而且後期還要調畫質、換轉場，上字幕等等，也是非常的花時間，但是剪輯影片是我的愛好，我所熱忱的事，我想花多一點時間在這方面努力，而且說真的，當你把所有步驟做完，導出影片的時候，那成就感是真的滿滿滿啊！

我現在做的影片都是非常努力去做的，即使我再怎麼懶惰，做到一半的影片還是會把他做完，因為都已經做到一半了，就一定要把他做完。



詹 0 嘉

我們在日常生活中如果遇到需要幫忙的人，可以向前幫助他，像是我如果遇到同學不开心、遇到不會的題目我就會去看看需不需要我幫忙的地方，之後我們要去都市生活可能會在路上遇到摔車的或老人家腿腳不要的，我們都可以向前幫忙，畢竟每個人都會希望自己遇到困難的時候有人來幫幫他對吧我就是一個很希望我遇到困難有人能來幫幫我的人。

其實我還蠻喜歡幫助別人的，雖然幫助別人不會得到什麼東西，但你幫助別人別人就會很高興那你也就會覺得自己做了一件好事所以讓別人感到高興，在別人不開心時你去安慰他，這次你不開心時才會有人來安慰你，熱忱積極的人通常都比較容易交到朋友，因為會有比較多的話題他不會讓你尷尬，他會很熱心的來找你讓你不孤單，你的人生也會因為他的存在而多了色彩和快樂。

黃 0 怡

首先，我覺得對事物熱忱還有積極，決定你做那件事情的高度，往往越積極的去學習和完成它，所收穫的就越多，而且，對於這件事的熱忱也是非常重要的，想想看，你被逼著做一件事，跟你想去做一件事，哪個做起來讓你更開心，更情願去完成它，一定是自己想做的事情更容易完成、或者獲得快樂，收穫也會比較多，所以，對每項工作、學習態度，保持著積極向上和一定的熱忱，會讓自己更容易投入其中，在之中獲取更多的知識、好的回憶，在我的生活中，我發現大多數願意好好努力學習且積極詢問問題的同學，比那些不用心，學習態度很被動的同學，成績還要好的多，也覺得對每件事都保持著熱忱的同學，人際關係較好，每個人都希望自己的朋友很好相處，所以可見，熱忱與積極對於生活來說是多麼的重要啊！

王 0 淳

在我被媽媽生出來的時候，因為太大隻醫生只能硬拔，於是造成我鎖骨跟肋骨各斷了一根。小時候洗澡都痛的哇哇叫，可是只能忍著，到了我國小的時候，朋友讓我看了 NBA 的節目，那個時候，我決定要當籃球選手，但想到我的內傷，就很想放棄。有一次朋友約我打球，打的很開心，但我的肋骨因為激烈運動碰撞內臟，造成了劇烈的疼痛，讓我癱倒在地，朋友很快把我扶到椅子上，讓我休息。這件事情發生之後，我根本不敢再打球，只能坐在旁邊看，但我並不想放棄籃球夢，到了五年級，我學會了忍耐，並且每天放學都去運動，讓體力更好。到了國中，我的體力已經可以打差不多一個鐘頭的籃球了，肋骨的地方也不會有什麼疼痛感，現在簡直不敢相信，我竟然成功克服自己的舊傷了。

李 0 顛

熱忱積極就是一種很好的態度，像是寺廟幫助個個地方，這份幫助帶給別人幸福。

如果你對一件事情熱忱，那麼請你趕快去完成，星星從小對甚麼事情都沒興趣，但在高中的某一天，她發現班上的人都有自己喜歡的興趣，於是他熱誠積極的去找他的興趣，不久他終於找到了興趣。一個熱忱的人，無論是在擺攤，或者經營公司，都會認?自己的工作不簡單的，並懷?深切的興趣。對自己的事情熱忱的人，不論事情有多少困難，或需要多少的努力，都會不急的心態去進行。只要抱?熱忱積極，任何人一定會成功，一定會達到目標。有史以來，沒有任何一件偉大的事業不是因?熱忱而成功的。

蕭 0 展



樂意助人是好事，只要願意，大家都開心，幫助別人就是在幫助自己，別人快樂自己也快樂，熱枕積極並沒有什麼可以學的，也沒有任何的技巧和技術，只要你有那份心，那份願意幫助的心，好心有好報，聽到這句話還不趕快多扶老奶奶過馬路，獲取這簡單就到手的福利。一些節目上常會出現一句經典台詞，就是多扶老奶奶過馬路，這句話含意就是要你多幫助一些需要幫助的人，一個需要幫助的老奶奶被幫助，很容易就可以穿越馬路，如果老奶奶沒有受到這份幫助，那他現在一定還在困難之中，多一份心意，多一份幫助，你自己會有一個成就感，到現在你應該已經有多幫助的慾望了。時間會一點一點的離去，並不會停留，不會等你，更不會去看風景，它只會繼續的往前，所以你要把握好機會，看到機會那就去追求，趕快去實現自己想做的，你不能錯過機會。你要多幫助這樣機會才會多，但是不是要你幫那些非法人士，選正確的路走，不要自投羅網，如果你選錯了，不只沒有幫助，也沒有好處，選擇正確的，但不能只選對自己有利的，有些利益只是暫時的。

王 0 奎

我覺得熱誠積極是非常好的心態，只要有熱誠積極的心待人處事，許多時候問題都可以迎刃而解，旁人也會自然而然的願意接近你，你眼中的世界也會明亮許多。那麼熱誠積極是什麼呢？熱忱積極就是指人富有同情心，而且做事積極不放棄、不埋怨。

阿仁個性開朗積極，看見有需要幫忙的人都會伸出援手，深受師長和周遭旁人的喜愛，平時阿仁遇到困難時，都會積極主動地去尋找問題點在哪並試圖去解決，而不是就擺爛直接放棄解決困難，繼續讓事態惡化下去。也因為他的這種性格使得他深受眾人喜愛，在有解決不了的困難時也總是有人願意挺身而出，像當初阿仁幫助他們一樣幫助阿仁。

熱誠積極不止能提高人望，也能提高成績。我們班有位小謝同學每天中午時總是自告奮勇的幫大家發聯絡簿，每當有人需要幫忙時也是第一個挺身而出，從不喊苦喊累，但許多人都沒有發現這點，直到老師誇獎時才回想起。小謝上課時也很認真上課，積極回答問題，雖然第一次段考時不太理想，但往後幾次考試都在以肉眼可見的速度進步，相信他在未來可以拿到耀眼的成績。

由上述兩則故事可知，熱誠積極不只對他人有好處，對自己也有許多好處，有時候還可能在意想不到的地方有所收穫。

許 0 裕

社會上有看見許多志工和團體，所謂的志工是無條件的幫他，從有所幫助常見的志工團體，如說宗教活動、環保團體、老人安養、等之類的活動。講了以上這些之後，想一下為什麼這一些想讓人去當志公有大概幾種警工就是想幫助人熱誠的積極的無條件的幫助一些老弱婦孺其實日生幾級不一定要幫助人可以幫自己一把讓我們看看皮爾卡登的故事吧在法國有一位少年從小就是很喜歡舞蹈很想成為一名傑出的舞蹈家可是他的家境貧寒父母只能將他送到一家縫紉店的當學徒這樣不僅夠學會一門手藝還能幫家族減輕負擔他非常派至這份工作認為這份工作不僅繁中更重要的是一點也都不體面他一心想著他的現理想可是卻無法實現認為生活太痛苦了因此有了結束自己生命的想法在他準備自殺的時候他想起自己從小就崇拜的偶像得利不他有芭蕾音樂之父的美稱他認為只有得利塗才能夠技術獻身的精神與是寫給得力不一封信希望得利不能夠收他為徒他在信中最後寫道如果您在一個星期內不會信不收我為徒的話我那麼我就會來接觸自己的生命他很快的收到了得利部的回信可是他在信裡並沒有提到要收他為徒的事也沒有沒有被他的因數線正精神感動而是講出自己人生的經歷我在小時候的理想是成為科學家可是家庭只能跟著一個街頭流浪漢賣易賺錢最後他寫到一句話如果一個人連自己的生命都不珍惜的話那他是不是不配談藝術的這位少年看了他的飛行之後很時候會之後他努力的積極的學習縫紉技術在也不認為最近事情是有沒有只是經過他認真地學習和不斷的努力在 23 歲那年在巴黎開始了自己做時裝產業後來又建立了自己的服裝公司這個人就是皮爾卡登。



林 0 濤

什麼是熱忱積極，熱忱積極是人富同情心，且做事積極，有一位憨厚老實的人他是我堂哥，他人很善良做事認真學習也很好，他現在是一個上班族，週一到週五都會去上班，他每次看到同事需要幫忙的時候他都會去幫忙，久而久之他很受同事們的喜歡，吃飯或出去玩都會叫上他一起去，老闆也給他加薪，對他小孩也十分的好。有一次他去遊樂園玩，看到一名和家人走失的小朋友，他帶他去走失兒童中心，也一直陪他玩，過不久孩子的父母也到了，他們像我堂哥表示了感謝之後就回去了。在中國有很多的人販子，如果當時是遇到人販子的話，他們可能再也找不到孩子了。

有一天有一個人他插隊，因為排第二的人是他的朋友，第三位的姐姐說：「你怎麼可以插隊」，他說：「他是我朋友不算插隊」，排第一位的人看到這裡看不下去了，他突然對著後面不認識的人說：「表哥表弟表姐表妹原來是你們快過來和我一起排」一下子本來插隊的兩人，排到了最後面，結果那兩人還說：「你們怎麼插隊」第一人回說：「他們是我親戚，你們光朋友就可以插隊，我們是親戚一定也可以插隊」那兩人也無話可說只能在後面生氣。

做人一定要腳踏實地，要像我堂哥和排在第一個的人，要熱忱積極的幫助人，不能不幫人還做壞事，幫助別人做一位熱忱積極的人才最好的，俗話說：「善有善報，惡有惡報，不是不報，那是時候未到」所以要做一个熱忱積極不做壞事的人，有一天會出現善報的。

張 0 鳴

熱沈積極就是人富同情心，且做事積極，別人有困難都會幫助和伸出援手，如果遇到困難都會主動找出問題點在哪裡，然後再努力解決一些問題。

有一次我看過一個故事，就是有一隻小獅子看到一群小熊在欺負一隻烏龜，小獅子看到就立刻上前去阻止，小熊看到小獅子嚇得馬上跑走，烏龜很感謝小獅子，之後小獅子就和小熊一起當好朋友，這個故事就是熱沈積極，看到有人被欺負就伸出援手，還有一個影片就是有一隻小狗看到小豹被欺負，小狗立刻阻止，小豹很感謝小狗，小豹長大之後小狗才發現原來小豹是一隻豹，之後牠們當了很好的朋友，這個故事就是只要看到別人有困難，就應該幫助別人。

我的朋友看到我搬很重的東西，就主動來幫忙我搬很重的東西，我覺得這個朋友很好，會主動幫忙需要別人幫忙的人，所以這個朋友也很熱沈積極。還有一次我看到有人被噓，所以我就阻止噓罵別人的人，他就沒有繼續在噓。我在跟朋友一起玩的時候，有兩個人開始吵架，我和一些朋友一起安撫他們的情緒，要不然他們有可能會打起來，所以這也是熱沈積極。

我覺得熱沈積極是很好的事，因為看到別人有困難就伸出援手是很熱心的事，幫助別人，別人看到自己有困難也會幫助，所以熱沈積極是一件很熱心的事。

謝 0 源

什麼是熱忱積極，我們先分開來，熱忱是什麼，熱忱是指熱心、熱衷、熱誠；支援某人或一項目標的激動迫切之情；達到狂熱的積極熱情。例如你在工作或生活中，你做的事是你真正想做擅長的事。接下來講積極意思：壹. 意願強烈、主動力行。貳. 正面的、肯定的。例如你這個活動、這件事一向很積極。而熱忱積極對我來說意義非常重大。熱忱積極看似不顯眼，但是有很大的幫助。如果別人做的到，那我也一定能做到。

舉一個例子：有一段時間有一位工程師被提升為部門經理，做了兩個月的經理，總裁對他很有信心，總裁告訴他：「你的表現確實和當工程師時一樣積極，但你現在是經理。」經歷



說：「是啊！位子變了，想法和熱忱也緊隨其後，如果不能進行角色的轉換，肯定不能得到任何收穫。」這個故事說明了一個人不管在什麼位子上都要有熱忱積極，熱忱是一個高效率的基礎，廣泛的熱情員工，無論怎樣都能順利的表現。

第二個例子：某一次運動會前，操場上因為太多草了，於是我們先把帶有雜草的土堆堆好幾堆，再來篩，這時就要請同學利用在體育課或是一些藝能課來篩，我們積極的把一堆又一堆的土堆給篩得乾乾淨淨，但是由於太多了，因此有些我們還沒有篩。我們根本沒有壓力，因為我們篩土的同時，也聊的很開心。

熱忱積極如果你做到了，那別人就覺得你很熱心，如果你有能力就去幫那些有需要的人吧！

朱 0 毅

甚麼是熱忱積極呢？熱忱（熱忱）是個名詞，有熱心；熱衷；熱誠；支持某人或一項目標的激動迫切之情；達到狂熱程度的積極熱情 以及熱情的、慷慨的、熱誠的或富於同情心的性質或狀態。

在學校中，想要當人人喜歡的人，就該學學熱忱積極，比如說當你的同學不會功課時，你可以主動上前幫忙，如果老師有甚麼是要幫忙的地方，你應該要上前協助，而不是躲在旁邊，就像在禮拜五，有個老師需要兩個人幫忙搬東西，卻有幾個人畏畏縮縮的躲在小角落，這件事過後我們老師就對我們訓話一番，我心裡覺得如果以後有老師要幫忙，我們一定要馬上答應，畢竟我們班是全國忠人最多的，那麼其他班都做得好，我們沒理由不行。

如果你是一位上班族，也可以成為大家喜歡的人，只要有同事不知道要怎麼做，你就應該去幫他或教她，那你的同事做錯，你就該提醒她，如果老闆或上司罵他，你有能力就去幫她說話，說不定以後遇到了同樣的事，以前曾經幫助過的那些人，會反過來幫助你，所以在工作或求學中，只要有人遇到麻煩，請出手相救。

熱忱積極對每個人都有幫助，只要你全力以赴，用自己最大的心力去幫、物別人，就像我前面所說過的，從經幫助過的人，可能會反過來幫你喔。

楊 0 邦

人有同情心，做事積極。

小明是小職員，雖然是小職員，但他做事積極，富有同情心，不管地位高低，小明總是幫助其他人，他的一舉一動被，被人們看見，之後，小明成為一流公司老闆，儘管成了老闆，但還是時常幫助其他人，因此成為全公司的好榜樣。

小王是個非常熱心的人，他每天都幫助別人，不管是誰，只要不是壞事，他都盡全力幫助。有天，小王公司急用錢，身邊的人都勸她放棄，不要浪費錢，小王也覺得沒救了，就把剩下的錢捐了，突然，有一群人給了小王一大筆錢，原來都是曾經被他幫助過的人，於是小王就繼續用這筆錢，經營著自己的公司。

熱忱積極是非常好的，像故事一的小明，他熱忱積極的態度，造就了之後的事業，而故事二的小王，他把錢都拿來幫助別人，在他有困難時，被他幫助過的人也幫助了小明，這就是熱忱積極的好處啊！

邱 0 芬



熱忱積極，意思是我們要有同情心和做事積極，然後我學會兩個例子，第一個是我的大叔叔幫忙了出車颯的哥哥，第二個是我的媽媽幫助了一個孕婦。

我和我的大叔叔有一次外出去了高雄，但是在半路上，突然看到一位騎重機的哥哥，這位哥哥的倒在了水溝裡，手機也壞了，於是我的大叔叔下車幫這位哥哥，還順便送這位哥哥去醫院，到了醫院處理好後，回到車上，我問大叔叔說，為什麼要幫助我們不認識的人呢！

大叔叔說：「如果萬一今天車禍的人是我們呢？所以要有同理心，不能說我們不認識就不幫忙了。」叔叔不但會幫助別人，有時後出了大事、小事也會很努力去想辦法解決。

我的媽媽在某一天的下午，他正要回家的路上，看見了一位扶助大肚子的孕婦，這位孕婦看似好像要生孩子一樣，痛苦的像路邊的車子招手，我的媽媽看見了，決定幫助這位孕婦，把孕婦送到醫院後，媽媽還陪伴了這位孕婦生產，媽媽回到家和我說起這件事時，我說：「媽媽，你這樣子，不累嗎？我媽媽和我說：「這個孕婦很像我，以前生產時，我也是忍著痛，到馬路邊尋找幫助，當時大家也是覺得麻煩，並沒有上前幫助我只有位女生願意送我到醫院，還陪我生產，我只是可以體會這位孕婦的心情而已。」

以上的例子，都是別人遇到困難，而我的家人上前幫忙，原因就是，我的家人可以同理這些人。所以看到需要幫助的人時，也要上前一步幫助，因為有可能，下一個就是你。

林 0 媿

熱忱積極的意思是只熱情·慷慨，熱忱是一切成功的底蘊，也是一切企業家和追求物質上幸福者必備的核心精神。

我以為我已經了解了熱忱積極，但是我真的了解熱忱積極嗎？仔細想想，只是一點，在我生活中我認為很適合拿來說我學姐，在剛開始學習管樂，我常常吹不好，但是學姐都會一步步教導我如何去吹，我也一步步的進步。

說到熱忱積極我想到了老師這個人物，因為在日常中，每個人學東西的速度不同，老師也不會嫌棄，哪一個人成績不好之類的，老師反而更仔細，細心的教導他人，常常還會提醒我們該做什麼，什麼事情不能做，老師不管有沒有教會我們，他還是可以照樣領薪水，但老師並不會這樣放我們不會。

所以啊！平常中就可以看到了熱忱積極，只是妳想去做還是不想去做，如果別人做得到，那我也可以做到，想必大家都能了解熱忱積極的重要性，其實，若思考清晰那麼熱忱積極也就不那麼複雜了，我們要從本質思考開始，從根本解決事情變成可以。

這麼去想想，熱忱積極根本一點都不難做到，只要有心，遇到他人需要幫助時出手幫忙，有老師有事情需要幫助的時候，第一個站出來，帶動其他人一起來做，這樣在每個人心裡中妳一定是個非常善良的人，也討人喜歡，所以沒意外，人人都喜歡。

蕭 0 蓁

熱忱積極的意思是人擁有同情心，且做事或遇到事情都會很積極去完成。看見老師、同學需要幫忙都會伸出援手，或平時遇到困難也會積極主動的去問，找出問題點在哪，並去解決。

在某一天，老師和我們說：「今天下午，護士阿姨需要我們班來幫忙搬東西，有誰要幫忙？」老師看了看都沒有人舉手，老師就點了被處罰的同學去幫忙護士阿姨搬東西。到了下午我們在練習校慶舞蹈，護士阿姨就進來說：「你們可以來搬東西了，謝謝你們。」有一些人就躲起來，不想要幫忙，老師這時就站在教室外看到了這一幕。到了下一節，老師就和我



們說：「為什麼中午已經和你們說過下午要幫忙護士阿姨搬東西，但護士阿姨來你們都躲起來，我們的人這麼多，都沒有人積極的幫忙，別班的人都比我們班少，當我說要幫忙，他們都會幫我，我希望下次你們能積極的幫助需要幫助的人。」從這件事情讓我知道遇到需要幫忙時，就要發揮同情心，並積極的去幫忙。

我在放學後，就會繼續留在學校參加由博幼福利基金會所舉辦的課後輔導，博幼是在幫助偏鄉學校進行課後輔導，教我們知識，例如：數學、英文。他們是一群熱心的人所組織的基金會，會幫助一些學生，讓他們的課業變得更好。

以上的兩個舉例都是我曾經發生過和熱忱積極有關的事情，我覺得人就應該保持著熱忱積極的態度，應該要隨時隨地遇到需要幫忙的人，就要積極的去幫忙。

林 0 棋

熱忱積極是什麼？就是看見需要幫忙的人都會伸出援手，平時遇到困難時也會積極主動去尋找問題點在哪裡，並試圖去解決。無論誰心中都會有一些熱忱，而那些渴望成功的人們的內心世界更像火焰一樣燃燒，這種熱誠實際上是一種可貴的能量。有偉人說：有史以來，沒有任何一個偉大的事業不是因為熱忱而成功的。這是邁向成功的路標，對自己的課業熱忱的人，不論課業有多少困難，我需要多少的努力，始終都會用不急不躁的態度去進行。

有個小孩小時候學習很差，但他沒有因為自己成績差而繼續沉淪下去，他不斷努力，奮鬥學習。終於，他的成績有所改變，但他沒有因此感到驕傲，他還不斷鼓勵自己。我要更加努力，我要繼續加油。到了四年級，他因為他所有的付出和努力，成績成為班上最好的，很多同學都很羨慕他，都向他學習。他非常高興，但沒有看不起同學，而是常常幫助他們，真是一個好好學又樂於助人的。

在我眼中，他不僅是一個勤勞的人，也是一個為人忠誠純正的人。他的人生是有方向的，有意識地前進是沒徬徨、沒矛盾的。我覺得如果他再一次選擇他的人生的話，我想他仍會走自己過的道路。擁有熱忱及積極的性格。大家應該都想要吧！

其實，每個人都應該相信自己，充滿熱情的心態，會帶給自己極大的動力，幫助自己取得勝利。一個人如果能保持一顆熱忱的心，很多事都會迎刃而解。倘若缺乏熱忱，無論做什麼事，都不會順利地完成。

陳 0 茹

熱誠是什麼？熱誠就是熱心真誠，積極有是什麼？積極就是主動幫忙，熱誠積極是比喻人熱心的主動做事，現在的時間很少會熱誠積極的幫助其他人。

在上班時，常常有熱誠積極的人，他們常常幫助其他同事，比如：幫忙打印一些文件、幫忙裝水或咖啡或是其他同事知道怎麼做，你就可以幫他或教他。這是一位熱誠積極的好同事，你也可以成為一位熱誠積極的人，在幫忙別人時別人時，也有可能幫倒自己比如：在你教同事時，可以顯得你大方、善良，如果被上司看到可能會對你有好的影響，不止上司，同事們對你也有好的印象，這樣當上司在選人時，自己就有很大的機會，是同事的話就可以有更多的朋友，讓自己有自己的朋友圈擴大。

如果你在班級相當一位熱誠積極的人，你可以幫助老師、同學發東西或是幫忙收東西還可以在老師需要他人幫忙時主動幫忙，一位熱誠積極的人可以是一位老人、也可以是位小孩、也可以是位中年男子，什麼人都可以熱誠積極，只要有一顆願意幫助他人的心，那我相信想要達到熱誠積極並不困難，也不需要物質上和金錢上的幫助，就可以成為一位熱誠積極的人。



人人都可以成為熱誠積極，但有很多人不自願，因為常常有人因為幫助他人反被罵，所以有很多人不自願成為熱誠積極的人，但願世界上還有人願意做熱誠積極的人。

111 年 6 月--勤奮

王 0 玄

小時候因為沒有什麼課業壓力，所以常常都在玩，但是慢慢地長大後，目標變得更高了，就會想勤奮的達到那個目標。其實在國小一年級時，我的成績一直都是最後的，但因我一步一步的努力，慢慢勤奮的努力和成長，才能到現在這樣。我並不是一出生就是個天才，在學習上我必須勤奮努力，要不然沒有辦法理解老師講課的內容。

田 0 杰

勤奮能表現出一個人對事情的態度，而我發現我在對田徑和打工都會比較勤奮，對想做的事情都會積極許多，也會對想做的事情付出努力，在田徑練習有時也不想練習，但這些情況都要撐過去，因要有好成績就要有耐心和努力。在打工時就算是顧客很多也是要保持好的服務態度面對客人，如此一來才會有人願意雇用我。

杜 0 晨

在做事情的時候要勤奮去完成，由小事情開始完成再到大事情，都要做好做滿。比如有兩個農夫一個比較勤勞，另一個比較懶惰，他們種出來的水果就會不一樣。老師都會希望學生勤奮學習，以後才能找到好工作，所以我要勤奮的學習。

陳 0 錚

每個人心中都有自己的目標和理想，要與自己的目標同境界就必須要付出代價，然而這代價就是勤奮。每個成功者身邊的東西都是刻苦勤學、努力來的，如果懶惰起來連一個輕易取得的東西都拿不到，即使生活變好很多，但仍不能忘記勤奮兩字，它是一個跟隨一輩子的道理，無論遇到什麼繁雜的事物，都必須抱著勤奮的態度去面對眼前困難不能放棄。

彭 0 林

不管在生活上遇到什麼困難，都要想辦法解決。生活要保持勤奮的心態去面對，這樣未來生活才能順利。老師常常會要求我們認真做事，以後到社會上才能順利。

邱 0 雙

我覺得要說勤勞奮發的話，應該沒有人比易玄更強了，我每一次都看到他默默地幫大家發聯絡簿，不然就是其他科的作業，還有中午吃飯的隔板，我覺得他這樣勤奮不計較的個性，令我佩服，我要向他學習。除此之外，他在寫作業都是會想辦法把它完成，這也值得我學習。

黃 0 淑

我平常是個懶懶散散的懶鬼，而且還整天想著吃東西和睡覺，就像一條鹹魚沒什麼用。我在學習的過程中，通常是不會遇上什麼難題，記憶力比較好些，遇到不會的功課我的征服慾望就會開啟，我的腦袋瓜大多在這時候才會開始運作。

黃 0 好



勤奮是一件好事，如果做每一件事情像這樣的精神，那每件事的結果，不會令人失望，因過程中自己有勤奮而不懈怠，很用心費力的話在這件事上，那麼結局應該不令人失望，付出多少心力和努力都是關鍵。在宜蘭有個樂團一開始的表演在公園，台下才二十多人觀看，但是這過程中他們不怕挫折，繼續表演自己喜愛的音樂，果然他們的不懈怠，獲得了他們心中最想要的獎項。

葉 0 潏

我覺得勤奮是一件好事，如果做事能夠勤奮的話就不會有計較發生，如果人類不計較，就不太會吵架，不會吵架的畫就沒有戰爭了，如果發生戰爭的話又會有很多人傷亡，人要是勤奮大家就能夠互相幫忙，我想如果考試前有勤奮的讀書就不會考太低分了，勤奮還可以讓人變開心，因為沒了計較，計較會害大家憤怒，很多成功的人都是因為勤奮，所以我也想要開始勤奮的讀書這樣就可以過上比較好的日子，如果世界上沒有勤奮的人，那這個世界肯定很慘，沒人做各種產業就沒辦法生活下去，所以勤奮對人而言是一件很重要的事，勤奮的付出就有機會有好的結果。

葉 0 寬

努力勤奮的做一件事情，才是真正成功的人，有些人在做事情的時候總是說好難，然後就半途而廢，臨陣脫逃，這樣怎麼能夠當個有用的人呢？你要能成功的做一件事情，你就要勤奮的去做，認真的去做，不要做到一半就在那邊抱怨，像是你在工作的時候一樣，你不勤奮的做一件事情，你可能就會被老闆開除，可能以後都在也找不到工作了，因為沒有人會請一個不勤奮的人、偷懶的人，你要努力才会有好的結果，不然總是都是失敗的，只要你十分勤奮努力的做一件事情，沒有什麼事情是不可能做不到的。

黃 0 逢

勤奮是一項需要習慣與適應的品格，若能從小訓練孩子勤勉的能力，循序漸進地讓孩子了解社會的競爭與挑戰，唯有將勤奮作為追逐夢想的能量，才能在未來把握機會，完成他人所交代的任務，累積、擴大自身優勢，透過完成階段性的目標獲取自信，卻不以達成目標而自滿，持續勤勞耕耘，創造永續不輟的成就。

劉 0 均

這次的主題是「勤奮」，我覺得勤奮是很重要的，如果不勤奮，就算有再好的天賦，也比不上天賦沒那麼好但勤奮的人，我覺得勤奮是每個人都需要的，而且在學業上，勤奮更為重要，因為在學業上有很多東西是只靠天賦沒辦法得到的，像是國文需要日積月累的閱讀才能快速、精確的理解文意，英文也需要日積月累的背單字才能聽得懂、看得懂題目，數學需要一天復一天的練習題目才可以靈活的運用，而不是只會套用公式，而在管樂上也是如此，如果不勤奮練習，我們會一直停留在初學者的階段，不只沒辦法吹出完整好聽的一首歌曲，甚至連音階都無法吹完整，也沒辦法走出完整的隊形，更沒辦法得到好成績，勤奮在各種地方都需要用到，從老到少，都要勤奮的去學習、精進。

林 0 蕾

我覺得勤奮很重要，雖然勤奮不一定對自己有好處，但是不勤奮對自己一定是壞處很多，我要分享一個故事，是關於玄奘苦學佛法，玄奘是唐代一位高僧，為了求取佛經原文，玄奘從貞觀三年八月離開長安，萬里跋涉，西行取經，終于到達印度，歷時十七年，著有大唐西域記，為佛教和人類進步、世界文明作出了偉大的貢獻，我覺得玄奘他很勤奮，而且因為他勤奮所以他有所收穫，如果他不勤奮，我相信有不會有這樣的結果，我覺得不勤奮對自己不會有好處，就像是考試的時候，勤奮的學習，就很有可能有好成績，但是你不勤奮除



非你是天資聰穎，不然是很難拿到一個好成績的，還有在職場上雖然努力勤奮的工作不一定會被老闆重用，但是不勤奮的員工一定不會被老闆重用，甚至還很有可能被辭退，而且不勤奮的員工也會給老闆不好的印象，所以說勤奮是一件很重要的事情，勤奮不一定能讓你有很大的成就，但是不勤奮的你一定沒有什麼成就。

洪 0 靚

我非常喜歡畫畫，我通常都會畫些動漫人物，或是自己的自創角色。

在仿畫的時候，我都會用手機找到要畫的那個角色，然後放在旁邊，開始畫，可有的角色挑戰性實在太高了，我真的畫不太出來，就算真的畫出來了，也是很不好看。

但是我還是會勤奮的把他給畫出來，這一次畫醜了，那下一次我可以進步一些，在下次可以再進步，就這樣一步一步的向前進步。

我覺得畫畫考驗的不是技術，而是耐心和堅持不懈，如果沒有耐心，畫就不可以越修越漂亮，也沒有辦法把衣服的細節、褲子的細節給畫出來，如果不堅持到底，畫到一半的半成品，看起來就不太會有成就感，而且也不完美。

我以前國小畫的圖，大部分都還留著，留著的原因不是因為畫得很好看，是想知道我有沒有進步，而且那些黑歷史無聊的時候還可以拿來看看，當作是樂趣的一種，也可以拿來改，看自己能不能把他改的更漂亮，這樣子，成就感就會加倍啊！

詹 0 嘉

我們做事情都要勤奮一點，不要半途而廢努力就會有比較大的可能有好結果，途中放棄不會體會到過程中的美好時光，而且並沒有比較好過，之前的我是一個不愛寫作業的學生因為我不想努力我只想休息，過了很久我才發現不寫作業並沒有比較好，我不只會被老師罵、去學校其他人下課開開心心的在旁邊玩我卻只能在位子上補作業，而且你會失去很多練習的機會，你也會因為這樣就不太想做一些關於寫字的事情，因為會很懶的去做，但我最後發現我這樣是不對的，所以每天努力認真的把每一樣作業的寫完，寫作業真的比沒寫好，你上學的時候就不會那麼累，而且我之前沒寫作業我午休都不行睡都要補完作業才能睡，但我現在都有寫作業所以午休我都能好好睡覺，我之前也不太喜歡背解釋我就會覺得很麻煩我想休息，所以因為我沒背解釋搞得我罰寫要寫很多，現在懂得要努力學習就不會像之前那樣那麼累，我現有解釋都是小錯誤，所以遇到什麼是都要勤奮一點去完成所有事。

黃 0 怡

現在疫情肆虐全球，連台灣這片淨土近期也逐漸拓散疫情，愈發愈嚴重，所以嘉義縣政府讓嘉義縣的學校遠距教學兩個禮拜，且未來還不知道會怎麼發展，那線上教學的這兩個禮拜，

每天都在家裡，家裡堆積已久的灰塵就有必要掃一掃清一清了，也因為每天都待在家，閒的發慌，讓我多了很多時間可以做平常不會做的事情，所以慵懶的我就勤奮的整理了我的房間，這一整理，發現原來我的房間已經很久沒打掃，非常髒了，突然感覺，平常如果有勤奮的打理自己的衛生，養成良好的習慣，是不是今天就不用那麼辛苦，所以我必須養成勤奮的態度，不要總是放著想說有空再整理，一再拖延，只會造成更大的麻煩。



王 0 淳

小時候的我超喜歡大型機械，爸爸剛好也買了一台挖土機，看到爸爸那英俊的身姿開著霸道的挖土機的模式，簡直帥翻了，超希望能像爸爸一樣，於是我下定決心要學會怎麼開挖土機。那時候的我還很小，爸爸根本不敢讓我開，但並沒有讓我放棄希望，我開始自己上網查挖土機的資料，並且記住挖土機的操作，就這樣過了 4 年，到我幼兒園大班的時候，爸爸突然讓我去開挖土機，當時我超興奮，根本沒料到爸爸會突然叫我開。我就爬上挖土機的駕駛座，先發動引擎，聽到引擎轉動的時候，根本興奮過頭，接著動了一下操作桿，挖土機的手臂也跟著抬起來了，就這樣開了快三個小時，爸爸問我好玩嗎，我很快的說超好玩！現在的我依然喜歡大型機械，但很少能開到挖土機了，因為現在要好好學習了。

李 0 顛

甚麼是勤奮，勤奮就是勤勞不懈怠，做事要勤奮，像是打掃或整理，做人要勤奮，要交到一位真心對你而不會害你的朋友，就要努力去找，勤奮是一件很好的事情，比如做事要勤奮，不要三分鐘熱度，三分鐘熱度只會讓你做事情是成功，或是只做一半，所以做任何事情都要勤奮。世界上最有一個東西，就是勤奮。最寶貴的勤奮，不光是身體上的勤奮，而是精神上的勤奮，勤奮靠的是毅力，是永恆。學業的精深造詣來源於勤奮。勤，就是要珍惜時間，勤學習，勤思考，勤探究，勤實踐。勤奮是成功的唯一途徑。沒有它，天才也會變成呆子。勤奮是指堅持不懈的，高頻率的做自己認為有意義的事。例如：有一個妹妹，他們家雖然沒錢讀書，但她還是勤奮的工作賺錢，等賺到錢之後，就可以去念書了。勤奮的精神可以得到很多事情。勤能補拙是良訓，一分耕耘一分才。——華羅庚

111 年 7 月--謙遜守禮

111.7 心得——謙遜守禮

蕭 0 展

謙遜守禮是一個很好的概念你被幫助，你也幫助別人，這是一件很美好的事，如果世界都做這件事，那就代表那世界的人都是有水準的，如果你想被說是有水準的人，那就是要學會謙遜守禮，因為有感恩之心的人，都是很容易被尊重的。

俗話說「好人有好報」、「好人一生平安」，幫助別人會讓大家都快樂，多幫助別人，別人也會幫助你，這就是謙遜守禮的原則。但是這原則有一個唯一的缺點，就是有些人比較貪心，他們只想要好處，這樣就不會謙遜守禮，你要找對對象，不然吃虧的是自己。

王 0 奎

打從我們出生開始，父母就不斷教導我們謙遜守禮的觀念，但我就一直在想：「啊，謙遜守禮好難喔，常常就下意識做出一些不禮貌的行為，也因此時常發生衝突。」

從古代就有許多古人主張“禮”，孔子主張「禮之用，和為貴」，可見禮儀的最終目標就是「和」，而所有生物中，只有人類有「禮」，可以說，人類現在的文明就是建立在「禮」的基礎上，那麼，沒有「禮」的人和牲口又有什麼不同的呢？

藉此得知，只要謙遜守禮，就可以避免許多不必要的暴力衝突，同時也很後悔沒有從小養成謙遜守禮的好習慣。

許 0 裕

我們都很清楚，這是個嚴謹的議題。帕斯卡說過一句很有意思的話，通常，我們自己找出的理由比他人想到的理由更容易使自己信服。這段話讓我所有的疑惑頓時豁然開朗。經過上述討論，謙遜守禮因何而發生？我們要學會站在別人的角度思考。謙遜守禮對我來說，已經成為了我生活的一部分。我們要從本質思考，從根本解決問題。謙遜守禮的存在，令我無法停



止對他的思考。謙遜守禮，發生了會如何，不發生又會如何。在人類的歷史中，我們總是盡了一切努力想搞懂謙遜守禮。可是，即使是這樣，謙遜守禮的出現仍然代表了一定的意義。

林 0 濤

謙遜守禮的意思是，謙虛恭順，遵守行為準則與規範，我的媽媽對我外公外婆，非常的謙遜守禮，回到外婆家時，會幫忙做很多的家事，幫外公外婆的忙，外公外婆無聊時會和他們一起打牌，他們身體不舒服和頭痛時，媽媽會帶他們去看醫生，他們肩膀酸痛時，媽媽會幫他們捶背。

我爸爸在公司上班時，雖然年齡比老闆還要大，但他對老闆也是謙遜守禮，上班的時候很努力，很少犯錯，老闆對爸爸也是十分的好，有很重要的事會交給我爸爸做，對我爸爸也不會很沒禮貌。

對家人和長輩都要謙遜守禮，上班的時候也是一樣，不管雙方年紀大小，該守的規矩也是要守，該有的禮貌也是要有，人在一些場合上，要懂得謙遜守禮，這樣你的形象就會很好，長輩老闆會對你更加的看重。

張 0 鳴

謙遜守禮的解釋是謙虛恭順，遵守行為準則與規範。人與人之間以禮相待，常懷感謝的心意，一個有禮貌的人，必定能留給別人一個好的印象，暴力紛爭自然也就減少，我有一次看到一個人因為他很會玩遊戲所以別人只要玩得不好，他就會嗆別人，讓我覺得很討厭，但是我看到有人雖然也很會玩遊戲，但是也不會瞧不起別人，個性很好，謙遜守禮。

我小時候，有一個同學他因為很會打籃球所以很自大，我只要跟他打籃球，他就會說我很爛，但是有一個學長他打籃球很厲害，但是不會很自大而且又很謙虛，還教了我怎麼打籃球。我覺得就算自己在怎麼厲害，也要時常保持謙虛，這才是真正的厲害。

謝 0 源

謙遜守禮其中的謙遜代表謙虛禮讓，不自大也不虛誇，而守禮就是遵守禮教、奉行體制。如果能做到這兩件事的人，肯定會是個很有人緣的人

我要謝謝翁縣長；有次他到我們學校，午餐時間縣長來我們教室吃飯，而在開始前，縣長就叫我們要謝謝食物、謝謝土地、謝謝農民，他跟我們解釋，因為沒有這些食物、土地及農民，我們現在不可能有午餐，經過這件事，我們每次吃飯前都會念這段。

雖然平常都沒有在感謝任何人，但是你可以做出行動來回報這些曾經幫助過你的人，雖然你能感謝他們，但是心動不如行動，我相信幫助他人會更好。

朱 0 毅

謙遜守禮的定義就是謙虛恭順，遵守行為標準與規範。

我們班有些女生謙遜有禮，讓很多家長和老師都很喜歡他們，那幾個女生都常懷感謝心，常常說謝謝，也常常感謝父母，都不會做些讓老師和家長生氣或難過的事，只要有人需要幫忙都會自願上前協助，所以給他們身邊的人有一個好印象，但是，有些人在師長和男女朋友面前都很謙遜有禮，只是為了讓他們覺得他很棒，卻在同學或是朋友面前就非常的 89，謙遜有禮是要發自內心的，如果只是為了表演給其他人看，旁人不會覺得你很棒，只會覺得你很噁心。

謙遜有禮是一件好的榜樣，但請務必要事發自內心的喔！

楊 0 邦

謙虛恭順，遵守行為準則與規範。

人與人要以禮相待，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。

被人們稱頌為“力學之父”的牛頓，他發現萬有引力、冷卻定律。提出「流數法」，建立了二項定理和、萊布尼茲、微積分學，開闢了數學的新紀元。但他非常謙遜，對自己的成功，他謙虛地說：他的知識只是大海邊的石頭



「禮多人不怪」，人要有謙遜守禮的態度，不管是誰都要對別人有禮貌，這才是社會該有的樣子。

邱 0 琴

謙遜守禮的意思就是，謙虛恭順，遵守準則與行為規範，簡單說就是，要知道感謝，常懷感恩的心，常說謝謝，我要舉例的是，隔壁鄰居的和諧和相處。

我的奶奶和他的老公從結婚就一直住在大埔，然後他們在大埔蓋了房子，是和天星家一起的。我們家和天星家一直以來都是很和諧相處，他們家有什麼都會分享給我們，我們家也是。我們都很感謝對方都在最需要的時候幫助，像是有時候天星爸不舒服都是我的奶奶開車載天星爸去醫院的，我的奶奶不舒服天星爸也會幫忙，所以我們都很感謝。

我們要常常知道謝謝別人，世界很大，一天下來可以感恩的人也很多，只需要肯想肯感恩而已，所以我們要有一顆感恩的心。

林 0 媿

謙遜的意思是指虛心，不誇大自己的能力或價值，沒有虛誇或自負，不魯莽或不一意孤行。守禮的意思是指遵守禮教，奉行禮制。這個告訴我們說對人不要不謙虛也不要不守禮。

在我們生活中常常會聽到大人說一些比較不好聽的詞語，他們總告訴我們說不可以說這些詞語，我們不應該要都不罵嗎？為什麼你們卻要罵呢？

老師之前和我們說過有老師需要幫忙就去幫忙，而不是躲起來或是嗆老師，後來想想其實是對的，遇到該幫忙的時候就該伸手去幫忙。

蕭 0 蓁

老師曾說：「人與人之間要謙虛恭順，常懷感恩的心，常說謝謝，也要遵守規範和行為準則，這樣的人都會給人留下好印象。」小時候什麼都不懂，所以我就按照老師說的話乖乖的照做。

長大後，我才發覺這一件行為，要是你請別人幫你，但你卻連一聲謝謝都不說，別人就會覺得你是一個不禮貌的人；但如果這件事反過來看的話，你請別人幫你，你也說了謝謝，別人就會覺得你是一個有禮貌的人。

有一次在上小提琴課，老師就稱讚我，說我：「學習的很快，拉的很好。」我就說：「謝謝老師。」老師就說：「你很謙虛，也很有禮貌耶！」

桃樂絲·卡爾基說過一句話：「人應該謙遜，但不能自卑。」所以我們要謙虛恭順，常懷感恩的心，常說謝謝，遵守規範和行為準則。

林 0 棋

謙遜指不自滿，肯接受批評，並虛心向人請教，做人必須要謙虛、恭敬、有禮貌。要如何成為一個尊重別人且尊重自己的人，待人如己。如果想要?人怎樣對待自己，自己同樣的也要尊重的對待別人。

一個例子：在職場上和上司或和自己相同階級的同事相處要謙遜守禮，不然可能會冒犯到上司使自己被公司裁員，也可能導致自己無法融入公司之中，到最後可能因為壓力大而辭去這份工作。

所以這件事情告訴我們待人處事要謙遜守禮，就像對待自己一樣。對自己禮貌，那麼你也要對別人禮貌。

陳 0 茹

鐘聲打起，「全體同學起立」當老師講完，班長接著說「立正、報」教室傳出震撼的「老師好」三個字後同學們急著坐下，一坐下我就抬頭看了一眼時鐘，等著下課，直到下課老師一句下課同學們飛奔而出。

有一次老師在上課時跟我們說：「你們知道嗎？時鐘問什麼說放在你們的後方嗎？」同學一臉疑惑的看著老師像是在說不知道一樣，老師接著說「因為時間不是給你們看的，而是給老師們看的，這樣老師才知道什麼時候下課」當老師說完時我們還一臉不相信，老師又接著說「你們不要以為我不知道你們每次都會數下課時間，這樣非常的不禮貌也不尊敬老師」從老



師講完這句話我們班就很少有人轉頭去看時間了，可我還是不明白為什麼不能轉頭看時間呢？

在一次的報告時，我們準備了好久終於可以上台了在當下我緊張的時候不行，到我們上台時看到有兩位評審在看手機當時我的心情跌入谷底，我才明白老師的感受。

當每個人的用心準備的東西，別人卻分心在看時間像是等著我們什麼時候結束一樣。

111.07 心得——謙遜守禮

80101 葉 0 漪

我覺得禮貌是很重要的一件事，如果沒有禮貌的話會很難跟別人溝通，這樣會導致一連串的麻煩，像是想學什麼結果沒人要交，或者是想做什麼沒人要理，態度也不能太自大不然會被別人感到討厭，像是如果跟別人學東西自己卻以為自己是最好的這樣別人就會感到生氣，禮貌是真的很重要，禮貌可以帶給別人一個比較好的映像，像是別人知道妳是個有禮貌且謙遜的人就會比較想教，所以禮貌和謙遜都是很重要的東西。

80102 葉 0 寬

我覺得做人要低調謙虛，但是你也要有禮節，低調做人你會一次比一次還穩健，但是在高調中做事，你會一次比一次還要優秀，但是做人也是不能太高調，因為別人可能以為你又要來炫富，或者是來炫耀的，低調才能完成許多事情，高調只會讓你無法做許多的事情，人們總是在高調中生存，從都不會低調，低調做人往往都是贏得對手的開始。

80104 劉 0 均

這次的心得主題是「謙遜守禮」我覺得不管什麼時候都需要謙遜守禮，因為沒有禮貌、自戀的人不會有人喜歡，像是有一次，我在外面買東西，只是在店員把袋子拿給我的時候說了一句謝謝，他就多給我了一些小禮物，還跟我說下次什麼一起買會比較便宜，但如果用一個很沒禮貌的語氣和動作跟店員溝通，他可能表面上看不出來，但是心裡已經覺得我是一個不好的顧客了，在學校也是，如果對同學都很沒有禮貌，同學不會願意借給我東西，也不會願意幫助我，所以不管在什麼時候、在哪裡，謙虛有禮貌都是很重要的。

80105 林 0 蕾

謙遜守禮是指謙虛有禮貌，覺得在日常生活中，對待每一個人，都需要謙遜守禮，謙遜守禮的人基本上人緣都不差，因為大家不會不喜歡有禮貌、謙虛的那種人，但是你不禮貌而且還很自大可能就會讓你身邊的人不喜歡，對待師長需要謙遜守禮，家人也是，因為他們會覺得，這個學生這個晚輩是個品性良好的人，不會自傲、矯情，是個好相處的人，去公司面試的時候，要吃這有禮貌且謙虛的態度會讓面試員對你有好的印象，大大的增加了錄取的機會，交朋友也是，你一直擺著自傲且高傲的態度，會讓別人覺得你不好相處，降低了別人對你的印象，而且抱著高傲的態度，容易和別人產生爭執，到時候還可能連朋友交不到，還讓一堆人討厭你，像是我就會喜歡那種謙虛有禮貌的那種人，我不會喜歡高傲的人，遇到那種人我可能還會離的遠一點，謙遜守禮並不是一件困難的事，只要用心去做，我相信終有一天能做得到，希望我也能做個謙遜守禮的。

80106 洪 0 靚

我覺得我是一個謙遜守禮的人，我不會因為自己哪個地方特別厲害，就一直跟大家說。雖然每一個人都有自己的特長和優點，但我覺得在發揚光大自己的優點時，還是必須拿捏分寸，謙遜守禮，不然反而會讓大家覺得在炫耀。我有一個朋友，以前特別喜歡的炫耀，例如他可能出國去哪裡玩，或者是他遊戲打上什麼段位，就會一直在群組裡說，一次兩次還好，可是是很多次的，造成大家的反感。我們一直跟那個炫耀的人說你這樣子會讓我們反感，他就改進了，雖然有時候還是很喜歡炫耀，但比較少了。我覺得做個謙遜守禮的人，是最棒的！

80107 詹 0 嘉

我們對每個人都要謙遜守禮，如果想要別人對你謙遜守禮你要先對別人謙遜守禮，之前



我有一個同學他對老師都沒大沒小的，之後他被其他比較嚴的老師看到就被罵了，不要以為脾氣比較好的人就不需要謙遜守禮，還有一次在上營隊的課程有一個學弟就對營隊老師很不禮貌以為老師很好欺負但並沒有，隔了幾天他還是對老師不禮貌老師忍不下去了直接開罵，從那之後他就不敢在不禮貌的對那個老師，謙遜守禮是很基本的東西如果你這都做不到那你還能做什麼，就像你去工作對老闆用非常不禮貌的語氣說話，他還會讓你待在公司嗎？所以說做人以低調，做事高調首先是尊重別人，該做的就做，不損害別人利益。

80108 黃 0 怡

有時候上課時，總會有幾個不守規矩的人，擾亂老師上課，不尊重老師，其實我每次遇到那種人，都覺得他們很不禮貌，所以我就會更提醒自己，要遵守規矩和尊重老師，如果今天換成我在上課時，有人一直擾亂我，或者假裝自己比老師懂，我應該也會非常生氣，所以我不當那種人，遵守禮儀也是尊重他人的一種方式，且老師會的一定比自己會的多，要謙虛的跟老師學習知識，而不是自大的以為自己很懂，就算在這個領域自己會的比較多，也要謙遜，自大狂傲的人會被大家討厭，並不是越展現自己的才能就叫做見識越多，而且越聰明的人越低調，越不會用才能去貶低他人，而是好好的學習。

80109 王 0 淳

記得國小一次為時一星期的營隊，當時我剛升上六年級，已經是學長了，營隊老師指派我為小隊長，管好自己的組別。每個小組要為自己的組別想個組名，有位四年級從台北來參加營隊的小朋友說，要去做「乖乖百弟」，全組沒有異議，於是「乖乖百弟」成了我們的組名。因為只要行為跟組名相對應，就可以得到加分的機會，所以我們組組員整週表現得很有秩序，謹記老師的每句話，遵守老師下達的每個指令。在活動最後的頒獎活動，最高分的那組可以得到許多禮物，老師還額外價贈電影票給組長，讓我們滿載而歸。

80110 李 0 顛

和人相處的時候要謙遜守禮，不要低估、瞧不起別人。「謙卑是一種智慧，是為人處世的黃金法則，懂得謙卑的人，才能得到人們的尊重，受到世人的敬仰。」謙虛不自滿，肯接受批評，並謙虛向人請教。謙遜有禮就是一個人的態度非常謙恭。做人低調、做事高調，尊重別人該做就做，不損害別人利益，在學校要遵守禮貌，不可以打架，對同學老師不禮貌，好的表現才能留下好的印象。

111 年 8 月--創新

111.8 心得——創新

蕭 0 展

創新是一個神秘的東西，它並沒有受到世界的限制，你可以說它是超自然，也可以說它很一般，不受限制的它不會為所欲為，但它其實蠻有趣的，充滿在這個世界、這個宇宙，隨處可見，它是一個讓你起興趣的東西。我們常常聽到一些很奇妙的物種，常有人說那些並不存在，但在創新的世界裡，會有這限制嗎？在創新的世界裡不會受到人們統一限制，在這世界裡的任何生物、物品，都是超越你的想像。

王 0 奎

創新是世界進步的動力。有了創新精神，那麼就有了前進的希望。小鳥飛行需要翅膀，世界進步需要創新，創新就是進步的翅膀。

創新需要不懈的努力支持，被譽為「發明大王」愛迪生為了發明燈泡嘗試了 6000 多種材料，最終才找出能持續發光 45 小時之久的燈絲材料，也標誌著偉大的電燈被發明出來了！而聖瑪莉亞號的船長哥倫布為了找出自大西洋向西通往東亞的可行路線，到處游說了十幾年，才最終發現了新大陸。創新有時候只需要一個靈感，但要將他完善卻需要不斷的努力，所以創新與努力缺一不可。



許 0 裕

我們都有個共識，若問題很困難，那就勢必不好解決。創新改變了我的命運。我們可以很篤定的說，這需要花很多時間來嚴謹地論證。這必定是個前衛大膽的想法。對於一般人來說，創新究竟象徵著什麼呢？在這種不可避免的衝突下，我們必須解決這個問題。陶行知曾說過一句意義深遠的話，捧著一顆心來，不帶半根草去。這句話決定了一切。所謂創新，關鍵是創新需要如何解讀。需要考慮周詳創新的影響及因應對策。創新對我來說有著舉足輕重的地位，必須要嚴肅認真的看待。若能夠欣賞到創新的美，相信我們一定會對創新改觀。

林 0 濤

什麼是創新，突破固有思維，提出嶄新的看法，著個文明是因為創新才會出現更好的科技發展，俗話說：「後浪推前浪，前浪死在沙灘上」要有創新才会有更好的生活，更便利的生活，交通也是因為創新才更便利，從最一開始的步行，到現在開車或是坐捷運或搭飛機，可以到世界各地去玩。著就是不段的創新所發展出來的，現在的手機也是一種創新，假如今天某某公司研究出，新的科技的話那也是一種創新。我們的文明是要靠著創新，才会有更好的發展和生活。

張 0 鳴

創新的解釋是突破原本的想法，創造新的想法。

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，哥倫布並為直接回應而是拿出一顆水煮蛋，說誰能用水煮蛋的定端立在桌上，然後大家都沒辦法，然後哥倫布揭曉了答案，哥倫布在水煮蛋的上面敲了一個洞就立起來了，貴族生氣的說只不過是在蛋上開個小洞，就能把蛋立起來，這個誰不會，哥倫布說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得到。

我覺得創新是一件很好的事，因為這樣人才會變得越來越進步。

謝 0 源

我們在做一件事時，可能大家都是按照最原本的方法去做，但是會不會有可能因為某一人他提出一個新的方法，到最後大部分的人都用那個人的方法呢？我覺得是有可能的，因為今天他提出另一個方法，就是要比較快解決那件事，這樣解決一件事就有比較高的效率！

我曾聽過一個例子：在伽利略之前，古希臘的亞里斯多德認為，物體下落的快慢是不一樣的，它下落速度和它的重量成正比，物體越重，下落速度越快。年輕的伽利略根據自己的經驗推理。經過深思熟慮，他決定親自動手做一次實驗，他選擇比薩斜塔作實驗場。在某一天，他帶了兩個大小相同但重量不等的鐵球一個是實心的，一個是空心的。實驗開始了，眼看他將兩個鐵球同時放開，居然同時落地，所以人都目瞪口呆了。

其實，一件事人人都做得得到，但為什麼他們都不去做，可能是因為他們對創新的思維產生了惰性，可見，只要打破陳舊，才能創新未來。

朱 0 毅

甚麼是創新呢？創新就是指人類為了滿足自身需要，不斷拓展對客觀世界及其自身的認知與行為的過程和結果的活動。或具體講，創新是指人為了一定的目的，遵循事物發展的規律，對事物的整體或其中的某些部分進行變革，從而使其得以更新與發展的活動。

我覺得創新是個時代的改革，因為以前的人腦袋都裝孔固力，總是很死板，則現代人突破以前的思維，提出了嶄新的看法，所以我們才能進步。所以創新是個讓人類進步的一步。

楊 0 邦

突破固有思維，開創嶄新想法。

大家都知道好神拖把？那是誰想到這個點子的呢？答案是「丁明哲」。

當年開餐廳打烊時，都必須打掃餐廳環境。每天遇到沙發、櫃子底部、桌腳、柱子，拖把就會卡住，為了改善自己的工作所需，於是靈機一動，設計出扁平圓盤狀的拖把，圓盤狀拖把



遇到桌腳、柱子可旋轉滑過不會卡住，而且圓形拖把可用離心水槽脫水，省去用手擰乾的缺點，更因拖地過程中不再需用手去摸髒拖布，讓人的手更乾淨。創新是很棒的！想像力就是你的超能力！

邱 0 琴

創新的意思是，突破原本的想法，提出新的看法，直接一點的說法就是，當你在思考遇到問題時，可以換一種新的方式去思考，或許就會有新的世界。

我有一次在段考寫作文的時候，寫著寫著突然發現我的作文我寫不下去了！所以我就趕快改改改，從頭在寫一次，換一種新的故事寫，果然，我寫到一樣的位置，但是我後面的故事還接的下去，非常順利的寫完了五百字以上，分數下來了，竟然還是四級分，真的太激動了！當下的我真的覺得自己超級幸運的，非常希望以後都可以這樣。

以上呢，可以當作一個小小的例子，在生活中會很長遇到困難，我們可以換一個角度去想，或許你可創造不一樣的人生喔！

林 0 媿

謙遜的意思是指虛心，不誇大自己的能力或價值，沒有虛誇或自負，不魯莽或不一意孤行。守禮的意思是指遵守禮教，奉行禮制。這個告訴我們說對人不要不謙虛也不要不守禮。

在我們生活中常常會聽到大人說一些比較不好聽的詞語，他們總告訴我們說不可以說這些詞語，我們不應該要都不罵嗎？為什麼你們卻要罵呢？

老師之前和我們說過有老師需要幫忙就去幫忙，而不是躲起來或是嗆老師，後來想想其實是對的，遇到該幫忙的時候就該伸手去幫忙

蕭 0 蓁

你知道創新是什麼意思嗎？創新的意思是跳脫現有的思維模式提出有別於常規或常人思路的看法、理解。

有一次，我們在上實驗課，要分享和咖啡有關的案例，其中就有同學分享了可以「吃的咖啡」，新創品牌「COFE」秉持著對於在地日常食的探究，以 From Coffee Bean to Bar 的構想，原料使用台灣土生土長的咖啡豆及可可脂製作出「吃的咖啡」。

隨著科技的創新與發展，現在「人手一機」，但這也要感謝世上第一支手機的發明者 Martin Cooper 代表 Motorola 發表「Dyda TAC 8000X」，大約有兩個磚頭那麼大，是當時第一支達成「無線」手機成就的行動電話。

我覺得創新對人類是一件好事，因為可以為我們帶來更多的便利。

林 0 錕

創新，突破固有思維，提出嶄新的看法。星巴克成立於 1971 年，是美國的一家跨國連鎖咖啡店。2008 年，由於展店速度過快，星巴克無暇顧及消費者的需求，導致顧客體驗不佳、咖啡品質參差不齊等問題。因為這些問題，星巴克決定從創新決策、數位轉型以及合作新創等面向，從根本解決問題。意識到星巴克的產品跟不上消費者的口味轉變，星巴克決定更加重視客戶的意見與需求，擁抱以顧客為導向的創新。在官網站上推出“My Starbucks 己的市場定位和競爭力。

Idea”來廣徵消費者建議。透過開放決策創新，星巴克從 2008 年到如今，漸漸地找回自己這就是一個創新的案例，找出問題所在點，針對問題點來提出政策。

陳 0 茹

在這個充滿新科技的時代，只要你不有新的思想或辦法，你就將會被這個社會給遺忘，只有創新才不會被社會給遺忘。

在這個時代有很多人有了新的思維和行為，像是羅伯特·虎克他是位著名的英國科學家，在他有身之年發明了顯微鏡還發現細胞壁和虎克定律，還寫了一本《顯微術》，這本書寫了一些他使用顯微鏡或望遠鏡進行的觀察，還有軟木切片，他創新的讓我們有了更多的發現，就是因為他的創新讓他不被這個社會給遺忘。

在這個不斷變化的環境中，想要創新是非常苦難的，但就是這個苦難讓很多人激起了勝負欲，這個世界才會如此的多邊。



111.08 心得——創新

90101 葉 0 潏

創新是一件很好的事，只有創新就是自己的東西，創新就不會跟別人重複了，只要不重複就會有自己的特別之處，如果特別就會被別人注意到，注意到之後就會有人喜歡，這樣的話就不會感到枯燥，像是有很多人都是因為能夠創新而有錢的，就因為不跟別人重複所以才會新奇，創新的東西如果很有創意很厲害就會被各位想要，創新也可以改變很多，像現在的設施很多都是創新。

90102 葉 0 寬

我覺得大埔不能只有這些東西，要創新才会有更多的人來大埔觀光，想是可以在大埔橋做一些有關大埔的特產，然後來歡迎來大埔觀光的遊客，這樣才可以更先進，或者是在湖濱公園或情人公園，可以在做出一些東西，像是把公共廁所弄成一個山豬或老鷹的形狀，也可以蓋出一座強，然後在上面繪畫出老鷹、山豬或者是竹筍，讓遊客都可以來大埔做打卡的動作。

90104 劉 0 均

這次的主題是「創新」我覺得生活中好多東西都需要創新，就像我喜歡畫圖，畫圖也不能一味的模仿別人的配色、設計，要慢慢的靠自己想出適合的搭配，因為一直模仿別人不會進步，大家也會因為一直看到這種風格而厭倦，但如果畫出了一個之前沒有人有畫過的東西，大家可能會因為這個創新而感到驚訝，也可能會繼續追蹤，這樣子就會更有動力畫其他的圖，也可以一直創新，在我們的生活中也有很多東西是因為不斷的創新才產生出來的，像是以前的人只能用扇子讓自己在夏天不那麼熱，但現在有電風扇也有冷氣，這都是一直創新才出現的東西。

90105 林 0 蕾

每個人可能對創新的定義都不同，我對創新的定義是創造出新的事物或者是思想，很多的事情都是需要創新的，就像是我們的建築物，不斷的在創新改變，思想也是，我們並不會一直古板的按照前人的思想去做事，我們現在的說話方式也不斷的一直在創新，就像是現在有很多流行用語，讓我們在說話聊天的時候多了一些趣味，像是我以後想當的廚師也需要具備創新的想法，要不斷的創新菜色，和材料、煮的方式，如果每一樣都按照以前的方法去製作，每天都做著相同的食物，會覺得非常的無趣，我希望我在未來做事情的時候能夠一直不斷的創新，讓生活變得更有趣。

90106 洪 0 靚

我覺得創新在生活上非常的重要，因為如果一直沒有新的想法，會感到非常無趣。像是幫朋友辦生日的時候，可以不要這麼死板，買蛋糕，然後讓壽星許願，在給他禮物，可以加入一些創新元素，例如：可以把蛋糕藏在某個地方，讓壽星自己去找，讓這件事讓他記憶尤深。有一次母親節，我不只單單給媽媽寫一張卡片，我還有摺一隻紙鶴送給媽媽，媽媽特別高興。創新不但讓自己感到有成就感，也可以讓他人感到更高興。

90107 詹 0 嘉

我們每個人都要不停的創新讓自己越來越好，就像是國家每個國家都在創新，讓更多人看到他們的國家，創新不是靠想就能做到的，我們要慢慢的一直去嘗試做創造出新的東西，創新不一定一開始就成功我們都是慢慢的累積，就像我們的管樂比賽從沒有管樂服到有管樂服、只吹兩首歌到能吹三首歌、從最後一名到優等，這都是我們的創新，我們也不是一開始就很厲害我們都是努力練習才有的成果，我們學校也一直在創新，更多的創新就有可能有更多的人看到我們學校，不管什麼東西有好的創新就會有更多人知道。

90108 黃 0 怡

創新，創造新的事物是非常重要的，我們的生活中如果缺少了創新，那一切將不會再進步，也會變得非常無聊，我們學校中有藍晒圖，是大家結合大埔的特色，繪製在藍色的牆



上，這也算是一種景色上的創新，而且也會吸引人來拍照打卡，學校多了不同的感覺，如果沒有創新和進步，那我們就沒有現在的文明，所以我們也要學著發現新的事物，不管新事物的大小或者重不重要，只要能創新發明，就會對世界有一點點貢獻，現代的科技那麼發達，也是靠人們一點一滴累積出來的智慧的結晶，我不能帶來很大的發明，但是我可以在小地方創新，比如說畫圖的時候多加點不同的元素，或者跟老師討論課程上可以做哪些新奇的事情，也都是屬於我們的創新。

90109 王 0 淳

想起當初的我，對科技接觸有限，對許多 3C 用品很陌生，有意天，爸媽買了一臺外型長扁，看起來很輕，拿起來卻有點重量的機器——可觸控的智慧型手機。長大後，事物也跟著在改變，從人力密集轉變為機械化時代，很佩服發明家的頭腦。

在我五年級的時候，姊姊跟爸爸說要買一臺筆電，當時我只知道華碩和電競筆電，踏進 3C 賣場各色各樣的筆電琳瑯滿目，除了我知道的廠牌，我還意外發現蘋果竟然也有生產筆電，想不到蘋果公司也跟著時代在創造東西。

90110 李 0 顛

什麼事情都需要創新，創新就是發展新事物。如果沒有創新，那我們這個社會就無法進步。思想可以創新，人也可以創新，比如學校一直在改變行事，硬體設施的更新、課程的調整，以前在山下的課程都是以主科為主，現在的學校多了實驗課，就是嘗試創新的結果。

創新可以讓我們學到不一樣的事，在社區也可以加入不同的創新，比如引進一些科技產品或想一些活動，不只可以認識新事物，還可以激盪出創新的火花。現在許多生活上的便利，例如電動車、AI 科技，都是創新的結果。

111 年 9 月--新學期新目標

111 年 9 月 普仁心得 新學期新目標 701

1 吳 0 星

我要認真寫字爭取把字寫到最好，做事認真講求質量，不敷衍了事；其次上課認真聽課，回家要認真複習和預習，減少玩手機的時間，多善用時間學習看書，有不懂的地方就要問同學和老師，要改掉以前小學的壞習慣，學習認真看待自己功課的責任，不要辜負老師和家長對我的期望。

2 彭 0 易

美好的暑假結束了，不免俗要有新目標和新希望，我的新目標就是成績能進步，按時完成作業，上課要認真、不吵鬧，遇到不會的問題要問老師，在學校要對老師有禮貌，我會認真做到的。

3 林 0 錯

新學期開始我是國中生，我要改掉國小時的壞習慣，每天晚上要先完成功課，早點睡覺隔天才不會遲到，因為升上國中後，遲到會被記過和處罰。

4 朱 0 蒲

新學期即將到來，老師請我們想想我們新學期的目標，為何一定要定一個新目標呢？因為有一個目標就可以讓自己的心努力去達成目標。以我來說，可以把考試考到九十分以上當成永久目標，在家每天的生活過得快樂當成近期目標，讓我每天都有學習的動力。想要達



成目標就需要改變自己，要早睡早起讓自己有精神，才可以上課認真聽講，把學習到的新知識記在大腦裡，回家之後要稍微複習，再加上複習，如此一來才可以達成自己的目標。

5 巫 0 毅

新學期開學了，在新的學期裡，有希望成績有大的進步，。做一個都是體群美全面發展的好孩子。課堂上我要更加尊敬老師、關心同學，上課前要認真預習，課堂中認真聽講，不說話不搞小動作積極回答問題，作業要按時繳交。我喜歡運動希望在體能方面也能進步，要認真努力改掉國小的壞習慣，我會慢慢實現我的目標。

6 翁 0 程

新學期終於開始了，我在新學期要做一個乖孩子！我給自己訂了幾條規定：第一、不准上課玩筆，第二、做好老師交代的事，第三、早睡早起不遲到，第四、和同學相親相愛，第五、上課好好學習，當個好學生。在國小我自己很不乖上了國中之後，我會好好朝我的目標前進乖乖聽老師的話，不惹老師生氣，不和同學爭吵，做一個人見人愛的好學生。

7 許 0 祿

這學期的新目標就是國中考試及格就可以了，上課不要分心認真上課，回家要複習，不可一直玩手機和看電視，讓自己可以靠近夢想。儘管新學期新目標看似不顯眼，卻佔據了我腦海中所有的全部。既然如此司湯達說過一句富有哲理的話，做一個傑出的人，光有一個合乎邏輯的頭腦是不夠的，人還要有強烈的氣質，我希望筆記可以抄快一點，不要上課打鬧，做好自己的本份，這就是我新學期的新目標。

8 江 0 錯

在這個我剛升上國一的新學期我的目標有兩個，第一個是希望的我的美術可以更進步，我從幼稚園開始我的畫畫的美術，但是到了四年級我的手藝依然沒有很好，所以我去報名了手作社，雖然手藝沒有進步很多，但是我相信我只要慢慢努力就可以進步。第二個目標是希望我的英文能進步，我從以前我的英文就很爛，記得很清楚有一次在我們二年級的時候，我的英文小考才考了十五分，希望在國中時我的英文可以慢慢的進步。

9 蔡 0 成

我在迎接新學期的同時，我的目標就是把分考試分數提高，提高考試分數的方法就是每天上課認真聽課，也要認真抄筆記回家認真寫功課，也要將老師上過的課程內容複習和預習，如果我有做到以上的事情，我想我的目標就可以達成。我的第二個目標就是讓自己長高，讓自己長高的方法就是每天跳繩和開合跳，還有少吃甜食，希望在國中階段我的身高可以變高。

10 郭 0 憑

這個學期，我的新目標是找到我的興趣，在音樂和手工藝品這兩者很猶豫不知道要如何選擇，比如在學習直笛和小提琴時，我覺得有點困難，但學習過程中很有趣。做手工藝品時，自己會覺得很開心，也可以訓練手指的靈活度，在思考時，媽媽在一旁說：有誰規定興趣只有一個的興趣。聽完我覺得很有道理，興趣可以有許多個，也可以慢慢培養，主要是學習的過程中，可以讓自己感到開心，其實我還有一個小目標，就是讓自己長高，自己要飲食均衡、運動早點睡覺。



11 阮 0 愉

新學期的開始，許多的事物都變得不一樣了，尤其是國中和國小有許多改變；像是老師的教學方法、課程的難易度和是參加的活動等...，這些和以前都不一樣了。雖然我還沒有一個明確的目標，但是基本的先把課業穩定之後，再慢慢整合出明確的目標。在學校是要專心在課業上，有問題時就要把握時間問清楚，回家之後先把該完成的事先做完，再來做自己想做的事，慢慢的應該就能朝著目標努力了吧！當然終極目標就是兩年後考上自己理想的學校。

9 月普仁心得—新學期新目標(801)

1. 蕭 0 展

國二很快就會升國三，要想好要到哪所高中，選一個跟自己興趣合得起來的高中，這樣說不定對現在的自己的學習有幫助，為了上自己想上的高中，會讓自己更想學習，找到一個想上都高中而且跟自己的興趣合得來，可以幫助到自己，也可以幫助到學業。

目前以我的身分也只能注重在學習方面，把成績弄好，現在也沒什麼目標，長大才可能有個完整的目標，現在就是學習考試學習考試這樣輪迴，可以考到前三名是最好的，有些科目是有換老師的，目前要先習慣新老師的教學方式。

2. 王 0 奎

暑假結束了，這也代表著我正式從七年級升上八年級了。新學期開始，當然要想一個新目標並付諸行動，這個學期我的目標就是——奪回第一名！上學期第三次段考我的第一名被搶走了，我要更加用功，希望第一次段考能拿到不錯的成績，把第一名的位置占住並維持，不要再一直往後退步。我相信只要我保持穩定的發揮，不在關鍵時刻掉鍊子，拿個第一名問題應該不大。只要再多拿幾張獎狀未來找到心目中的學校我就心滿意足了。

3. 許 0 裕

我想新學期新目標是一件見人見智的事，完全都是自己覺定有些人他覺的新學期新目標對自己不是很重要了另一些人對新的學期有大的期許；我也有我的新學期新目標，我的新目標有幾個，第一：我希望我可以把我的成績拉高一點最好是到前五名，雖然這有點因難但，我還是會努力的完成，第二我這學期被分配到的幹部是衛生股長每天上午都必需到盯同學們掃地，在我們學校只有三個班所以個班分配的掃區也很大，第三：在不同的比賽中拿到前名，雖說聽起來像不可能的任務但也以經設下這個目標了，所以一定要盡全力完成。

4. 林 0 濤

我心想新學期有三個目標，第一個是排名更好，第二個是能存夠大學學費，第三個是體育能更好，我在昨天訂好計劃了，晚上七點到八點多一個小時的書，早上六點到六點半運動，假日去上班存錢，我認為只要我不放棄，在下學期一定可以完成目標，我科目要重點在數學和英文，我的數學不太好要努力，英文是完全不好，五科中最不好的，我在上體育課時會很累，所以我覺得我的運動很不好，我稍微動一下就會有點累，我在這學期的體育課要多動。我在暑假有去打工，開學我會假日的時候打工，我希望我要上大學的錢可以在國中就存好了，才不會上大學沒學費。



5. 謝 0 源

升國二了，應該要設一些目標了；第一個目標是字能夠寫好看，因為寫作文和抄筆記才不會覺得很亂。

第二個是希望自己的數學、英文以及自然不要爛掉，至少要及格，這樣國三才不會很辛苦。

第三個是目前有在打工，所以希望自己可以在畢業前把高中的學費給賺好，這樣就不用家人分擔了。雖然我在這學期設了很多目標，但我相信只要努力，肯定能做到。

設一個目標很簡單，但做不到又有何意義呢？我覺得設一個目標是督促自己，因為有了它們，你才會更努力！

6. 張 0 鳴

放完暑假，我新學期的新目標，就是上自然課的時候盡量不要發呆，認真上課，然後有聽不懂的地方問老師，上國語課還有社會課以及數學課認真抄筆記，然後月考的時候要複習，然後每科盡量進步，我想要在第 1 次段考的時候，考到前 3 名，但是我會努力的複習，努力的達成目標。田徑比賽的時候，我也想要進前 8 名，會很开心。然後沒上博幼，回到家的時候，讀 30 分鐘的書，還有寫功課並在 10 點半以前睡覺，早上 6 點起床，這就是我新學期的新目標。

7. 朱 0 毅

過完了一個漫長的暑假，將要迎向新的學年，每到這時，或許有些人會為自己設定幾個目標，並且努力的去完成和實現。而我在國一升上來的新學年，為自己設了個新學期新目標，就是可以找到我的興趣、努力讀書，才能在國中教育會考拿到優秀的成績，上好的高中，往我的興趣發展。現在我們還小，距離未來的路還很漫長，所以在童稚時設定目標，並在成長的過程中完成、實現，長大後的自己就能為這個社會有所貢獻。

8. 楊 0 邦

升上八年級之後，又是一個全新的學期，每年都會立一個目標，我這學期的目標是把英文、數學、自然變好，因為老師換了，教學方式跟以往不一樣，但我感覺這樣的方式比較適合我，但是自然課的時候有點聽不太懂，我覺得這學期要提升成績應該很有機會，以前的英文、數學、自然分數都落在五十以上七一下，這學期我想拼拼看能不能把分數都考到七十五以上，而班上的排名要考到五名以內，每次段考我的排名都落在第十、九名，最好的一次有考到第五名，興趣找到了，志向也找到了，我這學期的目標很簡單，就是把分數提高！

9. 邱 0 苓

新學期新目標我想要把我國小、七年級的成績提升，把所有的比賽成績提升，多學一些才藝，我覺得要先把成績提升，要做的就是一天下來花一、兩個小時的時間看書，假日有時間也可以到學校練習比賽，像是恬靜的跳高、跳遠等，才藝也可以在所有事情做完後和家人學一點，或是再上才藝課時多一點。我想把成績提升的原因是，我想考上我想要的高職，但是成績需要好一點，我要再努力一點。會想多學才藝的原因是，新的校長什麼都會，很像女強人，我很仰慕這位女校長，所以想像她一樣厲害，也期望我可以順利的完成我的目標。



10. 林 0 媿

新學期開始了，我認為說我應該對自己看更高的目標，畢竟我已經國二了。

回想我國一的時候，我常常因為粗心大意而丟了很多分數，不是算錯答案，就是少算一兩個字，甚至看錯了題目。

我的第二個目標，是希望可以每天閱讀，因為之前很少看課外書，新的學期開始，希望我每天至少閱讀十分鐘左右，因為這對我學習也有很大幫助，這樣我看題目應該能更快了一些。

11. 蕭 0 蓁

放完暑假後，迎接新學期就要有新目標，在暑假期間我就有在想我的新目標，一個是保持考試第一名，另一個是學會用吉他彈 5 首歌。在七年級一直沒考到第一名，但在下學期時終於考上第一名，我很開心，所以我希望我在新學期也可以持續下去。當然要達成目標也要付出，我會在平常放學之後就帶書回來複習，上課時間專心聽講，也希望我不只是考上第一名而已，平均分數也能上升。我一直很喜歡吉他，以前爸爸也有在彈吉他，所以我就更加感興趣了，在暑假無聊的時候就會上網找吉他教學影片來學，至今也學會了 6 首曲子，在我不會的時候就會去問爸爸：「這是什麼？要怎麼彈？」爸爸也會很樂意告訴我。我覺得人應該要有一些目標，朝著目標前進，我們才會進步。

12. 林 0 錕

我的新學期新目標是不要一直看手機、看電視和多閱讀，畢竟還有一年就國三了，國三要面對會考。現在空閒的時間會越來越少，那就把握那一點的時間，去做有利於自己的事情。我想把握現在，把不好的習慣改掉、把事情做好，免得到了以後還手忙腳亂。還有一個目標是，我想把司儀這個工作做好，雖然第一次上去有點慌，但以後要越來越好，克服恐懼。

13. 陳 0 茹

在這涼爽的九月，迎來了新學期。在新學期裡會有新的老師和目標。而這學期我的目標和以往不同，是找到一個自己有興趣的科系或職業。我現在已經國二了，再一年就要畢業了。我目前想讀高職，所以要有一個興趣。我的另一個目標是「自律」和「獨立」，這是我目前覺得自己不夠好的地方，我容易分心或是懶惰，也不能獨自處理好自己的生活和負起責任。

希望我可以完成我的新目標，如果失敗也沒關係，至少我努力過了。

111.09 心得——新學期新希望(901)

90101 葉 0 潏

新的學習有很多新希望，像是我希望這個學期可以多專注一點的讀書，希望能讓成績提高，讓未來的自己能夠順利的度過，這學期也希望能夠做好每一件事情，也要讓自己更規律，距離會考也不久了，也要好好靜下心來，撐過這次會考，就能放鬆的過暑假了，我這個學期的唯一希望就是能好好讀書不要太容易放棄，充實自己的實力才有機會在會考有比較理想的成績，另外我也希望在田徑可以拿個名次，這就是我這個新學期的所以願望。



90102 葉 0 寬

新的一個學期，是我們待在學校的最後一年了，新的學期也要有好的開始，也覺得應該也要開始認真讀書了，不能在像以前一樣了，雖然數學不好，但是我覺得至少也要考個及格。還有田徑，比賽我們也不到三次了，決定在拼一下了，在畢業前我決定，跳高和跳遠都要進前三名，也希望跳高要跳過 160 公分，跳遠也要超過 5 米 50，畢竟以後說不定也不會走田徑這條路了，趁現在狀態是最好的時候，就努力一下拿個獎牌也好，最差也有個獎狀可以拿。

90104 劉 0 均

我這學期的新希望是可以把之前教過的一到四冊都複習完、複習熟，因為我們要會考了，雖然今年都只是模擬考，但是離會考也越來越近了，希望我們下禮拜的第一次模擬考不會考砸，但一二冊的自然生物，只要有背就可以了，不知道第二次模擬考加入理化之後會不會難度突飛猛進，而且我們是第一次考模擬考，希望不會出現什麼太大的問題，考完也可以知道自己哪裡比較不熟，希望每次的模擬考都可以進步，最少保持在不退步的狀態。

90105 林 0 蕾

這個學期是我們面臨會考的前一個學期，在學校幾乎每個人都非常的努力，努力的在複習與學習課文，我想我也要非常努力的學習，可以在會考有好的成績，讓我的家人感到驕傲和自豪，我這個學期有一個明確的目標，就是找到我的興趣，並朝著我的興趣不斷的進步，在家裡的時候要和家人一起分擔家事，不能只讓奶奶和爸爸做家事，在做飯的時候也可以去幫幫我的奶奶煮菜，也可以回家時和我的家人分享我在住宿時的心情，遇到的有趣的事情，讓新的學期過的更充實。

90106 洪 0 靚

時間過的好快，馬上就新的學期，正是我國三的開始，是需要埋頭苦幹的一年。這個學期我的願望是成績可以越來越穩定，而且可以向上長，還有一點就是，我希望我們班可以有良性的競爭，互助成長，會比較沒有壓力，也比較開心。我會更努力的學習，和大家一起，因為之前兩年，我沒有說到非常的認真，所以我現在就要開始向上衝！我會努力的實踐我的願望，也希望大家一起努力，大家的目標最終 boss 就是會考了！大家衝呀！

90107 詹 0 嘉

這學期我們成為了考生，我們的任務就是讀書、複習，我希望我能在模擬考、會考都會有好成績，我想達到的成績是 B+ 以上，不是 B 的原因是我覺得他跟 C 沒什麼不同，我覺得能在更要求自己一點，心中雖然不是很想去努力但這是我們考生該做的沒有選擇的權利，我們一起努力比一個人獨自努力來的好，有其他人的意見和陪伴，就有可能是我們的動力來源，真的不想做的時候就想想別人可以為什麼自己就不可以，讓自己振作起來，我現在只希望未來有個好成績，我們努力到會考結束我們就可以把之前沒好好休息到的地方補起來，想怎麼休息就怎麼休息。

90108 黃 0 怡

現階段已經升上國三的我們 背負上了當大學長姊的責任，還要面對明年的會考，課業加重了，也開始上起了晚自習，新的一學期，我的希望很簡單，就是專心的準備會考，能跟上複習進度，所以我必須付出心力和時間，練習題目和考模擬考、段考，國二的時候覺得國三的學長姐很辛苦，現在自己當學姊後，聽了老師說有好多的進度跟複習，才開學一個禮拜而



己，就已經感覺國三不輕鬆，也要學會收起玩樂的心態了，希望新的學期，我能夠堅持努力不懈，為將來的會考取得好成績。

90109 王 0 淳

又是一個新的學期，很多事情等著我去做，也有許多新知識等著我去學習。我希望新學期我可以做好學生的本分，把書念好，也要把事情做到老師可以接受的範圍，也希望國三這年的會考可以考上理想的學校，做自己想做的事。因此，在國三階段，遇到困難可以向老師尋求協助，也可以請身邊的同學幫忙。我也希望身邊的同學和朋友都可以有明確的目標，並腳踏實地的去做好每件事。

90110 李 0 顛

這一學期開始了，我也準備要會考了！國三雖然很辛苦，但為了以後，我一定要加油。這學期我們要模擬考，確認自己學習的進度有沒有跟上。課程不只上進度，也有複習，晚上也多了晚自習，比國二單在學校的時間多，課業份量也加重了，學校為了讓我們複習，還設法找經費申請補助，買講義給我們寫。希望這學期我可以進步，好好念書，然後把老師說的話一一聽進去，這樣才可以考上自己的高中。

111 年 10 月--專注

11 年 10 月 普仁心得 專注 701

1 吳 0 星

隨時警覺自己是否有分心去玩別的東西，對自己言行用心、一心一意做一件事情，不僅可以事半功倍，也可以提早完成，品質也可以提高。在專注於一件事情之前，養成使用行事曆排行程、記帳或寫功課的習慣，一定能達到幫助記憶重要事務和專注力；而學會使用日記本，不僅能記錄生活中重要的點滴，也能從長時間的紀錄中認識自己。

2 彭 0 易

我認為專注力和注意力的意思大概是相同的，主要就是對正在做的事情用心，專注力就是不要再想其他事情，用心仔細思考目前正在進行的事。讓我能夠專心思考一項事情，不要分心去想其他的事情。專注力是每個人與生就具備的能力，比如坐在教室看書如果我專注力不夠就容易分心，老師說專注力可以訓練，所以我要學會專注去做任何事。

3 林 0 鍇

如果要完成一件事情，或是學習新的事物就必須要有很好的專注力，比方說今天我想要學習寫一個字，我就需要注意看，我是認真的聆聽，還有專心的練習。為了能夠快速的學會寫這一個字，我就必須要很專心的發會專注力，才能學得快又準確。如果我的專注度不夠，就沒有辦法辨認識的正確性，很容易寫錯字，所以我認為有很好的專注力是一件很重要的事情。

4 朱 0 蒲

專注是一個優良的品格，對學生來說專著是為了在課堂上學習新知，並且將重點寫下，達到記憶的效果，在馬路上也需要保持專注，讓我們可以直視前方，注意到前面的路況；在工作上需要非常專注，一心一意地做一件事情，不只可以提高工作的效率，也可以事半功倍，養成使用行事曆排行程和記帳，可以培養自己的專注力，在生活中需要每天都保持專注



的心，。並隨時警覺自己是否分心，也隨時注意自己的言行舉止，讓自己在別人眼中留下好的印象。

5 巫 0 毅

古往今來各行各業成功的秘訣是什麼呢？每個人的回答可能不一樣，但是成功者都擁有一個共同的品質，那就是專注！什麼是專著呢？專注是集中精力做好一件事，專注是長時間全力以赴、一心一意是堅持不懈，不達目的決不罷休。科學家甚至用幾年的時間重複同一個實驗，這也需要投入很大的專注度，任何事情都要專注才能獲得成功。

6 翁 0 程

老師常說上課要認真、專心，也不可以製造噪音，或跟著其他人製造混亂，如果可以完成了這件事情你就有專心的本事了。專心就是專注的前提，要是學會了專心，那麼學會專注也就是時間的問題了。但如果在小時候根本沒這種好的習慣，那就是一個很大的問題，因為做事情一定需要專心，要是不能專心在工作，那可能會發生危險，在課堂中如不能專心上課，那就沒有辦法把新的是知識是學起來。

7 許 0 祿

了解清楚專注是一個什麼樣的存在，是解決一切問題的關鍵，其他一切則會迎刃而解。我自己親身體驗過的事，專心和沒有專心的感覺，專心的時候可以去到更多的知識，頭腦的記憶也會比較清楚。在我學習小提琴一開始沒有很專心的學，導致現在跟不上老師的節奏，所以我很後悔現在沒有辦法跟上老師，我要改變自己的專注度，這樣就可以跟上大家的腳步。

8 江 0 錯

在日常生活中有很多事情，都要專心認真的做。在生活中的例子有很多例如寫功課要有書桌，才能專心讀書，我記得主任跟我們大家說過如果讀書沒有書桌，會導致學習變質下降，無法專心學習。除此之外，工作是我們應該是專心聽從上司的指令，不可分心也要做好自己份內應該做的事情，無論要做什麼事情都必須一心一意專心的做。專注力看是是一件很簡單的事情但是需要花費很多精力去完成，所以有專注力是很重要的。

9 蔡 0 成

穿著是人生成功需要的金鑰匙之一，只有懂的專注、善用專注的人才會向成功邁進，才會讓自己的思維更加開闊，讓自己比以前更加進步。專注視人生物品中最寶貴的，邯鄲學步的故事告訴我們，不專注的後果只能一事無成，兩天打魚三天曬網，無法成為精英，只有專注才能成就自己。

10 郭 0 憑

今天我要寫的時候腦子一片空白，不知道怎麼寫，在一旁的姐姐看不下去告訴我，你做事情之前是不是要思考一下，如何專注，例如工作時不專注可能會導致自己和別人受傷，上課的時候要專注聽老師說話，否則會聽不懂導致回家功課不會寫，上舞蹈課的時候要專注，不然會導致腳扭傷，竹子就會有一段時間不能跳舞，有了這些經驗讓我知道，如果不專注的話，會有一些後果產生，所以做一件事情要專注。



11 阮 O 愉

專注這件事情可以很難，也可以很簡單，原因在於你的態度，如果你真的把想事情做好，就能專注的去做，而且做起來事半功倍；相反的如果抱著要做不做的態度，就會無法專注的做事，做起來也會像是事倍功半。有一次數學家陳景潤沒發現自己走錯路，就撞到樹，他以為自己撞到人，當下他是專注在解一個數學題。專注之下的成品可有好品質，我唸書時也應該是要有這般態度。

10 月普仁心得—專注

1. 蕭 O 展

集中精神，專注看一件事，是非常困難的，在生活中有太多的分心源，相信大家在做一件事會時不時分心，而且分心有很多種，就算是非常重要的事，你也會被突發其來的東西，或者是身邊有的物品分心，太多是因為做事自己沒興趣，但真的有些事太重要了，必須專注。

打個比方，這因該是會讓各位感同身受的事，在學生時期上課的時候，是很難專注的，不管是主科還是藝能科，總會有自己較喜歡或討厭的科目，不喜歡的科目使人很難專注，如果你不喜歡的科目是主科，上課有分心的情況下會影響到自己的考試分數，如果能把專注弄到最好，可以對自己的任何事情都有幫助。

在任何事情上專注是非常重要的，如果能從小培養是最好的。以前做錯可以改，但越大改錯的機會越少，把專注練好，不只專心，還能發現工作中的細節，專注無所不在，專注對你的幫助也無所不在。

2. 王 O 奎

專注是人生中一定會需要的技能，專注地做一件事不只可以事半功倍，也可以提升完成的品質。那麼，專注是什麼呢？專注就是隨時警覺自己是否用心，並且對自己的言行用心。在專注於一件事前，養成使用行事曆排行程、用日記本記錄生活和記賬等習慣，將大大地幫助記憶重要事務和提升專注力。在讀書的時候如果一直被外界干擾無法專注的話，不妨去洗個臉，找個沒人、不會被打擾的地方休息一下，然後重新開始。不要一直硬撐，否則會浪費了時間而無一點收穫。如果能學會專注這一項特質，不只學習成績會持續進步，未來在職場上肯定也可以步步高升、直上青雲！

3. 許長裕

專注對我來說是一件還蠻困難的事情，因為我做事很少有精神全部集中的時候。許多人都跟我說過我做事還算可以，但就是專注力要加油，專注力可以讓事情做得更快更好，大家都這麼說，

後來想一想野是蠻有道理的，事情本來是可以做得很好卻一直敗在不夠專注，是很可惜的，所以我這一、二個學期都以這個為目標努力的前進。

國一的時候在課後班幫助我們課輔的老師是一位數學老師，我上他的數學科他會非常細心的教導我，一直告訴我專注在一件事上就能做的又快又好。



所以每次只要有人提起專注，我第一個想到的就會是他，他真的幫了我很多；因為在他的教導下，讓我知道專注對一件事情來說，非比尋常。

4. 林 O 濤

專注做一件事，可以讓完成品的品質更好，大多也是事半功倍的，在做一件事時要專注完成，這樣無論是工作或是作業都可以做得很好。

人們會不自覺得專注在自己喜歡做的事情上，比如有的人喜歡畫畫，他在畫畫時就會特別的專心，有些人在做自己喜歡做的事情時會把自己關在家中專心完成，只要不是吃喝以外的事都會取消。

你在做一件事情時很專注，比如有些愛唱歌的人，就算有人突然出現，他也可能因唱得太專注有沒發現有其他人在，有些人專注的時候可以做到忘我。

做事時，父母叫我們要專心一點，他們是希望我們可以把事給做好，在專心的做事情時都可以做得特別好。

5. 謝 O 源

在日常生活中需要很多專注，例如：做東西、寫功課、上課等，而專注會讓你很快的做完一件事。

在一次的運動會比賽裡，有比大隊接力，我被排到了第十棒，那時我認為第一棒才剛出發，不會那麼快輪到我接棒，因此發了一下呆，沒想到很快的，棒子已經到了第九棒，這時聽見老師叫我準備了，我才回過神來，雖然最終我接住了棒子，並開始專注的跑給下一棒，但我覺得這樣並不好，因為如果都沒有人提醒，我可能因此讓比賽輸掉。

另外，一次的考試中，我拿到考卷的第一個反應是思考如何下筆，我非常專注的想了幾分鐘，發現題目其實蠻簡單的，於是時間才過一半，我已經寫到稿紙的一半了。在考試的尾聲，我也差不多把稿紙寫的滿滿，沒想到原來專注可以寫得那麼多。

專注可以做好很多事，而且還能把品質提升。而生活中有很多需要專注的事，專注不會對你不好，但是要不要專注取決於自己。

6. 張 O 鳴

專注就是認真、用心的做每件事，隨時警覺自己是否分心，而已專注做一件事，可以比較容易完成。我有一次想練籃球的技巧，然後我很專注的練習，就成功了。到了快月考的時候，我和朋友一起在便利商店複習考試內容直到九點。隔天月考，因為有複習，所以考了不錯的成績。曾經上自然課時，分神一分鐘，我就不知道老師說到哪裡了，所以專注真的很重要。我上課後班，遇到一個很難很困難的數學題目，於是我舉手問了老師，老師就按照題目寫到黑板上，我專注的聽著老師講解，雖然花了 10 分鐘，但是就讓我學會了一個很難的題目，所以專注很重

要。專注做一件事花的時間會比分心的時候還少，而且做起事來完成度也比較高，雖然專注不是一件容易的事，但是卻很重要，是生活上不可缺的。



7. 朱 0 毅

專注是一件很棒的事，因為一心一意的做一件事，不僅能事半功倍，也可以提高完成的品質，我建議可以先從每日心得開始，能記錄重要的點滴，也能發現生活的美好。我們在上管樂的時候因為要看譜，所以眼睛常常很酸，也常常不知道吹到哪裡，我們就必須專注地看著譜，絕對不能恍神，才可以和大家一起吹著優美的歌曲。我平常上課時常常分心，所以成績一直退步。但我覺得，只要現在開始專注的上課，或許成績就可以像火箭一樣，扶搖直上，所以不管在上課時、寫功課時或吹管樂時，都要專注得去做，就會有一個理想的成果。專注不僅能提升完成的品質，也可以次半功倍，所以不管在做甚麼都要專注地去做。

8. 楊 0 邦

做事專注可以讓事做得更快，也能提升完成的品質，如果做事不專注，只會讓事越做越久，專注能加速大腦運轉，專注也能增加記憶力，也能提升做事效率，必須隨時警覺自己是否分心，並對自己言行用心。專注是一件很重要的事，當你不專注時，腦袋處於放鬆狀態，會吸收不進聽到的事物。你可能覺得很誇張，但有一次正在上數學課，突然有車經過，我恍神了一下，一回神，黑板就寫滿了數字，想必很多人都情深經歷過吧！還有在寫功課時，如果都不專注，可能原本只要花十分鐘寫完的功課，要花上一個小時。專注能使做事速度加快，做事都可以有效率，學習速度也能比別人快很多，對事越專注，完成速度就越快，如果你做事都效率低，那你需要的就是「專注」。

9. 邱 0 芬

專注的意思是隨時警覺自己有沒有分心，並對自己的言行用心。比較容易明白的意思是，向上課一定要認真聽；不分心；不講話，這就是專注的意思。

記得我小時候上課很容易被課堂上意外的事物影響，比較大一點後，老師會和我們說上課要學會「專注」。於是，我在那一學期的課堂中任何大小事我都只和黑板和老師，所以我學會了如何專注。

關於寫功課，我是一個一寫作業一開始能很認真，但一離開座位就回不來的人。這對我來說是一件很困擾的事情，也因為這樣，我常常沒有完成作業。所以我向老師、同學訴說了這一件事情，大家也給了想法。我可以先寫完功課在玩耍，我覺得這個對我的幫助很大。

大家可能也和我一樣對專注有所困擾，不過這個可以通過練習和訓練來學習，並不難，但是要靠意志力，要知道自己在做什麼，希望大家都可以練習成功，可以專注做一件事情。

10. 林 0 媿

每個人在做同件事情的時候，專注度也都不太相同，通常會去專注的事物，大部分都是自己感興趣的事物，事物也是一個學習過程的因素。

我是一個有點難事心的人，尤其是做我不喜歡的事情，我總是會想著，到底結束了嗎？好像滿多事情我都是這樣的，但我意識到這樣很不好，我無法真正體驗一件事帶給我的快樂，我平常做的事情都是為了某個目標，有時候可能太在意某件事情，而忽略其他的細節，反而會無法把事情最好。所以專注對我來說挺重要的，不專注在一件事情中，挺容易吃虧，最近快月考了，我希望我能給自己定一個目標分數，如果達到了，這就是我該做的事情，如果沒有，我就該專注的把錯的題目、粗心的題目，搞懂和學會這些題目，然後月考的時候，要一字一字的檢查，檢查到下課吧！這樣或許比較不容易出錯、填錯吧！



11. 蕭 O 蓁

在做每件事情時都要警覺自己是否有分心，一心一意的做一件事，才能事半功倍、提升完成事情的品質，也可以為自己安排行程、記帳，亦可提升專注力。每天老師都會出作業給我們寫，但我 5 點後才放學；放學後還要上課輔，這樣就要好好規劃時間，才能專注的寫完作業。上學時間可以利用下課寫一些作業，放學回家吃飯後起一些，這樣才不會累積到最後都寫不完，而且一點一點慢慢寫，才能專注的寫完；放到後面再寫，會因為要趕著寫完，而沒辦法專注，可能因此錯誤率偏高。在假日早上十一點後，店裡幾乎沒有客人，我和妹妹就會開始幫媽媽收拾，像是冰飲料，如果不專注做的話，飲料會掉在地板上撒的滿地都是，然後就得再多做一件事——拖地。所以在做事要專注，不然還得多做一件或不只一件事。在專注做一件事前，可以用行事曆排行程、記帳，提升自己的專注力，還有專注做事可以事半功倍和提升完整的品質。

12. 林 O 鎮

什麼是專注？集中注意力做一件事，一心一意、堅持不懈。我覺得專注是一種力量，會讓你在某一個事物上有所努力，只要一心一意做一件事，不僅能減半時間，更能提升效率及品質。

很多事都需要專注，像在練管樂的時候，全部的人都第一次拿到隊形圖，不知道怎麼走。這時候就要專注力，不然一個不小心恍神，就會走錯位置，有可能因為走錯而導致所有人錯亂。寫功課時也最需要專注力，常常會因為旁邊的事物把你的專注力吸引走，或是寫到一半放棄不想寫，這都是很容易讓你專注力不見的其中原因。

我們可以如何培養專注力呢？可以在一個安靜的環境學習。靜下心來，讓自己不煩躁，也可以一次訂一個目標，專心把每一件事做好做滿，不要一下子這件事一下子那件事，這樣很容易把事情做不好。慢慢去學會專注於一件事，就會變成習慣。

我認為專注是一件很難的事，要做到是一件極不容易的事。然而，為什麼我們在玩遊戲時總是很專注？但換到寫功課、讀書，就經常放棄或做一半去做另一件事？真的是一個很大的疑惑。總之，要做到專注這件事真的很不容易。

13. 陳 O 茹

世上有千千萬萬的事務，而我們需專注於手上的事情並且盡自己所能做到最好，不要因為外界所發生的事務而放下手上的事情也是一種專注。

再一次週六的早晨，我在整理房間時，意外發現一本書，當下我一直想要不要先休息一下，順道看看這本書。我一邊對抗書本的魅力一遍整理被大砲轟炸過的房間，就在我要中了書本的魅術時，媽媽碰巧經過救了我一把，他讓我開一點整理完，然後去幫他煮中餐，才讓我又專注於整理房間中。

下午，我整理好了房間，也吃完了中餐，我就馬上跑回房間，打開讓我饞了很久的小說。在我看到一半時，手機傳出一聲「叮咚！」我知道是同學來找我玩遊戲的訊息，它在我腦海裡一直浮現，我本想忍著先看完書再去打遊戲，不過我還是中了遊戲的魅術放下了閱讀到一半的小說。

那本被我看到一半的小說，現在居然都看完，而我一直受到外界的影響而導致不到專注，一直分心。小說看到只看到了一半，最後在後悔只看到一半。



111.10 心得——專注

90101 葉 O 潏

我覺得做很多事都要專注，如果沒有專注很多事情都沒辦法做好，所以做事情盡量要專注才不會分心或粗心，像是有些人一不專注就會考很差或者輸掉比賽，讀書和玩遊戲都要專注，讀書專注才能思考，玩遊戲專注才能反應，不管做任何事專注的可以提升自己的效率，做事情才能快和精準，有時候寫考卷可能就是不要專注就錯了很多，有時候玩遊戲要不專注就會失誤或只是輸掉比賽，所以做事情都要很專注才能達到好的結果。

90102 葉 O 寬

我覺得專注是一件很重要的事情，因為要專注才能完成許多的事情，就像是上課一樣，為什麼上課要專注？因為這樣才能好好的把知識吸收進去頭腦裡面，這樣以後會考才能考到自己想要的學校。還有工作的時候也是一樣，上班的時候一定要專注，這樣才可以被老闆認可，被老闆認可才能升職，升職才有更多的錢可以賺，這樣以後才能完成自己的事業。

90104 劉 O 均

這次的普仁心得主題是「專注」我覺得有很多事情都要專注才能完成，像是我們在吹奏管樂的時候，剛開始要專注的看著譜和聽著老師的教導才能慢慢吹出完整的曲子，但到後來熟練一點之後就變成得專注的看著譜，讓他深深的記在腦袋裡，還有更專注的控制氣息吹奏才能吹出更大聲、好聽的音樂，在上課的時候也是需要專注才能將老師教導的內容聽進去、記在腦海里，如果不專注就算聽了一整節課也沒有任何用處，只是白白浪費一節課的時間而已，專注可以讓我們更好的接受老師要傳授給我們的知識，也可以讓我們更好的完成我們該做的事。

90105 林 O 蕾

在日常生活中，幾乎做每一件事都要專注，很多職業都需要非常的專注，像是醫生、護士、廚師和公車司機等.....，只要稍微的不注意都有可能釀成大錯，像是在我很小的時候，我的媽媽帶我去看醫生的回程時，他和車子上的阿姨聊的非常開心，別沒有注意到煞車和油門的方向，就不小心把煞車踩成油門，所以就不小心撞到了電線桿，自從那次事情之後，我的媽媽開車時就特別的專注，還有一個例子是，一位醫生在幫病人開刀，但是他在開刀的過程中，並不是特別的專注，所以就在手術中犯了非常不小心的失誤，導致那位別人不小心喪失了自己的性命，因此那位醫生留下了非常大的陰影，所以這兩件事情讓我知道專注是非常重要的事情，但是我在日常生活，做事情時還是經常不專注不專心，像是我在寫作業時不專心，讓我隔天在訂正作業時就非常吃力，因為不專心的寫作業，會讓我錯非常多的題目，在訂正時也不會有印象，不會記得我有做過那種題目，我在掃地時不專心，會導致我有一堆沒掃起來的垃圾和灰塵，會讓來拖地的同學感到非常的困擾，所以我在做這兩件事時都會盡量讓自己專注，才可以把它做好，而且專注的做事情會更有效率，可以縮短做事的時間，可以有更多的時間可以運用，我在寫作業時專注會寫得更快，剩下的時間便可以自由運用，就可以多看一些小說之類的，也可以有更多的時間和家人講電話，所以專注真的很重要。

90106 洪 O 靚

想要學會一個技能，首先第一步就是要做到專注，如果不專注的話，那就非常難學好想學的東西。我覺得上任何課都要專注，無論是不是自己喜歡的，都要認真，有一次我上課分



了心，回神的時候，已經不知道老師講到哪裡了，想要找回段落時，卻剛剛好被老師叫起來回答問題，這時候就會非常的尷尬。這一件事讓我學到，上課時一定要專注的，不然很容易被老師發現，然後被叫起來回答問題。專注，做任何事都要專注，從小到大，學的每一件事，我做的第一步，就是專注。

90107 詹 0 嘉

我們在做事的時候要集中精神去做，不要因為某些事物而影響到自己，就像你在玩手機遊戲的不被外界打擾，所以做事的時候也要跟玩手機時一樣認真，國小時，我們不能專注老師會提醒我們，但現在我們已經國中了，不需要老師們的提醒我們自己要能做到專注。

我上次就因為上課時分心，我不只被老師罵還沒抄到筆記，之後下課就不能好好休息要把上課時沒抄到的筆記補齊，所以專注真的很重要，一不留神就會掉到後面對現在的我來說很危險。專注其實不難只能看你有沒有心想要達到而已，我就是這樣之前我不想上課的時候我就一直分心拉不回來的那種，所以我那一節課都沒上到什麼，我也慢慢的懂了該怎麼去讓自己專注，所以我的課業在慢慢的進步了。

90108 黃 0 怡

我覺得在生活中，做任何事情都需要細心、專注，聆聽別人說話時要專注，寫功課要專注，上課也要專注，我常常因為不專心和粗心，在考試中把會的寫錯，然後沒檢查到，改完都很後悔當初沒仔細檢查，寫作文的時候更要專注，因為一不小心就可能偏題，而聆聽時我也會保持專注 去尊重他人，我不喜歡別人把我說的話當作耳邊風，

所以我會認真聆聽和尊重，因為沒人希望自己說的話被忽略，人在聊天的時候往往最容易忽略別人，我在保持專注的狀態中不太會講話，俗話說多聽多做少說話，我覺得很有道理，可是我沒辦法做到一整天都很專注，所以我們有下課時間可以讓自己放鬆一下~專注力是能訓練出來的，我也會更加提升我的專注力。

90109 王 0 淳

剛升國小的時候，老師就跟我說要專注於每一件事。剛開始接觸國小課程，連是非題跟選擇題都很常搞混，上課時，也聽不太懂老師在說什麼，後來就慢慢熟悉了，因為老師在上課的時候，我都專注在老師身上，並且把老師說的一一記下來。之前數學老師有時很機車，把題目出的很難，但仔細思考，專注在那道題上，只要把公式套上去就好了。

還記得國小六年，每次在宣導的時候，老師都會叫我們專心，並仔細聽清楚老師宣導的內容，結束之後，老師就會有獎徵答，最專心聽的人獎品就會拿的最多，所以我每次宣導都非常專心聽，也很專注在做其他事。

90110 李 0 顛

專注在生活上非常重要，不管是做事情或是學習都需要專注。如果做事情沒有專注的話，那就做不好。上課的時候老師都會叫我們專心、專注，不然會聽不進去，然後就不會了。我很專注的一件事是狗狗這方面的，狗狗的每一項舉動或是叫聲，我都會很專注的聽。專著確實很棒，有些人不專注就都不會做事情，上次我去東中做實驗的時候，老師在上面教我們做事，但我都沒在聽，因為早上去了那麼多地方很累，老師說開始動作，但我根本就不會，所以只能問同學。



111 年 11 月--果決

1 吳 0 星

為了不想讓自己未來感到後悔，大部分的人們要做出最正確的選擇，但是這個世界上並不存著最完美的選項。一直的想要尋求最完美的選擇，不斷猶豫容易導致遲遲無法做決定，最後錯過本該屬於你的機會變成別人的機會。因此我們必須放下這份執著，在一定的時間內做出最正確又完美的選擇當下是最適合我們的那個選項，不然會變成別人的機會不是我們的機會，如果我們很直接決定不猶豫的話，機會還是我們的不會被別人搶走我們的機會或者是我們的選。

2 彭 0 易

果決是一種人們通常容易辦不到的事情，是一種心理條件，如果果決的人遇到問題，總能很快做出決定，不會無法決定問題。如果人人果決，遇到事情猶豫很久就會下不了決定，因為在決定事情想太久，果決的話容易先選擇機會。我以前就因為不果決，常常猶豫不決，事情想太久不去做，所以常常會被罵！我會這樣就是因為擔心自己做做事情由於太過於果決也會有壞處的。果決和猶豫就像是天使和魔鬼，不合的時候互相會打架。

3 林 0 錯

果決對我來說是一件很容易辦到的事情，我常常能夠很快做出決定。如果遇到事情沒辦法果決，事情就會拖很久才能解決，這樣其實不好，就像是吃營養午餐一樣，如果那天有炸豬排可以吃，但是不果決夾起來，自己的豬排就很容易被其他人搶走，所以有時候想太久是不好的事情。還有就是寫段考考卷的時候，遇到不會寫的題目，老師說先跳過，然後先寫後面的題目，這樣子才不會有交白卷的事情發生，所以果決有時候是要考律到最重要的事情先去做，才不會拖拖拉拉。

4 朱 0 蒲

果決是眾多人所會遇到的事情，可能是購物時，不知道要買什麼，或者是在考試時，因為答案而猶豫不決，早日常生活中這兩個例子是非常常見的。果決在優柔寡斷、舉棋不定的人眼中是到難題，但因為每個人判斷是非速度不同，若判斷速度快，判斷可能會有失誤；若判斷速度慢，可能較準確。我覺是外勞做出快速的選擇，所以才會做出果決，但世界上有無數的可能，每個選擇都有結果，所以才有因果關係，在因果關係下，選擇一個與現在的自己吻合的選項，讓自己的人生更美好。

5 巫 0 毅

一般來說，對於果決，我們不能不去想，卻也不能走活入魔，既然，所謂果決，關鍵是果決需要如何解讀，在人類的歷史中，我們總是盡了一切努力想搞懂果決，蘇轍曾說過一句意義深遠的話，人生在世，不出一番好議論，不留一番好事業，終月飽食暖衣，不所用心，何有別於禽獸，這句話看似簡單，但其中的陰鬱不禁引人深思。若無法徹底理解果決恐怕會是人類的一大遺憾。

6 翁 0 程

遇到壞人給糖要堅決的說不，看到同學打人要果斷致止，看見偷東西要毫不猶豫的打 110。這些是生活中要果斷堅決、毫不猶豫作出決定的事，除了上面所看到的事還有一些生活



所會遇到的事，不管事好事或壞事，重要的是作出的決定是否正確，例如；你作錯了事沒關係，因為每個人都會做錯事，認錯了就小事化無了，但如果你沒有認錯說謊了，那就真的小事化大了，所以大家一定要認錯，不然會受到更重的處罰喔。

7 許 0 祿

果決一個在緊急的時候做出的決定，形容在做一件需要有一個人來做出決定，就是隊伍裡的隊長來決定這件事。我有一件事夏令營的候，老師分完組之後我是隊長，有一件事需要我來決定，老師說 1 分鐘內要決定，我還沒決定好就是時間到了，所以我就隨便選了一個，結果選錯了，就被隊員罵了兩、三分鐘，還有一件是在小學兩、三年及的時候老師分了三組，我被老師選成隊長，原來我一開始很開心，到最後就感到後悔。我覺得會選決定的人不一定是聰明的。

8 江 0 錯

果決，何謂果決，意思就是指做事果斷堅決，不會猶豫。能運用再生活中的許多例子上面，例如：像是在我們選擇事物上面，不該扭扭捏捏，猶豫不決，而且，就是因為我們一直都有這種心態，而導致了機會一個一個的錯失再眼前。一樣的這種例子也可以運用在電影之中，像是我曾經看過的一部電影名叫肖恩克的救贖，電影中的主角因為有了堅決果斷的判斷，因此得到了他所渴望的自由。當我們選擇時，一定要有果斷堅決，不可猶豫無法做決定，這樣只會使自己錯過機會，因此我們應該發下執著，在期限內做出決定。

9 蔡 0 成

猶豫不決是人普遍存在的一種心態，是一種心裡障礙。猶豫不決的人遇到事情，總是會思前想後，拿不定主意。他們會反覆比較，權衡不同的答案，最終卻也不能下定決心。這樣的人做起事情來總會趕不上那些果決的人，因為他們往往在猶豫中錯失最佳時機，最後失去成功的機會。克服猶豫不決就是就是克服心理障礙。不去計較成敗，找到一個方向，堅持不懈的努力下去。做一個果決的人，不計較成敗，不在乎別人的眼光，選擇好了自己的路，就努力的走下去，總有一天會走向成功。

10 郭 0 憑

從讀國小開始自己做事情，常常三心二意、優柔寡斷、無法下定決心，做決定或有些事情，例如：就像寫功課、讀書、買東西，或是其他一些事，我最常說的幾句話就是等一下拉、我想一下、我不知道餒，所以有時就喪失許多可以表現的好機會，可是要下定決心去做一件事情，是真的很不簡單，不過我還是要慢慢的去改變現在的自己，不優柔寡斷，也不三心二意，或許很困難，但是我還是要去嘗試。

11 阮 0 愉

在生活中，果決，是一定要學會的必備技能，如果在發生事情時，無法豪不猶豫的做出絕定，事後將會成為一個無法挽回的遺憾。在「中華民國陸海空軍軍讀訓」中的第五條「嚴守紀律，勇敢果決，不容有廢弛敷衍之行為。」也呈現出了果決的重要性。但有的時候，果決也會是一種致命的利刃，因為這個決定是缺乏思考的，正因為缺乏思考，所以會有許多意料之外的突發狀況。所以說做出決定時，不要太衝動，要懂得判斷，才不會造成無法挽回的遺憾。



801

蕭 0 展

果決會讓你做事更快，但正確率不高，感覺能就直接，沒有遲疑，其實這樣做不好，做事前三思比較好，果決有分兩種，分好的跟不好的、好的是你想過做完後的後果是什麼，如果是好的，那你的果決就是好的，如果是壞的，那只有兩種原因，一種是你判斷不好，另一種是根本沒有想過就直接做，果決的定義很廣，不一定直接做才算果決，做事前三思也算果決，選好的果決是最好的。

做事前思考是否是好的，是好的直接做，如果確定是好的卻還有些遲疑，那就不叫果決了，但我們在快速下決定後大多的決定會不理想，因為很多人無法仔細思考。

果決的結果有好有壞，平時也要練習快速思考，多多思考可以讓自己的果決變好，思考多果決更快，果決對自己的幫助很大，可以加速做事讓自己做更多事。

王 0 奎

果決，形容人不執著於追求完美的選擇，堅決地選擇當下最適合的那個選項。不斷猶豫，一味的追求完美容易錯過本該屬於你的機會。所以，遇事應該冷靜快速地作出決定，而不是優柔寡斷。曾經有個人和朋友去河中玩水，忽然，河流上游發生土石流，造成了巨大的震動，而他卻站在河中央，心想：「我現在要離開嗎？如果要的話，要用跑的還是走的？」苦思良久，才說：「既然朋友們都跑了，那我也跑吧！」但他還來不及逃跑，就被洪流吞沒了。這個故事告訴我們如果猶豫太久，超過了時間，就算最後做出的決定是正確的也來不及了。

許 0 裕

果斷堅決，毫不遲疑，很多人都是做完決定之後，再來後悔，有人跟我說做是不要優柔寡斷，但是不經過腦袋就做決定，又太隨便，所以做事的時候先經過腦袋在做決定。我要分享一個故事；有一個6歲的小男孩，一天在外面玩耍時，發現一個鳥巢被風從樹上吹落了下來，從裡面滾出一個嗷嗷待哺的小麻雀。小男孩決定把它帶回家餵養。當他帶著鳥巢走進家門口的時候，他突然想到媽媽不允許在家養小動物。於是，他輕輕的把小麻雀放到門口，急著走進屋去請求媽媽。在他的哀求下媽媽終於答應他的要求。小男孩興奮跑到門口，不料小麻雀已經不見了，他看見一隻黑貓正在意猶未盡的舔著嘴巴，小男孩為此傷心了很久。但他從此記住了一個教訓：只要是自己認為的事情，決不可以優柔寡斷。這個小男孩長大了後成就了一番事業，他就是華裔電腦名人，王安博士。這件事告訴我們，自己覺得可以的事情，到肯定得去做，毫不遲疑，以免發生讓自己後悔的事。

林 0 濤

人做事要果決一點，不可以在小事情上一直逗留，這樣會浪費你寶貴的時間，比如晚餐吃什麼？或下午要做什麼？吃飯就吃當下最需要的，最有好處的就吃它，下午沒事可以去打一些瑣事做完，如果已經做完了就讓自己休息一下。

在上學時有可以加時數或嘉獎，就果決一點直接答應，俗話說得好「過了這個村，沒了這個店。」所以有好的機會就要把握，不要等機會走遠了才要抓，在工作 and 上學有事和比賽都可以去，不要想太多，但真的不行就不要勉強。在追夢的時候就要果決一點，不能一直想到別人說什麼，你想做就豪爽一點不用看他人的想法，果決一點不用想太多。



在這世上有很多的機會，但每個人身上卻只有少少的機會，可以做的事就去做，不要有所顧及放手一搏吧！

謝 0 源

在生活中，有可能會有要選擇的時候，但是這就會有兩種人，一種很快就能做出決定的果斷型，另一種是選半天都選不出結果的猶豫型，如果是我的話，我應該是屬於果斷型，因為我不喜歡拖太久，然後別人等了半天都沒有結果，我覺得這樣會很沒禮貌。

國中的月考是四十五分鐘，而題數卻是比國小的多出很多，不僅是題數，一題的字數也是相當驚人所以要訓練的不僅是課本裡的知識，也要訓練看文章的速度，在一節課想做完考試卷的話，平均一題不能超過三十秒，所以知道答案後要立刻填上去，不能有遲疑的時候。

打籃球是一種團隊合作的體育活動，不僅是考驗球技，還要在當下做出判斷；當你被兩個人包起來時，你是要傳球還是直接硬闖，這需要很果斷的去執行，有時候教練已經做好戰術了，但對手突然改變戰術，所以你和隊友需要馬上做出應對，絲毫不能猶豫。

你是否在生活中不論是買東西、吃飯以及別人要送你東西時都在猶豫，或是你的朋友、家人是否跟你一樣，至少這樣能添加一點生活中的色彩。每個人的個性都不相同，有人要很久才能有答案，有的人一秒就能選擇好，這就是每個人不同的地方

張 0 鳴

果決就是很果斷，不會遲疑，很多人容易猶豫不決，無法做出決定，所以我們要學習果決的做出決定，才不會因此耽誤了時機。小時候，爸爸很媽媽帶我去買玩具，到了玩具店，我看到了很多玩具，每個都很想要，所以就遲遲無法做出決定，在玩具店花費了很多的時間，因此延誤到了後面的行程。其實最終選的玩具也不是最想要的，所以應該要果斷一點，不要遲疑。曾經我看過一部影片，有一個小孩子說他想要買餅乾，可是他的媽媽說只能買一樣，所以他當下猶豫不決，結果買了不太好吃的糖果，也浪費了很多時間。月考前，老師跟我們說：「如果有不會的題目，不要一直卡在那題」，月考的時候，我遇到了不會的題目我就想說要果決的跳過這題，先寫會的題目，寫完會的題目，我就寫了不會的題目，之後就考了一個不錯的成績，我覺得很開心。我覺得果決是一件很容易的事，因為：如果遲遲無法做出決定，反而會做出讓自己後悔的事，果決的做出選擇可以做的比較好，雖然果決不是一件容易的事，但是卻很重要。

朱 0 毅

什麼是果決？果決的意思就是果斷堅決，毫不遲疑，相反詞就是優柔寡斷和躊躇等等。我記得有一次雙十國慶日，我和家人一起去高雄玩，那天中午我們一起去逛百貨公司，本來要吃裡面的某間店，但是我們提早到，所以打算先逛百貨公司，逛著逛著就看到了賣 adidas 的專賣店，我們走進去逛逛，我看到了一雙很好看的鞋子，剛好我的鞋子壞了，家人說順便買一雙鞋子，但是我很喜歡的鞋有點貴，所以我打算把那家店的鞋子看一遍，有沒有比我選的那一雙更好看更便宜，時間一點一滴的流逝，距離訂位時間只剩下十分鐘，在家人的催急之下，我更難決定，本來打算買那雙很貴的鞋子時，家人說那雙鞋太貴了並拿了另一雙鞋果來又說：「這雙也很好看啊，而且有打折。」我還在認真的挑其他鞋子，連看都沒有看，家人又說：「如果你買了那雙很貴的鞋子，等一下吃午餐時你不能吃太貴。」我還是很猶豫，當我還想考慮時，距離訂位時間只剩下五分鐘，眼看家人快生氣時，我很果決地說我想吃好的牛排，所以只好買了家人拿的鞋子，因為吃飯的時就到了，都沒試穿就快速結帳，就跑去吃午餐了。第一次試穿那雙鞋時，我覺得很後悔，因為鞋子沒有很好看，我穿起來又有點說不出來的怪，所以很後悔，但那是我選的鞋子，所以沒理由和其他人說不好看。這個小故事描



述了果決的優點和缺點，優點是可以很快的決定，不消耗太多時間，但卻點就是你所選擇的東西可能不太理想，但是那是你自己選的，所以也不能抱怨喔。

楊 0 邦

果決是什麼？果決很重要嗎？答案是。非常重要，因為很多時候我們必須果斷堅決，毫不遲疑。果決是非常重要的事情，如果做事不果決，會在這件事身上花很多時間，為了不讓自己在未來感到後悔，就必須要果決，一味的找尋最完美的答案，不斷猶豫自己的選擇，容易導致遲遲無法做決定，而在這個決定上花費過多的時間，因此我們必須放下執著，在期限內尋找當下最適合的答案。我們必須學會果決，分享一個故事，小明是一位有選擇困難症的人，有一天小明收到了心儀已久的模型公仔，小明將公仔放在最裡面的房間，同一天，發生了大地震，小明本想逃，但一想到新買的玩具公仔以及各式各樣的貴重財產，就犯了毛病，開始選擇起來，最終他覺得生命要先保處，但已來不及。做任何事都要果決，如果不果決，本該最好的選擇，就會失去意義，就像故事中的小名一樣，所以做任何事就要果決一點。

邱 0 芬

果決的意思是，果斷堅決，毫不遲疑。簡單說明，今天有兩種選擇，一種是你很喜歡的東西，終於有了，一種是你的家人生病繼續用錢，但只有一筆錢而已，怎麼辦？這時候就是果決，我決定選擇這一件事，並且不後悔。我是一個選擇困難症的人，有一次我在某個地方買東西，我去買了一雙鞋子，我只有的一筆錢，只夠買一雙，但我選的時候，又看上了另一雙，我在原地看了很久，我心裡想，我有田徑，這雙可以跑，這雙不行，又或者我很常出門，這雙好看，這雙不好看，那我選擇田徑可跑那一雙，並且不後悔。在工作中，會有升職一加薪，但有些時候會在這個時段發生問題。像是剛好起而發生事情或是在這段時間剛好要決定有新生兒的時候，就要放棄一個選擇，但是有些人兩個都想到照顧到，如何解決？放棄一個，我會選擇家人，這就是我果斷的選擇，我也不會再最後，我反悔了。我們人的一生中有很多選擇，有些是逼不得已只能選擇一個，但是世界上沒有所謂的百分之百完美，樣樣都會有失敗有成功，但是我們可以從成功從失敗中學習到東西而成長知識。

林 0 媿

在這個世界上，每個人都做過了很的決定。有些可能會讓你感到後悔，有些可能讓你認為自己沒有選擇錯答案，有些人則是遲遲不做決定，而錯過了本該屬於你的大好機會。

每當家人帶我出去買東西時，他們總會常常感覺到不耐煩，因為每次在挑選東西上，我總是能花上個好幾個小時，因為常常猶豫不決，不知道買這個好還是那個好，又怕自己買錯，或感覺到後悔。

本來無忘的事，大膽嘗試，往往能成功，這句話雖然短一些些，但足以改變一個人，我們一般一切事情都會迎刃而解。

有人曾經說過一句話，在人類的想法中，我們總是盡了一切的努力去思考果決，但不管如何的去做思考，也是會常常卽我錯了選擇，畢竟我自己也做錯了許多的選擇，也常常認為之前做出的選擇，感到後悔，人總是要向前看的。

蕭 0 蓁

為了讓未來不會對自己做出的選擇感到後悔，在做選擇前會不斷猶豫導致遲遲無法做決定，這樣到最後很容易錯過原本屬於你的機會，因此我們要放下執著，果決的選擇當下最適合的選項。在不久前小提琴有一項比賽，老師問我們要不要參加，但當時因為很多種原因所以不



知道要不要參加，我思考了很久，最後媽媽和我說：「你要不要先參加集訓，之後再看訓練的程度去選擇是否要參加比賽？」後來，我選擇了參加集訓。所以做選擇時要果決，不然到時候我根本不會拉，這樣連我要後悔都沒辦法。就像統計參與一項活動，如果一直無法決定自己到底要不要參加，這樣會讓負責的人很困擾，也會帶給自己麻煩。所以果決在很多時候很重要，不僅會影響自己，也會影響他人。果決在生活中很常用到，有時如果你不果決的話，也會讓別人感到困擾，因此我們應該要放下執著，果決的選擇當下最適合的選項。

林 0 棋

大家在做選擇的時候，常常會有思考很久或是隨便應付一下的情形。在短暫的時間內必須果決地選擇，不要遲疑，選出最適合的就對了。

在日常生活中，常會有很多人問我問題，但是多半都要想很久才能回答的出來。我覺得果決的選擇就像考試，考試是有時間限制的，要在四十五分鐘內完成所有題目，一題如果很果斷的做出選擇，這樣就可減少所花的費的時間，寫謝題目的效率變快。

在出社會時要找工作都會面試，面試官會問你一些問題，這時候不能遲疑，要果決，立即講出最適合的答案，提升錄取機率，不然很可能就會輸在回答不出問題。任何事情都需果決，果決的選擇才能達到最完美。

果決的選擇在很多時候很重要，可以讓你更果斷的回答問題。為了讓選擇後不感到後悔，因此我們必須放下執著，在短暫時間內選出最適合的答案。我認為果決是件很不容易的事，當你真正要回答問題時，又會遲疑無法做決定。

陳 0 茹

人們總是想要做出最正確的選擇，而世界上沒有什麼是最正確的選擇，有的是猶豫不決的選擇如果時間的心理戰。

一日，在充滿各種叫聲的房間中起床，本該因為今天要出去玩，而開心的無法入睡的妹妹，現在卻愁眉苦臉的坐在椅子上發呆，原來是因為爸爸還有工作沒有完成，所以原本可以出去兩個地方玩的變成了一個，而媽媽將要去哪裡交給妹妹選擇。

我走過去拍拍妹妹的肩膀問他說：「想好去哪裡玩了嗎？」他一臉不悅的說：「還沒。」就跑走了，我知道他想要去哪裡玩，果不期然媽媽說還叫我整理好物品要出去玩了。

到了訂的遊樂園，我就一臉不開心，就知道他會後悔，我就走過來輕輕的把他抱起，捏了捏肉肉的臉說：「來都來了！開心點，不要一直覺得選錯地方。」把他放下後，就開始享受今天的遊樂園之旅，選錯不重要，重要的是面對選擇的事，不管好與壞的承擔。

901

90101 葉 0 澐

做事要果斷才不會錯過很多機會，像是有時候剛推出新產品時沒有果斷買下的話就很容易缺貨，就買不到了，所以如果做事不果斷的話機會就會消失，但有時候太果斷也會有不好的地方，像是如果沒有其他人先用過就不知道好壞，可能就會白白浪費掉了，有時候就是那一瞬間的抉擇會影響後續的很多發展，我覺得做事果決還是比較好的，所以不要猶豫太久，直接下決定也是很好的決定。



90102 葉 0 寬

學會果決是一件非常重要的事情，因為果決在生活中都需要果決，因為果決可能可以讓你得到一份工作，如果有公司需要招人，這時候你就要果決的去應徵，不要什麼都覺得不可能就是要果決。還有在比賽的時候，因為有時候你會緊張，為了不要緊張你就要果決一點，讓自己不要緊張，這樣可能才會得到一個好成績，不然緊張的話可能就不會得到一份好成績。

90104 劉 0 均

這次的普仁心得主題是「果決」，我覺得有時候果決是很重要的，像在吹管樂食，如果一直猶豫不敢吹出聲音，怕吹錯、不夠好聽的話，那我們就不會進步，因為缺乏練習導致我們無法進步。而且在走隊形時，如果不果斷踏出去，就會走錯、甚至拖累別人；而在考試時，如果一直在同一個題目猶豫，有可能就會寫不完，而且一直猶豫的那題也不一定對，所以不如先寫其他有把握的題目，可能會對更多。因此，果決是很重要的，在生活中也常常會用到，不管是大人還是小孩，都需要能夠果決。

90105 林 0 蕾

我認為我覺得意思是「果斷決定」，做很多事都需要果決，下次採買購物時、決定婚姻大事時，或是決定金錢的花用，都需要果斷的決定。小時候我的奶奶就和我說，幾乎每位成功的人做事都很果決，猶豫不能做事，不果決經常會失去機會，因為機會可能會因你的猶豫而被果斷的人爭取走。在職場上，果決的人往往都比不果決的人還容易得到老闆的賞識，也比較容易可以有升遷的機會，果決更能決定行動目標，做起事來也比較有頭緒。

90106 洪 0 靚

我覺得要當一個果決的人，如果對一件事情一直沒有辦法做出選擇，那就會非常的麻煩。我是一個選擇困難症的人，無論是在要穿什麼衣服出門玩，或者買禮物送給朋友的時候，我都會選很久，衣服會一直想，要搭配哪一件，可是這樣穿好像不好看，但換了另一件，又覺得剛剛的那一件比較好看。有時候讓好朋友幫忙一起選，但我的朋友都跟我一樣，選擇困難症，沒有辦法果斷決定要什麼，這讓我們都好困擾。所以我決定，要當一個果決的人，不然這要選來選去的，不但拖時間，又會耗心力。

90107 詹 0 嘉

我們有時候做事要果決點，不要拖拖拉拉的，就像有一件很重要的事要在一天內做完，但你一直在猶豫「這樣做對嗎」遲遲不去完成它，就會導致之後要做的其他事無法完成。有一次，我在選擇要不要買外套，我思考了兩天做後決定問問朋友覺得我要不要買，他說我覺得沒必要買而且感覺就不會很常穿，但這件外套是我一直很想要的外套，一直想一直想，想到了個辦法下次逛街如果他還在就買，之後去逛街的時候他就已經被買走了，我就很後悔為什麼那時候不果決一點直接買走，所以有些事真的要果決一點，不然最後後悔的是自己。

90108 黃 0 怡

在做一見事情的時候，果決是很重要的，比如說寫考卷，在看題目的時候要思考，思考完之後就要寫上答案，而且題目不只一題，所以不能花太多時間在不會的題目身上，填答案的時候就需要果決，一旦細心檢查完，填完答案後就別再塗塗改改，不然東湊西湊的很容易



錯，而我則是發現我在選擇的時候會不果斷，到了超商常常會三心二意，原本想吃這個，後來看到另一個又想買，常常浪費太多時間在選擇上面，結果東挑西挑，最後買的還是原本想吃的，所以我要學會果斷一點，未來如果要做重大的決定，必定先三思，並且決定之後，就果然決然，不要又一直改來改去或者反悔，為自己的決定做出擔當，這是我需要學會的。

90109 王 0 淳

在我們的生活當中，果決是很重要的事，因為只要果斷的去決定想做的事，就能很會把想做的事做出來。反之，如果沒有果斷決定的話，就會一直現在思考的迷霧，找不到前進的路，當然後續的事也會被耽誤。

在我剛讀國中的時候，還不知道以後要讀哪一所學校，甚至上課一直發呆，缺乏目標，課堂學習情況差，也不斷挑戰老師與學校的規定，被記了不少過。升上國二時，聽了升學演講後，我開始思考以後要做什麼？要讀哪所高中或高職？所以我要積極把握可以進行愛校服務銷過的機會。在這期間，我也很快決定要讀哪裡，並跟家人說明為什麼要讀這所學校，家人也尊重我的想法。

90110 李 0 顛

做事情就是要果斷的決定！遇到事情如果沒有果斷的決定，那麼就會一直重複一直鬼打牆。在做重要的事情時，也要果決，過分猶豫會產生其他問題。果決可以用在很多地方，如果能夠果決下決定，就能做對很多事。上次我去買東西，也是很快、很果決，才沒讓媽媽在外久候。如果是壞事的話，就不能果決，因為你去決定壞事的話，那後果不堪設想。好事能果斷決定並且做好的話，九能得到好的獎勵與結果，所以我們做事之前，都要好好的思考判斷，才能選出好結果。

111 年 12 月—**勇於表達**

1 吳 0 星

在心裡默唸我要向媽媽表達，然後大聲說出來。於是我便想好了。可是比我有鼓起勇氣，向客廳緩緩的走去。到客廳，心裡又開始默唸，我要勇敢向媽媽說出來。想到這，我走到媽媽身邊，大聲說，媽媽我愛你。每次想這件事我就要勇於表達，不要沉默，我們相信自己的力量，進而成為自己生命的人們，勇於為自己的人生承擔責任不推給爸爸或媽媽，我們要勇於表達，不然我們會比以前更不好，我們要學習會勇於表達，不要沉默，不要老是讓別人為你做一個決定。

2 彭 0 易

一般來講，我們都必須務必慎重的考慮考慮。生活中，若勇於表達自己的想法出現了，我們就不得不考慮它出現的事實。就我個人來說，勇於表達自己的想法對我的意義，不能不說非常重大。所謂勇於表達自己的想法，關鍵是勇於表達自己想法需要如何解讀。塞萬提斯深信，聖經在不經意間這樣說過，敲吧，門終究會開的。這句話決定了一切，有時一扇門雖然關上了，其餘的門卻是敞開的。希望大家實際感受一下這段話。勇於表達自己的想法對我來說有著舉足輕重的地位，必須要嚴肅認真的看待。。

3 林 0 鏞



我原本不敢問國語老師，有一天我去問國語老師，這個題目我不會請問可以教我嗎？其實本來我以為國語老師會很兇，但她卻很細心的教導我，我也因為這樣讓我的國語分數增加了許多分數。我開始變得敢問老師說的東西，在家寫功課我會問同學，同學會拍照給我看。我還會問聯絡簿和成語，也會問功課寫哪頁，英文寫什麼。我還會問數學、社會、英文、國語、自然，我會問老師作文和考卷要寫什麼，我會問老師功課寫什麼。

4 朱 0 蒲

勇於表達是一個重要的議題，在現今許多國家都已民主化，讓勇於表達被視為重要的議題。勇於表達是需要練習的，在討論時，大家勇於表達，讓大家獲得珍貴的意見，讓這次的討論每個人都收穫滿滿。勇於表達是將個人主觀告訴大家。若在社會上有受到迫害，也可以表達出來，讓大家重視。勇於表達讓人權不受迫害，讓自己可以避免再次受到迫害，要勇於表達不沉默，大家才可以了解你的想法與觀點，進而讓大家能去傾聽，更能讓自己成為生命的主人。

5 巫 0 毅

於表達自己內心的想法，首先得正是自己，相信自己，看清楚自己的弱點之後，找出自己的弱點之後，才有辦法改正，如果只是對自己的不好的方面，那麼自信從何而來，我膚淺的認為，我應該低調，不應該在同學面前大言不漸，大放厥詞，可我理解錯了，那種所謂的低調，應該建立在做成事之後的嚴謹之上，如果說，還有機會選擇的話，我寧願選擇在被人看起來很活潑的一個人，也不願意做一個拘謹，辦事畏畏縮縮的人。

6 翁 0 程

人們常說人生是活到老學到老，我常常覺得這句話很有道理，因為不管是年輕還是老年都會學到不同的表達方式和道理，例如：工作、買、賣東西…等事情。人們也

常常因為表達方式的錯誤而發生衝突，口語表達可以說好話也可以說壞話，人常常也因為害怕不敢勇於表達，但其實勇於表達沒有那麼困難，因為只要叔叔自己無法解決的事，勇於表達也不是什麼難事，人大概都是一次之後就會有第二次的勇氣，這樣就成功了。

7 許 0 祿

勇於表達是重視問題不逃避，找出問題的解決方案。形容做事不能逃避，要找出解決的方案。比喻哥哥爸媽嗎心愛的杯子打破，不敢跟媽媽講被發現了，這絕不是勇於表達的事情。我有一件事就是我把碗盤打破，第一件就是我把洗好的碗要拿去放櫃子上，手滑所以就把碗盤打破了想要逃避，這就是一個不會勇於表達。我覺得要表達，就是一個做錯事要負責任的態度。

8 江 0 錯

勇於表達，看似是一件極其簡單，誰都會的事情，但是對我而言卻像是一道很難的題目一樣，我大概從國小六年級下學期開始，只要一有空閒時間，我就會宅在樓上玩手



機，也間接的導致了我缺乏自信心，我以前常常認為沒自信也算是謙虛的一種，直到佳莉老師跟我講了那叫沒自信我才恍然大悟，而隨著時間的推移，我的沒自信也愈發嚴重，從一開始的害怕分數考不好，變成我對每道題目的是否正確而感到懷疑，隨著我升到國中，以後的管樂比賽，也需要有足夠的自信心，因此我不該宅在家裡玩手機，因該要多出來外面走走。

9 蔡 0 成

現在仍有不少人為了名譽和利益常常趨炎附勢，為了能夠更好的討好上級領導也常常做了些自己不想做也不情願做的事，因此都不能勇敢的說出那個字“不”。有人常常說違背長輩的話或不聽老師的教導，是一種沒禮貌的表現，是一種不好的習慣，但是勇敢的表達出自己的觀點和想法也不是完全錯誤的，所以我們因該勇敢的說出“不”。世界上沒有絕對的正確，即使在偉大的人都會犯錯，所以我們在每一件事面前不應妥協，應在不正確的事情面前說“不”。

10 郭 0 憑

在學校讀書的時候老師都會教我們，不管面對什麼事情都要好好地思考，要怎樣說怎樣做然後勇於表達出來，錯了也沒關係，下次可以從錯誤的地方在改進，就像小五要到小六的時候，學校發了田徑調查表，我就跟媽媽說出為什麼不想參加的理由，媽媽聽完也能理解，她也跟我商量，我們在努力一下，就在參加一年，這樣放棄很可惜，如果上了國中真的不想要參加我們再退出，後來我還是堅持到了現在。

11 阮 0 愉

在生活中，勇於表達自己的意見是很重要的，勇於表達或許很難，但是很重要，因為無法表達自己的意見，所以只能任人擺布，事後才責怪自己無能、沒有勇氣，也無法挽回了。有時候，有些事你想說出來，卻又說不出來，只能忍著，之後和朋友抱怨，但這又能怎樣，你當下沒有說出來就沒有用啊！而且勇於表達還有意料之外的好處，或者幫助你交到朋友之類的。勇於表達或許很難，但等你找到方法、技巧時，它就會變的很容易、簡單喔！。

1. 蕭 0 展

勇於表達對自己來說，幫助很大，勇於表達可以說是有好無壞，在各種不同的場合都是有幫助的，勇於表達會讓別人知道你的想法，可以讓別人更了解你，但是不過於表達，如果你遇到壞人，但你表達過度，可能會害自己被偷、被騙，所以剛剛好就好。

勇於表達對自己的好處很多，對於人際關係、秋葉都很有幫助，表達可以跟別人有很多的互動，增加自己的口說能力和勇氣，別人會覺得你是外向的人，可是不要表達過度，很愛罵人的人大多都是表現過度，只要掌控在中間就可以了，你就是表達很好的人，適當的表達，你就比別人先贏一半，算是另類的外掛吧！

勇於表達只有好處沒有壞處，就算有，那也只是你沒有控制好而已，真正對自己有好處、有幫助的，是不會給你不好，跟毒品一樣，並不是你想要的，對你來說是有好無壞，對其他人來說也是一樣的道理，勇於表達自己在想什麼，可以嘗試表達看看，說不定會給他們



2. 王 0 奎

不管在學校，還是在職場，甚至是在家中，都要懂得勇於，表達展現自己內心中的想法。要怎麼樣才算是勇於表達？答案其實很簡單，就是把自己內心中的想法清楚地說出來，遇到問題時也要正視問題，不要逃避，並找出最佳的解決方式。我曾經看到別人在搬家前把自己不需要的物品拿出來，並送給左鄰右舍。我當時看到了一個玩具，非常想要，但卻不敢說出來，最後眼睜睜的看著那個玩具被丟進垃圾桶。回到家後，我心裡特別的難過，後悔為什麼當下不把自己的想法說出來。當時我才了解到，如果你不說出來的話就沒人知道你希望得到的是什麼。同時也知道知道，勇於表達是需要平日裡練習的，否則忽然要你說出真正的想法，可能也會因為害羞而不敢說。後來又有一次也是鄰居搬家，我一看到想要的東西立刻就說了出來，鄰居非但立刻就不心疼的把東西送我，還誇獎我幫他們省了空間。而這還只是其中的一個很小的例子，勇於表達還有非常多好處值得大家學習。

3. 許 0 裕

許多人在團體中不太會表達自己的意見，每一個團體都有一個頭，如果沒有頭，就會一群龍無首，那如果有兩個，就會分裂，所以一個團體正常都有一個頭，如果不聽這一個頭的話，就會變得好像格格不入，如果一直聽這個頭的話就會變得像小丑，大家在團體裡勇於表達就會讓整個團體變得更好，這種事情不只是會在團體裡出現，在一個人的身上也會發生，久了之後就會習以為常，變的被動，我也是有這樣的問題，久了就會覺得一個問題有人回答就好了，不想去想其他的答案。有一個例子，就是我家在開餐車，遇到的客人們有些和一般人不太一樣，我遇到的客人是一位聽障者，雙耳都帶著助聽器，他身上有大面積的燙傷疤痕，第一眼看到他，心想他一定是經歷過什麼，在收錢的時候算了算說 175 元，直接用比的，他只拿了 75 元給我，我當下因不敢再多說所以只能自己吃虧。自從有了這次的教訓，讓我體會到有事情要馬上講，將出來比較不會吃虧，如果都不講吃虧的人就會是自己。

4. 林 0 濤

在任何事發生時，看清當下的情事，想出最好的解決方案，提出後讓眾人合力解決，這就是「勇於表達」的重要！

在任何地方都可能會出現突發狀況，有解決方案要立刻說出，不要沉默，沉默不會讓你有好處，反之在事發當下給出好的解決方案，對你和大家都是好的。

像是今天你和外地的老闆回到家鄉出差，客戶是你的朋友，沒想到旅店突然有事沒開，你要怎麼辦？要有地方住又不能太遠，就是能在當下提出一個完美的方案回去可能就是工資上漲的時候了。

在外面一定要多一顆心，眼光四方不能太放鬆要不然有可能就會，走錯路、車子已經開走你還這，這下只能花幾根本不用花的錢了。

我和我媽媽在搭飛機去中國時，不小心就找不到路了，因為當下又不知道身在何處我很害怕，但我媽媽當下很平靜，太勇敢地問了人，去中國的飛機登機口在哪？最後我們也趕上的飛機。

所以說勇於表達時非常重要的，在課堂或者在一些特殊的場地，表達自己的意見，或許對當下的情況有所幫助，勇於表達會讓你的意見幫助到人，由此可知勇於表達真的很重要。



5. 謝 0 源

在日常生活中，你是否需要表達意見的時候，而這時候你是否會勇敢提出您的意見？還是在一旁默默的不講話？如果是我的話，我會看情況，如果是不懂的當然就不會講；反之，如果是懂的東西，能講就講，完全不用害羞，因為有可能別人聽了你的意見就恍然大悟了。平時在學校課堂上，老師一定會提出問題讓我們回答，但是每次都是特定幾位同學在回答。有時老師就會生氣，因為只有那幾位同學回答，所以老師會希望其他人也要試著回答，說錯了沒關係，至少有勇敢的回答問題，而老師也才知道其他同學的學習狀況。在下課的時候大家都會玩在一起，有時會打鬧，因此班上的女同學都會叫我們小聲一點，但是有些人就會嗆回去說女生下課也很吵，這時就容易吵起來，這時班長或副班長就會勇敢的跳出來叫我們都安靜，因為他們出來管，我們才沒有越來越大聲。平常在生活中都需要表達的時候，有可能因為你提出來的一句話，就影響結果。如果你今天沒有提出來，可能大家都不知道還能這樣做。

6. 張 0 鳴

勇於表達的意思就是要勇敢的表達出自己的意見，不要沉默，適當的表達出自己的想法，不要逃避問題，並想出最好的方法。暑假的時候，家人帶我去買雙新鞋，到了鞋店，裡面有各式各樣的鞋子，家人就幫我挑了一雙鞋子，但我並不喜歡，可是我卻不敢說出口，所以就只好接受了這雙鞋子。我看過一則故事，故事的內容是一位女高中生暗戀一位男生，那一個女生不知道男生也喜歡她，他們之間只要有一個人跨出那一步，就會變得不一樣了，但是雙方都不敢告白，因為怕被拒絕。這時有殺出一位女生，她也喜歡那位男生，而且告白了。最終因為：男生覺得如果和喜歡的女生告白，可能會被拒絕，所以就接受了別人的告白。我覺得勇敢表達自己的想法很重要，因為我沒有表達自己的想法，所以就買了一雙我不喜歡的鞋，而故事裡的男主角和女主角也沒勇敢跨出那一步，也就無法在一起了。所以我們要勇於表達自己的想法，不要沉默，也不要讓別人替你做決定。

7. 朱 0 毅

勇於表達是解決問題的好方法，因為遇到困難或問題，不應該逃避，而應該要勇於表達，找出最好用的解決方法，並和其他人說出自己的想法。以前我有一位朋友，他在學校很內向，很少聽到他在講話，總是靜靜的坐在位置上，上課時老師問問題，他不想回答，下課時也不想和我們玩和我們聊天，有一天上課時老師幫我們分組，因為周會要上台宣導，要我們討論劇情，那同學和我同一組就算了，我們這組竟然完全想不到要寫什麼內容，最後真的沒辦法只好派我和另一位同學，去請老師幫忙，當我們向老師請教時，另一位同學苦訴老師，都是因為那位內向的同學，都坐著不動，不想發表建議，老師請我們找那位內向的同學，不久內向的同學和老師談完後也加入了我們討論群，正當我們在煩惱時，他突然說出了自己的想法，我們大家嚇了一跳，聽完那位同學的想法後大家都很贊同。這件事情過後，他就很勇於表達，就變得很有想法，很早就決定以後要走的路了。不管在哪裡都要不斷地思考、判斷和表達想法，因為你的想法或許可以幫助很多人，所以大家一定要勇於表達喔！

8. 楊 0 邦

勇於表達是什麼？就是正視問題不要逃避，勇於表達自己的想法，並找出最佳的解決方案。不管在私領域還是公領域，都要不斷思考，判斷與表達自我想法，因為想法很珍貴，要相信自己，不要都讓別人來決定，成為自己生命的主人，為自己承擔責任。做事就是要勇於



表達，如果一直把想法才在心裡，別人會一直不知道你內心真實的想法。如果一直都讓別人來決定，你永遠只會逃避問題，依靠別人，不會自己正視問題，如果一直這樣下去，漸漸的，你會越來越缺乏自信，失去方向，沒有了想法，你會變得無能，做什麼事都要別人幫助。別人不知道你的想法，做什麼時都不會開心，所以，作事要勇於表達，不要把想法都藏在心裡。

9. 邱 0 苓

勇於表達的意思是，正視問題不要逃避問題，並找出最佳的解決方案。勇，是勇敢。表達，是說出內心想法。勇於表達可能對小部分的人來說很困難，也有很容易表達的，而內向的人對於說出自己內心的真正想法可能會比外向的人來的困難。

以前我是一個非常內向的人，不常跟朋友相處，也不常說話，所以如果被安排到我不喜歡的事情，我都只會接受。但是和同學相處後，我才知道原來有時候我提供的訊息、資料對大家是非常有幫助的，所以現在的我一有想法就會馬上提供。也因為勇於表達使我從內向變成外向。

曾經，我因為和他人表達意見，但反饋不太好，所以我就不太再和大家表達自己內心真正的想法。而我曾有一個很想感恩的人，但是因為我不敢表達。導致錯過了時機。有了這個經驗，讓我知道「表達」真的很重要。

有些時候「表達」是可以說出情感、感恩、想法的，你不知道自己說出來的資訊可能可以借酒一件大事情。所以不管是什麼時間、地點，都可以大方的說出自己「內心」真正的「想法」。

10. 林 0 媿

勇於表達這件事情，對於某些人來說，或許是因為之前和他人表達過幾次後，他人給的回憶不是很好，反而讓他感到更害怕，但是有些人卻是變得更大膽喜歡不斷練習思考、判斷與勇於表達自己的想法。

在之前我是一個比較內向的人，並且不善於表達，但是後來經過了一些事情後，我就變得勇於表達，比較不會和以前一樣，扭扭捏捏的，在小學六年級的時候，因為一場開學新希望的活動上，當時剛好被點到分享，雖然我是上台了，但我卻不敢發表我的想法。我發現勇於表達是一件好事情，一方面可以讓其他人知道你在想什麼，一方面可以讓別人聽聽你的想法和他的哪裡不一樣了？哪裡可以很棒？哪裡又做的不好了？

每個人一生中，「表達」是需要的，從另個角度來看，勇於表達不僅僅是一個重大的事件，還有可能改變，一個人。

11. 蕭 0 蓁

遇到問題時，要正視問題，不要逃避、不要沉默，並找出最佳的解決方案。不管在哪裡，都要不斷練習思、考判斷與表達自己的想法，因為你的想法很珍貴。也可以藉由每次的表達，長出自己的力量，進而成為自己生命的主人，勇於為自己的人生下決定。

在這學期裡，參加學校辦理的兩個活動，其中一個是由大學生來當我們的老師，上課時採用分組進行討論，由於要分組創出一個故事，所以組員們就要表達出自己的想法和意見，不然就無法創出故事；另一個是我們當大學生的導遊帶他們認識我的家鄉—大埔，大學生會問許多關於大埔的問題，我們也會想出最容易讓大學生們懂的解答，讓他們更了解大埔。參加完這兩個活動讓我意識到我越來越勇於表達，在以前遇到自己不熟悉的人是不會主動和他們說話的，但現在我能勇敢的表達出自己的想法和意見了。



我覺得勇於表達能讓自己不斷練習思考、判斷與表達自我想法，是可以讓自己越來越進步的方法，例如：上課時老師問問題，就要勇於表達（回答），這樣可以知道自己是否有把課程內容學好。

每個人的想法、判斷與建議都十分珍貴，要勇於表達。你也可能因為這一次的表達，讓你有了出相信自己的力量，讓你更勇於表達出自己內心真正的想法。

12. 林 0 琪

勇於表達的意義是什麼？不管在什麼地方還是場合，都需要思考及表達自我想法，有時候會因為不敢表達或因為他人的行為而改變你的想法。每天都有表達想法的機會，只要相信自己，就可以自信的表達內心的想法。

在平常都會有要你表達的時候，像是上課老師要你回答問題，講出內心的想法，但大部分可能都因為怕說出的答案是不正確的，而不敢說出來。但我發現，只要平常多練習，就有不錯的影響。在國小的時候，老師常點到我，但我都回答不出來，到了國中，需要表達想法的時間比國小還要多，我覺得練習是件好事。

常常小提琴老師會和我說，小提琴的聲音就是要用你會的技巧來表達情緒，這樣才會有好聽的旋律。但我們常常忽略這個動作，或許是因為他人的眼光而不敢用旋律表達出來。我覺得這跟練習也有關係，練習如果很多也許就有了自信，相對的，練習少反而產生了更多的自卑感。

當我要完美的表達內心的想法時，也許要夠多的勇氣。我覺得練習很重要，不斷的累積能幫助到自己。

13. 陳 0 茹

在生活當中，每天都需要與他人相處，在相處的過程中，討論一件事情時，或是分配工作項目時，都需要勇於表達自己的想法及意見。

從小，每個人就被教育要會勇於表達，到現在仍記憶猶新，在與爸媽討論要去哪裡旅遊時，家裡大大小小，各有己見，每個人的嘴就像機關槍一樣，噁哩呱啦的一直講，只有我不一樣，因為害怕自己說出來的旅遊景點其他人不喜歡，而蜷縮在沙發上不發一語，後來是爸爸，想聽聽我的意見，我只好畏畏縮縮的說了，沒想到全家居然接受了我的提議我才知道，不要害怕自己的想法會被拒絕，勇於表達自己的想法，讓大家一起討論改進，才有更多的進步空間。

在那次之後，發現了勇於表達自己的想法後，能夠讓周遭的人更容易與自己親近，如果沒有勇於表達，或許我現在還是個悶葫蘆，讓人感覺難以相處，學著如何表達是件重要的事，也是拉近人與人之間相處的一大步。

90101 葉○瀕

我覺得表達是一件很重要的事，如果沒辦法表達別人就不知道自己的想法，把事情表達出來不只能讓別人知道自己要說什麼也能讓自己變得快樂，像是有時候在投票或群體活動到時候有意見也可以表達出來，讓別人知道自己的想法，表達才能改變，沒表達就等於同意了別人的做法，所以適當的表達是很好的，但表達有時候也需要勇氣，因為有時候會害怕自己說錯話，但是我覺得表達會比不表達好，至少有機會改變。

90102 葉○寬

勇於表達是一件非常重要的事情，因為你不表達別人就不知道你想要說什麼，也就無法



跟別人溝通，像是在工作的時候，你不跟說你想要幹嘛，老闆也就不知道你想要做什麼，然後就是因為不善於表達，無法跟老闆或者是跟同事溝通，可能就失去了工作的機會。就是要善於表達，你跟老闆和同事的感情才會愈來愈好，所以善於表達是一件非常重要的事情，這樣才可以和別人一起溝通，才不會大家都不理你，大家才會有什麼事都跟你分享，才不會大家都排擠你。

90104 劉○均

這次的心得主題是「勇於表達」，我覺得勇於表達是很重要的，因為如果不表達、表達不清楚，別人會沒辦法了解我到底需要什麼，就像在上課一樣，如果有某個地方不懂就要提問，不能因為那只是一個小地方就不問清楚，說不定那個小地方就是解題的關鍵，尤其是數學，數學只要有一個地方不懂，之後就會完全不知道為什麼要這樣算，本來小小的問題會變成一個大問題，在溝通上也是這樣，例如分組討論的時候如果當時有問題不表達出來，事後才說那時候應該怎麼做已經於事無補了，就只是馬後炮而已，所以勇於表達是很重要的。

90105 林○蕾

我認為勇於表達的定義是，勇敢的表達自己的意見，勇於表達並不是口不擇言，並不是想到什麼就說什麼，有時候表達自己意見的時候也要判斷自己的想法是不是對的，說出來會不會讓別人感到不舒服或是說出來會不會給別人造成困擾，這個世界上有很多人都不敢表達自己的意見，因為不敢表達意見所以其他人就不知道自己的意見，這種人即使受到不公平的對待，也不敢說出自己的感受，所以我覺得勇於表達是一件很重要的事情，因為要是你不表達自己意見的話，別人就不知道，希望大家都能夠勇於表達自己的意見，大家的意見都不要被忽略。

90106 洪○靚

我覺得勇於表達自己的意見非常重要！像是和小組團隊合作時，可以發表自己的意見，和大家討論，可以有更多的選擇，畢竟一個人想，跟整個小組的人一起想很不一樣，也可以使整個小組一起進步。有時候勇於表達意見時，會和家人吵架，但是不表達家人就不知道我在想什麼，所以我覺得這很值得，有了這些事，以後和家人的默契也會越來越好。我真的覺得勇於表達很重要，可以表達自己內心所想的，如果被採用，也會很有成就感！

90107 詹○嘉

勇於表達其實不難就是看你願不願意，勇於表達其實對自己有很多好處，像是我之前上課都是安安靜靜的不怎麼說話老師點到我了我才會說，國二就慢慢的覺得上課勇於表達好像可以讓自己更能聽懂老師在上些什麼內容，所以現在我上課不懂或是沒聽到的我都會問老師或同學，也因為這樣我之後上課也都能參與其中。國三的英文課就是很好的例子，我之前國二、國一的時候都不喜歡表達所以導致我容易分心，國三之後老師喜歡問問題讓我們搶答，然後回答正確的就可以加分，所以我就很喜歡表達意見或問題所以這樣我在上課的時候都不會分心。

90108 黃○怡



在面對一件事情的時候，勇於表達是很重要的能力，勇於表達自己的感受或想法，對於人際溝通是不可或缺的。在學校上課時，有時老師會分組討論，這時候我就會開始表達我的想法，好讓同學瞭解我是如何看待這件事的，這樣溝通才是有效的，而不是在旁默默不語，若是遇到有人講話，讓我感覺到不舒服或者不開心，我也會很認真的跟他表達我的心情，讓他知道我正在不開心。在家時，每個人看事情的角度各不同，表達自己的看法讓家人知道，才不會造成不必要的爭執和誤會。同樣的如果沒有表達自己的情緒，只是默默地把情緒收在心裡，很容易造成自己和他人的不愉快，所以一定要學會鼓起勇氣表達。

90109 王○淳

我小時候是一個不敢表達自己意見的人，每次別人說什麼我都乖乖聽從他人的，不敢反駁，但心裡一直很不甘心，於是長大之後，我便慢慢學會勇敢表達，而勇於表達是表達自己的意見，並不是表達自己的意見而叫別人服從。有一次朋友約我出去吃飯，他邀請了很多人，有的是已經成年的，有的則還在讀書，雖然有幾位不認識，但慢慢的就熟了。吃完飯之後，因為邀我吃飯的朋友是年紀最大的，由他決定誰來請客，於是他決定用瓶子放在桌上轉桌子來決定，很剛好的，那個瓶子轉到我，我本來很慌張，因為我的年紀還不夠有那麼多錢，所以我鼓起勇氣跟大家商量了一下，說我現在還在讀書，沒有能力賺到那麼多的錢，可不可以請大家體諒一下，大家也同意了。因此，勇於表達是可以幫助自己的事。

90110 李○顥

做事情勇於表達可以提高機率，如果人不會勇於表達，這樣事情就沒有辦法清楚，所以要勇於表達。人際關係裡也需要，如果沒辦法跟隊友和朋友表達，那他會不知道你在想什麼，或是想做什麼，如此一來，你和他的關係會慢慢不見，所以很重要。勇於表達不僅能把自己想法表達出來，也可以跟人家互動。課程上我也需要勇於表達，因為如果老師說的聽不懂，我就要問老師，如果不敢，那就會失去機會，所以做事要勇於表達。



財團法人普仁青年關懷基金會 111 年「大手拉小手」青少年引導計畫

※本表每一位學生高一張

附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：701 姓名：吳穆 擔任專長位置：打擊

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他（依學校實際狀況自行增加）	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

能學到了大鼓

17. 我增強了（或突破）……

音樂變強

18. 我的期待（或我的承諾）……

在上課

附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：許冠怡 擔任專長位置：低音號

◎填寫日期：112 年 1 月 3 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

低音號

17. 我增強了（或突破）……

低音號

18. 我的期待（或我的承諾）……

可以吹的更好



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：701 姓名：李靖易 擔任專長位置：打擊

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他（依學校實際狀況自行增加）	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

打擊跟看譜

17. 我增強了（或突破）……

打擊技巧

18. 我的期待（或我的承諾）……

學到更多東西



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：701 姓名：林廷鎔 擔任專長位置：打擊

◎填寫日期：____年____月____日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到…… 音樂的樂趣					
17. 我增強了(或突破)…… 大鼓的音量					
18. 我的期待(我的承諾)…… 還有音樂比賽					

附表 3-2
嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(引導計畫名稱)的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：朱嘉楠 擔任專長位置：長號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分：非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對 (計畫名稱) 學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

如何將自己的樂器保養好

17. 我增強了 (或突破) ……

聽鼓的節奏

18. 我的期待 (或我的承諾) ……

進入全國賽



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(引導計畫名稱)的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：701 姓名：巫慈欣 擔任專長位置：打鼓手

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對 (計畫名稱) 學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

把鼓點打的更好

17. 我增強了 (或突破) ……

比賽的經驗與

18. 我的期待 (或我的承諾) ……

比全國賽



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(引導計畫名稱)的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：701 姓名：俞明軒 擔任專長位置：低音號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對 (計畫名稱) 學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到…… <u>如何把音準提高的方法。</u>					
17. 我增強了 (或突破) …… <u>我突破皮了,高音的演奏題。</u>					
18. 我的期待 (或我的承諾) …… <u>比全國賽的隊伍的強大</u>					



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(引導計畫名稱)的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：701 姓名：許冠宏 擔任專長位置：小號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分：非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對 (計畫名稱) 學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

看譜

17. 我增強了 (或突破) ……

看譜速度比較快

18. 我的期待 (或我的承諾) ……

我下學期想要可以吹完一首歌



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：701 姓名：江沐金 擔任專長位置：原號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

原號

17. 我增強了（或突破）……

自吹更大聲

18. 我的期待（或我的承諾）……

有達到

附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：101 姓名：蔡智成 擔任專長位置：原號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

把聲音吹得更漂亮

17. 我增強了（或突破）……

音準

18. 我的期待（或我的承諾）……

比全國賽



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：101 姓名：郭采憑 擔任專長位置：上低音號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

要願意參加表演

17. 我增強了（或突破）……

我突破音樂更好

18. 我的期待（或我的承諾）……

可以在更有自信去表演



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(引導計畫名稱)的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：1701 姓名：阮涵俞 擔任專長位置：長號

◎填寫日期：111年12月28日

本表採 5 等計分：非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對 (計畫名稱) 學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到…… 如何把指揮的動作比的更好 嘉義同學們能著的小藍。					
17. 我增強了 (或突破) …… 吹奏樂器的技巧					
18. 我的期待 (或我的承諾) …… 進全國賽					



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：401 姓名：葉子暉 擔任專長位置：四喜鼓

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

不同的鼓

17. 我增強了（或突破）……

學到的樂器

18. 我的期待（或我的承諾）……

分數更好



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(引導計畫名稱)的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：王學奎 擔任專長位置：小號

◎填寫日期：111 年 12 月 29 日

本表採 5 等計分；非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對 (計畫名稱) 學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

吹到更高音

17. 我增強了 (或突破) ……

吹到更高音

18. 我的期待 (或我的承諾) ……

吹得更好



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：林宇詩 擔任專長位置：銅鈸

◎填寫日期：111年12月28日

本表採5等計分；非常同意（5分）、同意（4分）、尚可（3分）、不同意（2分）、非常不同意（1分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

我相信(歌曲)

17. 我增強了(或突破)……

銅鈸

18. 我的期待(或我的承諾)……

右學弟



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：謝鴻源 擔任專長位置：圓號

◎填寫日期：112 年 1 月 3 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到…… <u>新的曲子</u>					
17. 我增強了（或突破）…… <u>音符的程度</u>					
18. 我的期待（或我的承諾）…… <u>可以吹更好</u>					

附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：張哲鳴 擔任專長位置：小號

◎填寫日期：112 年 1 月 3 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到…… <u>吹到高音的音,吹12個音</u>					
17. 我增強了（或突破）…… <u>我增強了音階</u>					
18. 我的期待（或我的承諾）…… <u>我期待我的小組能吹起好</u>					



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：朱麗穎 擔任專長位置：長號

◎填寫日期：112 年 1 月 3 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到……					

如何吹新喜曲

17. 我增強了（或突破）……

吹奏能力

18. 我的期待（或我的承諾）……

能吹的更好



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：楊建邦 擔任專長位置：圓號

◎填寫日期：112 年 1 月 1 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他（依學校實際狀況自行增加）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

圓號

17. 我增強了（或突破）……

音階

18. 我的期待（或我的承諾）……

未來期望音能吹更高

附表 3-2
嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：301 姓名：邱正峯 擔任專長位置：小鼓

◎填寫日期：111 年 12 月 23 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他（依學校實際狀況自行增加）	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到……					

可以打的越快

17. 我增強了（或突破）……

看圖可以比較快理解

18. 我的期待（或我的承諾）……

把學弟妹教的更好



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：林怡潔 擔任專長位置：小鼓

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到……					

我學習到了小鼓如何打!

17. 我增強了（或突破）……

從一開始的很沒自信到最後比較有自信。

18. 我的期待（或我的承諾）……

我期待我可以越來越進步。不要讓老師生氣!



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：蕭肩羨 擔任專長位置：上低音號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

要努力的練習，就能擁有更好的成績。要吹大聲，要練吹嘴。

17. 我增強了（或突破）……

吹樂器，吹的更大聲、更好。

18. 我的期待（或我的承諾）……

我期待下次比賽能進全國賽。



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：林沛錕 擔任專長位置：長號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到……					

我學習到互相幫助。

17. 我增強了（或突破）……

我增強了看隊形圖的能力。

18. 我的期待（或我的承諾）……

我期待下次比賽能更好。



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：801 姓名：陳藝甄 擔任專長位置：銅鈸

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

我學習到如何打好銅鈸

17. 我增強了（或突破）……

我突破了上場的信心

18. 我的期待（或我的承諾）……

我期待下次的比賽



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：葉宏寬 擔任專長位置：低音號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

和學弟互相幫忙

17. 我增強了（或突破）……

我們這學期終於得到優等第二，從年來的第四突破到了優等第二

18. 我的期待（或我的承諾）……

希望學弟妹們能進全國賽



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：李思穎 擔任專長位置：打擊

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採5等計分；非常同意（5分）、同意（4分）、尚可（3分）、不同意（2分）、非常不同意（1分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

打鼓，和比賽時的規矩

17. 我增強了（或突破）……

打鼓技巧也對自己的信心增加了不少

18. 我的期待（或我的承諾）……

雖然接下來要會考，所以無法再參加，但是希望會考完，可以自己練習。



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：林欣瑩 擔任專長位置：圓號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分：非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 這學期我學習到……					

大家一起團結合作

17. 我增強了（或突破）……

可以教導學弟的能力

18. 我的期待（或我的承諾）……

希望管樂團能夠越來越好，在讀書時也能像練習樂時一樣認真

附表 3-2
嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：101 姓名：黃翔怡 擔任專長位置：小號

◎填寫日期：112 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

如何教導學弟妹吹奏、走位，還有和他們溝通

17. 我增強了（或突破）……

增進領導人的能力，在溝通上也變得更順利

18. 我的期待（或我的承諾）……期待我們學長姐退出管樂後，學弟妹們能日益精進，繼續為校爭光，取得1-更期的成績！

附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(引導計畫名稱)的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：971 姓名：劉采均 擔任專長位置：上低音號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對 (計畫名稱) 學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

怎麼調音和如何把音吹得更準

17. 我增強了 (或突破) ……

在走隊形時能吹得更好、更大聲

18. 我的期待 (或我的承諾) ……

希望我的課業也能像管樂一樣越來越好，在會考時拿到理想的成績



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：洪伊靚 擔任專長位置：小鼓

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

很多敲鼓的技巧，還有怎麼和同部的互相交流

17. 我增強了（或突破）……

增強了音律感，在很多方面例：爵士鼓 跳舞 節拍容易抓到

18. 我的期待（或我的承諾）……

我很期待學弟学妹們未來可以參加全國賽



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(引導計畫名稱)的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：詹倚嘉 擔任專長位置：小號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對 (計畫名稱) 學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

如何吹的越奏越大聲

17. 我增強了 (或突破) ……

我在最後比賽突破了自己，我們的名次衝上了第三名。

18. 我的期待 (或我的承諾) ……

我很期待明年學弟妹們的表現，希望她們能達到全國賽，加油！



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加（引導計畫名稱）的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：葉東游 擔任專長位置：大鼓

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意（5 分）、同意（4 分）、尚可（3 分）、不同意（2 分）、非常不同意（1 分）

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對（計畫名稱）學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他（依學校實際狀況自行增加）	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

在打鼓的時候我學到了要有自信 聲音才會更有節奏感。

17. 我增強了（或突破）……

我成功在打鼓的時候更穩定，不會不快一下慢。

18. 我的期待（或我的承諾）……

我期待因為打大鼓而增加自己對節奏的穩定。



附表 3-2

嘉義縣立大埔國民中小學銅管悠揚樂無窮 學生自評表

各位同學，經過一個學期的學習，是否覺得收穫良多呢？在學期終了，希望你檢視自己一學期的表現，也讓老師瞭解你的學習成效。請依據你參加(引導計畫名稱)的經驗及感覺，回答下列問題。

★基本資料欄

◎班級：901 姓名：王復淳 擔任專長位置：長號

◎填寫日期：111 年 12 月 28 日

本表採 5 等計分；非常同意 (5 分)、同意 (4 分)、尚可 (3 分)、不同意 (2 分)、非常不同意 (1 分)

	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意
1. 我覺得自己增加一項能力。	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 讓我對 (計畫名稱) 學習更有興趣。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 讓我有勇氣公開表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 讓我對自己更有自信。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 讓我學會為自己負責任。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 讓我認識更多朋友。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 不會影響我的課業。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 我喜歡參與對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 我喜歡老師安排的課程。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 我願意參與每一次對外的表演。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 下學期我願意繼續參加。	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

16. 這學期我學習到……

怎麼做才能讓自己有信心並做到最好

17. 我增強了 (或突破) ……

自己的自信心，不會因害怕而吹不好

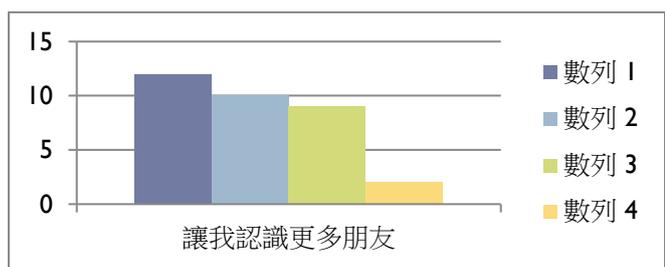
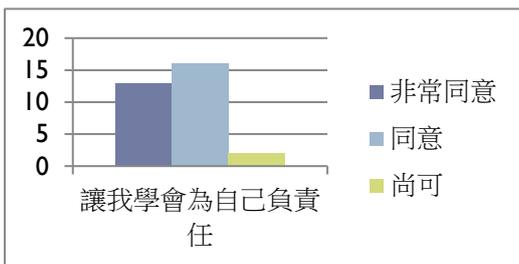
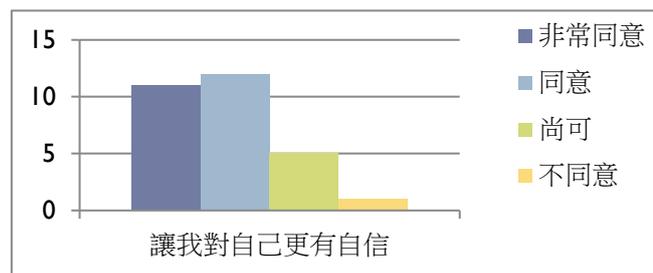
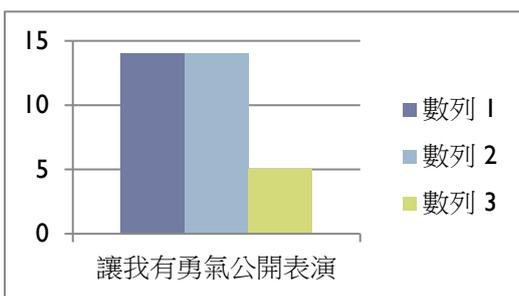
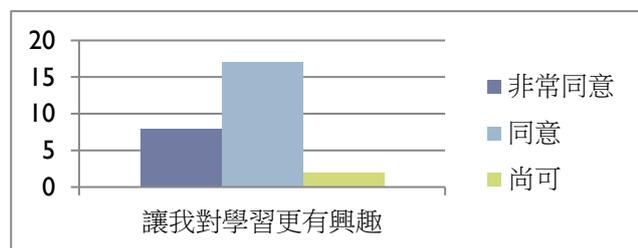
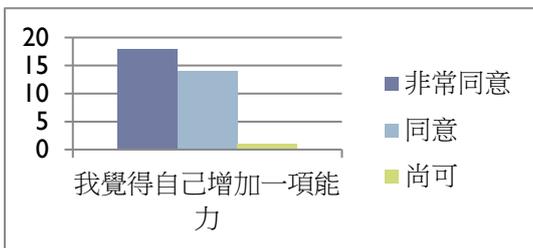
18. 我的期待 (或我的承諾) ……

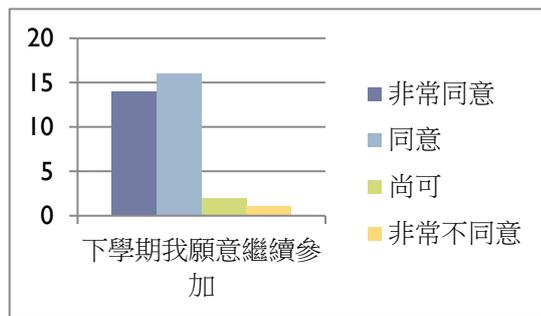
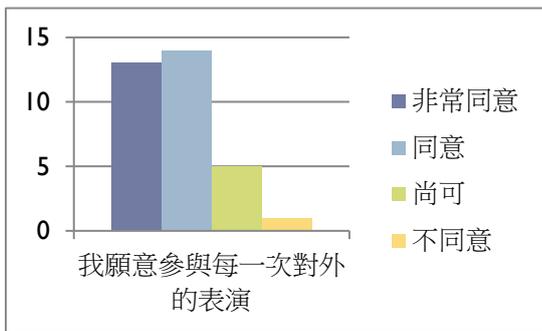
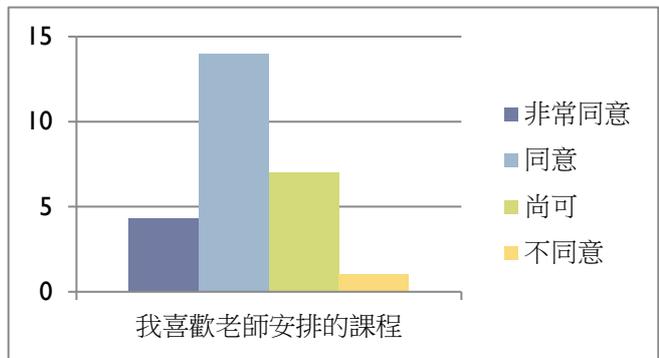
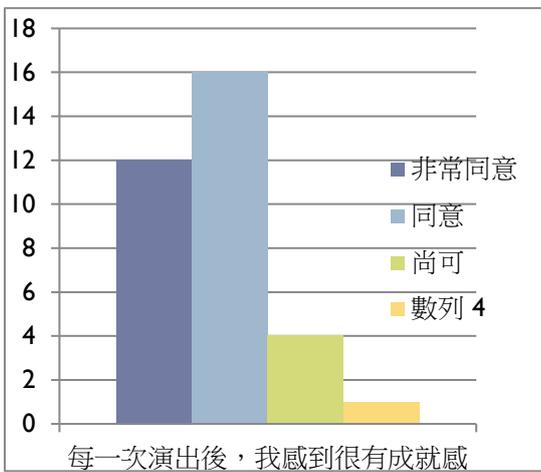
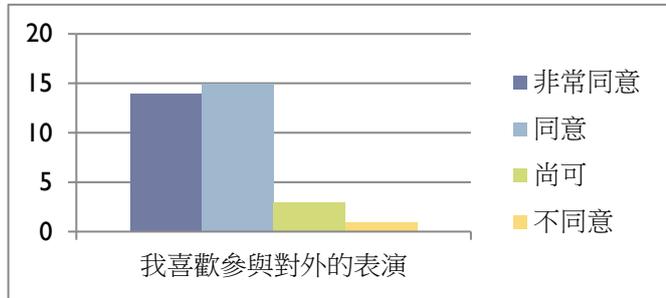
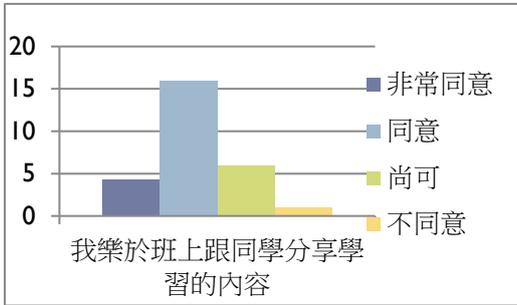
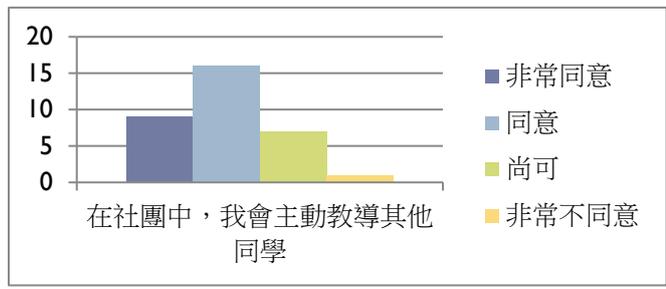
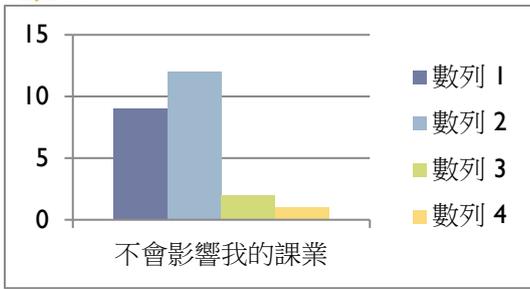
我希望有機會可以吹到不同的樂器。



肆、學生自評表

項目	非常同意	同意	尚可	不同意	非常不同意	總計
1. 我覺得自己增加一項能力	18	14	1			33
2. 讓我對學習更有興趣	8	17	8			33
3. 讓我有勇氣公開表演	14	14	5			33
4. 讓我對自己更有自信	11	15	5	1		32
5. 讓我學會為自己負責任	13	16	4			33
6. 讓我認識更多朋友	12	10	9	2		33
7. 不會影響我的課業	9	12	11		1	33
8. 在社團中，我會主動教導其他同學	9	16	7		1	33
9. 我樂於班上跟同學分享學習的內容	10	16	6	1		33
10. 我喜歡參與對外的表演	14	15	3	1		33
11. 每一次演出後，我感到很有成就感	12	16	4	1		33
12. 我喜歡老師安排的課程	11	14	7	1		33
13. 我願意參與每一次對外的表演	13	14	5	1		33
14. 下學期我願意繼續參加	14	16	2		1	33



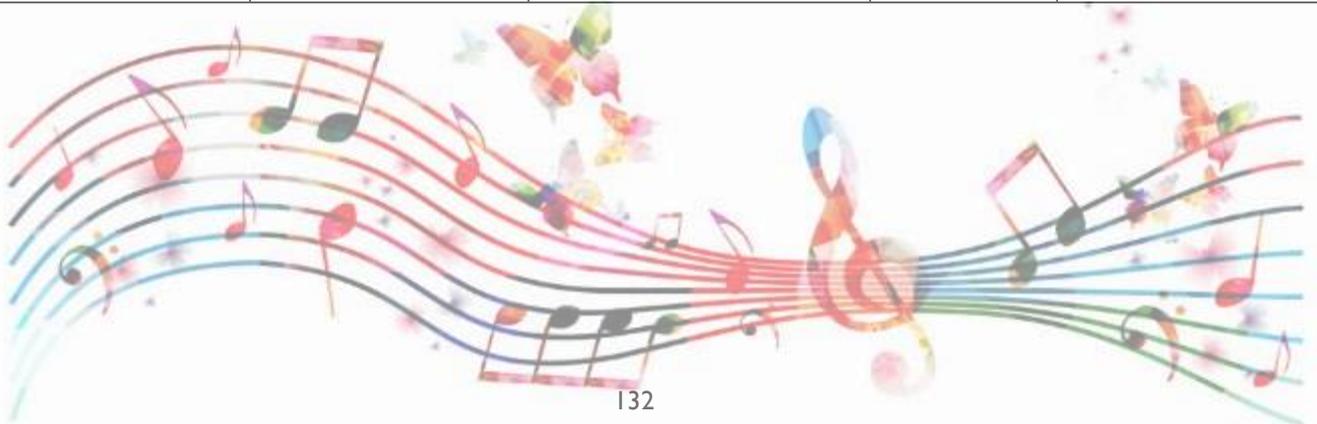




伍、學校執行成效自評量表（期末）

*本表請依原執行計畫書中之「學校執行預期成效自評量表(附表 1-4)」實際執行狀況填寫。

成效評估	量化指標	評估方法與工具	期末量化評估結果(數據)	期末量化評估結果說明(文字)
一、提升學生對技藝及學習的興趣	1. 參與練習未缺課	學生名冊及點名表	100%	學生皆能出席，未無故缺課
	2. 能參加演出	參與表演與競賽	100%	公開演出展現練習成果： 1. 3/28 縣運聖火傳遞演出 2. 4/16 校慶行進管樂表演 3. 11/18 嘉義縣學生音樂比賽室外行進管樂演出 4. 12/25 大埔鄉鄉長就職典禮
	5. 學生能獨立演奏	教師及學生評量表	100%	4-9 年級皆下場室外行進管樂比賽(含工作人員)
	6. 展現對學生的興趣	教師及學生評量表	90%	80%學生+教師認為學生對學習管樂有興趣
二、藉由團隊規範，養成學生規律行為，增強正常化學習	1. 社團同學部會因參加社團而影響課業	教師及學生評量表	90%	90%教師+學生認為課業不受社團影響
	2. 原高關懷學生參加社團後，能提高到校出席率，減少中輟生。	中輟通報紀錄	0	本校無中輟紀錄
	3. 學生表示仍願意在社團學習成長	學生評量表	92%	92%學生表示願意在社團學習成長
三、學生自我價值展現	學生表示參加社團讓他對自己更有信心	學生評量表	97%	97%學生表示參加社團讓他對自己更有信心





陸、基金會贊助設備之「學校設備財產清冊」：

財產名稱	廠牌及型式規格	單位	購置日期
其他康樂設備	活動舞台..32*12*12*1 尺 木製	組	0901203
其他康樂設備	五線譜白板..3*6尺..雙面樂譜..附迴轉架	組	0871230
鋼琴	高 125cm 深 59cm 寬 149cm 重 230kg 黑色	臺	0901203
鼓	大鼓	個	0890705
鼓	小鼓	個	0890705
鼓	14*11 吋 4.9kg 行進小鼓	個	0901203
鼓	四音鼓	個	0890705
鼓	行進四音鼓 8..10..12..13 吋各一	個	0901203
笛管	長笛 日本製 鍍銀管體 C 調	把	0901203
銅鈸		個	0890705
笛管	YAMAHA..YFL-221	把	0921201
笛管	YAMAHA..YFL-221	把	0921201
笛管	YAMAHA..YFL-221	把	0921201
笛管	YAMAHA..YFL-221	把	0921201
薩克斯風	中音	把	0880428
薩克斯風	中音	把	0880428
薩克斯風	中音	把	0890705
薩克斯風	中音	把	0890705
管樂	單簧管	只	0890705
管樂	單簧管..日本製 管身 ABS 塑膠 Bb 調	只	0901203
管樂	單簧管..日本製 管身 ABS 塑膠 Bb 調	只	0901203
金屬號	粗管上低音號 鍍鎳 調性 Bb	支	0901203
其他康樂設備	投影機升降架	組	0901203
薩克斯風	PLAZA 中音	把	0950105
薩克斯風	PLAZA 中音	把	0950105
薩克斯風	PLAZA 中音	把	0950417
喇叭	JPR600L 〈音品企業社〉	支	0960319
喇叭	JPR600L 〈音品企業社〉	支	0960319
金屬號	長號..CAROL 〈松韻企業社〉	支	0960612
金屬號	長號..CAROL 〈松韻企業社〉	支	0960320
金屬號	長號..CAROL 〈松韻企業社〉	支	0960612
金屬號	行進圓號..詠發企業公司	支	0970616
薩克斯風	次中音薩克斯風	把	0970616
笛管	AULOS 低音直笛(塑膠)	把	0980605



笛管	AULOS	把	0980901
笛管	AULOS	把	0990111
喇叭	小喇叭 JYR-600	把	0991103
笛管	豎笛 CC-600	把	0991103
笛樂	長笛 YFL-221	只	0991103
喇叭	伸縮號(長號)	把	1001216
金屬號	MODEL 3702 法國號	把	1001216
金屬號	JUPITER 232L 伸縮號	把	1001216
喇叭	CHATEAU 350	把	1001216
喇叭	CHATEAU 350	把	1001216
笛管	豎笛 CHATEAU 500	支	1001216
金屬號	464L 粗管上低音號	支	1001216
笛管	CHATEAU 台灣長笛	支	1001216
管樂	豎笛 FCL-301	只	1010507
管樂	法國號 TFH-228 (台律, 40,000 元)	只	1020817
管樂	小號 cAROLBrass CTR-5000L-YLT	只	1020915
管樂	小號 cAROLBrass CTR-5000L-YLT	只	1020915
管樂	法國號 VIVO FH-100L	只	1031004





柒、學生升學狀況調查表：

110 學年度-111 年引導計畫學生升學狀況調查表 (110.6 月調查)

學校名稱：嘉義縣立大埔國中小

引導計畫名稱：銅管悠揚樂無窮

參加引導計畫學生總人數：33 人；畢業人數：8 人

考上公立人數：6 人；私立人數：2 人

學生姓名	考取學校	附註
王易玄	國立嘉義高級工業職業 學校機械科	外配子女
田良杰	嘉義高工機械科	原住民、單親、隔代教養
杜皓晨	崇仁醫護管理專科學校 老人服務事業管理科	原住民
陳溢鏘	中華醫事科技大學製藥 工程科	
彭春林	嘉義嘉工汽車美容科	外配子女
邱念雙	國立嘉義高級家事職業 學校流行服飾科	外配子女
黃品淑	嘉義嘉商廣告設計科	外配子女
黃舒妤	國立嘉義高級家事職業 學校時尚設計科	外配子女





捌、執行活動花絮



111 年 8 月 3 日~8 月 5 日暑期集訓



暑期集訓國小部由林光祥老師親自指導



5-9 年級暑期集訓



打擊部陳英杰老師指導



111 年 11 月 30 日普仁基金會到校訪視
信心勉勵



111 年 11 月 30 日普仁基金會到校訪視
帶動氣氛



引導計畫召集人王進財先生到校訪視



引導計畫委員邱宗泓先生與學生寒暄，學生藉機表達感謝



111 年 11 月 30 日普仁基金會與陳育恬校長及管樂隊學生振奮歡呼合照



111 年 11 月 30 日普仁基金會蔡永鵬先生視察簡報



111 年 11 月 28 日管樂社迎新送舊派對

【大家來找碴】比賽影片回顧



九年級退休前自由演出

管樂團凝聚向心力



111 年 11 月 17 日音樂比賽賽前練習

111 年 11 月 17 日音樂比賽賽前練習



111 年 11 月 17 日音樂比賽賽前練習
指導導師對學生的樂器做出適當的調整



111 年 11 月 17 日音樂比賽賽前練習
行進管樂走位練習



111 年 11 月 17 日音樂比賽賽前練習
管樂隊與舞旗隊一起練習



111 年 11 月 17 日音樂比賽賽前最後確
認保養樂器



111 年 11 月 17 日音樂比賽賽前最後確認保養樂
器



111 年 11 月 17 日音樂比賽賽前最後確
認保養樂器



111 年 11 月 18 日比賽當日情形



111 年 11 月 18 日比賽當日情形



111 年 11 月 18 日賽後大合照



111 年 11 月 18 日賽後大合照



111 年 12 月 25 日鄉長就職典禮應邀演出



走出社區家長反應極佳



嘉義縣立大埔國民中小學

成果效益 和收穫

師長陪伴下，孩子們正在實踐「共好」：

- ◆ 著裝時幫忙互相拉拉鍊，一邊提醒等下要加油!
- ◆ 下場走圖後，誰失誤了討論熱烈。
- ◆ 打擊部會議，聽學長姐的話和信心吶喊!
- ◆ 一起保養樂器，我幫你你幫我~
- ◆ 管樂帽和管樂服上的汗，真是吸好吸滿~
- ◆ 沒有人喊苦喊累，只想做到最好。
- ◆ 老師幫忙縫鈕扣、修改衣服。



慈母手中線



汗水沾濕的打賞箱



互相幫忙理毛



二手斑駁樂器苦無經費修繕。



學生人數少·國小部小至4年級仍加入訓練。

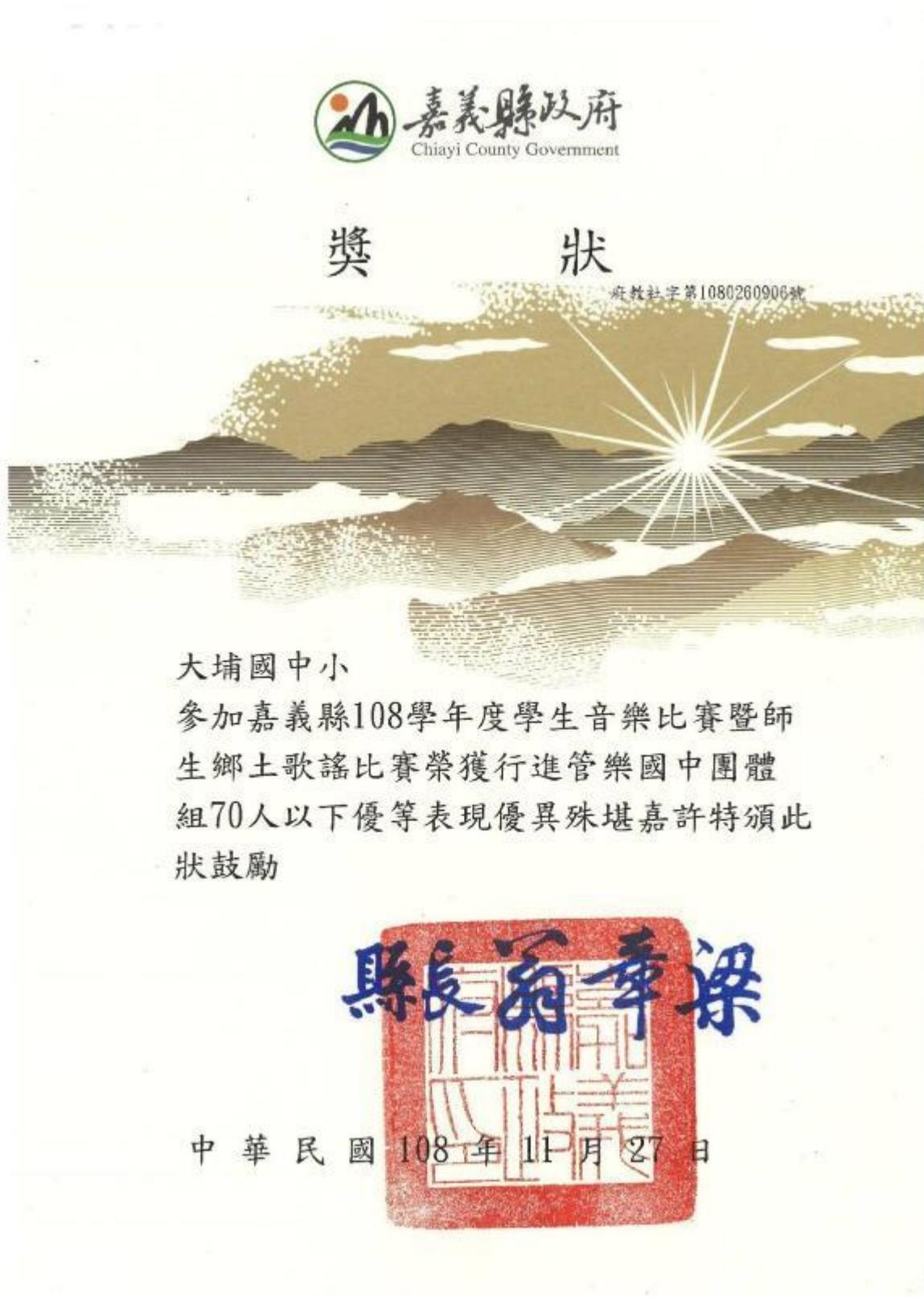


分部專長教練、舞蹈教練聘請不易，每次3位教練經費開銷大。

需長期陪伴增加信心!



玖、比賽獎狀



獎 狀

府教社字第1080260906號

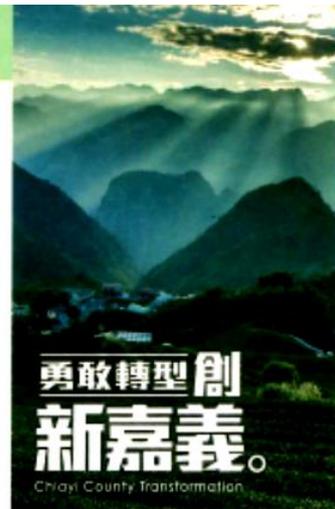
大埔國中小
參加嘉義縣108學年度學生音樂比賽暨師
生鄉土歌謠比賽榮獲行進管樂國中團體
組70人以下優等表現優異殊堪嘉許特頒此
狀鼓勵



中華民國 108 年 11 月 27 日



獎狀



府教社字第1090265870號

大埔國中小
參加嘉義縣**109**學年度學生音樂比賽
暨師生鄉土歌謠比賽榮獲行進管樂國
中團體組**70**人以下優等表現優異殊堪
嘉許特頒此狀鼓勵

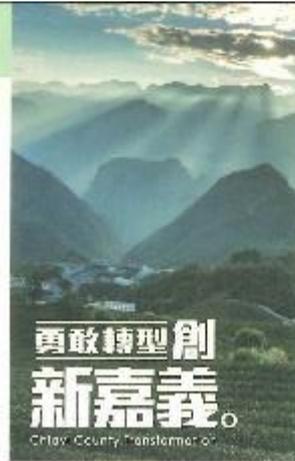


中華民國**109**年**11**月**22**日



獎 狀

前教社字第1100274073號



大埔國中小
參加嘉義縣110學年度學生音樂比賽
暨師生鄉土歌謠比賽榮獲行進管樂國
中團體組70人以下優等表現優異殊堪
嘉許特頒此狀鼓勵

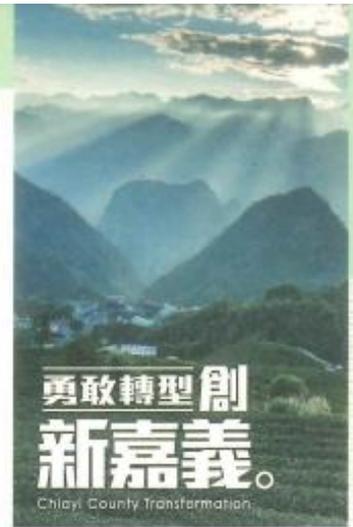


中華民國 110 年 11 月 22 日

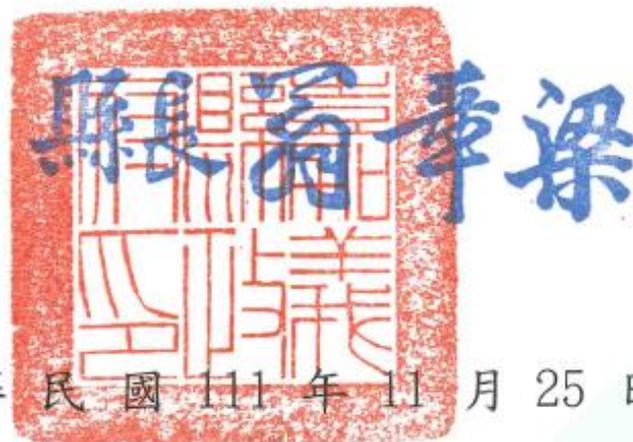


獎 狀

府教社字第1110290264號



大埔國中小
參加嘉義縣111學年度學生音樂比賽
暨師生鄉土歌謠比賽榮獲行進管樂國
中團體組70人以下優等表現優異殊堪
嘉許特頒此狀鼓勵



中華民國 111 年 11 月 25 日



拾、執行報導

111 年 12 月 8 日 (四) 世新新聞

大埔管樂報捷 懷抱音樂心嘉義縣音樂比賽優等第二名

管樂隊在一般的學校有人數優勢，管樂人才好培育，但是落在極偏鄉大埔國中小不但學生數少資源更欠缺，但是不畏艱辛於從 106 年成軍，師生歷經五年苦撐努力，帶著老樂器，翻山越嶺下山遠赴 80 公里外比賽，不負眾望的拿到優等第二名，這鼓舞了大埔第一軍的管樂隊，在操場上行進操演，信心滿滿，校長一直鼓勵大家要心中有音樂，一起演奏出來的管樂聲才是感動的樂音。

111 年 12 月 13 日 (二) 世新新聞

大埔國中樂器老舊資源欠缺 心懷音樂管樂優等第二

大埔國中管樂隊帶著老舊樂器與二手隊服，今年不負眾望奪得優等第二，於 106 年成軍行進樂隊，成員涵蓋了大埔鄉喜愛館樂的同學，但是管樂器都是非常老舊，甚至這次比賽穿著二手隊服，只有更努力，才能與名校競爭，這一群努力向上求好的愛樂小孩，更希望能獲得好的樂器，雖然在無人數優勢下，也能得到公平資源，不要輸在起跑點。

以下為 YOUTUBE 新聞截圖畫面

