

財團法人普仁關懷基金會
「大手拉小手」青少年引導計畫

D10709001

「正向樂學在東峰-東峰創意打擊樂團」

111 年期末成果冊



執行單位：臺中市立東峰國民中學

贊助單位：財團法人感恩社會福利基金會



目錄

	頁數
一、執行計畫書	2-16
二、學生心得日誌(附表 3-1)	17-40
三、學生自評統計表(3-2-1)	41-42
引導計畫學生升學狀況調查表	43
四、學校執行成效自評量表(期末)(附表 3-4)	44
五、附件:活動照片	45-61



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

「正向樂學在東峰-東峰創意打擊樂團」

執行計畫書

首次申請

曾接受本會 107、108、109、110 年度贊助

申請單位：臺中市東峰國中

單位主管：曹瓊華 電話：04-22825133-700

計畫主持人：許美雲 電話：04-22825133-740

主要參與人員：張宜靜、黃正君、曾恩耀

中華民國 111 年 12 月 30 日



一、計畫摘要

東峰國中位處於臺中市東區沒落的舊社區，社區的居民多經營小型鐵工廠，但隨著大環境的變遷，小型工廠逐漸凋零，加上少子化，故本校學生數少，班級數不多，學生多來自經濟弱勢家庭。而在校的身心障礙學生同時也有高比例家庭功能不彰及家境清寒的問題，更是弱勢中的弱勢。雖然環境有許多不利因素，但學校老師積極地想為學生帶來更多的刺激，提升他們的優勢能力，豐富他們的生命經驗。

我們發現音樂神奇的力量與魅力，可以為學生注入新活力，因為音樂與人類生活是密不可分的，有人的地方就有音樂。自古以來音樂即是傳達訊息互相交流的工具，有時被當作與更高層次心靈聯繫的管道，有時作為戰場上鼓舞士氣之用，有時作為道德教化的功能，更有撫慰心靈表達情感的效果。深信透過音樂——打擊音樂的韻律、節奏和吟唱可恢復身心的平衡。

本校創意打擊社成立於 104 年，當初資源班陳寶萍老師邀請社區「耕心室內樂團」的二位老師—廖繼頂老師、蔡若照老師入校擔任志工，除了免費教學，還提供鼓棒，教導學生自製簡單樂器，即開始每週一次的打擊樂課程。因為這些學生大多注意力容易不集中、協調能力較差，學習成就低，自我形象差，希望透過音樂來幫助本校身心障礙的學生，同時配合生命品格小故事來激勵學生努力向上及學習動機。

105 年為了不讓身心障礙的孩子上臺時受到標籤化，漸漸接受班導推薦且對打擊樂有興趣的普通生，並積極尋找上臺演出的機會，使學生在練習時能有個目標努力，有動力朝夢想前進，進而達到適性輔導、正向學習、生活輔導、品格教育、生涯輔導、能力培養等的教育目標。

本計畫主要為提供身心障礙學生、家庭經濟弱勢、家庭功能不彰及高度關懷學生另一種學習環境，希望藉由打擊樂之訓練、生命品格教育小故事及音樂教育欣賞，協助他們改善學習問題，發展優勢能力，獲致學習的成功經驗，重拾自信心，建立自助助人的美好品格。



二、過去執行成果(曾接受本計畫贊助學校必填)

感謝貴單位在 106 年 4 月以專案補助的方式，贊助東峰創意打擊樂團購買 17 個木箱鼓，打擊樂團的團員得以不再使用自製的簡陋樂器(從椅子→塑膠垃圾桶)，除了能夠開始辦理「音樂之旅」的活動，並於 106 年 10 月份在台中大墩文化中心的演藝廳第一次以打擊木箱鼓樂器登台演出。後來又透過「耕心樂團」到台中國小參加開幕典禮，並藉由普仁基金會到微熱山丘去表演，甚至贊助人劉爸還特別邀請打擊團員的孩子們到台北欣賞藍人樂團的演出。這些珍貴的機會都是讓打擊樂團的團員透過與外界的音樂聯誼及在校內外的演出，提升團員們的音樂水平，開闊他們的多元視野，讓他們的能夠藉由木箱鼓走出去。

爾後 107 年到 110 年能夠有幸繼續獲得普仁基金會的贊助，讓東峰創意打擊樂團能夠繼續順利運作以及持續成長。107 年~110 年，每周一次，每次一節課的團練時間，讓打擊樂團的團員逐漸累積木箱鼓的打擊能力，團員也從得跟不上節拍到現在能夠打在每個節奏的拍點上。透過一次又一次的校內外演出經驗及參與老人服務等活動，不僅培養了打擊樂團孩子們的自信心，也訓練他們的表達力並激發服務的熱忱，讓這些家庭功能較為低弱與在班級中較不被重視的孩子們能夠開始感受自己的價值而願意更加努力。感謝普仁基金會讓我們看到了這些弱勢孩子未來的希望。

另外，透過每個月的第一周由廖繼頂老師在團練時安排額外的品格教育時間，與孩子們分享與對談，逐漸培養孩子們許多美好的品格，例如：責任心、同理心、樂於分享、感恩等主題，並凝聚孩子們對打擊樂團的向心力及榮譽心，故期盼能夠藉由引導計畫的申請，可以繼續給予這些弱勢的孩子更多元的刺激及訓練的機會，進而改善他們的學習成效及建立自助助人的美好品格，並且未來也能夠學會回饋社會。



歷年樂團活動：



108/1/5 參加社區信望愛基金會成果展—
表演杯子歌



108/4/12 太炸了!東峰國中草地展演



108/5/25 太平老人關懷服務-施比受更為有
福!第一次被喊安可，打起木箱鼓可就更起勁
了，服務別人真是件快樂的事。



108/7/13 贊助人劉爸招待創意打擊樂團到台北
觀賞國際級的藍人樂團表演。



109/1/21 由 3 位學生參加信望愛基金會的成
果展表演杯子舞，由打擊樂團的團長利用課餘
時間自編的節奏，台風非常穩健，表演很成功。



109/6/18「創意打擊樂團快閃」為創意打擊樂
團建立更為豐富生機盎然的音樂素養。



109/11/07 由信望愛基金會做老人服務行前訓練



109/11/21 和信望愛基金會合作，到大里護理之家去進行老人服務活動。



109/11/14 是東峰國中校慶園遊會，應輔導室邀請打擊樂團於園遊會進行快閃活動。當天的表演曲目是柯南。快閃結束後還有學姊回來支援木箱鼓體驗之招生活動。



109/11/24 東峰國中圖書館開幕之開箱活動，教務處請創意打擊樂團當天擔任迎賓活動的演出，讓來參加開箱活動的來賓到圖書館之前能欣賞木箱鼓的表演。陳劍華委員也特別來到當中給予孩子們鼓勵。



110 年 4 月 16 日東峰國中年草地展演，由校長舉辦邀請各個表演團體到校表演，讓社區的居民一起在夜色下共襄盛舉。打擊樂團也成為每次固定的表演團體，每次團員都很積極練習。



110 年 11 月 2 日和芥菜種基金會合作，到南屯三厝里進行老人服務。同學一連表演四個組曲，長者們都一起跟著音樂打拍子，一起同樂。



110 年 12 月 22 日聖誕快閃由二、三年級團員領軍演出，在三年級教室的穿堂即興快閃演出，三年級的同學們都來捧場觀賞。



三、計畫動機與目的

創意打擊樂團成立於 104 年，當初為資源班陳寶萍老師結合社區資源-「耕心室內樂團」為了改善資源班(包括學習障礙、智能障礙、自閉症、情緒障礙等)的學生之學習問題及建立自信心而成立。打擊樂團成立初期，沒有任何的經費，只能讓學生找學校閒置的圓木椅再加上軟墊，自製成簡便的打擊樂器。後來「耕心室內樂團」的廖繼頂老師以及蔡若煦老師自掏腰包買鼓棒，讓學生可以開始一週一次的音樂打擊課。另外為了讓這群學習低成就的學生能培養其良好的品格與建立自信心，出身於社工師的廖老師每週都會準備一個品格的小故事來激勵學生。經過學生數月練習，老師們都發現學生們在注意力及協調能力的方面皆有改善，跟著節奏打出和旋律的能力也有與日俱增，漸漸地達到了演出的基本功力，並且購過這樣的練習，團員們也都被凝聚起團隊精神。故此，蔡老師便開始積極地幫忙尋找可以讓學生們上台演出的機會。

105 年適逢有個外國團體將要蒞臨本校舉辦音樂會，陳老師隨意提出和他們合奏一曲的想法，沒想到該團體覺得這樣的即興和奏非常有創意並且樂意地答應與他們和奏。能和外國人同台表演十分難得，令學生非常興奮又開心，於是團員開始積極練習與準備。後來，演出非常成功，學生自信心也向前邁出了一大步，唯一的遺憾便是受限於自製的簡陋樂器。

106 年 4 月 7 日學校的草地展演，是創意打擊樂團第二次的演出機會，樂器改用垃圾桶，雖有改善，但仍然難登表演之堂，更不是永久之計。陳老師便開始尋找為學生募款購買正式樂器的機會。當時有幸透過學務處楊禮謙主任的引薦下，於 106 年開始獲得普仁青年關懷基金會的捐助，得以順利購買正式的打擊樂器—木箱鼓。有了正式的樂器、週邊設備及鐘點費等的經費挹注，使得社團得以順利運作。

故本計劃的申請目的為幫助弱勢學生包括身心障礙、家庭經濟弱勢、家庭功能不彰及高度關懷學生之學習動機及自信心，降低學業落差，擬辦理學生打擊音



樂課程，並透過生命品格教育課程及音樂教育欣賞，建立學生的自信，啟發他們認識自我的價值並透過音樂素養培育的來提升他們的潛能興趣及技能。

因此希望藉由與基金會、學校、專業音樂機構共同合作，長期來協助處在弱勢的學生，透過音樂課程的舉辦，關懷創意打擊樂團團員，引導學生過一個快樂、有意義的學校生活，並讓優美的音樂演出及欣賞，使學生能忘記挫折，建立面對未來的信心及解決問題的勇氣，培養正向積極及自助助人的的人生態度。

四、問題界定與需求評估

本計畫所指的身心障礙學生，包括學習障礙、智能障礙、自閉症、情緒障礙、肢體障礙等；而身心障礙學生在校同時也有高比例家庭功能不彰及家境清寒的問題，是弱勢中的弱勢。另外弱勢且須關懷的學生是指學生來自經濟弱勢、家庭功能不彰的家庭且具有身體上及心理上的困難與問題，需要老師主動關懷、協助處理其危機狀況。他們在情緒、學業、人際關係表現上可能會有憂鬱、成績低劣、獨行、對人生茫茫、家庭聯結力較低、長期心情低落、有自傷的可能、過度壓抑、人際關係不穩定等等現象。這些身心障礙學生與弱勢家庭的學生都屬於高關懷的學生。高關懷的學生是現代社會日異複雜情況下，所衍生的校園問題，也是學校的輔導重點。而此時學校教育所能提供給他幫助，就在於協助學生們能夠平安度過危機，回復問題處理的能力。

然而本校學生數少，班級數不多，學生多來自經濟弱勢家庭，師資結構難以完整，學校資源及經費皆不足，因此需對外尋求音樂專長教師，以外聘教師方式至本校教授打擊樂課程，希望藉由本計畫之申請，使得創意打擊樂團能長期聘任專業音樂教師，並逐年添購樂器及提供外出展演交流活動所需用的經費，相信必能有助本樂團持續發展，造福弱勢學生。



五、計畫內容

(一)服務對象：本校七年級至九年級學生〈學生參與比例:身心障礙學生、高度關懷與弱勢學生優先錄取，至少佔 70%；一般生佔 30%〉。

1. 招生人數：15 名。

2. 招生方式：教師及輔導室依學生特性與身份推薦。

(二)團練時間：

1. 每週三放學後 17:00-18:30 為團練時間，一節課 90 分鐘，一年共 34 節。

2. 集訓時間:課餘時間、週末假日、寒暑假，一年 10 節課(若活動或演出有需要，則彈性增加團練時間)。

(三)學習目標：

- 1、發展適當的休閒技巧
- 2、能分享內在情感的表達能力
- 3、增加自我覺察度，維持適當行為
- 4、增加學生對活動的參與配合度
- 5、培養負責任的態度
- 6、增長專注時間
- 7、增進身體的協調度
- 8、增加自信心

(四)課程目標

- 1、耳：聽認、聽辨、聽記、聽理解
- 2、耳、口：聽唸、聽唱
- 3、耳、眼、手：聽敲、看敲、聽看敲
- 4、耳、眼、身：聽作、看作、聽看作
- 5、即興：自己可以創作音樂



(五) 社團目標

- 1、短期目標:學生入社的初期，以打擊樂音樂基礎練習為主；訓練學生打擊樂基本節奏，配搭曲調，參與音樂表演活動，培養對音樂的興趣，同時增進感官功能的協調，及學習的專注力。
- 2、中期目標:透過演奏樂器來感受音樂的要素，發展音樂表現能力，並建立學生良好學習態度、自信心、團隊精神。
- 3、遠期目標:透過生命教育的薰陶、即興音樂創作及音樂活動的演出，激發學生學習潛能，勇於作夢，培養愛人助人的良好品格。

六、計畫評估及預期效益

1. 凡參加創意打擊社的學生，依個人狀況，循序漸進的加強其音樂能力及學習成就感。
2. 增進學生的專注力及協調能力，表達與溝通能力，間接提升學習課業的能力。
3. 透過生命品格教育的小故事、影片，培養正向思考、自信心及自助助人的美好品格。
4. 透過平時團練及演出的機會，培養責任感、團隊精神。
5. 豐富弱勢學生的生活經驗, 開闊多元視野, 激發其向上奮進的人生態度。



七. 附錄:本項請檢附進度表、分工表或其他與本計畫之相關資料

(一) 進度表

111 年	課程大綱	課程內容	備註
01-02 月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 木箱鼓的構造與音色。 2. 木箱鼓的音長與音色。 3. 木箱鼓的拍打方式和記譜方式。 4. 音符與休止符的認識。 5. 大打擊順序介紹。 6. 四分音符與八分音符的認識。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 學習基礎節拍, 或者是過門的第一拍常常是在強調聲音的重拍。 2. 學習第一拍和第三拍重拍。 3. 透過四分音符或八分音符的交替使用成為各種不同節奏原素, 讓節奏更有層次感。 	寒假集訓
03-04 月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 木箱鼓 8Beat 節奏概念。 2. 四分音符、八分音符、輕重音的打擊練習。 3. 聽四分休止符、八分休止符的練習。 4. 左右手代號認知。 5. 音符練習: 節奏打法語歌曲應用。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 從曲目中練習中板、快板、小行板、Moderato、Allegro、Andante 能應用不同節奏。 2. 分享如何應用各種資訊及網路科技, 培養合作與主動學習的能力。 	協助輔導室家長日迎賓表演
05-06 月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 從打擊樂中認識音樂三要素: 節奏、曲調、和聲。 2. 從打擊木箱鼓中引導學生判斷樂曲的拍號。 3. 複習各種符號代表的拍子長度, 溫故以知新。 4. 木箱鼓 16Beat 節奏概念。 5. 套曲應用: 青花瓷 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以學生生活經驗中的四季感受風、雨、愛、和平...等, 分享何為美好世界。 2. 認識歌曲中的節奏段落, 引導學生認識曲子的脈絡。 3. 每一個樂句呼吸要準備好, 並且清楚起拍位置。 4. 節奏吟唱, 分段練習直到熟練。 	因為疫情的關係, 改為線上課程。
07-08 月	<ol style="list-style-type: none"> 1. 生活節奏大觀園。 2. 善用手机做小影片, 請學生使用手機或錄音工具嘗試錄製生活中的節奏。 3. 例如: 媽媽煮菜時切菜的節奏、馬路上汽車的喇叭節奏、打籃球的節奏、餐具碰撞的節奏等。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 請學生輪流播放自底實際體驗的節奏, 老師可以引導同學模仿節奏, 或徵求聽力及節奏感佳的同學試著在木箱鼓擊出節奏。 	原本預計暑假集訓, 因疫情影響, 學校取消練習活動, 故暫停集訓。



9月、10月	1、打擊的輕重音介紹 2、打擊的過門介紹 3、如何實際應用及發想	1、了解木箱鼓最大及最小力要怎麼施力並且手不會受傷。 2、了解過門是什麼，如何在段落之間使用 3、了解如何增加節奏的豐富性。	
11月、12月	1、folkrock 節奏（快歌） 2、了解實際應用介紹 3、了解歌曲中的層次 4、如何發展節奏	1、舉例時下流行的歌曲當中的節奏分解 2、了解各個段落的節奏想法 3、了解快歌的節奏應該怎麼安排。	1. 受邀社區信望愛基金會北區運動中心擔任籃球聯盟比賽開幕表演。 2. 12.22 聖誕快閃。



(二)分工表

職位	姓名	執掌	工作內容
校長	曹瓊華	總召集人	督導計畫核定與執行
輔導主任	許美雲	執行委員	協同督導 分享品格生命教育小 故事
學務主任	王勝雄	執行委員	協同督導
夜校主任	楊禮謙	樂團顧問	協同督導
資料組長	曾以琳	執行委員	協助計畫推動
特教教師	黃正君	執行秘書	統籌執行計畫及成果 製作;協助打擊樂相關 行政及設備管理
音樂教師	曾恩耀	執行委員	打擊樂教學、課程安排 及演出訓練



附表 1-2

學校基本資料表

單位名稱	臺中市立東峰國中		設立時間	54 年 8 月
單位屬性	<input type="checkbox"/> 一般 <input checked="" type="checkbox"/> 都會區 <input type="checkbox"/> 偏遠 <input type="checkbox"/> 特偏 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 離島			
校 長	曹瓊華	電 話	04-22825133-700	
E-mail	t1115@tfjh.tc.edu.tw	傳 真	04-22804537	
通訊地址	台中市東區仁和路 330 號			
學校網址	http://www.tfjh.tc.edu.tw/			
計畫承辦人	黃正君	電 話	04-22825133-749	
E-mail	t1118@tfjh.tc.edu.tw	傳 真	04-22804537	
學生屬性概況	<p>全校學生人數 <u>288</u> 人，每班平均約 <u>19.2</u> 人。</p> <p>低收入戶人數 <u>32</u> 人，佔 <u>11</u> %。清寒家庭(不含低收入戶)人數 <u>18</u> 人佔 <u>6</u> %</p> <p>外籍配偶子女人數 <u>48</u> 人，佔 <u>16</u> %。隔代教養人數 <u>4</u> 人，佔 <u>1.3</u> %。</p> <p>單親家庭人數 <u>84</u> 人，佔 <u>29</u> %。</p> <p>原住民 <u>10</u> 人，佔 <u>3</u> %。殘障人士子女人數 <u>6</u> 人，佔 <u>2</u> %。</p> <p>總計弱勢家庭人數高達 <u>82</u> 人次、佔全校百分之 <u>28</u>。(剔除重覆人數)</p>			
學校背景與發展特色	<p>東峰國中位處於臺中市東區沒落的舊社區，社區的居民多經營小型鐵工廠，但隨著大環境的變遷，小型工廠逐漸凋零，加上少子化，故本校學生數少，班級數不多，學生多來自經濟弱勢家庭，師資結構難以完整，學校資源及經費皆不足。</p> <p>本校學校以「多元視野」、「人文關懷」、「健康樂活」為經營學校願景，希望培養學生多元能力及健全品格的未來人；故申請此計畫，便希望透過普仁基金會的贊助，提供學生多元學習及健全品格的機會。</p>			



附表 1-4

學校執行預期成效自評量表

『成效評估』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。

成效評估	量化指標	評估方法與工具
1 音樂技巧： 學生學會打擊樂拍打原理及基礎節拍	1. 學生能學會打擊樂的基本拍打節拍，達成率為 80%。 2. 學生能獨自表演一首曲子，達成率為 80%。	老師於指導時進行評量
2 學生能配合團隊運作，並提升學生自信心。	學生主動能配合團隊合作，達成率為。	老師於團練與團體表演時進行評量與紀錄。
3 學生能上台表演	學生能至少上台表演一次	演出時進行評量
4 學生能負責任並有紀律	1 學生能準時參加團練 2. 學生協助準備團練的場地及設備。	1. 老師於團練及演出時進行評量。 2. 出缺席統計。
5 學生能寫學習心得回饋，練習表達及寫作能力	每月至少完成一篇心得	老師批閱回饋
6 增加升學的信心	透過多元升學管道	1. 免試入學人數 2. 繼續升學率 100%

(表格內容如填寫不下，可以自行調整格子大小)



附表 3-1 學生心得日誌

東峰國中創意打擊樂團學習心得

一月份心得 堅持

林 0 勝

今天我要寫的是堅持與信念，只有放棄嘗試的才是失敗者。愛因斯坦說一旦我們學會了放棄，放棄就會成為我們的一種慣性，在我們面對事情的時候，就會容易放棄。我們失敗了一次並不代表失敗，但是如果我們讓放棄成為行為的慣性，那我們將會永遠的失敗下去。第一次放棄是痛苦的；第二次放棄則較為輕鬆了；而當我們放棄第三次、第四次，我們就已漸漸的把它當作習慣了。雖然我在很多事情上面也常常失敗，但是我也希望我可以成為一個不輕易放棄的人，可以為自己在意的事堅持到底。

林 0 傑

堅持與固執都是一種頑固，但前者的重點在於未來的願景，只要我們能夠一直去實踐，堅持任何有效的方法，我們都可以去嘗試，甚至在途中去修正目標都可以接受。固執則是堅持的一種手段，常常不自覺地陷入目標與行為的表裡不一，過程中不接受別人的建議，不願意調整和修改，往往到了最後，不見得能夠達真正的目標。我有時候不太容易堅持，覺得很困難的我也會放棄，但當我堅持把打擊樂的表演練好時，我發覺堅持也沒有想像的困難，而且堅持的結果可以是有很有成就感的。

廖 0 穎

堅持是正向的而且是值得鼓勵的特質，而固執則認為是負面的應該要盡量避免的缺點，但這兩個的界線其實非常的模糊難以區分。面對人生重要的選擇，有時候就會發生。我有時候也是很固執，想做某些事但會惹老師擔心和生氣，老師建議之後，我還是去做了。希望自己能擇善固執而不是堅持己見。

王 0 珊

堅持是一種信念，一般認為堅持是正向的是非常值得鼓勵的一種特質，但是固執則被認為要盡量避免的缺點，如果這兩者之間的界線很模糊那我們去分在面對人生重要的選擇時，我們的心裡面就很難給自己一個強而有力的支持，最後往往會放棄理想而跟隨眾人的意見。我從小媽媽就堅持讓我學樂器，雖然我沒有要走音樂的路，但我媽媽覺得學樂器對我有幫助，所以我就學習鋼琴和小提琴，直到現在，每當打擊樂要表演時，老師都會讓我能夠在打擊樂中加入小提琴的演



奏，我就覺得當初媽媽要我堅持練小提琴是一種對的選擇。

李 0 柔

堅持是很好的，如果人們沒有堅持的人事物，就有可能找不到未來要做什麼。面對人生重要選擇的時候，我們在心理上就很難自己強而有力的支持，最後的結果往往就是放棄理想而跟隨眾人的意見隨波逐流。所以，我們要學會堅持。不管我們走得多慢都無所謂，最重要的是絕對不能夠停下來腳步。我常在我休閒時間就摺紙或畫畫，老師們都說我的手很巧，折出來的各式各樣的物品都很精美，還說我未來也可以做手工設計或包裝，但堅持這一個喜好不知道可以維持多久，只是未來會許也有派上用場的一天，那堅持就沒有白費了。

蕭 0 欣

我們可能會經歷多次失敗，但我們絕不可被打倒。事實上，經歷失敗是人生必經之路，它們讓你更認識自己，知道自己無論陷入多艱苦的困境，也依然是可以走出來的。—馬婭·安傑盧。堅持一般認為是正向的是很值得鼓勵，而我也想學會堅持，堅持好好讀書，堅持好好做好媽媽交代我的事，我相信，一直堅持地把這些看起來毫不起眼的事做好，是一件很重要的事。

許 0 珍

我覺得堅持就是一種信仰，人需要有意志力去堅持自己想做的事。我們只要有夢想，就事著努力去達到，只要我們腳踏實地的做努力不懈就有機會。只要我們有心就不要放棄這樣就是一種堅持，就有可能實現。

曾 0 松

堅持的信念是甚麼？堅持和固執到底有什麼不一樣呢？當一個人的想法或者是行為受到旁人的反對時，但他還是持續地堅守立場勇往直前，通常會被指責為頑固或者是固執，但是自己認為對的事就是要堅持到底。

林 0 傑

堅持是什麼？堅持是一種對於自己選擇的東西永不放棄。自己的理想願意從一而終，願意一直努力不懈不願意放棄的一種信念，固執只是不願意改變不願意變通不願意求進步，這兩者是有很大不同的。

林 0 昕

堅持是一種永不放棄的決心，因為堅持才有所以才會成功。我選擇學習音樂，就是須要堅持到最後，苦練然後才能有成就，這就是一種信念，堅持到底永不放棄。



東峰國中創意打擊樂團學習心得

三月份心得—人生像是乘坐一台列車

林 0 昕

人生就像乘坐一輛公車，有起點也有終點，而起點就像是我們的出生，而終點就是我們的死亡。從起點到終點的這一段期間，有好長的一段路，但也有人很短，有可能是因為他生病了，要提前下車。我從出生開始到我的終點可能還有很長的一段路要走，在這一段旅程中，我想要走的就是音樂的路，我希望我以後可以當音樂家，所以在這段旅程中，因為是我最好的陪伴，雖然學音樂也就是像公車走的路線一樣高高低低，有困難，但是我不會放棄走向美好的未來，因為我知道我的終點也要有音樂陪伴。

廖 0 穎

真實的一生就像是搭一趟車子一樣，中途會有許許多多的站點，有時候也會遇到很多陌生的面孔走到我們的世界中，然而也會有很多曾經熟悉的人逐漸離開了我們的視線，最後留下來的只有一串串美好的回憶。但無論中途如何的困難，我們總是要繼續的走下去，哪怕是一個人要去面對，我們都還是要勇敢，因為我們知道走完終點，我們的公車才能到站。

王 0 珊

人生就像是乘坐一輛公車，公車的終點就是我們人生的盡頭，沒有一個人可以自始至終的陪伴著我們走完，只要人都會面臨到死亡這是無法逃避的。在這一段旅程中，我們會看到來來往往的人也會看到有許多人上車下車。停留在我們人生中的一段時光，也有可能我們今天看到他明天他卻不在了。人生是非常無常的，死亡什麼時候來臨我們都不知道，所以我們需要珍惜眼前的人。

林 0 傑

人生就像是一趟火車的旅程，從生命開始開往月台的盡頭。在這期間有的人上車，有人提前到站。而下車的時候他們或者是我們的好朋友或者是我們的父母，甚至是自己的兒女但最後都會離我們而遠去。希望我自己還在這台時光的公車上時，我能好好珍與盡情享受窗外的風景及珍惜跟我坐在同一班車上的人。

許 0 珍

人生就像是一輛公車，是一輛開往生命終點的列車，在這一條路上會有很多的站牌，但有人上車有人下車，可是卻沒有一個人可以陪我到列車的終點，因為每個人的終點不一樣。我們會看到來來往往的人我們會看到有人坐在我們旁邊，



也會有人離開。如果幸運的話會有人坐在我們的旁邊陪我們走一段路，但這個下車的時候即使不捨也要學會心存感激，然後跟他揮手道別，說不定下一站也會有另外一個人陪我們走得更遠。

陳 O 桓

人生就像是在搭公車一樣，中途會有很多個站點。在某些站的途中會有一些陌生的人坐在我們的旁邊，有時候也會有很多我們熟悉的離開，因為到了他們自己的終點。雖然我不覺得自己現在在坐公車，但聽到這個比喻，我想在人生的旅途中也的確是這樣，有人進，有人出，最後留下了很多美好的回憶，這些回憶或許有酸甜苦辣，但我們都要記得不論途中有多少困難，我們也是要繼續走下去，因為畢竟人生是自己的，誰也無法代替別人。

李 O 柔

人生就像是乘坐一輛公車一樣，雖然我知道公車的行駛時間終會到站，但我想每一站都好好地看一看。在我們的人生中，有終點和起點，卻無法預知沿途的經歷哪些人，而他們的行程很長有的人，也有比較短有的人。坐在車上很從容有些人可以欣賞到窗外的景色，有的人卻很無心好好欣賞而在車上浪費了時間。但無論如何不管我們在這座公車上面遇到怎麼樣的人，看到怎麼樣的風景，我們都可以感謝，因為我們擁有生命可以去經歷這一切的美好。

林 O 勝

人生有很多的比喻，而把人生比喻成乘坐公車，也很有趣。描繪出了在我們身旁的人，來來去去的情形，以及窗外風景不斷在改變的現象。乘公車的確如此，有時覺得旁邊人太多太吵，但有時又覺得很孤單。而我們人生的最終點，就是我們自己要走完的沒有人可以陪我們走完也，沒有人可以有辦法陪我們走一輩子，這一趟旅程只能自己來乘坐、自己來經歷、自己來欣賞。

蕭 O 欣

人生如果是乘坐一輛公車，而這一輛公車有終點也有起點。其實在大自然的面前，人是很微小的，而人生中難免遇到很多的起起落落，但我們就是要勇敢的去克服這一段時間所遇到的困難，面對困難的時候不要害怕，只要我們肯去做上天就會給我們不同的道路。很多時候只是我們想不想去做而已，要做之前我們一定要相信努力上天就會為我們開路。

黃 O 賓

如果人生像是一台列車，我會想要搭乘甚麼樣的列車呢？不管我們搭乘怎麼樣的車，時間都一直在往前，不管遇到怎麼樣的人，人生都會有起起落落。所以，人生不管走到哪一段我們都應該感謝車上曾經陪伴過我們或者還在陪伴我們的



那些人，哪怕只是一小段路的陪伴都是非常的美好的，值得我們去感謝還有珍藏。

東峰國中創意打擊樂團學習心得

四月份心得 關懷別人的心

古代波斯有一個國王在狩獵時，路過一農莊，見一庶民女子，就叫她拿洗腳水來！

女子立刻到井裡取水，國王洗了腳，覺得水溫溫的，很舒服！

國王又說：「我想洗臉，再拿水來！」

女子立刻再去井裡取水，稍涼，洗起臉來，好舒暢！

國王再說：「我口渴了，想喝水！」

於是該女子又到井裡取水，冰涼的，一喝，好清爽哦，國王一飲而盡！

這時，國王滿心歡喜，也問該女子：「怎麼妳三次拿水給我，溫度是不一樣的？」

庶民女子恭敬地說：「大王，您要洗腳的，我是取井裡陽光能照射到的表層井水，比較溫；您要洗臉的，我是取井裡中層、稍涼的水；而您要喝、要潤喉的，我是取井裡最底層、最冰涼的水！」

波斯王心想：「此女最用心，最適合做我的王妃！」

即立下決定，把她帶回宮裡，冊立為妃。

井裡的水，表層、中層、下層的溫度不同，每個人都知道，但除非有「用心」，有「關懷別人的心」否則很難有此「打水的智慧」啊！

林 0 昕

打水的女人能夠關懷到國王的需要，所以我們要有關懷的心去幫助別人。就像創意打擊樂團依樣，每學期一次的老人服務，我們就是去學習關懷老人，陪他們一起活動，讓他們開心。被陪伴目前是他們最大的需要，而我們就是去學習陪伴他們，這就是給老人最好的禮物。打水的女人後來成為王妃，而我們關懷老人學會懂得付出，這也是我們得到美好的禮物。

林 0 傑

有沒有想過，早晨起來的時候，桌上的那杯冰涼的鮮奶，是誰準備的呢？出了門，道路兩旁的花和樹，是誰種植的？晚上那頓豐盛的晚餐又是誰煮的呢？答案就是那位關心我們需要的人，而我們是否也有關心別人的需要呢？

許 0 珍

人生，就像是一場夢也有終點和起點。就在人很微小中出現，會有起起落落的人生就要去勇敢的去克服，與面對，不要畏縮害怕。只要你肯去做，上天就會賜給你路。只是你想不想去做而已。要做之前請你相信天無絕人之路！



廖 0 穎

每個人都知道陽光照到的水面會比較溫暖，而中層的水則比較涼快，底層照不到陽光的水則比較冰涼，但卻有幾個人是在打水時會去幫對方設想這些。一件事情，知道是一回事，做是另一回事做出來的效率又是另一回事。

蕭 0 欣

經常，我們將擺在眼前的東西，視為理所當然。然而，這樣想法卻造成了對事物的不珍惜，好像任何人事物，都是為我而生、自我膨脹，這時我都該學「感謝」這門學問，因為懂得感謝。」

陳 0 桓

井裡的水，表層、中層、下層的溫度不同，每個人都知道，但除非有「用心」，有「關懷別人的心」否則很難有此「打水的智慧」。經常，我們將擺在眼前的東西視為理所當然，然而，這樣的想法卻造成了事物的不珍惜，好像任何人、事、物，都是自我膨脹，這時我都該學「感謝」這門學問，因為懂得感謝」。因為懂得感謝，才會了解這碗裡的那口飯，是農夫在炙熱的太陽辛勤耕種而來的。

李 0 柔

關懷別人的心，很重要，感謝的作用就如同陽光一般，那麼的溫暖也許會覺得一句謝謝妳沒什麼，但卻可能會有人因為你一句謝謝你而開心，一整天也說不定，也許隨口感謝一句無意間說出來但也有可能有人就因為你這無意間說出來的感謝卻可能是使別人努力堅持下去的原動力，常常懷抱著關懷別的心，事情不知不覺也就會變得很輕鬆了，讓我們一起從感恩出發，為這片美好的土地增添許多看似微小卻十分強大的生命力吧！

黃 0 賓

如果看重自己就會肯定屬於自己的一切，不受外力動搖的自信走出自己的天空。如果看重自己就會按部就班的安排自己的行程，用無比堅定的理想畫出燦爛的人生。不要妄自菲薄，也不要自尊自滿，當我們看重自己，把自己能做好的每一件事忠心的做好，就能贏來屬於自己的一刻，雖然有時候比較慢一點，但該來的總部會遲到太久。故事中的女人就是如此。

林 0 勝

人是群居的動物，不能夠離群索居，所以我們不僅僅是一個獨立生活的個體，而是和整個社會互動頻繁的生命共同體。所以每個人都在這個生命共同體中互動。而我們選擇關心別人時，同時整個大環境也走向更和諧的未來。



東峰國中創意打擊樂團學習心得

五月份心得：熱忱與積極（普仁基金會提供的心得題目）

林 0 昕

熱忱是一種態度，對生命抱著積極的想法，無論是在順境中或逆境裡，都能持續不斷地追求目標，永不放棄。嚴長壽先生回顧自己所從事的任何一項工作，從傳達小弟到飯店總裁，要說自己有哪些能力勝過別人的，我想「熱忱」應該排第一。而且經驗告訴我，只要帶著一顆熱忱的心投入工作，都會得到最好的結果。從嚴長壽先生的分享，我也很感同身受，因為我覺得當我積極投入我所喜歡的項目，我熱愛音樂的熱忱，大家也都能感受得到，因此對生命與事物來說，有熱忱的態度很重要。

林 0 傑

積極與熱忱是一種態度，就比如說一個人如果對生命抱著積極的想法，這樣的人無論是在順境中或逆境裡，都能持續不斷地追求目標，永不放棄。在世上很多成功的人，其實不適他們多優秀或是多有才華，而是他們不管所從事的任何一項工作或讀書、活動，都帶著熱忱積極的態度，所以如果說能有哪些能力勝過別人的，「熱忱」應該排第一。透過這些成功人士的經驗告訴大家，只要帶著一顆積極且熱忱的心投入工作，都會得到最好的結果。

王 0 珊

有時候我們會對於自己的生活感到倦怠，但是不管我們工作倦怠的原因是什麼，我們都不應該等待他人來鼓勵自己，而是應該要能夠自己激勵自己，讓自己重新擁抱熱忱。在實踐中，我們要養成良好的習慣，不管在做什麼事情都應該全心投入，當我們全神貫注地工作，即使只能持續很短的時間，我們也能獲得更高的工作效率和成就感。而這種成就感就是對於我們的積極與熱忱最好的回報。

廖 0 穎

「每個人只要有人熱忱，積極認真去做，機會是留給有準備的人！」父母與家長常常教導我們做事情要有積極熱忱，要從正向心理學觀點來看，有熱忱，就會愈做愈快樂；激發熱忱，就能改變自己、改變世界。所以，要鼓勵自己信任，找出內在熱忱，保持鬥志，立定目標找出你的熱忱，再利用有效的方法，把熱忱放大；運用想像力，改變心態，把無聊的事也變得有趣起來，付出關懷，主動對周遭的人付出關心維持熱忱。



李 0 柔

激發熱忱和與提升主動積極的態度需要一些方法：1. 使自己了解工作的最終目的、自己所要努力奮鬥的目標、及目前課業與未來生涯發展間的關係等。2. 提供「以目標為導向」的讀書方式計劃書。3. 使用對自己有意義的獎勵方法。找對方法，自己也可以充滿自信發揮熱忱。

李 0 杰

自己常常做事情沒有動力，師長總是告訴我一些激發熱忱和與提升主動積極的態度一些方法：1. 讓自己知道的讀書有什麼重要性，並該如何配合學校的學習總目標。2. 給予自己適當的讚美及具有意義的肯定。每當我常常失去目標，沒有熱忱的時候，我總會想起師長的話，為自己訂下小目標，鼓勵自己，再接再厲。

金 0 怡

我是個對很多事情都充滿熱忱的人。我覺得「熱忱」其實就是以一顆積極的心，盡心竭力尋找最好的方法，一心期望解決問題、排除困難。至於積極，則是堅持認定的目標，不畏艱難，全力以赴。就像我是一位體育選擇，雖然要面對繁重的體能訓練與項目訓練，但我仍然對輕艇的比賽項目非常有熱忱，我相信我認真努力練習，熟練技巧就更純熟進步。

林 0 勝

「熱忱」的態度，不應只是表現在學頁的學習，更應表現在自己品德的進步提升、人際的互動往來與生活的豐富成長，讓自己瞭解不只是消極地關心成績的優劣，更要讓自己感受到對於任何一方面的積極投入。每當我以積極的態度去面對各樣的事，我就容易充滿熱忱的去完成樣些事，為自己帶來掌聲。

蕭 0 欣

我的媽媽對我影響很大，她對任何事情都抱持著不可思議的熱情，很積極、總是正向思考，給予我很大的空間去嘗試錯誤、去自己做選擇。她使我明白，只要對自己、對生命抱持著熱忱，一個正確的態度能夠產生很大的力量。人生中的一分一秒都不應該浪費，即使遇到逆境都不該服輸，每個挑戰都是讓自己成長的機會，我也因此更堅強、更加倍地付出來充實自己。

陳 0 桓

如何保持對事物的熱忱：積少成多。我是一個對事情不太有熱忱的人，對很多事情雖然會認真去執行，但我做完了就結束了，並沒有一職很想繼續做的熱情。有時候老師都說我太被動了，但我想我就是需要去開始去對事情抱持著好奇



心的態度，然後發現其中的樂趣。很多人一開始都有許多偉大的理想抱負，但忘了評估現有的能力，雖然在一開始就投入大量心血，最後失敗導致情緒無法負荷，建議可以改變自己的方向唷，不是要你馬上放棄，而是換個面看看自己，哪些事是現在可以達成的，積少成多，聚沙成塔的故事大家都聽過吧？很多時候的成功不是一天、兩天的事，而是一點一滴慢慢累積！

黃 0 賓

從正向心理學觀點來看，有熱忱，就會愈做愈快樂；激發熱忱，就能改變自己、改變世界。所以，要鼓勵自己信任，找出內在熱忱，保持鬥志，立定目標找出你的熱忱，再利用有效的方法，把熱忱放大；運用想像力，改變心態，把無聊的事也變得有趣起來，付出關懷，主動對周遭的人付出關心維持熱忱



東峰國中創意打擊樂團學習心得

六月份 心得 勤奮(普仁基金會提供的心得題目)

林 0 傑

許多人將成就歸功於天賦、機運，卻忘了若不以「勤奮」為根基，便無法蓋起穩固、扎實的參天大樓，從小培養孩子勤奮的好品格，能讓天分較高的孩子迅速步上軌道，少走彎路，堅持通往成功的路途；而讓資質較不突出的孩子，能通過勤勉、正向的學習，開發自身潛能，邁向成功。

林 0 昕

努力不會背叛自己——堅持不懈的勤奮。曾有人說過：所謂人生就是無數個「選擇」後的結果。因為選擇了放棄，所以面臨失去；因為選擇馬不停蹄的追求，所以實現夢想。許多成功的機會並不會立即顯現，而是時間的累積慢慢成形，也可能在經過發奮努力後仍以失敗收場，但勤奮的過程並不會白費，只要持續堅持，成功將以不同的面貌降臨。

王 0 珊

逆水行舟，不進則退——勤勉努力的逐夢。勤奮是一項需習慣與適應的品格，若能從小訓練自己勤勉的能力，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。

廖 0 穎

古人曾說過：「行百里者半九十」，這句話的意思是，人在做事時往往總在快要成功時放棄，因為往往在目標快要達成時身心最為疲憊，難度也相對較高，但在這時放棄就等同與成功擦身而過。而擁有勤勉、奮力自強的孩子，則能清楚明白努力的過程，也知道付出必有所得，面對挫折更能堅持，保有抵抗壓力的韌性。

李 0 杰

勤奮的培養來自於成功的回報，從小教育孩子爭取「想要的東西」需要付出相同代價的努力，並觀察孩子的行為給予適當的獎勵與回饋，就能在互動的過程中了解勤奮的重要性，讓孩子不因天分而自視甚高；資質較一般的孩子也不會因一時失意而失了志氣。愛迪生的名言：「天才等於百分之一的靈感，加上百分之九十九的汗水」正是說明勤奮才是成功的關鍵。



許 0 珍

想要自己能像愛迪生一樣的勤奮，需要靠自己的意志力來不斷完成需要完成的事。現在的誘惑太多，但透過勤奮努力實踐目標的機會來累積和磨練意志力。社會上，不少人認為天資斷定一個人的成就，勤奮無法改變一個人的命運，因此只要天資聰穎，付出較少努力亦能成功，但事實並非如此，只要我願意努力，我也依定能有好成績。

金 0 儀

發明家愛迪生雖然擁有超凡的科學頭腦，但在發明電燈的過程中，他曾經歷無數次的失敗。全因她翻閱大量有關電力照明的書籍，日以繼夜地反覆實驗，先後嘗試了一千六百種材料，才成功鑽研出使用白金的電燈泡。即使擁有天賦的科學頭腦，還需要後天的勤勞來累積智慧，以及多年努力不懈的鑽研，才能取得成功。試問不勤奮，愛迪生又豈能發揮他的潛能呢？總括而言，無論古今中外，勤奮仍然是成功的關鍵，因為只有勤奮才能熟能生巧，才能克服困難，助我們走上成功的康莊大道。

陳 0 桓

有很多人即使天資優越，仍需要勤奮用功才能發揮潛能。所謂「業精於勤，荒於嬉」，成功的道路是沒有捷徑的，只有持久的勤勞才能讓我們登上高峰。「天才是百分之九十九的汗水加百分之一的靈感。」「發明大王」愛迪生用這句話來告誡世人：與其迷信天資對個人成就的決定作用，不如腳踏實地，努力工作，這樣才能得到豐碩的成果。

林 0 勝

有不少人迷信天資的作用。無可否認，天賦高的人領悟能力較強，但是因此而自恃，不肯努力，也會一事無成。自恃天資聰明而不肯學習，既錯失了學習時機，又糟蹋了天賦的潛質，甚至讓自己成為非常平庸的人，實在使人惋惜！古今中外，不少人的輝煌成就都來自辛勤的耕耘和持之以恆的奮鬥。即使先天條件不及別人，只要面對現實，艱苦地學習和實踐，也可取得出人意料的好成績。我們為勝利熱烈歡呼時，千萬不要忘記他們曾經傳出巨大的努力。沒有勤奮，就永遠不會有閃亮的人生。

李 0 柔

無論你從事的主要是腦力工作還是體力工作，或者兩樣都有，聖經的這句話都跟你有關：「人靠各樣勞碌，才能得益」。你能得到什麼益處呢？其中之一就是，辛勤工作可以讓你維持生活。雖然上帝保證會照顧真心崇拜他的人，但他也希望我們盡自己的本分，做正當的工作，勤勤懇懇，自食其力。因此，工作讓我們可以用自己的能力滿足生活所需，活得有尊嚴。如果你能自食其力，用賺來的錢買



你需要的東西，這就是一種成就了。

蕭 0 欣

辛勤工作雖然不容易，但可以給我們帶來滿足感。要是我們的工作比較枯燥或者很不好做，我們就必須克服惰性，保持自律，才能堅持下去。可是，當我們知道自己已經做了該做的，沒有捨難取易，就會很滿足。例：用心把書讀好，以及做好你的工作。聖經中高度評價「技巧精湛」的男人和「樂意動手工作」的女人，所以勤奮是上帝祝福的美德。

黃 0 賓

想要掌握技巧就得用心學習，還加上勤奮的心。我們一旦掌握好工作的技巧，辦起事來得心應手，自然會做得開心。今天很多人不喜歡他們的工作，也許正是因為他們沒有盡力去學，沒能掌握技巧。事實上，人只要懷著正確的態度，認真學習，專心把工作做好，不管做什麼工作都能樂在其中。當你盡全力去完成一項任務而最終看到結果時，就會有很大的滿足感。但如果我們只是希望省事，或者抱著能少做點就少做點的態度工作，那我們永遠不會得到工作的滿足感。



東峰國中創意打擊樂團學習心得

七月份心得 七月份心得 謙遜守禮(普仁基金會提供的心得題目)

三年級畢業 7 位同學 目前只剩下 3 位二年級與 1 位一年級

李 0 柔

我們常常聽到或是看到有許多人在餐廳或是在外住宿，遇到一點小事就會對服務人員大聲斥喝等行為。我常在想，如果是自己在那裏工作，遇到這樣的客人，又會有何感想。在我們希望得到服務人員高度的服務時，有想過自己是否也應該具備謙恭有禮的態度，想要別人怎樣對自己就要先怎麼對待別人，這似乎是做人的基本道理吧！但科技日新月異的年代，人似乎已慢慢忘記了這基本的道理，常認為自己出錢就是老大，這樣的心態其實非常不好。希望大家都能當一個謙恭有禮好相處的人。

陳 0 桓

在學校的我們是很幸福的，但是一但步入了社會，似乎很多事情都會變得不簡單也不單純了。有些時候有些人覺得表現得謙虛有禮貌會顯得好欺負，但我認為謙遜有禮也會讓大家覺得好相處，有時候沒有太多的沒有威脅性，才容易得到機會。但在謙遜有禮的表現下，也要有自己的原則。在工作上能多做就多做是謙遜的表現，但不是任由人欺負，而是慢慢地樹立自己的原則，讓別人更認識我們是一個怎樣的人，進而獲得更多的尊重。所以謙遜有禮不是做一個濫好人，而是一個有原則的人。

林 0 勝

謙虛就是指做人的態度不自滿，願意接受指導，並且遇到自己不會的時候，能夠虛心向人請教。目前我們是學生，目前最重要的工作就是學習，但在學習的過程中，我們是否能虛心的學習呢？還是常常覺得這個太難就不想學了，結果就錯過了許多可以學習的機會。我常常也是這樣，所以我功課常常不好，覺得學步會就不學了。我想我需要謙虛的學習態度，謙虛使人進步，驕傲使人落後！如果我可以再謙虛一點，我的學習態度就會好一點，我想我也會對自己的學習再更負責一點。



黃 0 賓

我們都認為謙恭有禮的人必定是一個對人謙虛、有禮貌的人，給別人的感受即是一種尊重別人尊重自己的人。我們要如何能夠尊重自己也尊重別人呢！待人如己，想要別人怎樣對待自己，自己同樣的也要尊重的對待別人。現在的人很容易煩躁或不耐煩，所以耐心的注意聽別人的想法和意見，不評判，也是一種謙恭有禮的表現。做事前不只想到自己，也能為別人著想，然後能夠尊重別人這樣才能讓友誼更深



東峰國中創意打擊樂團學習心得

九月份心得 新學期新希望(普仁基金會提供的心得題目)

李 0 柔

新的學期我希望自己在學業方面可以再進步一點，因為我已經國三了，不可以再像一、二年級一樣的散漫。明年五月我就要面臨會考，這個考試對我們來說很重要，如果可以考到好成績，我就有機會可以上國立的學校，就可以幫助家裡減輕負擔。所以為了家人也為了自己，這一次我希望可以好好的努力。我也希望在畢業前我也有機會上台表演木箱鼓，讓東峰創意打擊樂團可以被更多人看見。

林 0 融

感覺時間過得很快，我已經三年級了，但我發現有很多的功課我都還沒學會，之前在班上都有點跟不上進度。我希望這學期我能夠在學習上有進步，讓自己可以更主動學習。

黃 0 賓

俗話說：「好的開始，是成功的一半。」上個學期末，老師和媽媽都說我有進步了，我希望能夠新學期的開始，升上二年級的我能夠比之前更進步。我的第一個目標，是希望自己上課的時候能專心，因為我上課時都會忍不住講話或是拿東西起來玩，這學期我希望自己成績能進步二名。我的第二個目標，是希望我可以主動幫忙媽媽做家務，這樣爸爸就不會罵我，會說我很乖。我的第三個目標，是希望可以交到好朋友，至少一個。希望這三個目標自己可以有機會達成。

李品翰

我之前參加過打擊樂，後來又離開了，現在又加入了。我這學期希望我真的找到更多同學來打擊樂跟我一起練習。我希望國三的模擬考，我能更努力的複習，希望這學期的我能更成熟更乖，不要讓媽媽擔心我，希望這學期大家也得在打擊樂學到很多東西，然後打得更好，大家加油！

周 0 潔

新學期又開學了，我的痛苦又開始了，我本來想以笑容面對大家，但是他們都不太在乎我，而且還有人對我惡作劇，搞得我不想再與人交流。我這學期的新希望是能夠找回我那顆交友的心，否則我將變成邊緣人沒有朋友，一輩子都是孤單一人，我很害怕。我告訴自己不要放棄，我得加油！新學期加油！



劉 O 宸

這學期我升上三年級了，我覺得這學期應該會很累，因為功課變得很多，考卷也變得很多。我希望新學期可以考到 4A 或是 5B。我知道我需要努力才能考上第一志願，雖然我現在還有很多進步空間，但這是我對自己的期許，我相信自己可以做得到。這學期我也開始到技藝課程去學習烘焙，爸爸希望我學得一技之長，我也希望自己可以學得好，不讓爸爸失望，更希望自己有機會可以代表學校出去比賽。

都 O 燁

我的新學期新希望是希望這學期可以順利完成。之前小學六年級時，我因為生變常常請假，後來又因為疫情，所以都沒有在學校上課。上了國中，這學期我來參加了打擊樂團，我希望自己可以把木箱鼓打得很好，這樣的話我會覺得很有成就感，也會交到很多好朋友，我也會變得很開心。

王 O 琴

我這學期已經是國三了，我希望自己在這個學期可以努力讀書，學業能夠有明顯的進步，然後要改好自己的情緒，不要動不動就發脾氣，造成別人的誤會。發脾氣真的很不好，不僅會傷害到別人也會傷害到自己，所以希望這個學期，自己的脾氣真的可以進步。我的話真的很多，家人都覺得我很吵，以前的壞習慣也希望能夠慢慢地改，也希望自己能夠考上自己的前三志願。這學期要改的實在太多了，希望能一一的改掉，不!是一定要改掉!!



東峰國中創意打擊樂團學習心得

十月份心得 專注(普仁基金會提供的心得題目)

李 0 柔

在做任何事情當中專注是非常重要的,專注就是集中精力做好一件事,專注就是長時間的全力以赴,任何一件事情都需要專注,專注的人才能獲得大大小小的成功,可是專注對有些人而言及集中精力對他們來說是很難的一件事,他們總是在做一件事的時候想著另一件事,聽課或是聽別人講話總是會做別的事情,因為他們有太多的想法或太多的興趣會被吸引過去而分心,但是專注是可以鍛鍊出來的,只要你努力,相信一定可以做到的。

吳 0 真

我覺得專注是在某件事物上很專心也很認真的投入在其中,不會受到外界的影響,人要透過集中心力才能同時運用新的能量 專注也是要訓練的,專注就是控制心和身體的和諧統一,透過專注的思想可以心想事成,可以藉由思想大大增進你自己的效率力量,只要建立了正面的心態,就能發揮無限的可能,所以 有好的專注力,學習及做事都能事半功倍,更有效率,同時也因為專心投入的關係,就能處理更多具有難度的事情,將來成就自然比較高,別幻想可達到極樂無憂境界,最重要的是對當下的察覺。

都 0 燁

我覺得專注很重要。我在上課的時候要認真聽講,也要專心做筆記,加上考前再認真複習,這樣我才能考到好成績。之前我上課時很不專注,會玩筆也常沒有認真聽老師上課,所以成績都不好。我很希望可以像班上的七號同學一樣,考試的成績都很好。接下來的時間,我要讓自己努力再上課的時候保持專注,並且考前要好好複習,我相信我接下來的成績也會慢慢好轉,也能夠慢慢都有及格。

黃 0 賓

我是一個很不容易專注的人。在上課時我都會拿東西起來玩,一覺得無聊有時候還會忍不住在上課的時候唱歌,因此我常常要去學務處。我也很希望自己能夠專注,希望自己可以在上課的時候注意聽和畫重點,然後不要想要一直講話和打斷老師。但是我常常還是太懶惰了,因為專心聽課常常很累,所以就開始拿東一起來玩。老師跟我說,雖然我需要透過藥物來做控制,但我也必須透過認知來影響自己的行為,如果我願意認真上課,是可以慢慢地改善的。在打擊樂時團練的時候,老師會提醒我不要一直講話和打斷老師,這樣我會練習讓自己慢慢專注。希望自己也能夠有一天能像李雨柔學姐一樣,每一次練習都是那麼安靜認



真，然後能夠表現得那麼好，我希望自己也能夠學習專注然慢慢進步。

艾 0 朋

所謂的專注就是在一件事情上面非常認真的投入。就像是當一個人專注在學習和工作上全心全意的投入把事情做好，會忘記其他的事。我看見我的父親在認真打字的時候，常會沒有聽見我說的話，因為他太專注於正在做的事。我有時候在唱歌的時候，認真地投入音樂也會對周遭的事物沒有感知。專注對我來說是一件好事，就好像是我陶醉在某一件事情上。透過每日反省自己今日的事情，我常會想明天如何改進，要如何可以做得更好。

蔡 0 淳

現在的人因為智慧型手機的關係有了大量的資訊和娛樂方式，雖然獲得資訊的方式便利了，也導致了人手一機而且人人離不開手機的現象，但這樣的便利卻因為長時間的影音而悄悄改變了大多數人的行為，甚至是讓我們容易注意力渙散，造成我們更不容易專心閱讀文字安靜做題目。我的父親怕我常常看手機被手機影響所以把它沒收了，雖然我因此無法和同學在下課後自由地聯絡，但我還算能順利完成爸爸給我的額外作業。雖然少了手機的誘惑，但我知道我仍需要很努力才能讓自己專注下來。分心很容易，專注很困難，但只有專注才能幫助我做好事情。



東峰國中創意打擊樂團學習心得

十一月份心得 果決(普仁基金會提供的心得題目)

李 0 柔

果決在我們生活當中很重要，如果遇到機會卻不果決去作出決定的話，就有可能會留下遺憾。像是我在畢旅的時候，當我到了義大遊樂園看到很多遊樂設施卻又猶豫不決，害怕遊樂設施太恐怖，又害怕要排隊排太久，害怕這個又害怕那個，最後等到集合的時候想要玩就已經來不及了。所以如果做事情不果決，就像是一直沒辦法下定決心，如果常常做事遲遲沒辦法下定決心的話，就會招來麻煩，這個麻煩有時候也可能會越積越多，到最後你就會覺得很煩很後悔，就會想為什麼當初沒有果決一點就不會有那麼多問題產生了，所以果決很重要。

王 0 琴

果決，是一個成功的人人不可或缺的個性。若是一個人優柔寡斷的話，很容易招致麻煩。要是做事不果決，像是做一件事一直無法下決心，卻因為遲遲無法下決定而鑄成大錯，那便無法挽回了。因此，如果一個人做事果決一點，即使之後發現做得不好也沒關係，至少當下有做好，那就夠了，也不會因此而後悔。該果決時果決，如果能夠自己拿捏好，就比較容易會成功。但如果該果決時猶豫，那就很有可能讓自己後悔不已。就像我既然決定來到打擊樂團，我就應該好好的練習，在表演前夕，即使一連好幾天不能午睡需要集訓練習，我仍要堅持我的決定，才能讓我的努力有好的成果。

周 0 潔

我覺得如果一個人被別人說做事「果決」，這其實是一種稱讚。一個人做事很果斷堅決的人，雖然人生中仍會遇到一些困難的決定，但果決的人比較不會錯失機會。我也覺得只要是人都該養成能夠自己做決定且不後悔的美德，因為要是我們因一件事而選擇不了的話，不只是會浪費我們寶貴的時間而且有可能浪費其他人的時間。這是很浪費時間與浪費生命的事。我希望我自己在做事上面也都能養成果決的好習慣，這樣對於我未來的人生才能有好的幫助。

吳 0 真

果斷堅決，毫不遲疑。一個辦事果決，說做就做的人，做事情總是快狠準，也容易堅持與成功，相反的，一個猶豫不決的人，對任何決定都不能明快的抉擇，常常都容易錯失良機。做事猶豫不決的人，有可能是個性使然，長期養成拖延的習慣，對任何事都要拖到最後一刻，才匆促下決定，也可能是因為自己沒有獨立思考的能力，對任何事都無法分清利弊得失，而導致無法下決定。每個人都了解



遇到機會不能猶豫不決，比他人更明快果決才能佔得先機。但我們遇到人生重要的決定，難免會猶豫，就像是自己未來要讀甚麼科系，自己未來要做甚麼職業，常會無法果決。但這就是我們需要學習獨立思考，要明白很多機會都要自己去嘗試與爭取，因為機會不會永遠等我們。

都 0 燁

猶豫不決是人類普遍存在的一種心態，也是一種心理障礙，就像我也常常遇到事情拿不定主意。這樣的人會常常一直反覆比較，最終也不能下定決心，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，最終失去成功的機會。猶豫不決反映出人的一種矛盾的狀態，考慮事情總是瞻前顧後，他們總是太過於在乎哪個是更好的，擔心自己的選擇是錯誤的，從擔心自己的路無法走向成功。相反的，行事果決的人，他們認定一旦決定就應該執行到底，也因此不會輕易做決定。但選擇好了自己的路，就努力走下去，總有一天會走向成功。我希望自己可以做一名行事判斷都果決的人，因為這樣才能讓理想一路開花，芳香瀰漫。

蔡 0 淳

人生中有許多不同的選擇，有的輕，有的重，但最重要的是能在最重大的選擇中果決的做出決定。我覺得我在重大的選擇前常常難以果決的做出決定，大多時候我都會優柔寡斷，遲遲無法決定，因為不知道自己選擇的是否為好的選擇。就像我曾經被邀請去參加直笛表演，但當時的我還很還怕上台表演，不過因為老師覺得我的直笛演奏能力很好，所以我就去參加表演。沒想到表演要用的直笛跟平常使用的直笛不同，因此只好練習和平常不同的直笛，但我還是熟練了，表演也如預期般的順利。在上台表演直笛過後我很慶幸我有去參加，因為那訓練了我的勇氣，也讓我知道在面對選擇時果決的做出決定有多麼重要

黃 0 賓

人生其實是一種不斷的選擇，不管是種瓜得瓜還是魚與熊掌兼得，都是一種不容易的選擇，但不管是哪一種選擇都需要自己為自己的人生負責。我每次在闖禍的時候都不知道該怎麼辦。就是等著老師處罰。但是後來我知道其實我是需去道歉，是去修正我的行為，而不是一再處罰然後再犯，於是我開始果決得為自己的行為負責。

林 0 融

我做事情總是猶豫不決，回答問題也是支支吾吾，大概不可能跟果決沾上邊吧！我也很羨慕那些做事果決的人，能很快的把事情處理好，而不是像我一樣拖拖拉拉，總是一直被念。



曾 0 文

我做事情都會忘東忘西，做決定時也常常不知道怎麼下決定，但我也是會選擇對自己有好處的選擇，只是不確定最後是不是像我想得一樣。老師說我需要訓練一下，讓自己的判斷能夠更清楚，更有邏輯，這樣才能夠讓自己該做的是更有秩序的做好，只是我需要再想想，要怎麼樣才能讓我自己能夠在做決定時，更果決一點。



東峰國中創意打擊樂團學習心得

十二月份心得 勇於表達(普仁基金會提供的心得題目)

蔡 0 淳

我認為我在勇於表達上做得不太好，因為在老師問問題時我總是不敢舉手說出自己的想法，只敢跟在我四周的同學說，當同學出我給的答案時才知道我是正確的。就算是討論時也一樣不敢跟其他組員說自己的想法，總是讓其他組員自己討論，也不敢做出決定，都是參考別人的選擇。不過我有看過一本書，是關於如何改善不敢表達的問題。就像是在自己說完後聽自己說得好不好，但是我不知道效果好不好，因為錄音設備。但我覺得只要改善不敢表達的問題，就算效果不好也沒關係，因為這問題已經嚴重影響我的生活了。

吳 0 真

每個人不管遇到什麼事情應該都要先經過大腦的思考以及判斷再說出自己的想法。相信每個人都會有自己的想法，只是有些人不敢勇於表達出來而已。自己的想法其實很珍貴，只要我們勇於表達、不要沉默、不要常常讓別人幫你做決定，自己就能真正成為自己生命的主人，為自己的人生承擔的責任。之前我跟朋友出去的時候我一直都不敢表達自己的想法，我想去哪裡、想吃什麼、想喝什麼，我都說我不知道或者是隨便，我都跟朋友說：你們吃什麼我就吃什麼，但其實我有自己的想法！我只是覺得如果說出來大家並不喜歡吃，那會不會是很尷尬的情況。但慢慢的我發現，如果我說出來大家也可能會很喜歡，因為想法不一樣不代表一定會被排斥。漸漸的，我會試著說出我自己真的想要甚麼，因為我相信只要是真心相待的朋友，也能夠接受我跟他們不一樣的想法。

周 0 潔

今天在上音樂課的時候，老師說要考直笛。他要全班的同學有人自願站出來排隊考試。前面有幾位同學自告奮有的先站了出去，但是等這一批同學考完後就沒有人到前面去排隊了。老師希望我們能練習自願站出來，所以他說他不想指定同學。老師看大家都還沒有人出來後就說：要是大家再不出來一個的話，就不要下課了。大家聽到後心都開始著急了起來。這時候大家都開始叫人出來考試，全班同學的氣氛變得很死氣沉沉。這時的我終於看不下去了，最後我勇敢的站出來跟老師說：老師我可以下一個考試。雖然我講話的心後內心緊張的要命，但是等我考完後走下台，全班同學都為我鼓掌，我感到了成就感！我感覺到我很開心，因為這是我第一次被大家認同。



黃 0 賓

在大家的眼中，我是一個很愛講話的人，我以為這就是勇於表達。但是當老師不斷提醒我，不要一直打斷老師講話或是一直不斷地問問題，我才知道這樣的發言不是一種勇於表達。我只想在想講話的時候一直講話，反而讓其他的同學覺得我很吵，覺得我干擾課堂。到了打擊樂我仍然改不了我的壞習慣，但這裡大家都會有耐心的提醒我，老師有時也會耐心的聽我把話講玩，讓我覺得自己是被重視的，不是被嫌棄的。我現在知道愛講話和勇於表達是不一樣的，我想我是常常愛表達，但遇到事情別人不敢說的時候，我也是會替別人說出來，但有時候還是會有點弄巧成拙，我想我還是需要再多一點練習，才能在更多正確的時間做正確的表達。

李 0 柔

表達是人與人之間很重要的一種方式，如果每個人不敢表達自己內心真正的想法，有時候就會錯過增加自信心的機會。每個人的想法其實都不同，所以每個人的想法都很珍貴，有些人的想法很有創意，有些人則想得很遠，就因為每個人考慮的方向都不同，所以如果大家都可以提供出自己的想法，那世界也會變得更多采多姿。就像在上課的時候，老師問同學問題的時候，同學若都只給標準答案就會很無聊，但如果有人給出很多創意的想法，課堂的氛圍就會變得有趣，而且會越來越豐富。所以我們都應該好好表達自己的想法，說不定哪一次被採用了，或被重視了，我們的自信心就會越來越增加。

王 0 琴

當我們在上課的時候如果內心有問題想要問老師，就要舉手發言，不要因為害怕而不敢發表意見，因為說不定我們的意見是正確的，說出來反而能讓老師知道我們的認真，也會讓自己更有自信心。我一直都是一個有事情就悶在心裡面的人，自己發生了什麼事情都不會說，常常內心感到非常的崩潰，覺得全世界的人都孤立我，導致情緒崩潰甚至拿刀片割自己的手。我媽媽看到之後邊哭邊告訴我一個故事。有一對兄弟。弟弟是一個很活潑但不愛讀書的人，雖然成績不好但是遇上什麼事情都會和父母說，但是另外一個哥哥的個性非常的內向，成績雖然名列前茅，但是他只會報喜不報憂。有一天學校發現那個很乖哥哥自殺了。我的媽媽哭著問我說：我覺得自己是前者還是後者？我說應該是後者吧！她繼續問我說：那我知道那種孩子最讓人擔心嗎？我回答說：是我嗎？她說沒錯！雖然後來我還是選擇遇到事情沒有說，但我媽媽都會主動來問我。所以只要她來問我，我就說。希望大家都能勇於表達自己內心的事，不要像我一樣常常讓人擔心。



林 0 融

我是一個有選擇性緘默正的人，常常老師問我問題，我就是答不出來，老師都等到臉綠了，後來同學也受不了，都會主動幫我回答。有時候即使我回答了，的語句也很短很快，有時候也會讓別人感覺我不太禮貌，但我只能回答到這樣，再多一點，我完全講不出來，所以要勇於表達，對我來說實在是太難了。

都 0 燁

不管是在自己的事情上面或是大家的事情上面，我們都需要學習不斷地練習思考以及說出自己的想法，因為如果我一直沉默不語，我就會變得甚麼事都會被別人決定。例如：要買早餐的時候，爸爸媽媽問我要吃什麼？但是我不知道自己要吃什麼，所以後來媽媽幫我點了蛋餅。但我不喜歡吃那個蛋餅，可是因為我沒有表達出自己的意思，所以只好被決定也不能有怨言。所以以後我要勇於表達我自己真正的想法，即使有時候選錯了也沒關係，只少是自己的選擇，而不是被別人決定的。我也學習每次都盡量不要依靠別人，我相信自己的力量、自己的判斷，我相信有一天我可以學習成為自己生命的主人，只要我不斷地練習勇於表達自己的意思，有一天我也能為自己的人生來承擔責任，也讓別人看見我、相信我，我的選擇與表達也會越來越好。

曾 0 文

我不太敢在同學面前表達自己的意見，但是我會在媽媽面前表達我自己的想法。我媽媽有時候會叫我做東做西，但有時候我不想，我就會勇於表達我自己的意見。但我知道我還是得學會在大家的面前表達，因為這樣才能讓別人認識我的想法，才不會老是被別人忽視。只有勇於表達自己內心真正的想法的人，才會被重視。雖然部件得一開始的想法就能獲得重視，但至少能大家的眼裡不是一個隱形人，而是一個有想法的人。



附表 3-2-1

(正向樂學在東峰-東峰創意打擊社) 學生自評統計表

親愛的老師辛苦了

經過您的努力「學生自評表」完成了，本會為讓本計畫能更清楚量化數據，煩請您再將「學生自評表」完成人數統計後，並製作統計分析圖表。

★學生背景資料（以 111 下半年，111 年度上學期之學生情況記算）

◎參加引導計畫學生總人數：9 人；國一：2 人；國二：4 人；國三：3 人

◎曾中輟之慮：0 人

◎學生身份別：一般生：3 人、原住民0 人、外配子女：3 人 特殊生 7 人

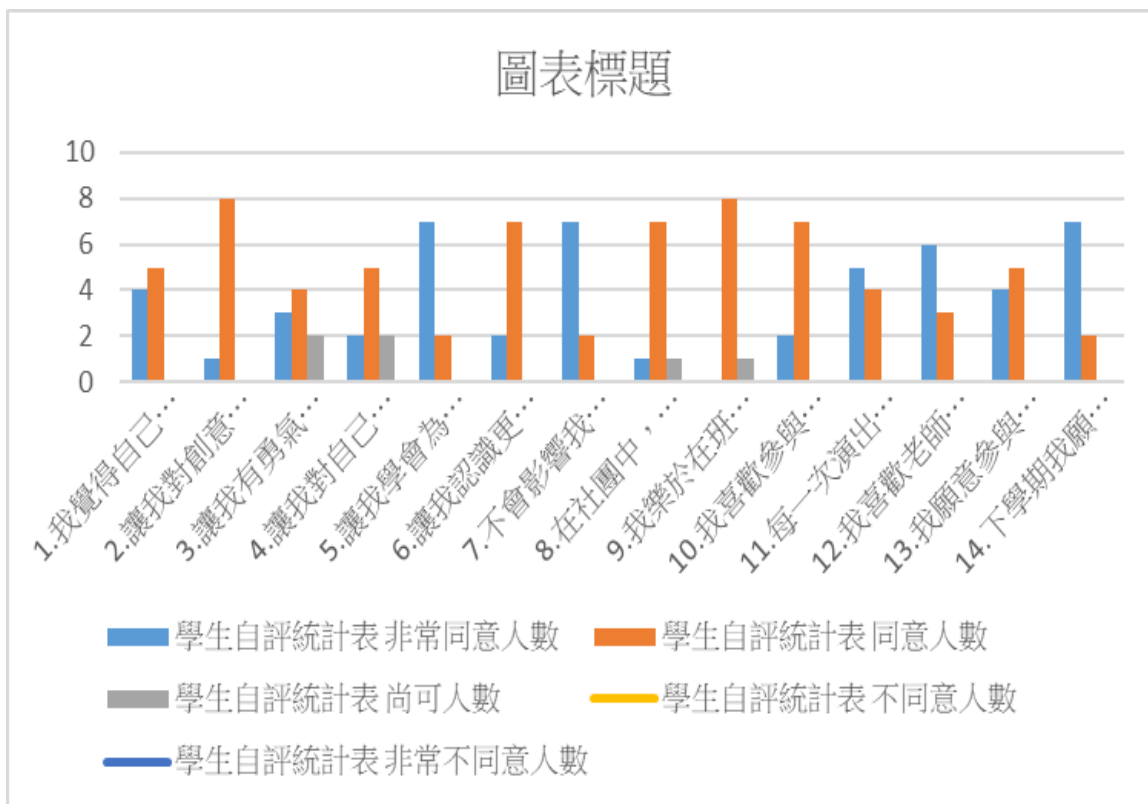
◎學生家庭類型：雙親：5 人、單親：4 人、失親：0 人、繼親：0 人、隔代教養：1 人、其他：

◎家庭經濟：低收入戶：3 人、中低收入戶：2 人、清寒家庭：2 人、身障子女：0 人

◎請附學生升學狀況調查表（每年 8-9 月調查學生升學狀況之表）

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

統計分析圖表





111 年引導計畫學生升學狀況調查表

學校名稱：臺中市立東峰國中引導計畫：正向樂學在東峰-東風創意打擊樂團參加引導計畫總人數(以 6 月份計)11 人；畢業人數 7 人考上公立學校：3 人；私立學校：4 人

學生姓名	考取學校	附註
張 00	國立或私立 00 縣或 00000	1. 學生屬低學習成就 2. 因 0000 成績優異保送…… 3. 學生屬失親或…… 4. 學生屬低收入家庭 5. 學生家庭(父母、祖父母)
金 0 儀	國立興大附農 體育班	1. 原住民 2. 一般生 3. 體育班輕艇隊
許 0 珍	國立興大附農 綜合職能班	1. 輕度智能障礙 2. 父母也是輕度智能障礙 3. 中低收入戶
林 0 昕	國立南投高中 音樂班	1. 學習障礙 2. 有音樂專長
王 0 珊	私立明德高中 廣告設計科	1. 一般生
林 0 傑	私立僑泰高中 餐飲科	1. 學習低成就 2. 單親，跟爸爸住，文化刺激明顯較少 3. 低收入
李 0 杰	私立僑泰高中 餐飲科	1. 情緒行為障礙 2. 在課堂中無法學習，都在畫畫 3. 中低收
廖 0 穎	私立僑泰高中 資訊科	1. 情緒行為障礙 2. 單親，跟媽媽住。假日會跟媽媽去工地 3. 問題行為很多：抽菸、便利商店偷竊……



附表 3-4 學校執行成效自評表(期末)

成效評估	量化指標	評估方法與工具	期末量化評估結果	期末量化評估結果說明(文字)
1 音樂技巧: 學生學會打擊樂拍打原理及基礎節拍	1. 學生能學會打擊樂的基本拍打節拍, 達成率為 80%.	老師於指導時進行評量	87%	1. 1.11 月 5 日東峰國中校慶表演 8 人全部都能完學會打擊節拍, (1 人被導師禁演, 7 人上台表演 2. 2. 信望愛基金會籃球比賽 8 人全部上場。
	2. 學生能獨自表演一首曲子, 達成率為 80%.	老師於指導時進行評量	87%	1. 聖誕快閃 1 人節奏不熟練沒有上場。
2 學生能配合團隊運作。	學生每學期能至少上台表演一次	1. 嘉獎次數	87%	1. 校慶 7 人參加表演皆有嘉獎一支。
	學生每學期能至少參與一次老人服務	2. 服務學習時數	100%	2. 信望愛基金會公益籃球比賽開幕表演全員給予 8 人服務時數 3 小時。
3 學生能上台表演	學生能至少上台表演一次	演出時進行評量	88%	本學期目前的學生有 9 位: 1. 校慶時有 1 位不能參加演出。 2. 聖誕快閃時有一位沒有參加演出。
4. 學生能負責任並有紀律	學生能準時參加團練並協助準備團練的場地及設備, 達成率為 80%.	1. 出缺席統計表 2. 指導老師的加分統計表	100%	1. 每一次團練時有體育班一位 5:50 才到。 2. 其餘團練時間未到同學皆能請假。
5 學生能寫學習心得回饋。	每月至少完成一篇心得	老師批閱回饋	100%	1. 團員心得皆在月初時給予團體講解與協助下產出, 均能在時間內交出。
6 增加升學的信心	透過多元升學管道	1. 免試入學人數 2. 適性輔導安置	畢業生 7 人	有 3 位國立高中職 有 4 位私立高職 皆能錄取自己喜歡的學校與科系



五、執行報導與紀錄

1、學習狀況 1-2 月記錄

(1) 一月的品格主題:堅持與信念

雷神老師用足球明星-西羅為例，講述他個人堅持的信念，鼓勵同學也能像他一樣，堅持信念，貫徹始終。



(3)課程內容：預備三月份輔導師家長日的表演。經過多次的選曲，終於選定周杰倫的稻香。在短時間內，讓同學能用輕快的節奏打出明確的旋律。





2、3-4 月學習狀況紀錄

- (1) 三月的品格主題:人生就像是一輛列車
- (2) 四月的品格主題: 關懷別人的心
- (3) 3月5日東峰國中-家長日表演(曲目-稻香)

家長日的表演是輔導主任特地邀請創意打擊樂團參與，讓創意打擊樂團有更多的機會在家長面前表現，也讓更多的同學能看到他們精彩的演出，所以輔導主任很重視這一次的表演，因此在選曲上就換了很多首，終於選定了周杰倫的稻香。在打擊樂團學認真的練習下，家長日呈現出精彩的表演！



- (4) 打擊樂表演後聚餐



周杰倫的稻香看似簡單的節奏，同學卻需要花很多個中午犧牲午休時間出來額外練習。表演完後，請同學享用小點心，以鼓勵他們的努力練習。

這一次的餐點是每人二塊炸雞和飲料，而坐在最後面右邊的男同學，卻一直遲遲沒有吃炸雞，後來詢問了一下才知道，原來他要留給導師吃。打擊樂的同學到了三年級總可以看到有人成長，變得成熟懂事了。一、二年級時沒給導師少惹麻煩的同學長大了，到了三年級懂得回饋導師，這真是成長的喜悅。



3、團體建造-認識我自己

今年打擊樂仍然因為疫情的關係受到了影響。下學期的老人服務因為各個單位仍未開放場地，故仍無法到場去做老人服務。於是在家長日表演完後，蔡老師安排了一堂團體建造-我認識我自己嗎？

我們的目光常常看向別人，只有照鏡子的時候才會看到自己。但我們是否有真的好好認識自己或了解自己呢？在練習曲目告一段落之後，蔡老師安排了一次團體建造，幫助同學們可以透過彼此分享來增進對同學的了解，並且藉由對自己的認識，更多的提升自信，也可以幫助自己找到優勢。





4、會考前補品

台中市規定從 5/16 開始，因為疫情的關係，全台中市的國中三年級同學都要待在家裡衝刺會考，以防會考前染疫而影響會考權益。已經有二位團員確診在家裡休息不能來學校。今年打擊樂團的團員三年級同學有七位，每一位都認真的為自己的未來努力奮鬥著。

一直以來三年級的團員都是打擊樂團的生力軍，這批學生從一年級就參加到三年級，不管在團練時的聚集和練習都是配合度高且認真投入的。雖然還是有雪氣方剛的少年被青春期特有的煩惱所困擾而被停練，但他們的積極投入是值得肯定的。在會考準備周之前預備一些餅乾和飲品作為補給品給同學帶回去，為他們的會考最後衝刺，加油!!





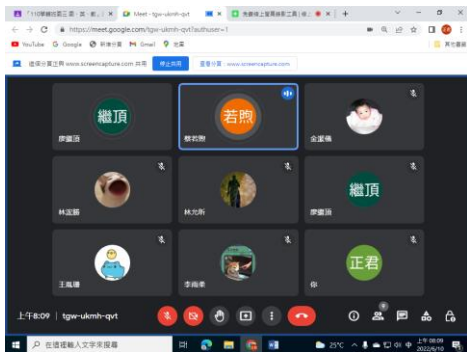
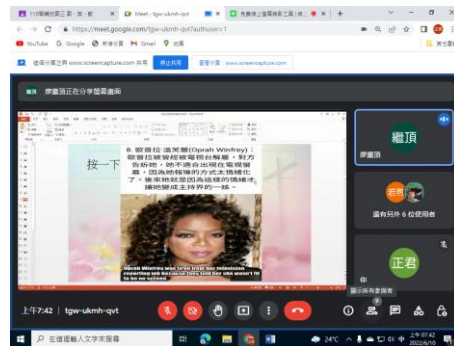
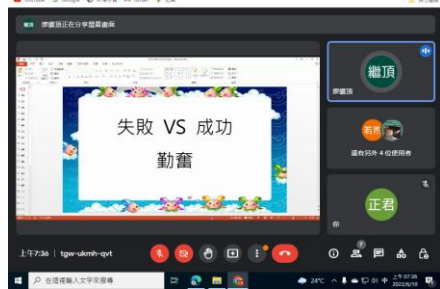
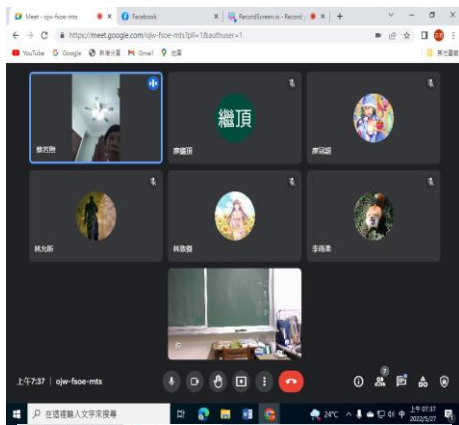
5、疫情改為線上課程

5 月份的學習心得

6 月份的學習心得

6 月份的課程-線上課程。

今年的期末，疫情還是嚴重升溫，所以學校都改為線上上課。為了讓打擊樂的同學能繼續上課，團練也改為線上課程。大部分同學都能準時上線。蔡老師預備了加強節拍練習的曲子，手腳並用，讓同學可以感受一下手腳跟著音樂的旋律擺動的節奏。





6、畢業禮物

6.15 是東峰國中第 52 屆畢業典禮。今年創意打擊樂團的畢業生有 7 位(有些因為確診無法到校，有些已經提前來拿走了)，感謝這七位畢業生三年以來的熱情參與打擊樂的活動。在畢業前夕，我們特別準備了一些小文具等禮物(團服、立可帶、標籤紙、便利貼、筆記本)，請輔導主任頒發。祝福每一位東峰國中創意打擊樂團的學生，能夠以創意打擊樂團永不放棄的精神，勇往直前，奔向每一個璀璨的明天。





7. 歡迎新的音樂指導老師

因為之前的音樂指導老師無法配合更改後的團練時間，所以改由曾子耀老師接任。曾子耀老師是學校的吉他社老師，因為常常支援學校高關懷的活動，所以輔導主任推薦他為打擊樂指導老師的人選。曾子耀老師除了在本校擔任社團指導老師外，也接任台中各個國高中的社團，擔任木箱鼓、烏克麗麗以及吉他社的指導老師，自己本身也是兩個樂團的成員，對於音樂節奏的掌握與表演有許多的經驗。希望曾老師可以在創意打擊樂團帶給同學更多關於木箱鼓的創意教學與團隊精神。





8. 新成員-人物介紹

上一屆三年級畢業七位學生後，打擊樂團嚴重失血。在學期的一開始，輔導主任介紹了左一的二年級周同學來到打擊樂。她第一次來拿參加打擊樂同意書時整個人低著頭完全不講話，也沒有任何的朝氣。她在 9 月份第一次寫的心得透露出她在班上常被嘲笑和傷害，所以不太有朋友，也不想要有朋友，因為害怕在被傷害。但來到打擊樂後，她希望自己可以有重新願意交朋友的心。

她是一個隔代教養的孩子，跟阿嬤感情很好。她是個貼心的孩子，每一次打擊樂有點心，她都不吃，執意要帶回去給阿嬤吃。從一開始參加打擊樂到現在，她的個性明顯開朗很多。12 月份的高雄遊學，本來她強力爭取要去參加，但因為阿嬤擔心疫情，所以後來放棄。現在的她似乎更敢主動與同學互動。她在 12 月的心得分享，自己的勇於表達使得她第一次受到同學的肯定，同學們都為她鼓掌，她自己也覺得很有成就感





9、9-10 月學習狀況記錄

- (1)9 月的學習主題:新學期新希望。
- (2)10 月的品格主題:
- (3)打擊樂團招生開始招生。
- (4)開始練習預計十一月校慶表演活動。

第一次團練的時候，輔導主任特別來跟各位同學介紹新的音樂指導老師。輔導主任看到來練習的同學只有四位，雖然人數很少，主任勉勵大家，在新的學期要有新氣象，有好的表現就能被看見，也能吸引更多的人來。11 月份將要有園遊會，是新校長任期的第一次園遊會。輔導主任鼓勵我們要好好練習，帶給學校一個新的氣象。





10. 校慶前的集訓

打擊樂團為著 11 月 5 日的校慶來到學校集訓，因為曾老師也是吉他社的指導老師，所以這次的校慶演出結合了吉他社的演出，由吉他社的同學擔任主唱，而打擊樂與吉他一起合奏。來練習的同學都充滿熱情也認真練習，他們都體會到簡單的節奏要能整齊劃一就必須練習再練習。希望這一次能演出順利，讓大家看到他們的努力。





11.校慶當天的表演

11月5日是東峰國中一年一度的校慶園遊會，輔導室安排打擊樂團在開幕前表演。這次由曾恩耀老師帶領打擊樂團與吉他社合作，表演孤勇者-擁抱組曲。打擊樂團的同學表演木箱鼓，吉他社的同學以吉他與歌唱與木箱鼓合奏，整場表演同學都表演得很沉穩沒有出錯，獲得同學們與來賓的鼓勵與喝采。





12. 校慶當天的體驗活動

11月5日是東峰國中三年一次的園遊會，打擊樂團特地安排了木箱鼓體驗，由輔導室提供精美小禮物送給來參與體驗的人。由打擊樂團長李0柔同學，帶大家現場打一段節奏，讓同學和來賓都能近距離認識與接觸木箱鼓，更吸引了來賓的小朋友與各單位志工以及學校老師同來體驗。每個來體驗的人都覺得新奇又有趣。



輔導主任熱情贊助的小禮物



13、 12.10 信望愛基金會公益籃球比賽開幕表演

在九月初，信望愛基金會即邀請東峰創意打擊樂到場協助開幕表演於 12 月份將有一場籃球比賽需要我們到場表演開幕活動。由於信望愛基金會的老人服務取消，於是我們約下學期的老人服務。在 12.10 東峰創意打擊樂到了台中北區運動中心，校長與輔導主任都到場給予打擊樂的團員打氣與協助，讓團員們的信心倍增，表演灌籃高手的經典曲目時，讓現場的人為之一亮，給予熱烈的掌聲。





14、聖誕快閃

每年的 12 月打擊樂團都會來一場聖誕快閃的表演活動。今年的聖誕快閃曲目是去年聖誕。聽起來是一首很有 80 味道的中版輕快歌曲，但事實上是首悲傷的情歌。歌詞講述的是去年聖誕節還一起歡度聖誕的男朋友，很快的就變心了。在輕快歡樂的節奏底下是一個反轉的情緒，曾老師表達這是作曲中的一個很高的境界。同學也在很短的時間練習後上場表演。12.23 日學校當天有很多的活動，我們預計在大家措手不及來個下課 5 分鐘的快閃表演。表演後第一次原本預計要收了，結果二樓的同學一直說再打一次，於是我們的快閃就來個第一次的演出，獲大家的掌聲。





15. 期末送暖



12.21 日，輔導主任特別帶來她老家鹿港很有名的奶酥包要與打擊樂的同學分享。她讚賞同學們這學期的認真練習所帶來的精采表演。輔導主任常在打擊樂練習時還沒回家，就會常常在旁邊陪我們練習，也把練習的花序剪成了影片，放在東峰國中的 FB 上。因為輔導主任的鼓勵與關懷，孩子們也都充滿愛與力量，也更有自信地去展現自己。





16. 期末進步人物介紹

二年級的黃同學是一位注意力不足過動學生，課堂參與時常看他心情，也時常不寫作業，他一直是班上導師與任課老師頭痛的人物。他有時會在課堂上敲桌子或者大聲唱歌，有時會上課時一直找別人講話或是一直問問題打斷老師上課。從一年級開始，學校就已經為他開了幾次的個案會議，他其實不是個問題行為很嚴重的孩子，只是有時覺得聽不懂或無聊就開始做自己的事，但這些林林總總他認為還好的事已經足以讓班上的老師很崩潰。

平時他在打擊樂的表現其實是最積極投入的那一個。團練時他總是第一個到，總會幫別人把鼓拿好，總會問我還有沒有其他的事要幫忙，但是練習事也是常管不住嘴巴-愛講話。為著校慶表演，他很認真練習，但在表演前夕，就被導師強烈禁止表演。他感到很很難過，但鼓勵他要為自己的行為負責。我提醒他，如果想參加接下來的二個表演，要注意自己的言行。最後的兩次表演他順利參加了，任課老師也回饋給我他最近課堂上的表現確實有進步，雖還是有些小問題，但課堂參與時沒有一直搶話也能把作業完成。希望打擊樂團能陪伴這個愛音樂的孩子，順利度過這個尷尬又青澀的階段，且能讓別人看見他好的表現。





17. 期末作業

12.28 是今年團練的最後一次。12 月的心得也是拖到今天才有時間請同學。曾老師對同學的觀察，認為同學在短短的一個學習能夠有三次不錯的表演經驗，其實是很值得鼓勵的。學期末接下來還有二周，曾老師請同學自行選曲，然後自行編曲，之後老師會給予個別指導。最後由個人演出再錄影剪輯上傳到學校的 FB，作為這學期的個人成果展。

