

# 雲林縣立飛沙國民中學

「大手拉小手」青少年引導計畫

逆沙飛翔 樂音遠颺



感 謝

蕭文雄 先生  
財團法人普仁青年關懷基金會

普仁情愫牽 永銘存五內

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

「逆沙飛翔—樂音遠颺」

執行計畫書

首次申請

曾接受本會

103、104、105、106、107、108、109、110、111 年度贊助

申請單位：雲林縣立飛沙國民中學

單位主管：陳昭龍校長                      電話：05-7723218#002

計畫主持人：陳昭龍校長                      電話：05-7723218#002

主要參與人員：蔡麗昭老師、林秋霞組長、沈育琳老師



## 執行計畫書

### ◎ 計畫名稱

「逆沙飛翔—樂音遠颺」

### ◎ 內容

#### 一、計畫摘要

本校位處偏遠濱海地區，文化資源及刺激嚴重不足，學生單親、隔代教養、新住民與低收入戶等弱勢家庭比例超過八成，家長們社經地位低落，平日忙於經濟活動，拼生活，加以知識能力水平不高，無能力再加指導孩子功課，孩子們學習成就普遍低落，更遑論藝文能力的開展。因此本校除了加強平常的課業學習外，亦多方設法，努力提供學生們多樣能力的嘗試機會，發展學生多元的智慧。希望藉由本計畫申請的管樂隊之訓練，開發偏鄉青少年普遍缺乏的藝文多元智慧，透過樂器彈奏技巧的習得，激發青少年的音樂學習興趣並促其遷移至其他領域的學習，以開啟青少年的潛能，協助青少年適性發展，藉以建立自信心，肯定自我價值，豐富生活經驗，進而增強青少年自我引導學習能力，讓青少年勇於作夢追夢，並能實現夢想。

#### 二、過去執行成果

本校自 103 年度受普仁基金會補助新台幣 332,086 元，成立了「逆沙飛翔—樂音遠颺」管樂隊；104 年度補助新台幣 242,760 元；105 年度補助新台幣 204,960 元；前三年共獲得補助管樂設備計 360,752 元，用以完備社團樂器。106 年度續受普仁基金會補助新台幣 164,850 元，；107 年度補助新台幣 117,600 元，；108 年度補助新台幣 144,310 元；109 年度補助新台幣 150,610 元；110 年度補助新台幣 152,440 元；111 年度補助新台幣 160,060 元；112 年度補助新台幣 184,392 元。10 年來接受補助達 1,854,058 元。

飛中管樂隊現在成員 38 人，當中弱勢學生達 29 人，佔全團 76.3%。弱勢學生各類人員



(重複計算) 包括：低收入戶 12 人、中低收入戶 3 人、清寒 1 人、隔代教養 2 人、單親 8 人、外籍及大陸配偶子女 19 人、身障子女 3 人。到目前為止，本計畫已執行 10 年，也有更多機會到社區表演，漸漸累積了些成果，並受到社區及來賓的認同與讚揚，茲分述如下：

#### (一)、學習態度良好

本團團員學習態度良好，也積極參加訓練課程。可從出席率得到印證。成團至今，所有成員的出席率都是百分之一百，除了當天因公或事病假外，幾乎沒有人缺席，表示所有成員都非常在意樂器學習這件事情。

每星期五下午由專業管樂教師授課，提供不同樂器樂譜與進階性演奏技巧的傳授，學生均能得到相當的成長，對於師長的教學亦能虛心納受以補自己的不足，樂於學習是團員們最大的支持力量，同時自信心增加也能從容上台表演，累積自己的實力。

平時犧牲午休時間進行集訓，除了複習老師所教導的樂曲外，也可以藉此機會增加團員之間的演奏默契。特別是學長姐與學弟妹之間的教學傳承，藉由團練時經驗的教導與分享，讓學弟妹可以較快速學習與應變，除了學弟妹受惠外，也增加學長姐教導的熱忱與自我成長。

#### (二)、音樂素養與彈奏技巧符合標準

管樂隊成員初期的音樂素養可說都是白紙一張，樂隊老師從節奏、識譜、音階到整首樂曲，按部就班不辭辛勞的教導，目前整團已開始進行分列式演奏，以參加雲林縣行進管樂比賽為目標。個別團員的音樂素養與彈奏技巧經指導老師評鑑結果，在採 5 等第計分；優〈5 分〉、佳〈4 分〉、可〈3 分〉、加強〈2 分〉、待加強〈1 分〉的標準下，每位成員至少都可達到 3 分（可）以上，都分別可達到授予「演奏秀才」和「演奏舉人」的標準，團員個別表現成績（表一、表二）及等第統計（表三、表四）如下：



表一：八年級學生音樂素養與彈奏技巧評鑑等第表

本表格採 5 等計分；優〈5 分〉、佳〈4 分〉、可〈3 分〉、尚可〈2 分〉、加強〈1 分〉

編號	姓名	基本音階	小號志願軍	國歌	國旗歌	第一獎	快樂頌	守攻
1	蔡○晏	5	4	5	4	5	4	5
2	蔡○婷	4	4	4	4	4	4	4
3	王○麗	5	4	5	4	5	4	5
4	蔡○蓁	3	3	3	3	3	3	3
5	吳○謹	4	4	4	4	4	4	4
6	吳○祥	4	4	4	4	4	4	4
7	吳○倫	4	3	4	3	4	3	4
8	林○勤	4	4	4	4	4	4	4
9	林○烜	4	4	4	4	4	4	4
10	侯○州	5	4	5	4	5	4	5
11	吳○玉	5	4	5	4	5	4	5
12	蔡○恩	5	5	5	5	5	5	5
13	蔡○萱	3	4	4	4	3	4	3
14	吳○鳳	3	4	4	4	3	4	3
15	吳○諤	3	4	4	4	3	4	3
16	黃○慈	4	4	4	4	4	4	4
17	吳○宏	4	4	4	4	4	4	4
18	王○平	5	4	5	4	5	4	5
19	吳○軒	4	4	4	4	4	4	4

以上表格內，學生都已達到初級檢定合格，受予「演奏秀才」頭銜



表二：九年級學生音樂素養與彈奏技巧評鑑等第表

本表格採 5 等計分；優〈5 分〉、佳〈4 分〉、可〈3 分〉、尚可〈2 分〉、加強〈1 分〉

編號	姓名	恐怖小店	Power March	愛的禮物	紫鋼琴	逆風	Brass Competition	Good Time	霍格華茲
1	陳○融	5	5	5	5	5	5	5	5
2	林○頤	4	4	4	4	4	4	4	4
3	吳○穗	5	5	5	5	5	5	5	5
4	黃○涓	4	4	4	4	4	4	4	4
5	吳○瑩	5	5	5	5	5	5	5	5
6	吳○瑜	5	5	5	5	5	5	5	5
7	柯○安	4	4	4	4	4	4	4	4
8	張○源	4	4	4	4	4	5	5	4
9	吳○蓉	5	5	5	5	5	5	5	5
10	李○郡	5	5	5	5	5	5	5	5
11	吳○漾	4	4	4	4	4	4	5	4
12	王○媚	5	5	5	5	5	5	5	5
13	吳○慧	5	5	5	5	5	5	5	5
14	蔡○芳	4	4	4	4	5	5	5	4
15	蘇○廷	4	4	4	4	4	4	4	4
16	蔡○誼	4	3	4	3	4	4	4	4
17	吳○宇	4	4	4	4	4	4	4	4
18	蔡○舜	4	4	4	4	3	3	4	4
19	吳○原	4	4	4	4	5	4	5	4

以上表格內，學生都已達到初級檢定合格，受予「演奏舉人」頭銜。



表三：八年級學生音樂素養與彈奏技巧百分比統計表

等第	基本音階	小號志願軍	國歌	國旗歌	第一獎	快樂頌	守攻
5等	32%	5%	32%	5%	32%	5%	32%
4等	55%	86%	63%	86%	50%	90%	50%
3等	13%	9%	5%	9%	18%	5%	18%

表四：九年級學生音樂素養與彈奏技巧百分比統計表

等第	恐怖小店	Power March	愛的禮物	紫鋼琴	逆風	Brass Competition	Good Time	霍格華茲
5等	48%	48%	48%	39%	61%	70%	70%	48%
4等	52%	48%	52%	57%	35%	30%	30%	52%
3等	0%	4%	0%	4%	4%	0%	0%	0%

由表一與表二可了解，所有學生都已達到3等第（可）以上，八年級學生均可獲頒「演奏秀才」頭銜，九年級學生均可獲頒「演奏舉人」頭銜。不過，由表三與表四知，八年級團員從進來到目前為止，配合度高也肯學習，加上每周持續進行練習，也日有進步，；九年級團員表現強大企圖心，成績大部分集中於第五等第（優）與第四等第（佳），然還有極少部分團員的表現還停留在第三等第（可）。因此，老師會根據學生不同情況，也適時調整至其他演奏部位，多方學習來啟發學生潛能，以能發揮最大成效。期盼團員都能繼續努力，追求卓越表現。



### (三)、品德與行為符合規範

團員入團時都須簽具承諾書，宣誓遵守承諾書的約定，並由指導老師隨時評鑑，評鑑結果全部團員都達到優〈5分〉的等第，意即，全部團員的品德與行為均符合高標的規範。

### (四)、教師評鑑結果

學生期中經教師評鑑後，結果分析如下：

#### 1. 滿意度達非常同意的有下列幾項：

(1) 經過一學期的學習後，整體學生在學習上有明顯的進步。(5) 不會影響學生整體課業，今年升上公立高中職比例增加。(6) 在訓練課程中，整體學生能專心練習，表現良好。(8) . 在訓練課程中，整體學生會主動教導其他同學。(9) . 每一次演出機會，整體學生皆能樂於參與。(10) . 團隊的訓練及演出，能讓整體學生獲得成就感。

#### 2. 滿意度達「同意」者計有下列幾項：

(2) 整體學生展現對逆沙飛翔。樂音遠颺學習的興趣。(3) 整體學生展現對自己的自信。(4) 整體學生會為自己負責任。(7) 在訓練課程中，整體學生學習態度主動積極。

由上可知，在老師的眼中，學生參加管樂隊後變得更有自信、更負責任、更主動積極、更專注並有成就感。不過美中不足也是偏遠地區學生普遍弱勢之處，有些學生自我肯定不足，仍需多多鼓勵，個性內向的同學仍遲遲不敢跨出起點的一步。不過經由這幾年的努力與表現，少數個性退縮的學生已有明顯進步，管樂給予的正向增強是值得欣慰的。





## (五)、學生畢業升學統計

## 111 學年度-112 年度引導計畫學生升學狀況調查表 (112.8 月調查)

學校名稱：雲林縣立飛沙國民中學引導計畫名稱：逆沙飛翔。樂音遠颺參加引導計畫學生總人數：45 人；畢業人數：25 人考上公立人數：17 人；私立人數：8 人

學生姓名	考取學校	附註
吳○綦	國立北港高中 普通科	學生屬外配子女
吳○君	國立北港高中 普通科	學生屬低收及身障外配子女
曾○軒	國立北港高中 資料處理科	
蔡○綦	國立虎尾高中 普通科	
劉○綺	樹人醫護管理專科學校 醫學影像暨放射技術科	
陳○梅	敏惠醫護管理專科學校 護理科	學生屬外配子女及低學習成就
劉○君	私立東吳工家 幼保科	學生屬中低收入戶及低學習成就
吳○翔	國立北港高中 普通科	學生屬高功能自閉不語症
吳○穎	私立東吳工家 餐飲科	學生屬失親及隔代教養
黃○閔	私立大成商工 汽車科	
王○歲	國立北港農工 電機科	學生屬學習低成就
陳○宜	國立鹿港高中 商業經營科	學生屬單親及隔代教養
黃○綦	國立北港高中 普通科	
蔡○臻	國立北港農工 畜產保健科	學生屬清寒家庭及高風險家庭
吳○薰	國立曾文農工 畜產保健科	學生屬單親
吳○妍	國立北港高中 國際貿易科	學生屬單親及隔代教養
林○鳳	國立北港高中 商業經營科	學生屬外配子女及重組家庭
蔡○慈	國立斗六家商 幼兒保育科	
吳○甄	國立北港農工 畜產保健科	
林○怡	私立東吳工家 時尚造型科	學生屬學習低成就
蔡○維	國立北港高中 資料處理科	學生屬失親及外配子女
劉○杰	私立東吳工家 資訊科	學生屬清寒家庭
蔡○嶸	國立北港農工 畜產保健科	學生屬單親及外配子女
吳○鋒	國立北港農工 農業機械科	
吳○丞	私立大成商工 汽修科	學生屬學習低成就



本校承蒙普仁基金會贊助成立管樂隊多年來，學生參與練習的時間長，投入表演與比賽的次數也漸多，因此，學生們對於管樂隊有極深的歸屬認同感。

今年管樂隊學生升學率達百分之百，高達七成就讀國立學校，每位學生都有自己的目標與理想，除了升讀普通高中外，升讀高職及五專的同學，對於自我生涯規劃性向明顯，都選擇跟自己未來工作相關的科系，對本區偏鄉家庭來說，工作能兼顧經濟來源與收入是需要自我肯定與格外的勇氣及規劃。

學生能夠清楚認識自己並規畫自己的未來，是一件難能可貴的事，在畢業前的訪談中，管樂隊學生表現落落大方，對於自己未來的藍圖有所規劃，著實是一件值得師長安慰的事。

## （六）競賽成績表現

本校管樂隊成軍將滿七年，要以參加雲林縣行進管樂比賽為重點活動。

1. 103 年度獲全縣行進管樂比賽 70 人以下 優等
2. 104 年度獲全縣行進管樂比賽 70 人以下 優等第二名
3. 105 年度獲全縣行進管樂比賽 70 人以下 優等
4. 106 年度獲全縣行進管樂比賽 70 人以下 優等第三名
5. 107 年度獲全縣行進管樂比賽 70 人以下 優等
6. 108 年度獲全縣行進管樂比賽 70 人以下 特優第二名
7. 109 年度獲全縣行進管樂比賽 70 人以下 優等第二名
8. 110 年度獲全縣行進管樂比賽 70 人以下 優等第二名
9. 111 年度獲全縣行進管樂比賽 乙組 70 人以下 特優第一名
9. 112 年度獲全縣行進管樂比賽 乙組 70 人以下 優等第一名

112 年度，本校因學生人數減少，報名乙組 70 人以下，旗隊也減少人數與規模，在樂曲的選擇上以活潑輕快的曲目搭配壯闊的哈利波特-霍格華茲曲目，讓表演更有層次，在本組中贏過十班以上大校，拿下優等第一名，除了使學生增加自信心，同時也為學校爭取到榮譽。



## (七) 計畫期中執行成效

本校 112 年度期中執行成效，依計畫指標評估，均有達標準，結果如表五與表六。

表五

附表 2-4：期中達成量表

成效評估	量化指標	評估方法與工具	期中量化評估結果(達成率)	期中量化評估結果說明(文字)
(一)-1 1. 學生對學校與社團的認同感	75%的學生對於學校經營管樂隊有助提升校園形象達滿意程度	問卷	95%	學生取得雲林縣行進管樂特優佳績後，對於音樂的信心大為增加。  經由兩場公開演出(母親節以及畢業典禮)學生表現更穩定成長。
(一)-2 學生參與程度	樂隊學生持續參與率達 95%	社團點名表	99%	除了學生當日請假外，幾乎全員到齊。也利用中午午休時間增加練習機會，增進訓練效果。
(二)-1 提升外語文能力	#增加英文歌曲演奏及歌曲唱誦。 #認識樂器的英文名稱及一般表演時英文介紹及應答。	樂曲統計	外文歌曲： Good time、 YMCA、 Mamma Mia、 NewAttitude、 The cup of life 學習單	1. 帶領學生觀看原版歌曲並解說英文歌詞內容，增加學生對於該首歌曲的融入。 2. 每位同學除了自己使用的樂器的英文單字與念法外，還須了解本校管樂隊的樂器名稱及口語表達。
(二)-2 建立飛中管樂社群，提供藝文知名團體演出訊息，進行藝術線上欣賞。	線上藝文表演觀看至少 2 次	撰寫欣賞心得 2 篇	七月暑假完成一場，一月寒假完成一場。	利用寒暑假集訓觀看國際性相關音樂演奏會，培養學生對於正規音樂演奏的感受與情境，增加對音樂的興趣。



(三)-1 提升學生的音樂學習熱誠	(1)能藉文字表達欣賞音樂之美 (2)增加公開表演次數	(1)音樂學習心得報告 300~500 字 (2) 每學期表演次數	每月一篇  2 次	1. 參加管樂隊學生每個月填寫心得，紀錄學習狀況及新學習樂曲。 2. 單月以普仁專題為主，雙月以學習心得為主。
(三)-2 提升學生閱讀風氣	(1)本校圖書室圖書租借次數每月 100 人次以上 (2) 每學期讀書心得 10 篇	(1)當月圖書借閱統計 (2) 心得撰寫篇數統計	3 月 150 次 4 月 130 次 5 月 122 次 6 月 109 次 小書蟲心得共 380 篇。	1. 學生閱讀次數增加，對於學生的思考與表達能力均有助益。 2. 鼓勵學生多閱讀以增廣見聞知識，並涵養本身素質內涵。 3. 配合閱讀小書蟲的心得寫作與好書分享，增加學生的組織與表達應用能力
(四)-1 提升學生的音樂學習素養與自信	對外演出與競賽	對外演出與競賽次數	1-6 月已進行 2 次。	母親節及畢業典禮表演。 8 月獲邀鄉父親節表揚典禮節目演出及 11 月行進管樂比賽。
(五)-1 落實協助高關懷學生	參與引導計畫的高關懷學生數與比例	依實際人數統計	76.32%	管樂隊扶助低收、中低收入、清寒家庭與身障子女、單親、外配與隔代教養共 29 人，學生能在教育資源缺乏的情況下學習管樂，均能抱持珍惜與感恩的心。 (管樂隊共 38 人)
(五)-2 有效降低中輟生	中輟生人數與比例	依實際人數統計	100%	目前管樂隊無中輟生。



(五)-3 未來繼續升學高中 職人數	升學人數	依實際人 數統計	0	調查管樂隊七、八年級 未來升學意向很高，每 年七月放榜後，再調查 九年級學生升學狀況， 再彙整給基金會。
(六)-1 貢獻社團學習技 能服務社會。	校內校外服務	服務時數 紀錄表	1-6 月隊員總 服務時數計 702 小時	結合校內外服務，並登 錄於校務系統。
(六)-2 社區老人食堂及 向陽照護中心演 出陪伴。	義務演出服務	一年至少 一次	一次	第一學期休業式進行社 區健走，結合老人食堂 演出。

表六

附表 2-6：計畫執行單位自評表

評估成效	執行自評 (1~10 分)	敘述/說明	普仁秘書處初審意見 (本欄請勿填寫)
1. 計畫執行成效含 執行進度及網站 上傳內容	10	進度及活動報告網站內容是否 已更新： <input checked="" type="checkbox"/> 是； <input type="checkbox"/> 否。	
2. 學生自我成長及 對團體的認同度	9	今年七八年級的學生，對於管 樂練習能提起高度興趣，也積 極要求增加練習時間，對於課 程的安排均能全力配合，成效 漸漸彰顯。	
3. 學校整體配合度	10	學校全力支持管樂隊，對於課	



		程訓練時間與場地均給予全力支持，也盡量給予管樂隊有表演的機會，以增加學生的自我信心與成長。也在想辦法積極爭取政府樂器補助，盼能健全管樂設備，讓學生能更加投入。		
4. 學校與地方資源連結成效	9	偏遠學校地方可運用資源乏，且全校各方面建設與改善均賴上級補助。學校積極爭取給予地方資源並做有效的資源分配。  目前以各界捐資及專案計畫額外申請為主，再積極爭取地方公廟或各界捐資的幫忙。		
5. 經費執行成效	9	期中經費執行率：75.03 %		
補充說明	<p>(第一期經費執行率低於 75% 者，務請提出說明)</p> <p>1. 因行進管樂比賽的賽程規畫在下半年，上半年經費主要使用在聘用教師的鐘點費，樂器的維修會在暑期學生休息時進行維護，使得第一期經費執行率只能剛好達標 75.03%。</p>			



## (八) 期中經費執行狀況如表七

表 2-1：期中經費執行表

單位名稱	雲林縣立飛沙國民中學							
計畫名稱	112 年度逆沙飛翔。樂音遠颺							
經費執行時間	112 年 1-6 月							
經費科目	經費項目	單價 X 數量 (請註明計算單位)	預算金額	預算來源(金額)		基金會核定金額	執行狀況(金額)	備註
				自籌 (含其他單位贊助)	申請 普仁贊助			
授課費	鐘點費	800 元 X 200 節	160,000	44,800	115,200	115,200	61,200	
授課費	鐘點費	378 元 X 200 節	75,600	55,188	20,412	20,412	0	
交通費	帶隊參加 比賽及社 區演出	6000 元 X 4 趟	24,000	12,000	12,000	12,000	0	
服裝費	添購及租 借表演服 裝道具	300 元 X 60 件	18,000	0	18,000	18,000	0	
維護費	樂器維修 保養費	10,000 元	10,000	0	10,000	10,000	4,680	
器材費	立奏鐘琴	35000 X 1 組	35,000	35,000	0	0	0	
器材費	SAX	25000 X 1 組	25,000	25,000	0	0	0	
贊助金額小計						175,612	65,880	
計畫管理費						8,780	3,292	
贊助金額合計						184,392	69,172	
<b>核定贊助金額: 184,392</b>								
<b>第一期撥款金額: 92,196</b>								
<b>第一期已執行金額: 69,172</b> <span style="float: right;"><b>執行率: (75.03%)</b></span>								
自籌(含其他單位贊助)經費來源補充說明：								
1. 學校極力爭取教育部教育優先區交通車補助，可支援額外的彩排及演出車資，並填補不足的寒暑假集訓鐘點費。								
2. 已向縣府爭取教育部偏鄉藝文補助添購立奏鐘琴及 SAX。								



### 三、計畫動機與目的

教育是一個使人成為全人的歷程。如何引導孩子成為一個文化人、音樂人與認同自己的人，是吾輩教育工作者責無旁貸的工作。緣此，本校成立管樂隊，為孩子打開一扇藝術的窗口，開拓他們的視野，豐富生活經驗，並營造社團成為一個愛與關懷的學習環境，彼此關愛與互助。

本校位處西部濱海偏鄉地區，為雲林縣超級偏遠學校之一，學生家長多為付出勞力的基層勞工或農民，社經地位普遍低下。同時偏鄉地區，文化刺激匱乏，資源欠缺，藝術與人文活動稀少，學生苦無機會參與藝術與人文活動，是以學生在藝術與人文方面的素養大幅落後城市的學生，形成的城鄉鴻溝難以想像與跨越。是以本校積極找尋資源與解決方案，希望能連結與引入社會豐富的資源，永續發展本校的藝文特色，讓學生能浸濡於藝術文化的薰陶中，提升藝文素養，縮減城鄉差距，實現社會公平與正義。

本計畫規畫一系列管樂訓練課程，引領本校弱勢學生按部就班的學習與練習，逐步培養藝術素養，同時營造校園藝術氛圍，期能將藝術之美帶入家庭，深入社區，帶動四湖鄉飛沙地區及鄰近社區的藝術文化。

據上，茲將本計畫申請動機簡述如下：

- (一)、為學生與弱勢家庭的孩子找到學習的另一扇窗，培養課外興趣，讓他們雖身處弱勢環境中仍可肯定自己。
- (二)、藉音樂學習上的亮點，引導學生在生活和品行上的表現更正向積極。
- (三)、藉由音樂學習亮點的遷移，提升學生課業學習的成就，並協助他們學習規畫未來或生涯專長。
- (四)、永續經營「飛沙管樂隊」，讓他成為飛中的特色，不會因師資與經費問題而中止。
- (五)、讓藝文透過學生在飛中發芽，在社區中生根，帶動社區發展。

另以，本計畫希望達到以下目的：

- (一)、發展學生音樂智能：以節奏、識譜、獨奏與合奏等不同能力為訓練標準，為孩子打下紮實的音樂基礎。





- (二)、增加學生成就動機：藉由表演、比賽的成功機會，賦予學生自我肯定的能量，激發高昂的學習興趣，增加學生成就感。
- (三)、培養團隊合作精神：透過每首樂曲合奏的訓練，使學生學得團隊合作的態度與技巧。
- (四)、增進學生對學校及社區的歸屬感：安排學生參加比賽及對社區展演，讓學生體會自我與學校及社區的關係，提高學生對學校與社區的歸屬感。
- (五)、培養帶著走的休閒與紓壓能力：除了培養學生能帶著走的音樂基本能力，並能作為休閒活動及紓解壓力的有效方法。
- (六)、未來發展性：好的吹奏技巧及比賽成績，讓孩子於未來升學及生涯發展時，能贏得比別人更好的發展機會。

#### 四、問題界定與需求評估

本校位處偏遠濱海地區，為雲林縣偏遠學校之一，由於少子化問題的衝擊影響，全校目前班級數 6 班，全校學生數 95 人，教職員工人數 25 人，由於學生數越來越少，師資編制較少，師資結構難以完整，藝能科教師相對不足，因此對外尋求管樂專長教師，以外聘教師方式至本校教授管樂，以補藝能科教師之不足；又因本校大部分學生經濟弱勢，無法自費學習樂器，是以本校積極對外尋求資源，希望藉由本計畫之申請開啟學生藝文學習的新契機，給予本校學生藝術人文的薰陶。其次，本校弱勢家庭人次高達 59 人，占全校學生數百分之 62，外配子女、單親、隔代教養及低收入戶人數眾多，普遍缺乏自信心，學習成就低落，期望經由「引導計畫」的申請與實施，協助孩子發現自己的亮點，讓在傳統學習領域習慣性挫敗的學生，能有表現的舞台，成功的機會。本校申請貴會「引導計畫」已進入第 9 年，樂器已經完備，也完成具規模的行進管樂組織，希望本校管樂隊將能持續發展，更能厚實本校管樂隊演奏水準；同時學生也將因成就感培植自我信心，涵養藝術生活氣質，擴大視野與世界觀，貴會也一直是本校管樂隊團員成功學習翻轉的重要推手。



## 五、計畫內容

### (一)、管樂隊目標

1. 管樂隊近期發展目標：培養學生音感與興趣，實施分組練習，擴大學習效果，增加學生 在校的展演與表現機會。
2. 管樂隊中期發展目標：厚植音樂基礎，積極參與校內外各項活動、比賽為校爭取榮譽，藉表演提升學生的自信心，增添自我認同。
3. 管樂隊長期發展目標：培養學生的團隊精神、創造力及美感經驗的學習機會，進而擴展孩子們的視野，將藝術帶入家庭，深入社區，實踐「藝術校園、藝術社區」的理想，深耕藝術人文的精神為終極目標。

### (二)、管樂隊招生

1. 招生對象：本校對管樂有興趣的學生，預計招收隊員 40 人。
2. 招生方式：
  - (1) 開放對管樂有興趣基礎的學生參加入隊甄選。
  - (2) 鼓勵弱勢家庭的孩子踴躍參加。
  - (3) 由導師推薦學生參加。
  - (4) 符合弱勢家庭背景的學生至少 60% (23 人)。
  - (5) 參加樂隊學生一律免費。

### (三)、樂團練習時間

1. 週一至週四午休時間。
2. 飛中藝人上課時間。
3. 飛中好品時間。
4. 課餘時間、週末假日、寒暑假。【視活動或比賽需要，彈性調整練習時間】。

### (四)、樂團訓練

1. 訓練方式：



(1) 樂理認知-----每週安排樂理課程，由外聘管樂專長教師授課。

(2) 吹奏練習-----每週安排吹奏課程，由外聘管樂專長教師授課。

2. 訓練地點：音樂教室、紅樓。

3. 訓練教材：由指導教師提供教本、譜冊，另視經費狀況斟酌是否另行購買。

4. 表演安排：

(1) 校內表演：參加集會及校慶慶典及畢業典禮表演，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表演及相關慶典活動，以培養付出己力、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。

#### (五)、樂團規範

1. 舉行入團儀式。

2. 閱讀品行規範書。

3. 簽訂品行承諾書。

4. 品行護照。

5. 品行考核。

6. 票選品行楷模。

7. 學習暨品行總結評鑑。

8. 課業成績、品德與行為、演奏技巧。

#### (六)、演奏技能檢定與受銜

1. 初級檢定合格，授予「演奏秀才」頭銜，並頒發證書。

技能:音感、節奏感、音階演奏。

2. 進階檢定合格，授予「演奏舉人」頭銜，並頒發證書。

技能:國歌、國旗歌、頒獎樂。

3. 高階檢定合格，授予「演奏進士」頭銜，並頒發證書。



技能:縣賽指定曲、縣賽自選曲。

(七)、淘汰機制

每學期期末學習暨品行總結評鑑結果有下列任意一項者，予以淘汰：

1. 出席率未達 90%。
2. 學期總成績未達五個學習領域及格。
3. 品德學習護照記缺點達 20 次以上。
4. 第一學期未能初級檢定合格。
5. 第二學期未能進階檢定合格。

六、計畫評估及預期效益

本計畫執行將透過落實協助高關懷學生、有效降低中輟生、提高未來繼續升學高中職人數、提升學生對學校與社團的認同感、提升學生的音樂素養及學習熱誠與提升學生閱讀風氣等六項指標評估成效，同時希望收到以下的預期效益並呼應 108 課綱之三面九項內容，培養孩子成為一個能終身主動的學習者。

預期效益	對應 108 課綱三面九項內容
(一)、提升本校學生藝術與人文之基本能力，豐富藝術與人文課程的教學內涵，提供優質的學習機會，除了學習樂器之外，更須學習維修樂器的技巧，達成「一人一技，一校一藝」的教育目標。	溝通互動-藝術涵養與美感素養 自主行動-系統思考與解決問題
(二)、透過團體活動與線上網路社群的建置，培養團隊合作精神，經由學習樂器的機會，分享世界知名樂團的線上演出與科技運用，培養與世界脈動接軌，拓展國際視野。	社會參與-人際關係與團隊合作 溝通互動-科技資訊與媒體素養 社會參與-多元文化與國際理解
(三)、提升全體教職員工生的藝文素養，建立校園精緻文化，陶冶學生優雅氣質。	自主行動-身心素質與自我精進
(四)、藉由學會吹奏樂器進入音樂世界，認識音樂符號，提高成就感，透過社區展演與競賽，學習規劃活動與演出，增進尊榮感，進而提升自重感。	自主行動-規劃執行與創新應變 溝通互動-符號運用與溝通表達
(五)、透過自重感的提升，鼓勵學習遷移，帶動品德、行為與學業成績的改善。	自主行動-身心素質與自我精進 社會參與-道德實踐與公民意識
(六)、為社區義演、服務社區，培養付出己力，關懷社區的精神。	社會參與-道德實踐與公民意識



同時希望收到以下的預期效益：

- (一)、提升本校學生藝術與人文之基本能力，豐富藝術與人文課程的教學內涵，提供優質的學習機會，達成「一人一技，一校一藝」的教育目標。
- (二)、透過團體活動，培養團隊合作精神，並經由學習樂器的成就，強化榮譽感、自信心，帶動其他方面的學習成就，提升學業學習效率，增加升學機會。
- (三)、提升全體教職員工生的藝文素養，建立校園精緻文化，陶冶學生優雅氣質。
- (四)、藉由學會吹奏樂器，提高成就感，透過比賽得獎，增進尊榮感，進而提升自重感。
- (五)、透過自重感的提升，鼓勵學習遷移，帶動品德、行為與學業成績的改善。
- (六)、為社區義演、服務社區，培養付出己力，關懷社區的精神。



## 七、附錄

### (一)、分工表與工作內容

職位	姓名	執掌	工作內容
校長	陳昭龍	總召集人	督導計畫核定與執行
教導主任	蔡明振	執行秘書	統籌執行計畫協同督導
總務主任	吳俊德	執行委員	協同督導
輔導主任	沈之敏	執行委員	1. 協同督導 2. 高關懷與弱勢學生的掌控與協同輔導
訓導組長	林秋霞	執行委員	1. 相關行政業務計畫申請 2. 計畫執行與提供相關行政協助 3. 對外成果提報
教師	蔡麗昭	執行委員	1. 訓練管樂隊、課程安排 2. 協調校內外師資與訓練事宜 3. 樂器的保管與維護
教師	沈育琳	執行委員	1. 訓練管樂隊、課程安排 2. 協調校內外師資與訓練事宜 3. 樂器的保管與維護
專任輔導教師	范霽穎	執行委員	1. 心理輔導教師。

### (二)、計畫執行進度表

112 年 1 月至 111 年 12 月預定工作進度													
工作項目	月分	111 年											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
		月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月	月
擬定本校管樂隊練習的課程		■											
參與校內各項常態性活動		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
參與校外表演、藝術活動與義演		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
比賽前精進訓練			■	■	■			■	■	■			
寒暑假安排集訓練習			■					■	■				
建立考核機制，評估推動成效							■						■
成果報告撰寫													■



附表 1-2

## 學校基本資料表

單位名稱	雲林縣立飛沙國民中學		設立時間	57 年 8 月
單位屬性	<input type="checkbox"/> 一般 <input type="checkbox"/> 都會區 <input checked="" type="checkbox"/> 偏遠 <input type="checkbox"/> 特偏 <input type="checkbox"/> 原住民 <input type="checkbox"/> 離島			
校 長	陳昭龍	電 話	05-7723218#002	
E-mail	chenjl@ylc.edu.tw	傳 真	05-7720456	
通訊地址	6654 雲林縣四湖鄉飛沙村大同路 81 號			
學校網址	<a href="http://www.fsjh.ylc.edu.tw">http://www.fsjh.ylc.edu.tw</a>			
計畫承辦人	林秋霞	電 話	05-7723218#031	
E-mail	rose700504@gmail.com	傳 真	05-7720456	
學生屬性概況	<p>全校學生人數 90 人，每班平均約 15 人。</p> <p>低收、中低收入戶人數 33 人，佔 36.7%。</p> <p>清寒家庭(不含低收入戶)人數 8 人佔 8.9 %</p> <p>外籍配偶人數 26 人，佔 28.3%。隔代教養人數 4 人，佔 4.4%。</p> <p>單親家庭人數 21 人，佔 22.8%。</p> <p>原住民 0 人。身心障礙人士子女人數 5 人，佔 5.3 %。</p> <p>總計本校弱勢家庭人數高達 60 人、佔全校百分之 65.2%。(剔除重覆人數)</p>			
學校背景與發展特色	<p>本校隸屬雲林縣偏遠學校，地處沿海區域，資源弱勢，全校共六班，學生數為 90 人，教師人數 19 人，由於學生數越來越少，師資編制較小，師資結構難以完整，因此對外尋求管樂專長教師，以外聘教師方式至本校教授管樂，又因本校大部分學生家境不佳，因此積極對外募款尋求資源，希望藉由本計畫之申請開啟本校藝文課程的新契機，給予本校學生藝術人文的薰陶。</p> <p>本校弱勢家庭人次高達 60 人，占全校學生數百分之 65，外配、單親、隔代教養、身障子女及低收入戶與家境清寒人數眾多，家長教育程度普遍不</p>			



高，對於孩子教養觀念較為不足，且通常忙於工作，無暇費心力管教孩子，不能適時導正偏差行為與錯誤價值觀，往往讓孩子的偏差行為層出不窮，越發而不可收拾。

本校長期以來發展國術運動，在推廣國術方面不遺餘力，成立的國術隊在各項比賽屢獲佳績，且常應邀對外表演。而除了國術之外，本校管樂已成為學校本位課程為另一特色，啟發學生音樂的智能與技能，使學生在學習的過程中能自我成長、建立自信心、培養團隊合作精神，希冀悠揚的樂音能繼續迴盪在校園及每位孩子心中。

感謝基金會的協助，經過九年來的努力，成果也漸漸豐碩。經典有云：「若根得水，枝葉花果，悉皆繁茂。」我們學生就像樹苗要成長成大樹，有了普仁基金會及贊助單位的扶助，就像一潭生命之水，灌溉著我們這每一棵成長中的樹苗，當樹苗接受水分與養分的滋潤成為大樹，而蔚然成林時，我們將會有更不一樣的氣象來展現我們自己與特色。而我們這群莘莘學子得到生命之水的滋潤，相信表現會更加出色與有型，以迎接未來更多的挑戰。

現在的飛中校園充滿了和諧的管樂聲，學生能在這樣環境的耳濡目染下，提高音樂興趣與素養。越來越多的展演也增進學生的自信心與特殊技藝能力，期許成就更高的領域，也為自己生命帶來更亮麗的光彩。

教育的本質就是愛的傳遞，讓學生能夠感受師長的關心，進而讓自己有所成長與進步。當學生觀念正確了，往後要走的路也不會偏離太遠，這就是師長們最值得安慰的事。





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 雲林縣立飛沙國民中學（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 5）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。

學校單位負責人  
(蓋關防或機關印信)

中 華 民 國 112 年 9 月 13 日



## 附表 1-4

## 學校執行預期成效自評量表

※本表『評估成效』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
1. 落實協助高關懷學生	參與引導計畫的高關懷學生數與比例	依實際人數統計
2. 有效降低中輟生	中輟生人數與比例	依實際人數統計
3. 未來繼續升學高中職人數	升學人數	依實際人數統計
4. 提升學生對學校與社團的認同感	(1.)75%的學生對於學校經營管樂隊有助提升校園形象達滿意程度	問卷
	(2.)樂隊學生持續參與率達 95%	社團點名表
	(3.)樂隊學生對樂隊滿意度達 85%	問卷
5. 提升學生的音樂素養及學習熱誠	(1.)能藉文字表達欣賞音樂之美	音樂學習心得報告 300~500 字
	(2.)增加公開表演次數	每學期表演次數
	(3.)對外演出與競賽	對外演出與競賽次數
6. 提升學生閱讀風氣	(1.)本校圖書室圖書租借次數 每月增加 100 人次以上	當月圖書借閱統計
	(2.)每學期讀書心得 10 篇	心得撰寫篇數統計
7. 提升外語文能力	(1.)增加英文歌曲演奏及歌曲 唱誦	樂曲統計
	(2.)認識樂器的英文名稱及一般表演 時英文介紹及應答	實際驗收
8. 服務時數	(1.)增加學生對於自我肯定與成長，行 有餘力可以貢獻一己之力	每位同學各自統計
	(2.)每學期至少需拿到校外或校內 4 小 時的服務時數，讓愛可以延續與正向性 增強	可以參加校外社區的 服務志工或是校內的 服務志工

(表格內容如填寫不下，可以自行調整格子大小)



## 八、經費概算表

## (一) 112 年經費概算表

112 年經費概算表

單位名稱		雲林縣立飛沙國民中學						
計畫名稱		逆沙飛翔-樂音遠颺						
經費執行時間		112 年 1 月 至 112 年 12 月						
經費科目	經費項目	單價 X 數量 (請註明計算單位)	預算金額 1+2+3	預算來源(金額)			基金會 核定金額	
				其他單位贊助1 金額1	贊助之 單位	自籌2		申請普仁贊 助3
授課費	鐘點費	800元x200節	160,000元			44,800元	115,200元	115,200元
授課費	鐘點費	378元x200節	75,600元			55,188元	20,412元	20,412元
交通費	帶隊參加 比賽及社 區演出	6,000元x4趟	24,000元			12,000元	12,000元	12,000元
服裝費	添購及租 借表演服 裝道具	300元x60件	18,000元			0元	18,000元	18,000元
維護費	樂器維修 保養費	10,000元	10,000元			0元	10,000元	10,000元
器材費	立奏鐘琴	35,000元x1組	35,000元			35,000元	0元	0
器材費	SAX	25,000元x1組	25,000元			25,000元	0元	0
合計			347,600元			171,988元	175,612元	
贊助金額小計								175,612元
計畫管理費								8,780元
贊助金額合計								184,392元
<b>核定贊助金額合計新台幣\$184,392元</b>								

第一期撥款 \$92,196 元

第二期撥款 \$92,196 元

各項經費使用，請依本表核定經費項目使用之(人事費及鐘點費不能勻支，其餘項目可勻支核定金額 6%)



附表 3-1

## 學生心得日誌

112 年 1 月份心得---新成員 新體驗	
學生	心得內容
吳 0 鳳	剛開始我原本很排斥吹管樂，而且我也不想背譜，更何況我同時還是角力隊和國術隊，我覺得應該會很忙。但是我聽說九年級的學長，同時也是國術隊和管樂隊的，讓我有點猶豫要不要加入管樂隊。有一次管樂老師在從七年級學生裡面詢問要參加管樂的學生，我那個時候一直都很想學小鼓，但是就是因為我要去比角力，所以才沒有被選到小鼓。但是我最後還是進到我第二喜歡的小號，雖然在被選到小號的途中，換了兩次樂器，但是加入管樂應該是我今年最開心的事情。
吳 0 宏	沒加入管樂隊之前，我原本以為很無聊，但自從我加入管樂隊的時候，我覺得很有趣，因為這是我第一次吹管樂，我的位置是打鼓，雖然打鼓通常都不用做什麼有點無聊，但是老師要我們打鼓的時候我覺得很好玩。因為這是我第一次打鼓，而且之前都沒有接觸過，所以我練了很久才會打鼓，過程雖然手很痠，但是等我練起來的時候我覺得很好玩；每一個禮拜我們會練習三節課，因為只有短短的三節課而已，所以我每天都在期待可以打到鼓，希望我可以打的越來越厲害。
吳 0 謹	一開始知道學校要甄選管樂隊時，我很緊張，因為不知道會不會被老師選上，可是後來慢慢習慣了管樂這個大家庭。在寒假集訓時，柯學長很有耐心的教我樂器，像是怎麼看譜怎麼吹和怎麼按按鍵，我很謝謝學長和管樂老師這麼有耐心的教我樂器，雖然很常讓他們哭笑不得的在教我樂器，我也慢慢的進步啦！雖然技巧還是沒有很精湛，我在進步的同時，也有一些新的東西出現，舊的新的一起出現，總是顯得樂器特別難學會，也好險有學長和管樂老師的指導，我的第五音、第六音，慢慢的吹了出來，不然真的會慘不忍睹！謝謝學長和老師的指導，我會好好練習的。
蔡 0 婷	一開始我很想吹小號，因為我以為小號那麼小，一定很簡單，但是並非如此啊！我加入小號後，老師先教 Do，後來慢慢的變高音，也代表越來越難，我本來 Mi 吹不出來，甚至連聲音都吹不出來，我以為老師沒注意到我，可是老師的耳朵很敏銳，聽到我吹錯了，然後老師就一步一步的教我如何吸氣、指法或是哪裡吹錯等，我也慢慢的進步了一些，雖然還是有點錯誤。後來就覺得薩克斯風好像有一點點的有趣，就很想要嘗試別的樂器，雖然很難，但是很有趣，可是沒辦法，因為小號剛好很缺人，況且老師又說我



	是適合吹小號的嘴型，小號也很有趣！希望之後我的小號能力能提升，錯誤減少！
林 0 烜	還沒加入管樂之前，我有在學校看到過學長出去外面比賽，也在校內上場表演過，真的好勇敢。開始選管樂要吹什麼時，心裡一直很擔心選到不會吹的樂器，也怕拿到很重的，被選到吹 tube 時，還不懂那是什麼東西，拿到手上就知道，哇！有點重。看起來蠻簡單，學長開始教我按指法和吹的部分，吹的時候聲音很雄厚，好有霸氣感，加上指法按的其他音，也變的好有感覺，後來慢慢的練。tube 雖然在練的過程中吹的有點很可怕，也在老師和學長教導下我也慢慢放下心來敢自己吹出不同的音符，希望自己能在管樂學習中能趕快成長，也希望自己不要吹的不三不四，加油！
蔡 0 恩	第一次參加管樂覺得還挺新奇的，我被選為小號，小號對我來說很難，一開始就默默的學口型和指法，小號我有時可以吹的很好，有時連最基本的音都發不出來，剛開始我甚至連第二個音都上不去，現在有好一點了。我吹的不好，我有時不太理解為什麼不把我換掉，換成其他人，或許就會更好，小號真的很難，有時要吹高音，我吹不上去，有時要吹譜，我吹不出來。後面要吹譜，我總是吹不上去，要連著吹真的太難了。每次都是今天會吹，明天就忘記該怎麼吹，我也吹不出聲，真的好奇怪。每次在跟其他人合奏時，我都好害怕，害怕自己吹的不好，害怕會吹錯，害怕影響到別人。但我還想試試，希望我能喜歡小號。
王 0 平	還沒進去管樂隊前，我其實不怎麼討厭音樂。剛進入管樂，老師好像在看我的嘴型，第一個是打節拍，老師選了三個人打擊，其中一個是我，我在旁邊看著他們在那吹、在那看嘴型，我就和其他兩個聊了起來。那是我第一節課，也是我最興奮的一天。 選完後老師有讓我們三個打擊去打打看，不得不說，管樂的大鼓和國小的大鼓感覺不一樣，我也不知道哪裡不一樣。前幾節我都覺得好無聊，但在一月的最後一節我打了四音鼓，我的媽呀！好微妙。希望我以後可以打四音鼓。
吳 0 軒	我很開心，因為可以被選到打鼓，之前我國小有同學會打鼓。我當初看想說還好，結果我就去試打看看發現，想打出一首好歌很難。然後到國中之後，想說我到很後面還沒被選到，該不會我會跟少數一些人一樣沒被選。但是讓我最驚訝的是，我居然被選到打鼓，當下我很高興能打鼓，剛開始我都只能看同學怎麼打我就怎麼打，然後後面我就慢慢的會不用看同學的了。一開始我也覺得很無聊，但是到了後面看到老師與學生都很有趣，所以就有一點喜歡上音樂課了。最後我希望下次練打鼓的時候我不用再練基本的了，而是可以練歌曲了。
林 0	剛加入管樂的時候，那時候心情覺得很煩很無聊，也怕自己不會吹，很困難，但是加入後被老師慢慢教導，就覺得其實也沒有什麼困難。一開始老



勤	<p>師教我們怎麼樣吹才能吹出來，我就反覆練習一直練，之後就會吹了，老師之後就教我們怎麼樣看譜要怎麼吹，我吹的是長號，在吹的過程中，我有很多不會吹，老師也不會嫌煩，反而是很有耐心的一直教我嘴型要用成哪樣氣要吹飽，我也是很認真的聽老師講解。我就自己慢慢練，之後也就會了，雖然在吹的時候嘴巴會很麻，但是從一開始到現在已經習慣了，我現在也覺得上這個管樂社團很有趣很開心，因為又可以學到一個新的樂器，說不定以後就沒有希望能吹到管樂，所以我要好好珍惜把握這次的機會，好好練習！</p>
吳 0 螢	<p>一開始進入集訓的時候，只能用吹嘴吹聲音，很無聊！根本不知道在吹什麼音，但後來挑人去各項樂器後，我很開心，因為可以按指法、吹教本。本來吹教本的時候只能吹一些長音，還是一樣很無聊，可是越練到後面開始有一些旋律，然後慢慢的已經吹到第六個音了！本來吹小號的我，後來被換到了圓號，它有點重一直舉著很累，第一天練完我回家後手很痠，手指也很痛。而且剛開始吹圓號的時候，吹第三個音就要吹很大力了！而且還不一定吹得上，我就很後悔早知道不來圓號了！可是後來因為都有集訓，加上老師一直仔細耐心的教我們，現在已經越來越穩定了，雖然之前有幾天練完之後很暈很累，可是現在已經沒有這些問題了。總之我很開心可以加入管樂，希望之後可以變得更厲害，然後可以吹不一樣的歌曲。我要好好的加油！</p>
蔡 0 晏	<p>從一開始被選到吹薩克斯風，我就在想薩克斯風是什麼？因為我樂器裡的認知只有鋼琴、直笛還有陶笛而已。剛開始吹的時候我總是吹得很短，氣不夠，不然就是吹不出聲音，但是經過許許多多的調整下來，我也就沒有很長的斷氣也不會吹不出聲音來了，但是薩克斯風從三個人到兩個人，喔……雖然說薩克斯風的聲音都被其他樂器的聲音給蓋過，聲音也沒有多大聲，但我還是盡量吹好，沒吹出來的時候我都一直重吹，重吹！有時候是吹得出來的，只不過聲音是顛顛巍巍的，時好時壞，但聲音依舊是小聲，不過我會繼續練習的。</p>
吳 0 諤	<p>一開始在選哪一個聲部時，我很期待，因為我不知道我會吹什麼，但是我也在心裡祈禱，不要被選到小號，因為看起來太難了，最後我被選到薩克斯風，我沒聽過也沒看過這種樂器，所以挺好奇的，我們一開始只能吹吹嘴，所以感覺不是那麼好玩，之後裝上樂器後感覺很有趣，一開始都吹不出來，學姐鼓勵我不要氣餒，最後吹出來時感到很開心又激動，之後因為圓號缺人，所以我被調到圓號了，又要重新學，但是我轉念一想，我這樣就會兩種樂器，也是很棒的一件事，看著那些學長學姐吹的這麼厲害，覺得他們好厲害，所以我相信，努力練習，一定會有成果。</p>
黃 0	<p>一開始聽到要上寒假管樂集訓的時候，我很緊張耶！怕進去的時候會吹不好就讓我很沒有自信，第一天開始上管樂，我忘記樂器要怎麼組裝，還跑</p>



慈	去問學姊，學姊人也是很好心地善良，特地來教我怎麼組裝，後來就越來越會裝了。因為我是被選去吹長號，非常陌生的樂器，而且我完全沒看過這個東西，老師叫我們先試著發出聲音，然後再慢慢的吹其他的音，我覺得我學的超快，一下就會吹很多個音。還有一次老師叫我去前面吹第八個音，但是我根本就還沒學到第八個音，老師說嘴巴閉緊一點就吹得出來了，我真的一下就吹出來了，覺得自己好厲害，老師還誇獎我很厲害，吹得很好，心裡有點小開心，之後就越來越喜歡管樂，回家的時候還會跟我家人炫耀我會吹長號，他們也覺得我很強！
吳 0 玉	星期五中午，我們全班都一起去到紅樓，沒等一會，老師就來了，老師先叫我們打幾個節拍，然後再把口罩拿下來。經過了一節課多的選人，終於選完了。我選到了上低音，上低音除了我之外還有國小的兩個同學，到了如今一開始被選到上低音的人只剩下我一個，他們都去小號了。上低音剩我一個當然不行，又來了一個人，他也是我國小的同學。當初去小號的一個人現在又回來了。上低音樂器好重，也有一點的難，有些音一直吹不上去。上低音還壞了一次，那次高音就一直吹不上去，別外兩個人的也都有了一個壞掉了。
蔡 0 萱	一開始在選誰要吹什麼樂器，我被選到了小號，但是我比較想要吹圓號，因為我姊姊就是學圓號，圓號看起來也比較簡單，但是我就是被選到小號。一開始是學低音的比較簡單，後來音就開始慢慢的越來越高，出的力氣也比較多，所以本來一開始被老師誇獎的我，變成了被老師指導，因為出的力比較多，而且又有很多的高音，所以我的氣慢慢的變少了，我的嘴也很麻，但是在老師的指導中，我慢慢的進步了，雖然還是有些地方會錯誤，但是老師的細心指導中，也學習到了很多東西。
王 0 麗	剛開始選管樂的時候，我故意做的很差，我以為老師會因為我做的不好不選我，但是還是進了管樂，剛開始還很羨慕那些沒進管樂的，因為我聽同學說練管樂很累，要背很東西，我就覺得我故意表現這麼爛了，老師應該不會選我，結果還是進了管樂隊。但其實進了管樂隊也沒像他們說的這麼恐怖，老師都會慢慢來教我們，不會教很快，而是讓我們慢慢學，剛開始的時候我還是很想退出，但是聽說退出會被老師罵的很慘，我就不敢退了，我練的薩克斯風剛開始老吹不出聲音，很氣餒但是我又不敢退，老師還是很有耐心的在教我們，還有學長學姐教我們，突然就覺得我退出是不是有點太過分了！後面練了一段時間後其實也沒像他們說的這麼恐怖，而且每次吹出了聲音，都會覺得我怎麼這麼的厲害，雖然能吹出聲音，但是我的手還是非常不合群，老是按不到按鍵，不然就是按錯，而且在人多的時候因為緊張老是按錯，人多的時候不敢吹，但是私底下學姐誇我吹的很好，但是我還是不敢在人多的地方吹。
蔡	從七年級上學期快學期末的時候，我那時候很緊張的站在那裡，之後我被



0 綦	管樂老師選上吹長號，當時我還不知道怎麼拆樂器，那時候幸好有九年級的學長姊的協助幫忙，還不知道怎麼清理樂器，學長姊有很細心的教導我們。到了剛開始練的那一天，我還不習慣拿樂器，因為我怕摔壞樂器。在學校練習的時候，我有學會一些音符，也會看一點點的樂譜，有一次在練習的時候，我不小心被吹嘴撞到嘴巴，還流了一點點的血，血還流在長號的吹嘴，我那時候，還很疑惑的去找老師說：我的嘴唇流血了！那時候我的同學跟老師說：我同學的嘴唇流血了！我就去健康中心找護士姊姊擦口內膏的藥，那時候，很驚訝的去看我的嘴唇還有沒有在流血，我的同學很關心我的嘴巴，我希望我的長號能吹好一點，祝我吹的順利！
侯 0 州	從管樂隊備選時，我一開始我以為我不會選上，結果我就被老師上了，我剛開始還不會背樂譜，學長姊就教我怎樣看譜，我剛開始也不會指法，學長就教我指法，到了最後我指法按鍵也都會了。還有老師一開始我都也都高音也吹不高音來，後來老師叫我先到旁邊練習吹高音到了最後，老師叫學長教我吹高音，我練習三節課才吹出高音來，到了最後一節下課的時候，我吹出高音來的時候，我很開心可以吹出高音來，我有一次吹不出聲音來，所以給老師修理好樂器的時候就吹出聲音來了，希望我以後可以吹的好一點
吳 0 倫	一開始我加入管樂的打擊部，我很開心，因為我覺得打擊很帥，而且感覺很簡單但是加入後才發現沒有那麼簡單，需要一邊跟著節拍一邊打鼓，我每次都打太快，熟練後就可以慢慢跟著節奏打了。在寒輔的時候，管樂跟國術的練習時間重疊，所以很忙，需要一下去管樂一下去國術很累，我還記得剛開始的時候還鬧了一個笑話，老師叫我站起來問我，我是哪一族的？我聽成那一組的，我就說我是打擊組的，然後秋霞組長就笑著說，我不是哪一族的，我不是原住民，然後大家都笑了。
吳 0 祥	一開始我還沒有加入管樂的時候，覺得應該會很無聊，而且還要背譜，可是在我試了幾天之後，覺得也沒那麼的無聊，其實還是挺有趣的，背譜也很簡單，可是有時候我的手會按錯，還有把譜譜看錯，我原本是在吹 tuba，可是因為第一個音常常吹成第五個音，之後老師就叫我去吹上低音，然後我發現上低音比較簡單，而且也不用怕突然手滑摔壞，之前在拿 tuba 的時候因為比較大比較重，而且很貴，所以我都很小心的在拿，怕手沒拿好摔下去，可是上低音就算是一隻手拿也不用怕摔壞，能夠加入管樂，我感到非常的開心，雖然一開始我根本沒什麼興趣，可是在我試了幾天之後，發現加入管樂好像也沒有我想得那麼糟糕。





## 學生心得日誌

112 年 2 月份心得-執行力	
學生	心得內容
吳 0 宇	記得在我國小五六年級的時候，我有喜歡很久的電腦，一直想要得到，媽媽跟我說，你要的東西一定要靠自己的努力來爭取，你可以幫忙做家事來賺錢，來買你喜歡的東西，我當時還以為這個很容易就能得到了。不過我現在還是在為了這一夢想而努力，因為我相信再過不久，我就能做到的！
吳 0 蓉	我覺得執行力是一件很重要事情，光說不做是沒辦法完成一件事情的，有時候我也會自己列好目標，但總是會因為自己沒有很自律或堅持而沒辦法完成，所以我希望可以學習如何把自己的執行力訓練起來，做事要貫徹始終不要半途而廢，相信如果把這項技能貫徹到底，一定會有許多平時自己跨不過去的坎，跟關卡自己都能一一通過，現在我覺得在幫自己設定目標之前，可以先掂量一下自己的能力，先選擇一下自己可以完成的事，持續下去後，已經可以堅持長期執行後，再慢慢把這件事擴大，讓自己可以持之以恆，希望這樣子可以對自己的自制力有大大的幫助。
吳 0 穗	又是新的一年，我進步了許多，我從一個打節拍都有問題的人，蛻變到可以教兩個學弟的學姊了，雖然我還是不太會新的譜，但是，我還是希望能早點進步，不然要教學弟時，這個問題可就麻煩了。原本我都是有別人教都是有人陪的，誰知道突然我的同學兼我的好友支柱竟然轉學了。人生總是要進步，我不可以依賴別人，我得依靠著自己，雖然我對打擊沒有很大興趣，但是，打擊能使得我在表演上更專注，不像平常都在嘻嘻哈哈在那邊玩，希望大家能團結，學弟們可以更成熟。
吳 0 瑜	再做一件事情前，我會明確的想好事情的步驟，經過大腦仔細思考，再去行動，失敗了我不會氣餒，我會和同學討論失敗的原因，去改善，最後再去做一次，直至成功。有時候因為失敗而感到挫折，但是有老師、家人、朋友的支持，我有了勇氣再去嘗試，過程中我感到欣慰的不是成功，而是過程中幫助我的人，他們會鼓勵我，陪伴我，一次一次的鼓勵，使我內心充滿了希望，有了希望就有了動力，這就是我做事情會成功的原因，過程中不能缺少的就是陪伴和鼓勵。
吳 0 原	八年級了，管樂越吹越熟，但是我想了想，好像又可以更進步一點，現在看譜就會吹，不像一年級一樣，我覺得我要突破自己的極限，這樣子在做什麼事情都會努力去做，現在的譜比之前還要在難一點點，所以要更用心，多花一點時間練習，從七年級到現在，累積了許多經驗，讓我慢慢達成自



	己的目標，我現在要先想好要做到什麼程度，每天一點點的練習、每天一點點增加難度，讓自己不會常常爆音、拉錯位置。有努力不一定會成功，但至少學到經驗，做最好的自己，這樣才對得起自己！
吳瑩瑩	記得曾經在課業方面有訂過計畫，可是我覺得對於我來說不怎麼理想，因為我訂的計畫是這樣的，就是媽媽有幫我買參考書，所以我就想一天寫一本，總共有四本，寫完就可以玩手機，但是我幾乎每次回家就開始玩手機，爸爸也跟我說不能一直玩，要運動要讀書，所以爸爸就開始嚴格的管教我玩手機的時間，還會在我寫參考書的時候把手機收起來，然後寫完在出去跟他打羽毛球，這樣一連串下來，我真的覺得好充實。我自己也希望在長大了一點，可以主動控制自己，不要每天都活在爸爸媽媽的保護層下，要學會走出舒適圈。
吳慧慧	我今年我定了二個目標，就是打四音鼓和在拿一次特優，這就是我今年定的目標，去年我們飛沙國中拿了一個特優第一名，我在那個時候就想了，今年一定要在那個第一名，有努力不一定會成功，但不努力絕對不會成功，我去年在吹圓號時，就想著今年可不可以打四音鼓，結果今年老師給我打四音鼓，我心裡超開心，因為完成了第一個目標，我真的很謝謝老師給我有這個機會去打，我也會努力學習，所以，我希望今年一定一定要在拿一次特優第一名，祝我們飛沙國中以後比賽管樂都可以得到第一名，也希望學弟妹加油！！
吳添添	常常訂定了完美計畫，但卻總是沒辦法完成，例如我每次在段考前都為自己設了很難達成的目標，考完試卻離自己的期望非常遙遠，之後就會覺得自己辦不到、覺得就算有用心在準備也達不到好成績，便因此而放棄、擺爛或是不想努力，沒了前進的動力。我覺得應該要先了解自己的程度到那裡，設定一個能夠完成的目標是很重要的，為自己訂定的目標去努力，達到了目標，自己就會很有成就感，會有前進的動力，覺得自己辦得到，再慢慢把難度增加，繼續努力達成自己的目標讓自己越來越進步！
李郡郡	設定了目標，一開始想要盡快的做完，但到最後還是半途而廢，那之前努力的成果就白費了。之前的我就是常常這樣，但當我知道「只要有付出，就會有成果。」這句話真正的意思之後，我一定会盡力的完成一件事，不再半途而廢。七年級時的我，剛接觸管樂，吹不好時，一心只想放棄，但因為我的堅持，才能像現在一樣，在教七年級時，彷彿看見了七年級時的我，提醒他們不要輕易放棄，努力、盡力完成，總會有成果的，接下來我們八年級只剩最後一場比賽，我們一定會把自己該負責的事情做好做完美。
柯安	最近快要段考了，要準備複習這次段考範圍的書，但可是明明都規劃好了，要如何複習如何檢討錯誤的地方。但每次回到家都想著，反正時間還很多，等等在看就好了。這句話大概要重複個十幾次，才會開始動作，等到開始寫時已經晚上十點多了，然後剛看到課本又感覺眼皮沉沉的想睡覺，就又



	覺得反正明天時間很多明天再做就好。直到有次看到段考的分數，覺得自己不能再混下去了，我開始把看書的時間慢慢加長，本來一個禮拜看 2 天書，到後來天天看，一步步的讓分數提高，雖然現在還不是特別好，但我會一直努力提高自己的能力！
陳 O 融	我覺得我的執行力不夠強，每次自己只要想要訂定一個目標，就會想說反正都要做了不如就做多一點，比較有效率，但每次訂完目標後，幾乎都是因為懶惰，所以就沒去完成，每次‘想’要去做這件事的時候，就會突然覺得「事情太困難了」或者「還有時間還有時間明天再做就好了！」這種懶惰的想法像湧泉一樣冒出；又或者是‘有動力去做’但沒做完的時候，下次要做時候就會覺得「沒差啦！剩一點點而已，明天做應該也會做得完」的想法，我常常都是想很多但都做不到幾件。俗話說「說的比做的還多」還有一句「計畫不如變化」這兩句用在我身上真的剛剛好。每次都說：「我立志從明天開始就要當一個認真讀書的學生！」，但是隔天就把這件事拋諸腦後，或是做了但撐不了幾天，假如我能更有‘執行力’的話，這些事就不會是「明天」開始了！就會是「現在、立刻、馬上」！希望從現在的我到未來都能更有掌控自我的能力，讓執行力就此出發！
蔡 O 誼	有規劃的目標，可以較有效率的完成一件事，但如果目標定太高就可能會事倍功半，所以必需按照自己的能力來規劃一個目標。在人生中總有著大大小小的目標，但每當我有一個目標並努力達成時，總是會因為過程中有些困難，而在半途而廢的泥潭中爬不起來，像是在練管樂時，因為練習國歌時，長號需要吹的較大聲，所以剛開始就把目標設在最高，也就是直接想要把音吹大聲，沒有慢慢的提升自己，所以導致上氣不接下氣，頭也暈暈的，學到教訓後，我就去請教同學以及自己慢慢鑽研，我發現透過嘴型的改變，也能讓音吹的比較大聲，不是一味的大力吹氣。在經歷了大大小小的事後，設定目標時，我會依照自己的實力來一步一步的完成，也願我在這條成長的路上，成功的完成各個目標！
蔡 O 舜	執行力就是履行自己制定的目標，也要付出自己的行動，自己制定了目標也要看自己能做到哪裡，如果一次就要選擇很難的目標，你就有可能做不成功，所以我們要先設定簡單的目標，在慢慢的去完成較難的目標，你才有可能去完成你目標。我剛開始考複習考，就想要考 A，但考完發現自己的能力不足，都是 C，但是就沒有 A，所以要先 B，在去挑戰較高的目標
蔡 O 芳	寒假期間，為了開學前可以長高到 165 公分，所以我每天都下午 2 點到下午 3 點我都在跳跳繩，有時候為了寫寒假作業忘記跳跳繩，到了要量身高體重時，原本我的身高是 162 公分，現在是 163 公分，可惜只長高了 1 公分，所以我希望九年級畢業以可以長到 165 公分。在寒假期間我也有練習學溜蛇板，每天下午 3 點到下午 3 點 30 分，剛開始學的時候，覺得有一點



	<p>難，而且有時候也會跌倒，原本只能溜一點，但一直每天練習，雖然還不能溜很遠，但比以前進步了。雖然有些事情沒辦法完成，但我們可以慢慢的完成，但前提是你願不願意去做這件事情。</p>
蘇 0 廷	<p>我八年級上學期的自然一直都不是讓我很滿意，寒假時老師也剛好有事不能問問題，那段期間我蠻怕我模擬考只能拿 B，但我也很想拿到 B++，於是我決定在寒假把所有領域複習一遍，但有時候要複習別的，好像時間有點太短了，我在快開學的時候才知道自己給自己一開始的進度太快了，有的題目卡很久根本沒辦法一次寫好幾頁，所以我把上學期段考不太會或是不太懂的領域去看了一遍再去寫題目，我發現這樣自己沒有那麼累，但可惜的是沒拿到 B++，但也沒有讓自己太失望。</p>
黃 0 涓	<p>我記得七年級下學期的第二次段考，我本來已經把書本中要考的重點，都畫好了，也都把書放在書包裡了，社會課我都很認真的在畫重點，但是呢？我那次月考卻考了 20 分，回去被罵得很慘，連家裡的神明都起來跟我說。自從那次月考開始，我上課都很認真的在聽老師上課，也考到好成績，全部都在 40 分以上了，總平均也有 60 分及格。還有在管樂的時候，我七年級剛入隊時都很擺爛，很不想練，但是自從比賽那一次讓我有成就感，我就很認真也在練，也慢慢的跟上大家！</p>
張 0 源	<p>在之前七年級時，明明都把要看的書都規劃好但都沒有做到，我想訂一個目標時，有時候就會放棄，但是呢？七年級的第一次段考我很認真，結果臨時抱佛腳竟然考出了八十分，但到了八年級，有三十分就很棒了。我唯一的一科是自然有進步，但我的英文很爛，我有努力過，但英文真的太難了，以我的記憶根本記不起來，我有認真學過的時候，明天就會忘記了，我很苦惱，都不知道要怎麼才可以背的很熟，所以問考的比較好的同學，他們的意見來參考，但是沒什麼用，考試還是一樣的爛，最高也才五十幾分，我要訂一個目標至少六十分，努力的背單字。</p>
林 0 頤	<p>剛升國中時，看到學長姐吹管樂和打國術時，我也很希望我之後能像學長姐他們一樣，所以我國一的目標就是能像學長學姊他們一樣，能夠吹管樂到校外比賽，國術能打的扎實有力。國小打的不是很好，希望國中三年後，能夠一年打的比一年好，到了國二我們也有到校外比賽管樂，第一次比賽起碼都會有些緊張，更何況有許多看起來實力很強的競爭對手，但是這是我們累積經驗的過程。等到了國三，責任也會變得更大，之後還要帶領一年級一起比賽，希望管樂比賽成績一年比一年優秀。</p>
王 0 媚	<p>每當下了一個新目標，就會很努力的想去完成，但有時候會做到一半就停下來，就覺得想放棄了，我會想要先從簡單的開始，然後再慢慢的增加難度，這樣我會越有動力想去做，即使有些失敗了，我還是會繼續努力，等到自己有能力了就去完成，或許努力的過程很辛苦，但還是會想要突破自己。大家都想要成功不想要失敗，但只有失敗過了，才知道自己錯在哪，</p>



我想要持續的努力證明給大家看，讓大家知道其實我是做得到的，有目標是好的開始，那就要好的結束這個目標，用行動告訴那些原本不支持我的人，告訴他們其實我是做得到的。

## 學生心得日誌

### 112 年 3 月份心得-獨立思考

學生	心得內容
王 0 麗	<p>有一次我的爸爸接到一通電話，電話的大致內容就是我的某某親戚在他們這裡貸款了，要是不還錢的話我們可以依法逮捕你，錢請打到*****卡號裡，我爸那時候的臉跟吃了大便似的，然後我媽回來了，我爸跟我媽說，某某人貸款現在都找到我們的頭上，應該是貸款了不少，不然也不會找我們。我媽思考了半天說了一句，有沒有一種可能那是詐騙電話，某某人在去年的時候就死了，他怎麼可能現在貸款？我爸想了想說：說不定是他生前借的。我媽一臉看著傻子的樣子看著我爸說：我們和他又不熟，關我們什麼事，況且我沒記錯的話他還有個哥哥吧！我在旁邊靜靜的吃瓜，看他倆快吵起來的時候我說：要不去找警察試試？我媽說可以。到了警察局的時候他倆還在吵來吵去的，到警察局裡，那個警察說有沒有錄音，我爸說有。然後呢經過一堆的解釋和分析過後，我爸終於相信了這是詐騙電話。</p>
吳 0 玉	<p>獨立思考特別的重要，就像是平時看書時，有人說這本書文筆很爛，有人說好，還有人說劇情寫的很有趣，有人說劇情寫的很無聊。這時我應該相信誰，就要我自己去思考、判斷。有時網路評論這本書寫的不錯，一看才發現寫的真的不好。有時覺得這本書應該不好，就不看了，後來這本書的好評越來越多，我就去看了，真的寫的很好，只是之前別本書的作者找人故意寫差評。雖然我經常判斷失誤，但看書的時間久了，看一下簡介就知道這本書寫的好不好，可是有些作者的簡介寫的特別不好，讓我錯過這本書。所以獨立思考真的很重要。</p>
吳 0 祥	<p>現在網際網路跟以前比起來已經越來越發達了，資訊跟訊息也變得更加的快速，其中有錯誤的資訊，跟詐騙的訊息。如果沒有好好的思考，很可能就會受騙上當，如果出現這種資訊或訊息，應該要跟家人還有朋友討論是真是假，可是還是要自己學會獨立思考，獨立思考是為了讓你能夠以自己</p>



	<p>的經驗和價值觀進行思考，接著在依照結果做出自己的選擇，如果不會獨立思考的話，就很容易被外界的觀點影響，我之前就有一次收到過一則詐騙訊息，我一開始有點半信半疑，在我思考過後我覺得這個一定是詐騙訊息。</p>
吳 0 謹	<p>獨立思考需要運用大腦的思考，有時候會在網路上看到關於狗、貓等等的假消息，這時候就要思考一下這到底是不是對的！我的三伯母有一次就被騙了將近 30 萬的錢，證實了，我們要小心網路上的東西是不是真的正確，即使是正確的也不要太相信，因為真正的好東西，是一位傳一位，或者是自己個人的 fb 啊 ig 等等的也比較有保障，又像是疫苗的新聞啊、隔離的通知事項也要先求證再來下定論哦，才不會上當受騙。</p>
吳 0 諤	<p>現代網路科技發達，所以要正確的使用，也要學會獨立思考，不要被錯誤的訊息給騙了。我記得有一次朋友傳了一個連結說點開有驚喜，那個連結也看起來很正常，於是我就點開了，點開後沒什麼東西跑出來，下一秒，一坨黑黑的東西跳到螢幕前，還尖叫，我嚇了一跳，發現那是一個女鬼，從此以後我就被連結留下不好的陰影。我還記得有一次，在某一個應用程式裡刷到，造謠某一個明星的事情，我看到後很震驚，想說這個明星居然是這種人，結果看到有人說，那是營銷號亂造謠的，從這些事情來說，我們要學會判斷網路上的是非，不能輕易相信，要獨立思考。</p>
吳 0 螢	<p>網路上的假消息越來越多，常常誤導民眾，就用疫情當例子好了！因為疫情有許多防疫措施，所以常常有一些假消息出現在網路上，之前家裡上線上課程的時候，我就有聽說可以回到學校上課，可是因為我只是在網路上看到，它沒有表示資訊的出處，我就覺得好像不是真的，後來在新聞上有看到確實可以回到學校上課。</p> <p>我覺得很多人在看見一些消息的時候，都會馬上就信以為真，沒有再去查證，發現被騙了之後早就來不及了！例如：前陣子很多人都被騙到柬埔寨工作，有很高的薪水，我覺得是我的話我看到「高薪」兩個字我就會懷疑了！會被騙的人不是貪，可能就是有困難需要錢才會被騙……</p> <p>如果每個人都能夠多加利用自己聰明的腦袋思考，不要看到一個信一個！</p>
吳 0 宏	<p>有一次我在網路上看到線上代儲的東西，我點進去裡面一看上面寫著，只要付 200 元就能得到一個很好的遊戲造型，我 2 話不說就去了附近的超商去轉帳 20 元給他，我轉完之後去找那個人的時候他直接消失不見了，我有一點生氣，因為我被他騙走了 200 元，所以之後我看到類似的那種東西再次出現的時候，我會選擇直接把他用掉不會在被騙點擊進去給他錢了，我覺得被騙 200 其實還好，因為如果以後在被騙更多就完了，雖然被騙但是至少下一次不好在笨笨的點進去被詐騙。</p>
吳 0	<p>有一次，媽媽收到收到一個陌生人的消息，裡面的內容大約是「恭喜你得了我們的獎了！！我們需要你的銀行卡密碼，這樣方便寄錢給你。」因為</p>



鳳	媽媽是新住民，有些中文字看不懂所以來問我，我就很果斷的跟媽媽說：媽媽那個是詐騙啦，你應該不會真的把密碼傳給他了吧，幸好媽媽還沒有傳，我就讓媽媽去附近的警察局問看看是不是真的詐騙。過了大約一小時媽媽回來了，媽媽跟我說警察說真的是詐騙。經過了這件事情讓我了解了詐騙真的很恐怖，很多人會利用一些很好的福利欺騙你，所以我們應該學會獨立思考
吳 0 倫	我覺得看網路的東西很需要獨立思考，不然一不小心就會被騙走很多錢，或者被網路上的高薪工作騙去賣器官，可能有很多人因為網路詐騙騙走很多的錢想不開自殺或是被騙去賣器官原本美滿的家庭變的支離破碎，如果學會獨立思考就不會被網路詐騙給騙了，思考不僅僅是解決事情也是增加辨別的能力，不要不加思索盲目跟從，到時候錢財兩空才開始後悔，自己怎麼不多思考，所以要多多思考，在做行動，不然可能會造成終身的後悔。
吳 0 軒	獨立思考可以不必聽從別人的意見，但是如果沒有沒有思考與判斷，就可能得到錯誤資訊或被騙。再來是我個人的經驗，之前我在玩遊戲的時候要玩完，就突然 Messenger 上看到某個不知道的人跟我說一些訊息因為不確定所以我就把他認作是詐騙，所以又去跟家人講，家人看了看跟我說不要理她。我想一想就沒有去理她。最後我後面就沒有收到她的訊息了，這件事也就結束了。從這件事之後我發現好像只有我，我家人都沒有過這種經驗。
林 0 勤	去年有一個最流行的詐騙就是柬埔寨，很多人都是為了要得到很多的金錢而被騙去那裡，他們都是聽詐騙的人說一個月能轉好幾萬，而聽到的那個人就是聽到有金錢就沒有去多想後果會怎麼樣，被騙的那些人後果都是被割器官，割完器官就是拿去賣給其他人，如果詐騙的傳訊息來沒有加以思考和判斷，很容易外界影響。有一次我手機突然傳不明的訊息，上面寫著要怎麼樣就能得到獎金，幸好我認的出來即時把他封鎖，不然如果相信了他後果不堪設想，所以我們以後如果遇到像這種的詐騙，我們要獨立思考他到底是不是詐騙的網際網路，不要為了金錢而相信不認識的訊息。
林 0 烜	我有天在新聞上看到了許多詐騙集團的新聞消息，也會到處把人騙出來在賣掉，於是有一天我在跟我朋友一直玩遊戲時，突然一通不明的電話號碼打給我了，他就說了很多理財和繳款和遊戲儲值之類的，然後我就傻傻的跟他聊起來，在旁邊的爸爸剛好聽到這通怪怪的電話，就叫我掛掉，後來爸爸開始講了很多關於詐騙集團詐騙的手法，以及有可能還會到處騙人騙出來還要把人賣掉，所以新聞上很常報導詐騙集團電話，以後如果遇到不明來電就不要傻傻的接通，以免發生了很大的危險，家人的心都很難放下。
侯 0 州	我在新聞上，看到了台灣的人被騙去柬埔寨做騙人的工作，如果沒有作到一定的業績的話，有可能是會被打，台灣的人就是聽到有很多錢，跟吃免費的，跟住不用錢的，所以台灣的人才會被騙去哪邊，新聞上也有提醒醒



	<p>我們不要被騙去哪邊，台灣的警察也有去救人，到了最後柬埔寨的人也來到台灣進行詐騙，他們也在台灣建立了集團，台灣的人一但去了也有可能回不來了。台灣的人也有去哪邊被賣器官，也死在柬埔寨，所以不要隨便相信訊息，要學會獨立思考</p>
蔡 0 蓁	<p>我有時候打開我的聊天訊息，就會有不認識的陌生人來密我說：「可以認識嗎？」我就想說我不認識你，怎麼認識？我就把陌生訊息刪除，因為我怕又有奇怪的人來密我說：「可以認識嗎？」我遇到這種人，我會選擇不理他，如果以後再遇到這種人的話。我會叫家長來處理，如果解決不了的話，就只能放棄了！我會怕把事情越鬧越大，所以如果遇到不認識的人或是陌生人傳一些奇奇怪怪的訊息，就不要去回他/她，或是可以選擇封鎖，以免造型危險。</p>
蔡 0 晏	<p>網路日益發達，不能說不好只能說有好有壞，當看到一些訊息或者是新聞總會有人不加思索的相信，不僅不思考反而還盲目的跟隨，這也導致許多人有很大的被騙得團團轉，不知如何是好。思考是很重要的！即便是日常生活中的小事也需要透過思考來解決的，思考不僅僅是解決問題也能增加辨別的能力。我並沒有什麼被騙的經驗或是故事但還是會思考及辨別的，多加思考並不是難事，難的是你不思考，盲目相信，被騙後錢財空空才開始後悔起自己怎麼那麼笨。</p>
蔡 0 婷	<p>最近許多人都被騙到柬埔寨工作，雖然是為了賺錢，但是詐騙的手段真的很厲害。之前我的爸爸手機裡跳出了一個訊息，內容大約是「你想要輕鬆賺錢嗎？一個月賺 10 萬……」，然後我的爸爸沒有去理會，但是過了幾天，卻又跑出一樣的訊息（但是不同人），接下來幾乎每天都會跑出類似的訊息，過了幾天新聞上出現了一條有人被騙到柬埔寨的新聞，我爸爸就說到「這一看就一定是騙人的，怎麼會有人被騙呢？」，這故事告訴我們天下沒有白吃的午餐，並沒有所謂的輕鬆賺錢，想要賺更多錢，就只能努力，如果真的被騙了，就很難從魔爪中逃出來了，所以做任何事之前，一定要先思考後再做行動。</p>
王 0 平	<p>在某一天我的手機響起，裡面說銀行卡什麼的，我跟本聽不懂，而且把我的姓叫錯，傻子都知道這是詐騙，但我想和他玩玩，我沒有跟他講話，我就放在那，反正聽不懂，等家人回來在問問，電話裡的他在那叫，我差一點笑出來，他一定很疑惑，為什麼沒聲音，笑死。我那時候我好傻，為什麼要跟他繞，我還要花我的電話費。 當我問老爸時，爸爸居然笑了起來，嗯～看來爸爸和我是同類人啊！ 其實那時候我有點緊張，我怕他說的是真的。</p>
黃 0 慈	<p>因為現在科技越來越發達，網路上有什麼新訊息大家都以為是真的，然後聽信謠言之類的。我大姑姑因為出門買東西不喜歡帶太多現金就選擇帶信用卡，然後信用卡就是要綁定手機號碼，聽我姑姑說什麼這個很方便啊！</p>





	出門都不用帶現金欸！我就再想有一天信用卡不見就好笑嘍，結果信用卡被盜刷二十多萬，這樣有比較好嗎？有比較開心嗎？我真心覺得不要因為「方便」，不然真的會失去很多東西，而且這種東西就是很容易就被偷，不然就被盜刷，這樣子真的沒有比較好。
蔡 0 恩	<p>獨立思考就是以自己的觀點去看待每個事務，就像小時候問的「為什麼」一樣，雖然被問為什麼真的會感到厭煩，但這卻是一個培養獨立思考的好時機。獨立思考的好處是不會被周圍的聲音給左右，會有自己的思考方式，雖然可能會被他人稱作「異類」甚至是反社會，但這不完全是壞的，獨立思考是不會隨意接受別人的想法，更不會未經思考就採納他人的任何觀點。獨立思考才不上什麼反社會呢！反社會是不考慮他人的安危，造成傷害他人的行為，簡單來說就是不在他人角度思考。而獨立思考只是以自己的觀點去看待事物罷了。</p> <p>獨立思考是要從小培養，它是一種習慣，當家中有孩子問你「為什麼」時，請您耐心的回答他的問題吧！</p>
蔡 0 萱	<p>有一次在家裡玩手機的時候，突然有一則訊息跳出來，說什麼遊戲要用我的帳號登入一個遊戲，可是我根本沒有下載那個遊戲，後來我都填好資料了，然後我的帳號就被盜了，我就去問我媽媽，有沒有用我的手機下載遊戲，她就說沒有，然後我就跟她說，我的帳號被盜了，她就跟我說以後有什麼訊息就不要點，因為有些騙人的你一點，你的帳號就會被盜，還有一次我朋友的帳號被盜，然後那個人就傳了一個連結給我，我完全都沒有想就點了那個連結，過沒幾分鐘我的帳號也被盜了。</p>
蔡 0 恩	<p>關於被詐騙的這類事件，我沒有被詐騙的經驗，也沒聽家人提起過，新聞上的詐騙新聞我都會想那是不上真實的？但我不會去深究這些事情。</p> <p>之前好像有個我認識的人，他的號被盜了，他傳來好多條連結給我，不過我沒有點，因為那個朋友平時並不會這樣，後來我有他提起這件事，他說「他那時被盜號了」還好我沒有點那些鏈接。有時上網搜尋資料時，常常跳出有一些來路不明的廣告或鏈接，這些訊息往往是不實的。</p> <p>新聞報導有時會為了吸引觀看量而誇大，甚至會有不實的文章，大多人都會無條件相信，只有少數人會深究，所以獨立思考還是還重要的。</p>



## 學生心得日誌

112 年 4 月份心得寫作

主題：將心比心

定義：不以自己的利益作為優先考量，凡事想到其他人的感受。

說明：學校就像一個小型社會，我們在學校學習如何與其他不同性格、不同價值觀的人相處，並學習融入群體生活，畢竟人無法只靠自己活下去。

試著想想看，一個什麼事都只想到自己，甚至會為了自己的利益而傷害他人的人，跟會主動詢問他人是否需要協助的人，哪種人會比較容易擁有好人緣呢？

媽媽曾經給我看過這樣一篇文章：有一位老奶奶每當看到一個在外打工的人有困難時，總是盡力去幫助他們。比如，給他們提供一些吃穿，介紹一些住的地方。當別人問她為什麼這樣做時，她說我的兒子也在外面打工，我希望他在有困難時也有人像我這樣幫他。聽了這件事，我心裡覺得很溫暖。

有一次，我坐公交車出去玩，車上人很多，十分擁擠，我剛找到一個位置，正準備坐下時，上來一位白髮蒼蒼的老奶奶。我便打消了原來的想法，叫着老奶奶，讓她到這裡坐。老奶奶非常感謝我，對我說現在的小孩真懂事，還知道給老人讓座。我說沒什麼，我的外公外婆跟您的歲數差不多，他們也經常坐公交車，也會有人給他們讓座。

我想那些人一定很善良，我也要像他們一樣！

很多時候看到一些車禍新聞，讓整個家庭破碎，就會覺得很心痛。因為如果換作是我，我也會非常難過，想了想，真的覺得自己很幸福。能平平安安、快快樂樂的活著真的已經很幸福了。我在家裡看電視時，常常看到很多國家因為戰爭而家破人亡、或者是一些兒童沒有衣服穿和沒食物吃，我覺得自己很幸福、很快樂。在社會上，有許多人因為自己的利益，讓別人獲得困擾，我覺得這是不應該的，要為自己著想也要為別人著想，每一個人都要將心比心，日子才會過得好。

我覺得將心比心的意思是以自己的立場去看別人的立場，體會他人的用心，為別人想。而且多為別人設想，也可以減少許多的麻煩的事情。如果有一群人在討論一些事，但每個人都有自己的意見，但每個人都不聽其他人的意見，都覺得自己的意見才是最棒的。這樣問題是沒辦法解決的，而且這樣也沒有將心比心。練管樂的時候也是，七年級剛進管樂時，學姐和學長們都常常陪或教我們練管樂教本，但三位學姐也沒抱怨教我們管樂教本，聽我有沒有吹錯音或拉錯，而仔細的跟我說我哪裡吹錯跟拉錯，還告訴我高音怎麼吹上去。不管我們和別人做什麼是都要團隊合作、互相幫忙、



	一起討論，這樣也可以減少一些紛爭。
王 0 媚	在學校會遇到很多價值觀不同的人，這些都要去磨合，相處的來就會跟對方比較好，如果一個人做事前只想到自己，那他不只會傷害到自己也會傷害到別人，因為別人會疏遠他，會主動協助別人的比較有人緣，在學校要學習如何融入這個班級，還要學習如何交朋友，這些都是大家都會遇到的問題，做事前會想到別人的感受真的很貼心很感動，因為我會覺得原來自己也可以被注意到，有些事是需要別人的幫忙，所以不能只考慮到自己也要考慮到別人，我覺得如果大家做事前都只想到自己，那大家都會變得不 太友善。
吳 0 瑩	我覺得將心比心，既是好詞亦是壞詞，因為它本身的意思是把他人放在第一順位，可是這樣一來假使今天發生了一件對我來說特別重要的事，但是對別人同樣也是，那我們該怎麼辦？所以我覺得將心比心要用在對的地方，那怎樣的一個定義算對呢？要我說的話，比如在爭吵的過程中，自己將心比心讓他一步，他是不是說不定會對自己產生好感，那個人如果哪天成名了有錢了，是不是就會想起我當時的善意，那這樣一來，不也是對我們有好處，所以我覺得將心比心不一定要在日常生活中用，反而是該用就用，不該用就不要用。不然對人太好，人家萬一我覺得我們好欺負怎麼辦呢！
吳 0 滢	在日常生活中如果能將心比心，那必定會減少許多衝突，讓生活過得更開心，記得有一次和朋友一起出去玩，午餐時間我們選了一間餐館，當服務員把餐點端上桌時，因為當時客人比較多，服務員也比較急忙，所以不小心把湯灑了，這時我們若能站在服務員的立場多為他著想，說句沒關係，讓他放下緊張的心。將心比心可以讓人與人之間相處更融洽，也少了許多不必要的衝突，對待他人多一些理解與寬容，將心比心，讓這個世界越來越溫暖，自己的人緣也會越來越好，越來越快樂，讓這個世界更美好。
李 0 郡	在做某些事時，需要站在別人的立場思考。溫柔友善對待任何人、扶爺爺奶奶過馬路。在學校裡會有許多團體，在一個團體中，每個人的意見絕對都不太相同，吵架就不是解決事情的方法，需要彼此溝通，接受別人的意見，討論，投票表決，就算討論出來的結果不是你所想的，也要試著去接受。將心比心是一種高尚的品格，當我們確實的做到將心比心時，就會感受到這世界的人性美，「己所不欲，勿施於人」我們要有同情心，不要把自己的快樂建立在別人的痛苦之中。
吳 0 慧	我覺得這次這個題目會讓我知道以後要學會想著別人的感受，不行只一直想著自己的感受，這樣別人就會覺得自己會去感受別人的想法，不會一直感受自己的想法。我記得很久以前我看到一個老人家在過馬路沒有人扶，我就趕快跑去老人家旁邊扶著她，慢慢的走完斑馬線，我雖然沒有得到什麼，但我得到怎麼去懂得老人家的感受，而且我到最後我還得到了老人家



	一個笑容嘴巴說著：「謝謝」我聽到這句話我心裡已經很開心了，所以我們之後不能只考慮自己的感受，要去懂得別人的感受。
吳 0 蓉	我覺得學會站在別人的角度去思考和去體諒別人的感受是一件很重要的事，不管是大人還是小孩，我們都需要在一個團體裡生活，大人可能是工作場所，而小孩就是在學校，我們都需要和很多人相處，和很多人交流，需要融入他們，所以我們需要去感受別人的情緒，不能一味的只為了自己的利益，也要為了別人考慮，考慮別人會不會不舒服。就好像是管樂隊的學弟妹們，一開始才剛開始學而已，還不是特別熟練，常常會需要一首曲子練很多次，或者要講很多遍才會改過來，訓練的過程中真的很枯燥乏味，但是我們需要去理解他們，一開始我們剛進管樂的時候也是這樣，也是透過一次次的練習和學長姐的幫助，才会有今天的成果，所以大家都要一起努力。
蘇 0 廷	我曾經看過很多為了金錢、名聲、地位傷害別人的新聞，在現實上我卻覺得當學生不可能會發生這種事，但是我卻發現不管在任何地方都會有自私自利的人，在比賽時對手跌倒了，但是自己卻覺得要贏了，就往前衝贏得了勝利，雖然贏了，但自己卻遭人嫌棄，但也有人覺得對手跌倒了，不管輸贏重不重要了，就上前幫助他完成比賽，他雖然輸了比賽卻贏得了掌聲，我看過一篇文章是在里約奧運的女子田徑，紐西蘭的選手跌倒了，後方的選手雖然也跟著跌倒，但她卻爬起來攙扶著紐西蘭選手一起衝破終點，讓我十分感動，以後我一定會成為在任何時候別人遇到困難有能力去幫忙解決的人，而不是成為勢利眼的人！
吳 0 穗	這次的題材是將心比心我的心得感想是，我覺得即將九年級的我們也快退休了，那些教學弟妹的東西也都教過了，當然的學弟妹們也會有犯錯及進步的時候，我們就睜一隻眼閉一隻眼，不過讓我意外的是這次的學弟們進步很快，基本上都沒有什麼大問題，我都覺得學弟們都比我厲害許多了，他們基本上都明白我在教什麼說什麼，但我們覺得不用特別去跟誰比較，我們就自己知道就好，自己的能力在哪裡。差的話就去讓自己進步，還不錯的話就繼續維持能進步就更上一層樓。
蔡 0 舜	我的看法是，雖然生活中有許多事是為了自己，但是也不能為自己的利益，而不則手段去傷害你的同學、朋友.....，Gifts of roses, hand left lingering fragrance，但凡事也要想到他人的感受，例如學校的班級就是小小團體，我們要去接受不同的人性格，像有些人可能性格比較暴力，有的人比較安靜.....，我們都要去接受，或包容，並且要去融入那個團體，才有可能在那個班級生活下去。
陳 0 融	當我們在上課的時候，總是會有一些調皮的學生，在課堂上吵吵鬧鬧、甚至影響整個學習的風氣、不僅影響到其他認真上課同學上課的心情、也影響老師教書的心情，也有一些同學，上課就是睡覺，甚至連上到哪一頁、



	<p>老師說什麼都不知道、連書都是蓋著的，在寫考卷的時候，也完全不用心思考，只知道趕快寫完就能睡覺了，這些舉動在老師看來，好像自己教書很失敗一樣，應該都會有小小沮喪，我覺得，我們作為一名學生，因該得「將心比心」，因為假如換作我們是老師，看著自己帶的班級，大部分學生不是吵鬧就是睡覺，心裡應該也很不是滋味，所以！懂得換位思考是我們現在學生必須學會的。</p>
黃 0 涓	<p>當我們在上課的時候，總是會有一些學生上課不認真、上課有時候還會偷看課外書籍、或者覺得很無聊就是趴的就睡著、老師上到哪裡都完完全全不知道、老師來了都不知道要拿書，這些都是讓老師感到傷心難過，老師會覺得自己教的學生都沒教好，我們是學生就要做好「將心比心」，如果換我是老師，我也會覺得說我自己的學生為什麼教出來變這樣，所以我們是一名學生就是要做好學生的樣子，不是來學校就是當作在玩，爸媽不是花錢是讓我們花來學校玩、睡覺的。</p>
蔡 0 誼	<p>人們都常常把將心比心掛在嘴邊，但真正做到的人有幾個呢？每當在做一件事時，你是先想到自己還是想到別人？我們常常會因為只顧自己的利益而去傷害到別人，所以要站在另一個角度來看待每件事。還記得國小有一次，我看見有一個學妹獨自扛著一大籃的可回收物品要去做回收，因為每次做回收他們班都會兩個人一起，所以我就上前去詢問要不要幫忙，也發現原來要和她一起做回收另一位夥伴拋棄她跑去玩了，當時我就覺得學妹的心裡一定也覺得很無奈又無助，當下就立即決定去幫她了！在做完回收後，學妹很開心的跟我道謝，看著她的笑容，我的心頓時竟覺得暖暖地，是一個非常酷的經驗呢！將心比心讓我有了一個難忘的經驗，希望大家都能夠將心比心的看待每件事喔！</p>
林 0 頤	<p>從國一到現在我們已經練了一年多了，也當了學長姐們在指導學弟妹，雖然指法很簡單，但是有些比較高音比較難吹，我們要有耐心的教，要將心比心，想當初國一時我們也是從那裡走過來的。再來第二次的比賽也會是學弟妹的第一次，不過這次是我們帶領他們，到了我們國三，工作就是他們的了，責任也會變大，希望管樂會越來越好，成績也會越來越厲害。</p>
吳 0 瑜	<p>我會認為主動幫助他人的人會有好人緣，正所謂「人飢己飢，人溺己溺」當看見別人需要幫助時，我也會去協助。至於為了自己利益而願意犧牲一切的人，我個人覺得那是相當自私的人，我不會想接近，為了利益我們能夠理解，每個人也都想要得到最好，但傷害到他人就非常可恥，不會想接近他。我們可以為自己著想，但不可以傷害他人，為大家著想我們可以招來好人緣。</p>
張 0 源	<p>在管樂社團中，自從我升八年級，我就要慢慢的教七年級他們打鼓，我覺得我們打大鼓的就很不錯每次。我到了管樂教室，他們都會幫我拿好東西，這點我覺得很棒，但我每次都會晚去，其實我很爛，都想著他們幫我用好，</p>



所以我之後都自己拿鼓，但是我每次看到小鼓那就好討厭，他們都以自己的利益優先做事，很討厭，什麼是都要計較，我之前大概也有點吧！但慢慢的我做事前就會想到別人的感受，和做了這件事的後果，因為有發生過討厭的事，所以我才會慢慢的改善吧！

## 學生心得日誌

### 112 年 5 月份心得寫作

本月主題： 給學弟妹的話

身為管樂的中堅分子，除了要精進自己的技巧，更要陪伴學弟妹練習，在這過程中，你學到了什麼？你想給學弟妹那些建議？才能讓大家憶起進步呢？請寫出的想法與做法。

吳  
0  
原  
七年級到現在，我發現學長姐很偉大，現在我們體會到了。學長姐以前會教我們吹管樂，現在換我們教學弟妹，一開始覺得很難，但是教久了之後，就覺得不會那麼難教。經過比賽的磨練，我們大家都成長了不少，這一次，我想要把練習的經驗說給學弟妹們聽，教他們練習的技巧，讓他們可以更進步，追上我們的腳步。我覺得身為學長姐的我們，應該要好教導學弟妹，讓他們的基本功，吹得更好更大聲，讓他們可以進步，教學弟妹之後，我學到了許多，希望學弟妹們可以越吹越好！

柯  
0  
安  
第一次教 7 年級的時候，一直覺得這些很簡單啊？為什麼一直吹不會？但過了一段時間才發現我們以前也是這樣，也是一步步慢慢的變好。在之後教導學弟妹也變得更有耐心了，之後我們九年級比賽完後，學弟妹們帶新生也要比我們更有耐心，因為大家都是一步步慢慢走上來的。現在練習的時候，也不要對自己灰心，只要不斷的練習，到後來大家都可以吹的很好，也可以把譜帶回去練習，會對自己有非常非常大的幫助，讓我們一起為今年的比賽一起加油吧！

陳  
0  
融  
在這學期裡教導學弟妹練習管樂的過程中，我學到了感恩，在這個教導的過程中，發現「指導」真的難到爆，有時候有感覺就是「蛤為什麼你會吹不上去？這不是很輕鬆的嗎？」或是「為什麼你會吹不出來勒。我好想幫忙吹..」、「…這個音色完全就很奇怪啊」。當我發現我有這種想法時，想起..他們也是第一次啊..誰的第一次是完美的呢？我又怎麼可以這樣埋怨呢？



	<p>在當上學長姐後，我想對學弟妹說「不管以前你們有沒有吹過樂器，但在音樂教室這個地方，在我們的眼裡，你們都是第一次，你們是第一次，而這也是我們的第一次，無論以前是否有吹過其他樂器，在管樂隊這個家庭裡，我們都必須從頭開始，必需一起學習、一起推進，我們都不是完美的，但誰又是完美的呢？所以說，無論你們現在活著未來遇到什麼挫折，可以沮喪、可以憤怒、可以悲傷，但一定要在重新做起也要從心做起！不要因為失敗而放棄哦！我最近很喜歡一句話，分享給你們～『經歷挫折，再努力一下，就能得到別人羨慕的生活』，這句話很符合現在身處“第一次”的我們啊！</p>
吳 0 慧	<p>我在教學弟妹管樂十，我學到了，以前我們剛進來管樂的樣子，我們以前剛進來都會怕怕的，我們剛拿到吹嘴都會很不習慣，我看到學弟妹剛拿到吹嘴的反應，跟我們剛拿到吹嘴的反應是一樣的，我看到他們的反應時，我笑出聲來，因為學弟妹的反應真的很好笑，有一個學妹我值得學她的努力，因為原本她還不會吹第一、二的聲音和高音，可是經過時間慢慢的過去，我看到她每次練都很努力的吹出來，感覺好像我們學長姐講的話她有聽進去，所以我從學妹身上學到的，不管我們吹成怎樣我們就是要努力不懈的慢慢練。</p>
吳 0 瑜	<p>其實在管樂內，最最重要的不是會不會吹，而是要保持一定的熱情，當你覺得自己很喜愛一件事時，你就會深度的去研究。我很喜歡管樂，每當我拿起低音號，就會有一種驕傲的感覺，除此之外，我還會去嘗試研究其他樂器。在教導一年級時，我常常聽到他們講管樂壞話，他們認為學這個對他們沒什麼用，那是因為他們無知，他們不會認為這樣很神氣，但是如果讓他們看過或者體驗過管樂的相關活動（管樂遊行等）那他們就會保持很大的熱忱，而去學習，這會是能夠讓他們進步的方法之一。</p>
王 0 媚	<p>一邊要顧好自己，一邊要教好學弟妹，升上學長姐之後，我才知道原來之前學長姐也是這樣走過來的，以前剛學的時候總是吹不好，但學長姐也很用心的繼續教我，所以我也想對學弟妹這樣，即使他們吹的不好，我也不想放棄，有時候背譜的背不起來，可是一直重複的練習就能背起來，高音吹不上去的話，可以嘴巴閉緊一點氣也吐快一點這樣就可以了，剛開始練雖然很累，但也希望你們可以繼續努力，過程雖然很累，但結果更有意義，學弟妹們加油！</p>
黃 0 涓	<p>在教學弟妹的過程中，就像看到我們七年級的模樣，一開始進管樂，都一直說沒興趣要退管樂，但是呢？上了八年級之後，全部指法都會了，就覺得很簡單更有興趣去學新譜，所以我想對學弟妹說不要放棄，現在七年級只是教一些簡單的慢慢的會了，就會對管樂有興趣不想退管樂，上了九年級之後我們就沒辦法練了，我們也會很懷戀，也會很後悔之前</p>



	<p>七年級怎麼會一直想著要退管樂，所以七年級學弟妹要好好珍惜現在，現在練管樂可以让你學到新樂器、指法、高音怎麼吹，這些都是讓我們有好處的，可能以後上高中有管樂社，我們就可以進去繼續練下去，我們也不用怕趕不上大家進度，因為我們國中已經練過基本的了，最後想對學弟妹說：「好好珍惜現在，不要放棄，好好學下去，加油！！！」</p>
蘇右廷	<p>在教導學弟妹時，我才知道了老師們的辛苦，學弟妹在上課聊天或是一直吹錯的時候，學長姐要一直去重複的跟他們說不要講話、譜要看熟喔！這些對曾經沒什麼耐心的我是一個很大的考驗，在學弟妹剛進來的時候，他們的實力卻相差一大截，學妹學習的很快，但學弟也在慢慢進步，最近要比賽了，學長姐也要盡全力的教學弟妹了，相處時間也開始變長了，但是我覺得教會學弟妹會有種榮譽感，把自己會的去教他們，他們把學到的去教下一任的感覺有種傳承的感覺，在他們身上我還學到了，從不會到會雖然很難，但只要你在自主練習的時候去練自己不太熟的地方你就會比別人更進步。</p>
吳滌	<p>在管樂隊的時光裡，我從懵懵懂懂的學弟妹變成現在八年級的學長姐，記得七年級時，每當我們要練習，身邊總會站著一些學長姐，在遇到困難時他們總會伸出援手幫助我們，讓我越來越進步。現在我變成了學長姐，當了學長姐便要比以前還要負責任，要盡全力把學弟妹教好，要像學長姐教導我們一樣。在過程中我學習到了要有耐心，有時候可能講一次他們會聽不懂或是記不起來，這就必須耐心的解釋，當看到學弟妹越來越進步，高音吹得越來越輕鬆，也會覺得很開心，只要堅持努力練習，一定能熟能生巧，越來越進步。</p>
李郡	<p>在教導學弟妹的過程中，我了解了耐心真正的意思。在練習中會遇到非常多困難，我們要去尋找解決的方法，不要逃避問題，勇於面對。遇到高音吹不上去，那就試著把嘴唇放輕鬆，休息一下下，在開始練習。練習時，心裡要想著我吹的上去，而不是我吹不上去。接下來暑輔的下午有練習的時間，學弟妹們要加緊練習跟上我們的腳步，努力練習，我們也會有耐心的教導，暑假過後相信你們會變得不一樣的，一起練習比賽歌曲，一起在太陽下練習隊形，一起朝著目標努力吧！</p>
吳蓉	<p>我覺得經過了這麼久的練習，雖然每次練習真的很累，有時候也因為他們練不起來想要放棄，但是看著他們慢慢努力，看著他們越來越進步，還是會感到很開心，也從他們的身上看到了自己以前的樣子，剛開始我們也是對管樂很陌生，也靠著學長姐和老師的教導，認真的一步一步到現在，教導下一屆的學弟妹們，沒有人生來就什麼事都一帆風順，都是需要加上自己的付出，希望他們可以更加努力，追上我們的腳步，期望我們一起出去比賽的時候，希望了再獲佳績，也希望他們能成為獨當一面的學長姐們，繼續教導下一屆的新成員。</p>





吳 0 宇	<p>一開始，學管樂時，我也不喜歡管樂，不過在老師和學長姐細心的教導下，我也開始喜歡上了管樂，知道了學習管樂的樂趣。</p> <p>剛開始教學弟學妹時，他們也有許多讓我們生气的地方，不過一想到這當初我跟他們說一樣有不會的地方，都是學長姐一步步把我一點一點教到會，所以我要多一些的耐心，讓這種精神傳承下去。</p>
蔡 0 誼	<p>隨著時間的漸漸推移，成為管樂隊的學姊已經有大約半年了，在這段時間裡，我徹底的體會到當年學長姐們的辛苦。指導學弟妹的過程中，會遇到許多問題，就像是不會看譜、高音上不去，或者是不會控制高低音的變換，其中高音上不去的問題是最嚴重的，因為長號的譜大多都是在第五個音以上，又加上學弟妹們對於高音的控制還不熟悉，讓我常常一個頭兩個大，但這些問題也使我變得更有耐心，讓我學到了如何在教導的過程中，能做到稍微有一些嚴厲，卻不會傷到彼此和氣的方法。我想對學弟妹說：其實高音很簡單，可以試著換不同的嘴形吹吹看、嘴唇閉緊一點及氣吐多一些，遇到不會的問題也可以來問學長姐們或老師，努力的鑽研各種技巧，抱持著對管樂的熱愛，我相信，在管樂的這條路上，我們一定會越來越好的！</p>
吳 0 瑩	<p>我覺得在教導他們中，我學到了當一個小老師改要有的耐心，因為我常常在他們看不到的地方中發泄情緒，我自己也很迷茫，不知是自己教的不好，還是他們根本無心想學。而且我感覺之前學長姐教我們肯定也花了不少心思，但是我也很認真的想把他們教好，可是他們會吹，就是會害羞，樂器也是新的，我是真的不了解到底哪裡有困難。在這個過程中，我也有檢討過自己，是不是教的方法不對。可事實證明，有一個人是真的不行，他譜都寫在上面了，可就是不敢吹，只要老師叫她自己吹，他就連一點聲音都沒有，帶她出去他就可以吹的很好，希望他以後可以有所進步，不然還是會有下一屆的學弟妹給他教。</p>
張 0 源	<p>在管樂社中，在教學弟學妹打大鼓中我終於知道老師的痛苦了，因為大鼓很簡單有一個學弟很快掌握，另一個也很快的學會怎麼打雖不及另一個但還行，我是比較擔心小鼓，打小鼓的和學弟學妹很熟，所以學弟學妹都沒有在怕，也沒在聽，但有一個還算可以都超過了教他的人，小鼓還有一個很討厭的地方，每次我們吹的很好打的很好，都被小鼓毀了，不是太快就是打錯還有不會打的，所以我很希望有一天能完成那首歌就剩小鼓的最後了，對比了小鼓的學弟學妹我覺得我所教的學弟學妹好好哦，有時還會幫我拿東西呢，原來當教人的那一方是這麼的累啊！</p>
林 0 頤	<p>九年級即將畢業，換我們當上了現在學長姐的責任，在我們剛開始學時確實很累，不過慢慢的指法會了，譜看懂了，就不會那麼難了。在教學弟妹的過程中，我也體會到了當初學長姐他們的感受，要細心溫柔的</p>



	<p>教，希望下一次比賽我們也能帶著學弟妹拿好成績，再來就換他們當學長姐帶學弟妹吹管樂了，希望管樂每年的成績都能越來越好。</p>
蔡 0 芳	<p>今年升上八年級，要開始教學弟和學妹管樂，剛開始教學弟和學妹長號，覺得看到以前七年級的我，尤其是學妹跟我以前的七年級一樣，學妹跟我以前一樣高音都吹不上去、也常常拉錯，學妹剛開始練管樂時跟我說她不想練長號，跟我以前七年級剛開始練一樣想放棄長號，但是長號的學姐們和老師叫我不放棄，你可以吹上去的。我告訴學妹說「其實我七年級高音也吹不上去，常常拉錯。」我也告訴她怎麼高音吹上去，雖然現在學妹高音還是吹不上去也是常常拉錯，最後我想告訴學弟學妹的話是「雖然練管樂很辛苦！但你們八年級還要練比賽的歌曲和走行進拿著樂器，會比你們現在還要辛苦，希望你們不要放棄！加油！」</p>
蔡 0 舜	<p>在學弟學妹剛進入管樂隊，我也想到我剛開始進入到管樂這個團體，不知道要如何按指法，要如何吸氣，要如何吹高音.....，在看到學弟學妹不會按指法，我就會教他如何按指法，如果不會吹高音我就會教她肚子要用力，才會吹出高音，想想我在去年快要比賽的時候常常踩錯腳，但是我還是有去克服了困難，希望今年的學弟學妹可以越吹越好，也可在今年的年底跟我們學長學姐一起去比賽，祝我們可以在比賽第一名。</p>
吳 0 穗	<p>又是新的一年，想想曾經我也是個讓學長姐一個頭兩個大的學妹，誰知道時間那麼快咻一下就過了，當上學長姐後發現真的要指導別人真的好難，尤其是遇到那種很難管控的學弟妹真的會瘋掉，只有體驗過才知道什麼叫耐心，但是啊我要慶幸的是這屆的學弟雖然個性比較固執，但是他們進步的速度很快學習的速度也是，但是就是有時候上課要討論怎麼敲擊時要小點聲，不然會吵到演奏銅管的其他人，但在教導別人的過程中我自己也學到很多東西，比如要糾正別人前，要看自己有沒有做好，不然教錯會完蛋，還有如果自己真的不會，可以聽聽看學弟們的說法和指點看看，是不是就是這樣，也許說不定他們才是對的我一時錯亂也有可能。</p>



## 學生心得日誌

112 年 6 月份心得寫作

主題：勤奮

說明：傳說古希臘有一個叫德摩斯梯尼的演說家，因天生就是個口吃，在登臺演講時，聲音含糊，發音不準，常常被對手壓倒。可是他毫不氣餒，反而更加奮發向上！為了克服這個弱點，便每天含著石子面對大海朗誦，終於成為全希臘一個最有名氣的演說家。

學生	心得內容
林 0 烜	記得國小有時候會跟同學或其他人打籃球而被打敗，快升上國中時我就想過，上了國中如果籃球又遇到要跟我單挑的人或是比賽我一定要把我的籃球技巧學好，每天邊看著螢幕上籃球教學加上一起做，爸爸有時候會給我鼓勵以及加油。到了自己籃球基礎學好了我就試試看跟對手單挑，可是最終還是被打敗，我回想了到底什麼原因被打敗我就回想的記住對手每個行雲流水的動作，開始一步一步到位一定要抓住那個點才可以做得很完美，上了國中還是有時候會去找人單挑看看，有時候輸有時候贏，我還是會一直記住對手的技巧讓我每天也可以努力的去學習，不管自己強不強 挑戰的人是自己
蔡 0 婷	我覺得我是一個不適合「勤奮」的小孩，對於任何事的理解能力都很差。我一開始進入管樂隊時，只覺得除了難還是難，一開始我吹的不算爛，也不算好，就剛剛好，但逐漸地慢慢退步，甚至退步到連基本的都不會吹，所以我逐漸放棄自己，覺得練管樂有什麼用，在練習時也心不在焉，但在老師的指導下，我開始覺得，管樂也有有趣的點，我就從基本練習到初級，比別人還努力，我就從一個懵懂無知的小菜雞，變到比同年紀一樣的等級。我覺得人生中不一定要自己覺得難，就放棄，如果遇到難題就要換個思路去想，或是比別人努力地去學，別人練習 1 小時，那你就練習 2 小時，我相信在這個過程中，你的人生就多加了一個學習之處。
吳 0 鳳	我剛開始就很不喜歡管樂，我也跟老師反應了很多次，但是最後還是不能退出，我就問老師們說我可不可以中午不去練習，星期五下午再去，學校同意了，我非常的開心。而且星期五練習時，新教我們的老師他會跟我們開玩笑、聊天教我們東西時也會很有耐心，上課也不會很無聊，不會的地方會教的非常仔仔細，而且我也很喜歡現在，因為我每個禮拜中午都可以不用練管樂，就算星期五下午要練習，老師也很好。等我到了二年級我非常想體驗教學弟和學妹們怎麼按指法、怎麼看譜、如何把音吹的好聽。



蔡 0 晏	<p>這是個悲慘的故事…，雖然別人寫的可能都是勵志讀書、勵志運動還有勵志工作的，但我不是講這些，我要講的是『我與堂弟的假日之正值下午尋貓』的勵志故事，那天下午不知道是誰提議去找貓咪，因為那時我們很喜歡貓咪，但家裡不讓養（現在也是），我們只能眼睜睜的看著一隻隻小巧可愛的貓從我們深身旁經過，所以才去找貓。我們踏著不屈服的腳步走向尋貓之旅，走了很久很久…穿過超多雜草的草叢；穿過人來人往的道路；穿過惡臭不已的豬圈，經過我們的勤奮的意志，終於！我們在一條道路看到了一隻脾氣暴躁的貓，堂弟用帽子把牠圈住不讓牠跑走，可惜牠還是跑了。這個故事告訴我們只要努力勤奮的要把自己想做的事情努力完成，我們一定能做到，即使做不到，也一定會全力以赴！</p>
吳 0 諤	<p>這個世界上，沒有人是不靠勤奮而獲取你想要的東西，想要得到就要努力地去做去學習，像是以前國小時出去外面玩時，我看見了一隻很可愛的娃娃，特別想要，媽媽說如果我這次考試考好了，媽媽就幫我買，於是我就開始努力，上課認真聽，回家作業好好寫，多複習，不會的問老師或同學，等到考試成績出來了，一看，各科都考的很好，甚至還考了全班前幾名，我非常開心也非常激動，因為不僅考試考好了，還可以得到我心心念念的娃娃，所以，這件事情告訴我們，只要堅定信念，持之以恆，全新投入，奮鬥不止，就一定能夠達成自己的目標，也許還會有更多的收穫和成就。</p>
吳 0 軒	<p>之前小時候我都無條件幫助爸媽，現在長大了之後我考試越來越差差到連平板都不能玩了，所以現在我每次幫爸媽幫忙的時候都跟爸媽講我幫您們做事讓我玩一下下平板，有時爸媽說好有時不好。所以每次玩平板都不一定，但只要一幫忙玩可以玩平板，就會變得很勤奮，一可以玩如果有人叫我我也會很勤奮。我自己認為勤奮是比一般還努力的做一件事。因為勤奮就是有努力的意思，所以我才覺得有更努力的意思。</p>
蔡 0 恩	<p>我從來都不是個勤奮的人，但遇到喜歡的事物不妨「勤奮」看看？從小我就蠻喜歡畫畫的，小學一、二年級我抱著試試的心態去參加了畫畫班，那裡主要是畫水彩，我用水彩畫的圖說是難看都不能形容，那簡直是慘不忍睹！但我還是堅持的上完兩年，起碼我知道畫畫的基礎嘛。我當時其實蠻傷心的，我用水彩畫的沒一張能看，但上來三年級時我想了想，「既然我不會塗色，那我就把素描學好啊！」，懷抱著這樣的心態，我也漸漸的能畫出一些物品，接著我試著畫畫看人。雖然當時還沒有把素描把握的很好，但也能畫的有模有樣這給了我十足的信心。四年級時我知道了有些圖是用電腦畫出來的，我當時還傻傻的覺得真的是用滑鼠畫出來的，所以我去試了試用滑鼠畫畫，畫在了小畫家上，正好當時我也才剛接觸動漫，就決定還原動漫角色，結果還真的畫了出來，至今我都還能想起畫好時的興奮。到了高年級我我也不斷的學習畫畫的技巧，</p>



	<p>人物的比例、表情、服裝、配飾，這每一個步驟我都試了上百遍，我也常常觀察一些物品，並盡可能的畫出來。我也希望我能在管樂上像我學畫畫那樣，在我每一次的失敗中尋得成功的出路，在我每一次的成功中取得耀眼的成就。</p>
吳 O 玉	<p>說到勤奮我就想到最近看到的一則小故事，故事中的女主，她的成績不是很好，特別是數學，怎麼學都學不懂，但她也沒有坐以待斃，而是特別努力的去學習數學。一有不會的就去問老師和同學，放學也會做許多的練習題，來加強自己的數學。就這樣日復一日的努力，她的數學終於變好了，寫難的題也不在話下。</p> <p>看了這個故事，我就想到我自己的英文，我的英文真的很不好，很多時候都要靠猜的，所以我在英文上更努力得去學習。有些時候平時練習的好好的，結果一考試發現都不會，後來我才知道，平時我看似練習的很好，其實還有許多的漏洞，所以我還需要更多的練習才能學的英文。</p>
吳 O 倫	<p>看到（勤奮）這個組題讓我想起一次星期五的管樂練習，那時要大家一起演奏國歌，在打擊小鼓的時候我一直覺得我打的跟大家的聲音對不上，老師發現之後就來教我怎麼打我那時才知道國歌一小節四拍，這種最基本的東西我那一次練習才知道，那天回家後我在心裡一遍想著國歌的旋律，一遍打著手中的空氣鼓棒，或者在集會時的觀樂演奏我時常會瞄一下學姊，看他怎麼打的怎麼輪鼓在哪一拍要打什麼，我都會注意去聽或看，之後我的國歌打起來也有進步，知道什麼時候要打什麼東西，所以我覺得這是我勤奮想學會國歌的故事，不會在跟以前一樣看錯節拍亂打了。</p>
林 O 勤	<p>參加管樂社團已經參加了好幾個月我們已經學會了很多新的樂譜，比如像國歌或是國旗歌等...，在學的過程中會有很多的高音和節奏也會變快，我剛開始學大部分都是節奏的部分比較搞不懂，但是在上管樂課老師不斷的教我們，我們也不斷的反覆練習有不會吹的地方都會去問老師要怎麼吹，直到現在我已經可以把樂譜吹得稍微比較順，沒有像一開始一樣在吹樂譜的時候吹的卡卡的很不順，最後我覺得我很喜歡管樂這項社團，雖然拿著很貴又很重的樂器很累和之後還要背譜，但是我依舊還是很喜歡，所以我要好好的珍惜這兩三年的管樂，怕以後就沒有機會吹到了。</p>
黃 O 慈	<p>關於勤奮這件事情我一向都很認真，但是自從我上了國中進入管樂我就覺得這件事情不符合我了，一開始進管樂真的很累練到最後更累，高音 Mi 完全上不去真的很困擾欸有夠麻煩，雖然在其中我也學了不多的東西也認識很多新朋友，我也很希望可以盡快把我的高音 Mi 還有其他的音都吹準、吹好，雖然練管樂有好處也有壞處，但是學校也希望我們可以在這樣的環境下體驗更多的東西與新事物，而且你把樂器練好之後也有可</p>



	能會去比賽，這樣就會有一種成就感，也會很開心很高興～希望在新的學期可以好好學習，努力堅持下去！
蔡 O 萱	在練習管樂的過程中，難免會有一些困難的地方，在吹管樂的過程中，高音一直吹不上去，同學跟學姐就有就叫我吹高音的技巧，經過不斷的練習，終於吹上去一點點了，但是那個音堅持的不夠久，還要繼續練習，過了幾個禮拜之後終於成功了，我頓時感覺其實好像也沒有那麼難，只要掌握好技巧就行了，雖然吹高音的時候還是有一點難，但是我覺得我以後肯定還會吹的更好，我會繼續努力加油，以後學妹學弟來了，我也能把我最好的一面展示給他們，做他們的榜樣。
吳 O 宏	我覺得我是一位不勤奮的小孩，不管做什麼事情總是拖拖拉拉的，也常常被罵，在管樂練習打鼓的時候我只要遇到不好的曲子我就會懶得不打，但是我覺得不能在繼續混了，所以只要遇到不好的曲子或不會打的地方，就會問旁邊的學姊，之後我慢慢的會打了，但是還是會有不會打的地方，但是我不會像以前一樣這麼混了，我會先自己想辦法怎麼打，如果真的遇到不會打的地方的話，我也不會就坐在那邊不打，我會去問老師或者是旁邊的學姊；雖然一開始真的有點討厭管樂想練角力，但是最後慢慢的喜歡管樂，因為在打歌曲的時候很好聽，而且還可以選很多歌曲打，雖然有的時候在打比較簡單的歌曲時會很無聊，但是在打比較有難度的歌曲時會很開心，因為可以挑戰自我！
吳 O 謹	國小的時候數學很不好，升上六年級那時我跟呂 X 瑀換了一位班導，她為了把我的數學教好花費了很多心力，可是我卻一直放棄數學，現在我覺得數學就和現在的管樂一樣很難，數學要靠腦子、管樂要靠記憶力、按法跟吹法，我總是吹不好第 8、9 音應為音調太高，嘴唇要出力才吹的出來，我也想向學長們一樣吹得好可總是有人嘲笑我吹的爛，朋友也常常安慰我說沒關係它不是一兩天就吹的會，我很謝謝學長、老師及朋友，沒有學長、老師的指導我並不會按也不知道怎麼看譜，沒有朋友的鼓勵我也不可能一直堅持下去，好多人都覺得我很差勁，因為我什麼事都做不好常惹禍，至從認識其他朋友以後他們常告訴我，我很棒我也很細心總是能即時的給予他們想要的東西，也因此我慢慢找回自信，我希望我下輩子還能再遇到這些好朋友。
吳 O 祥	勤奮是一個很好的品格，我很羨慕那些勤奮的人，像我這個人平常一點都不勤奮，反而非常的懶惰，雖然我也知道這樣子不太好，但我還是改不掉，像我剛開始在吹管樂的時候常常高音吹不太上去，而且基本上吹一下就會掉下來，我因為這件事就開始思考，我以前到現在好像在吹管樂的時候都不夠努力，明明別人可以做得到的事情，我卻做不到，因為這件事我決定要更加努力的練習，之後我就會常常告訴自己，別人做得到，我也做得到，我已經決定要比以前更加勤奮更加努力一點了。



侯 0 州	<p>我以前在加入管樂的時我以前都不會看音符，所以前只要老師叫我吹還是團體吹我都是不會的，所以我以前，到了星期五的時後有點不想要上管樂，因為我怕我不會吹老師就會罵我，但是，我有一次吹錯的時候老師沒有罵我只是老師叫學長教我或者是老師下課的教我，沒個行期五的時後老師都會利用下課的時間教我，所以我先在都會看音符或者是節拍有多快或很慢我都會吹出他要的所速度而且也越來越會可以跟上節奏以，跟指法也都是越來越會了</p>
王 0 麗	<p>勤奮讓我想到了曾經以為勤奮這兩個字就是做什麼事都要認真去對待，國小時我曾以為只要努力就能考第一名，那時天天複習到很晚很晚，手機除非我爸媽打電話不然基本不碰，可是呢到了考試的時候第二名，這讓我知道什麼叫努力照樣比不過天生就很聰明的人，那時後可以各種的懷疑我自己，是我做的不好嗎？還是不夠努力我開始懷疑自己，我去問了老師為什麼我努力了還是考不到第一名，老師只跟我說那只不過是你不夠努力而找出的藉口罷了，那時後頹廢了好久，但我想到了這個問題是不是因為我勤奮的方式不對，復習的太晚早上老師說的課完全聽不進去，因為困上課的時候都在發呆，後面回家又在瞎復習，難怪總是比不過別人，那時後我好想也是那種天生就很聰明，聽一次就能懂看一遍就能理解意思，可我沒那種命，我開始調整我勤奮的方式在學校學習不會的問同學，回家把不會的的題目抄一遍，因為不再瞎復習了我每天睡覺的時間也變多了，我也想明白了我比不過天生聰明那我就比他努力，到了考試雖然沒第一但是我有幾科已經比第一高了，雖然沒得到我想要的名次但是我知道我已經很努力了，我也知道了自己和自己比就行了沒必要每次都和別人計較，所以勤奮不一定有結果但不勤奮一點永遠沒結果。</p>
蔡 0 蓁	<p>從七年級開始選管樂的時候，我就還不是很懂樂器的使用跟音符……等，之後管樂老師有帶學生練習使用吹嘴，我當時看到老師在看嘴形決定吹什麼樂器，當時就被選上吹長號，就有聽學長姊的指導，我就在旁邊的練習使用長號的上油跟發音……等，也有聽到學長姊在吹樂譜的時候，之後，就慢慢的開始練習吹長號了，也學到一些音符，有時候，也有學長姊教我們吹樂譜，我當時還是傻傻的吹，最後，我也學到一些樂曲，到了！八年級還是要很常練習樂曲，之後，還會出去比賽跟邀請學校去吹管樂，我都不能放棄去吹管樂，就只能默默的一起去表演管樂比賽，未來還要教導學弟妹如何吹樂曲跟樂器，我就很「勤奮」的努力練習吹長號，有些發音吹不上去，老師說：妳的音要再練習呦！，我就只能聽老師的話去做我一直達不到的目標去前進，有時候，還是吹不上去想吹的音，我只能慢慢練發音了！我希望我能把吹不上去的發音能吹上去，能和學長姊一樣厲害就好了！也希望我能像學長姊一樣厲害啦。</p>



## 學生心得日誌

112 年 7 月份心得-言出必行	
<p><b>說明：</b>秦國的商鞅為了讓百姓們瞭解自己進行變法的決心，於是他在大門放了一根木頭，並公告說：如果可以將這根木頭立起來，就能獲得一千兩。剛開始百姓都不相信，沒人敢嘗試，後來有個男子把木頭立起來，商鞅也確實如公告所說，給他一千兩。百姓也因此知道商鞅是個言出必行的人，於是開始支持他改革變法。</p>	
<p><b>主題：</b>言出必行      <b>定義：</b>說出來的話一定做到，形容有信用，守承諾</p>	
學生	心得內容
柯 0 安	我小時候是一個蠻愛說謊的小孩，小時候因為常常說謊被爸爸打，但我也都沒有想過要改，一直到國小 5.6 年級的時候，有一位老師改變了我，雖然過了很久都快忘記做了什麼事情，我只知道他對我很失望，因為他說我是一個可以改變的小孩，不要再這樣了，在那之後我也盡量說到做到不再說謊，當一個說到做到的好小孩。真的非常感謝她，因為有他，我才能變得更好。雖然我和那位老師很久很久沒有見面了，但也祝他教師節快樂。
吳 0 瑜	這次暑假輔導，我們下午留下來練習樂隊，為了這次八月要去的表演，我們練習了四首曲子，這次很意外的要背起『蘇沙號』。其實我並不是很樂意，因為我本身練習低音號一年多，扛習慣了，突然接觸這樂器讓我不知所措，因為老師曾經說過要給學弟妹吹奏，突然要我改變吹奏樂器，讓我很不習慣。雖然說很不喜歡，但我還是得照老師的話去做，我得加緊習慣蘇沙號，好得在十一月的比賽，希望我能夠做到，現在我呢，扛著蘇沙，雖然很笨重，扛起來看得很呆，但其實蠻好玩的。
吳 0 穗	在生活中承諾了一個非常重要的東西，你許了承諾，答應了別人，就應該要說到說到。每一份感情承諾沒做到真的很傷感情，對方看你的角度和想法自然也會不同，如果有一個你很看重的人或朋友他們答應你的事情沒有實行，那你何嘗不失望呢？答應了，就應該說到做到，我覺得這是一個非常重要的事情，因為這是一個關於信用的問題，這和刷卡一樣，卡刷爆了信用沒了，人家也不願意再借你錢一樣的概念，所以呢我覺得言出必行非常非常重要。
陳 0 融	在之前的管樂心得中，我之前曾寫過「我一定會學之前學長姐的心態，一步一步跟著學弟妹走上這條音樂大道」，我覺得我應該有做到但不多，因為其實現在學妹他們已經可以自己練習了，我們現在只負責幫他們調整一下滑音或點音的部分而已，他們現在進步蠻多了，從以前譜都會看錯，到現在剩下指法不熟，我覺得他們變很多，我們當學長姐的心態也變很多，雖然之前會覺得…為什麼教那麼多次還是學不會，但是現在寫著這份「言出必行」的心得後，我應該能用我剩下的一些意志力壓制我那邪惡的心態…言出必行在生活中很重要，這能表現





	出一個人的品性，也能讓大家對自己更有信賴感。
吳 0 蓉	我覺得言出必行是一個很重要和很特別的特質，但是真正做的人卻了了無幾，包括我自己也不一定能保證自己說出的承諾能夠兌現，但是我會特別約束自己，提醒自己如果做不到的話就不要給對方承諾，因為我自己也不喜歡被別人答應事情卻沒有做到的感覺，因為了解那種不舒服和失望，所以我會思考自己能力所及的範圍，再去做我做得到的事。例如，如果我今天要和同學一起出去玩，我會和我的家長說幾點就會回家，而我也真的有做到，這樣下次我要再出門時，他們就會放心讓我去。例如，老師給的任務，說什麼時候要繳交，就在那之前趕快完成，但是我也不希望家長對我答應了事情，但是我做到了他給的條件，他卻沒有兌現他的諾言，希望大家都能成為言出必行的人。
吳 0 瑩	言出必行是很好的品德，雖然並不是每個人都能做到。比如在家裡，我覺得我爸爸是一個很好的風範，因為之前有一次，我說在家裡幫忙工作都沒有什麼獎勵，爸爸就跟我們說，如果這次寒假表現得很好就給我們實現一個願望，我和姊姊都要一台手機，弟弟要遊戲機。爸爸果然在寒假的最後一天帶我們去挑。當然在家裡也有會食言的人，但是媽媽每次都會念食言的那個人，所以也沒有到無法無天的地步。最後我想說，每個人肯定都會有犯錯的時候，但是如果知道悔改的話，那不至於那麼慘，希望人人都能言出必行。
蘇 0 廷	我有時候說的並不會做到，因為懶惰、難度太難無法實現出來，但因為我的家庭是屬於爸爸媽媽無論怎樣都會回來陪伴我們，但他們卻不像其他人一樣會對小孩子不耐煩，他們會在我段考時跟我說，如果你考了第一名或是有進步就會獎勵，而不是每次都說等你下一次考更好再給你。因為從小到大爸爸媽媽總是跟我說，要守信用，不然這樣會變放羊的孩子，大家都知道你答應要幫忙他，但是卻都不會去做，他們就會對你失去信任，對你避而遠之，你就要像曾參、商鞅一樣守信用，在未來你就會受到師長以及上司的青睞。
黃 0 涓	我有時候一說出口就開始後悔，有時候就不會做到，曾經聽過一句話：說出去的話，就像潑出去的水一樣，一去不回。聽完這句話很有道理，所以我知道，下次要說出去的話，都要思考做得到在決定。跟別人的約定也是一樣，要能做到才跟別人約定，不然沒想好就說出去就沒辦法反悔了。我就是之前國小的時候常常做不到，就亂跟別人約定好，然後都沒做到，後面就被別人討厭了。現在知道了「言出必行」這個成語，我就懂得說一定要思考清楚，在跟別人做約定，老師跟家人都很常跟我說別人跟你約定好的事，一定要做到！不行跟別人約定好什麼都沒做到。
吳 0 慧	我自己本身吹圓號，但我現在是打四音鼓，我之前跟管樂老師說好我要吹圓號吹到我畢業，但我沒有言出必行，我覺得我很對不起老師，我會選四音鼓的為因是，因為我以前國小打過太鼓，所以我對四音鼓有興趣，我就跟老師說：老師我想打四音鼓。老師就說：那你比賽要撐住要扛四音鼓起來。我就說：好我會撐住。至從那現在開始我就開始認真聽老師教我四音鼓，所以我之後都要言出必行，講話要算話，最後我希望下次比賽可以得特優第一名。



張 0 源	<p>我見過很多很多的人每次說的話都做不到，我的媽媽就是一個，每次答應我的事，都不會做到，一直延後，但他有時還是會遵守承諾，讓我非常開心。我有可能比較像媽媽，有時候說到的事情都會延後，因為懶惰，想說還有時間遵守承諾，但每次都用趕的，我很想改變懶惰的這個習慣，做個言出必行的人。我覺得每次做到一半很累就半途而廢，答應的事也沒做到，不只會被罵，別人也不會再讓你幫他做事，有可能有什麼秘密也不會和你說呢！所以我們要當一個言出必行的人，一個好孩子。</p>
李 0 郡	<p>說出來的話一定要做到，要去確實的行動，努力改善這個壞習慣。我有時候不太會做到言出必行這件事，每次都會想去做一件事，可是到最後都沒有確實的去行動，都會想說算了或者是把這件事一直拖，拖到最後還是沒有去實行。升上國三，即將要面對會考，我希望能每天回家複習一點功課，複習愈來愈多，每天愈來愈進步，可是我沒有每天去複習，而是回家馬上被手機吸引，都會想說等一下再複習就好，可是到最後都會只有複習一點點，我會努力改善這個壞習慣，不再繼續擺爛下去，為自己的未來努力。</p>
吳 0 漾	<p>我認為言出必行的人比較受人喜歡，因為都會說到做到，守信用。說出去的話就必須守信用，要付諸行動，我覺得我不是一個會言出必行的人，常常不守信用，說要帶妹妹去公園，但是都因為太陽太大或是懶惰而一拖再拖，讓妹妹覺得我是個不守信用的人，常常不相信我，但是我的媽媽跟我相反，她是一個會說到做到的人，說出去的話一定會實踐，不管她的工作再怎麼繁忙，還是會實踐，我覺得我應該要跟媽媽學習言出必行，說出去的話就像潑出去的水，收不回來，從此以後都要當一個守信用，會付諸行動的人。</p>
林 0 頤	<p>上了國中之後，事情變得特別多，變得和小學完全不一樣，要懂得事情變得更多了。從國小開始老師就會教我們做人的道理，說話要算話。上了管樂之後我也才知道「言出必行」的重要性，有時候我很喜歡管樂，但有時候也會和家人小小的抱怨在學校管樂發生的事情，學校老師都教我們要說話算話，但是每次的暑輔和寒輔都說不會讓我們一個禮拜每天都練，練的話也都是輕鬆練，但是每次還是都會有老師來教，每堂上課都好累，導致現在我不太喜歡管樂了，可是我還是想幫學校拿到好的成績，只是練的時候真的很累，一次練了三堂。除了在學校，在生活中「言出必行」也很重要，要是沒辦法做到那當初就不要說這種話。因為要是說了卻沒有做到，不只會讓人失望難過，也會讓人對你不信任，所以說言出必行真的很重要！要做個說到做到的人，在以後的生活和工作都會用到，所以說從小就要養成言出必行的好習慣！</p>
蔡 0 誼	<p>言出必行是人生中一個重要的課題，信用也將是幫助你突破重重困難的好道具。從有記憶以來，爸媽總跟我說要守信用，而我在他們的耳濡目染之下，也逐漸懂了言出必行的道理，但隨著年齡增長，天真漸漸消失，我突然覺得守信用不是那麼的容易，有時候就連大人也可能做不到。開始上小學後，我常常把成績單讓爸爸拿去公司兌換獎學金，我們也說好了那些錢就讓我自己存起來，買自己想要的東西，但每次我買書時，爸爸總會反過來埋怨我，嘴裡說著：「你</p>



	又拿錢到處亂買東西」，之後又跟我說一堆大道理，當時的我真的是又委屈又生氣，想反駁但又不敢，這時媽媽就會跳出來幫我說話，雖然之後爸爸又會更生氣，但積在心裡的那股委屈也會隨之煙消雲散。在這樣跌跌撞撞的成長中，希望我在之後成長的路上，也能繼續把言出必行深深烙在心裡，永不忘懷並好好實踐！
蔡 0 芳	我覺得言出必行意思是說出的話一定做到。媽媽從我們三個小都跟我們說「做人不要亂說話和亂騙別人，要說實話和遵守承諾，做錯事也要勇敢承認」，所以媽媽希望我們三個小孩可以做一個言出必行的人。我覺得我們人做錯事要勇敢承認自己的錯誤和說道做到，不要做錯事不敢承認，雖然這件事其他人不知道，但下次做錯事也有可能也不敢承認。所要我們要做一個言出必行的人和勇敢承認錯誤的人！
蔡 0 舜	我覺得有說出的話就要好好的做到，不然你說的話都不言出必行，別人都覺的你說的話都是假的話。像國小的時候上完課本教的，就跟自己說要在假日的時候好好複習老師教的課文，但我卻都沒有去遵守我說的話。也有一次我跟我自己說這一次的社會段考要考 90 分以上，就可以有一百塊，所以我這次的假日，我就努力的複習這次社會，讓這次的社會可考到 90 分以上，沒想到這次有遵守我說的，讓我這次考到 90 分以上，所以我要去遵守我說的，才可以成功，才可以實現。
吳 0 原	我覺得說出來的話要有誠信，說到做到是我們每一個人都要做的事，很多人因為說話不算話而改變自己的人生，做人要有信用。國小的時候，老師說假日要好好複習課本上的東西，我們和老師說我們一定會的，結果假日時，我們不是玩手機就是在睡覺，現在想起就覺得自己以前很浪費時間，沒有說到做到，還有假日時媽媽會叫我幫忙買一些醬油或者是番茄醬，我媽講完我都會說好，結果我玩手機玩到很入迷，忘記了這一件事請，我媽看到我玩手機就跟我講說：弟弟，妳東西買完了嗎，一聽到這一句話我才想到要買醬油和番茄醬，我媽看了很生氣，跟我講了一句話，讓我到現在還記得，我媽說：做人要有信用，做不到的事情就不要答應，一聽到這句話我覺得對我媽感到抱歉。現在的我，會思考說什麼可以做，什麼不能做，我媽這一句話讓我變得更充實了許多！



## 學生心得日誌

112 年 8 月份心得寫作

主題：我的暑假生活

學校於 7 月初開辦暑期輔導後，同學除了課業學習也更密集的練習了管樂，再二周後就能好好放個暑假，請同學寫下暑期的收穫與預計規劃的暑假生活期待吧!!記得字數至少 200 字哦!

學生	心得內容
吳 0 謹	我在暑假的第一個禮拜，都是跟朋友出去玩，但第二個禮拜後，我們就要開始暑期輔導了。在這個時候，即將升上八年級的我們第一次出去表演及比賽，也因為這次的表演和比賽讓我們學習到更多的曲子像：舞動的 march、Harry Potter…等等，我不喜歡吹暖嘴，但沒有吹暖嘴，高音就吹不上去了，所以不得不吹暖嘴和練習一、二，我希望我在 8 月 5 號去父親節表揚會場表演時，可以表現的很好。
吳 0 鳳	我練管樂已經有一段時間了，在這一段時間裡我學會了很多事情，也理解了很多問題。像是管樂沒有我想像中的那麼難、學長姐也沒有想像中那麼嚴厲，我也知道了做事不能太著急，做事前要先經過大腦思考。我也透過了七年級時我想退出管樂的事情學會了很多事情，我也認識了了許多老師、朋友。我也理解了一些事情，像是要逼迫自己學不喜歡的東西這樣才能成長，想法也不要那麼幼稚。我最期待遇到下一屆學弟、學妹，教他們樂器的指法怎麼按、譜要怎麼背。音要怎麼吹好聽。讓我們飛沙國中再一次拿到特優。
吳 0 宏	暑假兩個月，第一個月我在學習，參加了暑輔，暑輔期間我們好好的複習一年級教的一些東西，因為開學不久後我們就要模擬考了，所以一定要好好複習，這樣子我的成績就不會太差。我們下午還有活動就是管樂，我在打鼓的時候會覺得很放鬆；雖然早上很累，但是下午打鼓可以讓我的心情放鬆些；我覺得我的暑假會好好規劃，不會像我的國小暑假一樣一直顧著玩電動，放暑假的第一週，我想去國小的籃球場打籃球，之後在第二週好好的把我的暑假作業趕快寫完，寫完之後心情就好多了，就可以好好的放鬆了。
林 0 烜	一放暑假就開心的玩樂，可是到了暑期輔導上課的時間到了，就要開始收心專業學習，加上學校開放了管樂社團活動，大家也很踴躍參加和吹奏。暑期輔導剛上課有點不太適應，我以為是上到中午就回家了，結果下午還



	<p>有我喜歡的管樂課程，在學習管樂中，老師給了我們很多的新譜，尤其是霍格華茲的的譜和四季紅。在吹奏過程中有的會有低重砲，讓我超喜歡這種聲音。接下來的暑假規劃，我比較想要把我的籃球夢想一直持續，不管哪天失敗還是或成功還是要保持每天的訓練，希望能在暑假過上好的快樂生活，也希望能在管樂中學習到超多的知識和技巧</p>
林 0 勤	<p>在暑期輔導期間，我們練習了很多表演的樂譜，在練的過程中一定會有許多不會節奏和不懂的音符，但是在這兩個禮拜期間不斷的準備和聽老師還有練習也漸漸的會了許多，雖然是在暑假練習會讓我覺得很累又很厭煩，但是想了想能為學習付出一點榮譽也是一件不錯的事情，上完這四個禮拜的暑輔我的規劃是出去玩，因為上這四個禮拜的暑期輔導會讓我覺得很累，而且在平常上課也很少出去別的地方，所以就趁上暑輔完的最後時間好好的放鬆等待準備開學吧！</p>
王 0 平	<p>上了暑假的管樂，我發現我的原來我的音樂細胞這麼的好，應該說我的打擊樂的細胞！！因為每次我在學新的打擊樂器時，我總是學的比學姊快很多，但有一個疑問，為什麼我沒有吹樂器。其實我剛進管樂，我是希望我可以選上樂器，最好是小號，但第一個就是選打擊，我不知道我的嘴型可不可以，這是我的遺憾。在這個暑假我都打小鼓，因為一整個學期我大多都在打大鼓，我在想把我小鼓也練一練，成為一個全能的打擊手。在這個暑假過完，我就有學弟妹了，我會把我所學的知識和經驗傳給他們，讓管樂繼續台灣的各個地方發揚光大。</p>
吳 0 軒	<p>剛開始上輔導的時候，我很無聊，因為想說我還要上輔導課，但是我發現雖然早上上課很無聊，但是下午的管樂卻有點有趣，所以我有時候除了期待趕緊回家也會有點期待下午上管樂。因為不用像早上要學知識。但是有時候上午的也會有幾節課是好玩的，早上的課讓我收穫了很多，我七年級沒有學好的重點和知識，下午的管樂讓我收穫了比以前更好的打鼓技術，也學其他歌曲，等到暑輔結束之後我姑姑她們也要回家了，所以我剩下的時間應該就只有工作，但是有時候卻有點期待爸爸媽媽帶我們出去玩之類的。</p>
吳 0 倫	<p>到了暑假，我們學校前一個禮拜放假，之後四周都要上暑輔，上完後就開始放假。我想要把我的國術套路練好，每個禮拜抽出一點點時間去箔子寮的道館練習，希望可以把套路打的很熟練，因為在上一次的比賽，我比的很慘還打錯動作，所以想要在11月的全中運選拔有一個好成績，還有我想要在這個暑假學會怎麼坐統聯客運，因為我要坐車到台北找朋友，而且這個暑假我還要去台中4天3夜的露營，我希望在這個暑假可以每天充實的過完，不想要整個暑假都浪費掉了。</p>
黃 0	<p>這個暑假，我覺得被學校規劃的很充實，其實就上輔導課而已。然後下午留下來練管樂，雖然說我不是很討厭管樂也沒有很喜歡，但就是覺得每個</p>



慈	禮拜都有在練的東西，為什麼暑期輔導下午還要繼續留下來練，即使是這樣我們還是要面對現實…我覺得我也蠻努力的在練習，可是不知道為什麼第十個音就好像跟我有仇一樣都不讓我吹上去，但！七月十九在練習的時候我無意間就吹上去了！此時此刻覺得不可思議，居然被自己驚艷到，我還問旁邊的人我吹上去了嗎？她說：吹上去了啊！我整個興奮的快翻過去了！這時才意識到有努力就會有成功的機會！
吳 0 祥	放暑假基本上是大部分的學生覺得最開心的事了，剛開始放暑假的時候我很高興，不用在每天上課了，可是我突然想到，再過幾天之後還要再上暑輔，每天暑輔的下午都會上管樂，在暑輔下午的這幾週管樂課，因為之後要表演的關係，所以我們都很認真的練習，在每天努力的練習之後，我之前在吹哈利波特的時候，原本吹了一小段之後就完全不會吹了，可是在練習之後，我至少還會吹一半了，希望再過幾天之後，我能把哈利波特好好的吹完，我目前還沒想到在暑輔結束之後要做什麼，但我還是很期待接下來的暑假生活。
侯 0 州	暑假的規劃是要先把功課先寫完，因為我沒有先寫功，有時候會忘記要寫功課的事情。寫完功課後家人說要帶我出去玩，要去玩兩天，我超級期待我們要去拿裡玩，希望那個地方是好玩的地方，希望可以在那邊吃到很多的在地美食，也可以去到那裡的在地的景點，或是去那裡的夜市，回來的時候我們村子會有活動，所以我們要辦桌也要請客人來吃辦桌，到了晚上時會有攤販在那邊擺攤，半夜的時後我們有些村民都會去廟裡拜拜，拜拜完後有些的村民會搶拜拜的供品保平安。
蔡 0 恩	暑假當然有暑假作業，所以必須要把作業作好。目前暑假家人們有著非常多的安排，但有的要嘛上班，要嘛有暑假活動，還是沒有一個好的辦法。但能確定的是我們家今年暑假要去小琉球浮潛！目前正在整理去那的最佳方案，預計在我管樂表演的後一週要去，雖然我對浮潛沒什麼興趣，但一想到能出去玩也是很開心的！沒記錯的話，應該是要去五到七天左右，除了我們家以外還有大舅公和姨婆也會去，在那之後因該還會在去玩幾天，雖然那都是暑輔後的事了……但還是非常興奮！
吳 0 鳳	我的暑假規劃就是睡覺睡到自然醒，然後起床刷牙洗臉，如果親戚朋友有回來就和他們一起玩遊戲玩到凌晨，如果他們沒有回來，我就會去附近的國小運動、打球。這基本就是我暑假的生活。也會和朋友們一起去逛街、購物。而且因為家裡的大人們都要去工作，所以家裡面幾乎都只有我在家而已，沒有會吵我睡覺，這根本就是天堂。我打算選一天時間和朋友們一起去看電影、動漫展。我也會和朋友分享我們這附近有趣的事情、一些很多人都不知道的地方、幫家裡的人用蒜頭。我打算在這個暑假期間完成我自己做的表格任務。
吳	暑假到了，有很多的時間可以好好利用，我的暑假規劃就是上暑輔之前先



0 譚	寫完暑輔要教的作業，然後在家裡幫忙做做家事，把一幅從網上買的畫，畫個三分之一，之後上暑輔的放學時間，偶爾寫一下剩下的暑假作業，到了放假，有時候會出去散散步，去公園玩一下，之後暑輔結束了，就在家陸陸續續的把暑假作業完成，訂一個小目標，把一個遊戲打到我想要的等級，全家還規劃了一起出去遊玩，我聽了非常期待之後的規劃，也希望這個暑假過後會有更多的收穫和美好的事情。
蔡 0 萱	放暑假後，過一個禮拜就要開始上暑輔了，暑輔的每一天下午都要練習管樂，因為上完暑輔的第一天就要出去表演了，在加上要比賽，所以要更加努力的練習，在這幾天的練習，高音又吹的更高了，但用的力氣蠻多的，我同學吹高音看起來就很輕鬆，我怎麼用力都吹不上去，有一次很突然就吹上去了，等到暑輔上完的話，就可以到處跑到處玩了！就很剛好八年級返校日那天要去台中，這樣時間就混到了，後來媽媽就說不然等我返校日完就馬上去，但是因為時間太剛好了，所以就從三天變成兩天了，不然本來可以多玩一天的，有了暑輔讓我的暑假過的還蠻充實的，也讓我的管樂吹的更好了！
王 0 麗	在這幾個禮拜我學了很多管樂的東西，像我已經學會如何吹暖嘴，雖然還是吹的一言難盡而且有還是還會按錯，但還是會吹了至少不會像以前只會1、2個音了，而且吹的比別人慢一拍，而且呢我還學會了望春風，唯一一首我敢說是我吹的最好的曲子，而且我的薩克斯風也沒怎麼討厭，剛開始學不會一直很討厭薩克斯風，現在發現薩克斯風是管樂裡最簡單的，雖然我還沒有很熟練，還會按錯按鍵但是我覺得我一定能夠學好的，加上老師不怎麼的嚴厲，主任也覺得我進步了很多很多，我覺得我學好應該不是什麼大問題，而且不會的還可以問和我一樣吹薩克斯風的同學，這樣不只增進了我和我同學的感情而且，還可以學會薩克斯風，而且每天上管樂都能發生些好笑的事，像某某和某某被叫猩猩和狒狒，還有某某和某某被說成情侶。我打算這個暑假把哈利波特學會和把其他到譜背起來，暑假打算把海闊天空的譜背下來，來學校的時候再用薩克斯風試吹看看好不好聽，而且我媽媽還說了，等到暑輔上完就帶我去新光三越玩，還說了要是練的好，等他有錢了，就給我也買一個薩克斯風，讓我在家也能練習，練好了也能吹給他聽。
蔡 0 蓁	剛開始放暑假的一個禮拜，我都還以為要準備上暑期輔導了！之後，看手機時間，我就突然想起來原來是放暑假的開始，之後，我姊姊以為我要上課，我跟姊姊說：我已經放暑假了！之後，我就睡不著了！我就起床刷牙洗臉準備騎腳踏車買早餐，之後我還邀請學弟跟學妹還有學姊一起去便利商店買午餐，順便在那邊把午餐吃一吃。時間過得很快，一轉眼就是暑輔的開始，我就每天早起的整理，準備去買早餐到學校吃，有時候坐校車，有時候給同學的阿公載來學校上課，下午起床準備管樂練習，還要上兩個



	<p>禮拜才能放假，上完暑輔，隔天還要去四湖鄉公所表演管樂，之後就開始放假囉！每天要做一堆事情，有夠累的的啦！不幫忙我媽媽要在那邊碎碎念，有夠煩的，放完沒幾天就要班級返校日，返校日完就要準備開學了！我可能吹完管樂的隔天要出去玩，順便邀請一些同學或是朋友一起出門逛逛，不然待在家很無聊，順便買伴手禮回家跟家人一起分享，這就是我的暑假生活！</p>
蔡 O 婷	<p>雖然暑期輔導有四週，這個數字看起來像是度日如年，但是實際上卻覺得每一次在上課的時候時間總是過得很快，甚至覺得一節四十分鐘的課都沒上到什麼進度，不知不覺就來到了暑期輔導的第二週，在這段時間課業上並無什麼太大的收穫，最大的收穫我覺得是管樂集訓，我學到了一些新歌，也把不大熟悉的歌基礎打好了一些，雖然有點累，但也是一點而已，並不會影響我對管樂的喜愛，總覺得暑期輔導剩下沒多少時間了，寫下來就是長達一個月的暑假，在這段時間，我要出國玩，可能這樣子的暑假才是真正快樂的暑假吧！</p>
蔡 O 晏	<p>雖然暑假都有暑期輔導，但是收穫也是稍微有點豐富的，比如說去練習管樂讓自己更上一層樓，還有在學校可以聽到一些小小的八卦，數不勝數，好處多多。我在暑期輔導的小收穫，有增長知識變得更聰明，以及還有一些小能力提升。光提升能力也不行，要看書…我規劃的暑假生活少不了五個科目的陪伴（傷心欲絕），還得要多多的提升體力，才能好好的不會累到倒地不起，希望能趕快盼到暑期輔導結束，好好地休息，整理很多的知識。</p>





## 學生心得日誌

112 年 9 月份心得	
<p><b>主題：</b>新學期 新目標</p> <p><b>說明：</b>在放完暑假，迎接新學期的同時，想一想並寫出這個學期你有什麼目標？要如何付諸行動、達成目標，讓自己更靠近夢想呢？</p>	
學生	心得內容
吳 0 慧	<p>又到了新的一學年度了，至從上次管樂比賽比完，我就還想再比第二次，因為覺得雖然走行進隊形很辛苦，但我已經撐過一次了，撐過一次之後就會還想再一次！上次撐過之後，我們比賽的時候表現出來，我們就得特優第一名，我當下聽到這個消息我很驚訝，沒想到會特優第一名，那天比完賽我非常的高興，因為感覺拿到好的成績很有成就感。我的新一個學年度的新目標就是，今年的比賽認真練習，努力的撐過去，撐過去我們就會有好成績了，希望這次比賽再為學校得第二次特優第一名。</p>
吳 0 原	<p>開學了！開學了！聽到熟悉的鐘聲、踏進熟悉的校園、看到熟悉的同學，心情非常雀躍。漫長暑假裡，少了老師認真教學的聲音，讓我好不習慣。如今，終於開學了，可以繼續擴充知識，下課還有同學能當我的籃球隊員，圓滿了我暑假期間天天打灌籃高手的夢。只不過，每次都打到鐘聲響起，再以 100 公尺短跑的速度跑回教室。但，快樂的時光總是過得特別快，咻一下馬上就到了九年級，很快的，就要參加會考，升上高中。所以，我期許自己，從現在開始，好好認真上課，有問題及時發問，願明年的會考成績能比在學校考的模擬考成績來的更好。</p>
吳 0 瑩	<p>這個學期，我想參加技藝課程所舉辦的全縣設計的比賽，所以我想要在每個禮拜一把老師出的功課練習好，而且老師說他再來會教我們新的東西，那個是可以回家練習的，希望我以後可以回家多練習，不要讓我自己失望。再來我還想要把管樂比賽吹好，因為我是九年級了，所以最後一次的比賽我想努力一把，不要辜負自己一年多的努力，而且八年級也沒怎麼吹，所以是真的想要在九年級在拼個特優第一名，最後我覺得可以在把自己的成績提升一下，因為我要讀高中而不是高職，所以這一年我真的要很努力很努力！！！！</p>
吳 0 瑜	<p>這學期的目標很明確，就是，奪取行進管樂比賽第一名並且獲得特優，這點在開學時，就被老師當作是目標在說，大家也正在努力朝著目標前進。毫無疑問，每一位管樂隊的同學都犧牲自己的午休時間在集訓，每個人都</p>



	<p>盡最大的努力在練習，只為即將而來的比賽做準備，就連學弟妹也做到了。我身為學長楷模，一定要做得更好。</p> <p>除了比賽，我已經想得更遠了，我也想在高中時繼續接觸管樂，比起我們學校的七十人以下的小規模樂隊，我更喜歡百人以上的大型樂隊，除了規模大、更壯觀外，還有一點就是覺得驕傲，感到特別的神氣。因為這點，我可能要拼會考成績，考外縣市的學校，所以除了管樂練習外，其他時間都在拼課業，只為爭取分數，為未來的自己，做更多的準備。</p>
蔡 0 芳	<p>暑假過完後，我從八年級升上九年級了！本以為國中三年過的很慢，沒像到時間過的好快！暑假前的目標就是身高長高到 165 公分，模擬考考好一點和管樂比賽，還有擔心明年 5 月的會考。身高從七年級到八年級才長高 1 公分，離 165 公分還差 3 公分，所以希望我九年級可以長高，但開學量身高才 163 公分，還差 2 公分。開學後還有模擬考可以考好一點，因為之前模擬考都有點考的太差了！希望這次模擬可以考好一點。再來就是 11 月管樂比賽也越來越近了，八年級時管樂比賽完後。還以為明年管樂比賽還很久，沒想到時間過的那麼快！希望今年的我不要再比去年常常走錯腳和吹錯音！</p>
王 0 媚	<p>這個暑假結束後，我就是國三了，每天都好忙，覺得自己被時間追著跑，很希望我模擬考可以進步，也希望在技藝班可以加油，之後也要開始想未來該讀哪間高職了。還記得上學期的模擬考有進步，這次我還要再加油。國中最後一年了，我想要更努力，不能再讓家人為我擔心了，希望數學也可以再加油，要一直不斷的刷題才能進步，我也要努力的去做，針對自己不熟的地方反覆去練習，這樣才能進步。這學期也要加油，雖然下學期就要面臨會考，但我也要好好加油，顧好目前的課業，也要回去複習國一跟國二教過的東西。</p>
張 0 源	<p>新的學期到了，我訂了很多個目標，其中就有在這次的管樂比賽和上次一樣獲得第一名和特優，不知道建國國中有沒有比 70 人以下的好，好想和他們比比看，我覺得建國特別強，不論是服裝還是旗隊還是整齊度都很強。我們這次的目標就是贏過建國國中，聽老師說這次有很多勁敵，每一個國中都非常厲害，所以我們得加倍的努力。我現在有些曲子都沒有記，然後已經要排隊形了，我要趕快背起來，希望這次可以比上次比賽發揮的更好，上次我只有拿旗子，但這次我是下場打大鼓的，所以一點都不能放鬆，飛中管樂加油，再次獲得第一名。</p>
陳 0 融	<p>在國一國二時，覺得課業還好沒有很重要，就會一直放著，甚至到了要月考前兩天才在臨時抱佛腳，現在上了國三，發現現在教的東西已經沒有過一國二那樣淺顯易懂了，上了國三，好像什麼都變了，又好像什麼都沒變。上了國三，國中最重要的考試現在一天一天慢慢靠近我們了，已經不能像國一國二那樣輕鬆的推辭說「哦沒關係啦，會考離我們還有一/兩年呢」，</p>



	<p>現在是「天啊天啊..會考已經一天一天的再向我們靠近了」，所以現在應該打起精神，把國一國二沒學好的趕快複習，把自己的成績提升，不要再像以往那般頹廢沒志氣，加油！以前聽過一句話「人無法用相同的自己，得到不同的未來」，所以改變！很重要！加油！！想自己的夢想出發！讓我們一起迎接自己的精彩人生吧！</p>
蘇 0 廷	<p>今年放完暑假也代表我的國三新生活也開始了，不再管樂、學業要靠其他人或是學長姐了，要開始學會獨立的時候了，也要開始接受離別以及踏上真正屬於自己的夢想與未來的道路上。在迎接新學期的同時，我也為自己設定了在這一年中我能做到的事。開始要會考了，我開始一邊的複習之前的課業一邊讀段考範圍，為了在會考能錄取到自己心儀的學校，我開始會在不懂的問題上先圈起來，等老師要講解的時候聽講解，難的問題或是做不出來的，我也會去勇於嘗試而不是把它放在那裡等著抄答案，除了學業上，管樂我也在開始為了最後一次的比賽最好準備，因為今年的我們是學長姐了，要幫助學弟妹在不足的地方去補強，為他們的第一次比賽打氣，去年的我靠努力達成了目標，今年的我也不會放棄，會為自己帶來更多收穫的！</p>
李 0 郡	<p>升上了九年級，課業變得更加重要，需要開始複習七年級和八年級的課程，朝著明年五月的會考努力。在這期間會有一次又一次的模擬考等著我們挑戰，必須更加努力，每天複習一點，持續累積上去，為自己的未來做準備。最近的星期五我們開始走隊形，在練習時我想到，去年的我剛開始走隊形時，超級混亂，有時還會走錯位子，現在的我已經了解了，必須走的更好，走的更確實。接下來十一月有全縣管樂比賽，我們九年級的最後一次比賽，這次一定也要拿到好成績，在十一月前的這段時間，我們會努力的練習，讓自己不要在比賽時出錯。</p>
吳 0 漾	<p>這個暑假感覺很快就結束了，除了在學校上暑輔，剩下的時間感覺都在耍廢，玩手機，完全沒有想讀書的意思，也沒有想整理房間，在家過得爽爽的。想想都要會考了，我希望能開學時挽救自己，讓自己積極主動一點學習，讓我的成績提高，變得更不一樣更加進步。我需要做的努力有上課認真聽講，不要分心，筆記和重點認真做，也要記得複習，多多練習題目，不會的要向老師和同學請教，把玩手機的時間減少，讀書的時間才比較足夠。要堅持，努力，希望自己能夠改變，越來越好，讓每一次考試的我都能科科及格，擁有好成績。</p>
吳 0 蓉	<p>放完了充實的暑假以後，迎接我的已經是九年級的新學期了，感覺變得越來越忙也有好多事要做，收不完的複習講義和考卷，聽不完的生涯宣導，都在預告著我們即將步入高中的階段，看似還很遙遠的考試，在升上九年級後突然有了實際感。感覺昨天還停留在七年級的新生訓練，希望這個新學期能把目前的比賽曲子做到我的最好，最後一次的管樂比賽，能把最完</p>



	美的表現呈現在比賽當天，為國中最後的一次管樂比賽劃上一個圓滿的句號，讓自己的社團生涯不留遺憾，把管樂交給未來的學弟妹們，而我們也該認真的準備考試，為自己想選的學校再加幾把力，希望大家都能考上自己所以理想的學校，奔向自己想前往的道路。
蔡 O 誼	光陰似箭，歲月如梭，不知不覺已經升上 9 年級，距離會考也越來越近，剩下不到 1 年的時間，應該好好的規劃學習這件事了。隨著年紀漸長，我對於「學習」這件事可說是越來越怠慢，相對於國小來說，那鼓學習的衝勁已逐漸減少，每當提起筆開始想唸書時，就總會有一種無力感，讓我沒辦法繼續念下去。隨著會考倒數開始後，我意識到自己不能再持續懈怠了，經過自己的分析，最容易影響我分心的東西就是手機，我可以試著設定自己每日用手機的時間，並把手機交由家長保管，再來就是好好規劃讀書的時間，利用完整的規劃來好好的利用一整天的時間，才不會每天過得混混沌沌。最後就是早睡早起，提高睡眠的品質，讓自己有足夠的精神來面對一天的學習。希望在未來的時間裡，我能好好的按照自己的規劃，走出一個與眾不同的人生！
蔡 O 舜	這次的暑假是我在國中三年以內最後一次，過完了暑假，在一次寒假，我們就要面臨人生第一次的大考，暑假放完我們就有模擬考段考再模擬考再段考.....，而且還有我們的管樂比賽在 11 月初，這學期有好多事務，下學期的事務一定也會比這學期忙，所以我要更加努力，才不會因為事務變多而變得很忙，希望我在新的一學期可以每個成績都有 70 分以上，也希望我下學期的會考成績有 5B 以上，考上自己想要的學校。
吳 O 宇	在我升上九年級後，我再也無法像以前一樣，每天無憂無慮的開心的上下學，因為我們要準備考會考了，上課時也沒有那麼的歡樂了。 每一次上課的方式也都已經不一樣了，現在每次上課，更多的考試與練習基本都或多或少跟會考有關，第八節課也要開始跑班上課，週六也要來上假日班。雖然現在的課業壓力比以前的大，不過我覺得這樣更可以提升自己的能力也可以更接近我心儀的高中。 我現在要做的事就是要把自己的大過去消除，這樣我才能順利進入我的理想的高中！
黃 O 涓	在放暑假之間有練管樂，每天下午都很累，都吹到整個嘴巴快爛掉了！因為我們大家都很為這次比賽在拼，努力的練習，學弟妹也很認真的在練習，下課的時候都不休息在練習，看他們學弟妹認真的練習，我們學長姐就放心了！放完暑假回來，我們大家也是有稍微的吹不好，但是我們還是有練回來了！很開心！這次比賽也是我們 9 年紀的最後一次了！再來我們就要邁向新的人生道路及開啟新旅途。
吳 O	時間飛快，一下子我就從小六的小屁孩，升上為小國一的國中生，然後又成為一個應該要有學長姐榜樣的九年級生，現在的時間我們要做的就是能



穗	讀書就儘量去讀，還有那些關係不好的，不怎麼聯絡，不怎麼一起玩的就該開始珍惜，我們若不珍惜這些時光，怎麼稱為國中三年同學呢！我現在的目標，就是把那些上課的東西慢慢拉回來複習一下，不用死讀沒關係，因為我知道自己的個性，就是死讀越容易忘記，所以，我也還想利用現在好好珍惜他們。
柯 0 安	新的一學期，距離會考的時間也越來越近了，今年跟明年應該是最忙的學期，有時也會很迷茫很害怕，怕自己未來找不到工作，害怕不能減輕家裡的負擔，害怕成為一個沒有用的人。今年比賽完後，就要開始認真準備了，雖然我不是一個特別喜歡看書的人，但為了夢想我也會堅持住的，希望能考上一個好學校
林 0 頤	升上了九年級，我們已經是七八年級的學長姐了，這次的管樂比賽也會是我們九年級的最後一次，我們不只要教八年級的學弟妹如何看行進圖，也要教他們之後到比賽現場要注意的事情。比完賽我們九年級也要準備會考了，所以再來八年級也要知道之後要怎麼教七年級，跟我們之前一樣，會慢慢的從不會指法一直到教學弟妹走行進，每屆都一樣，所以我希望這次的比賽，大家能夠認真的練習，比賽當天把最好的精神狀態拿出來，也能拿到最好的成績。



## 學生心得日誌

### 112 年 10 月份心得

**主題：**情緒表達

**說明：**傳統的東方文化中，並不鼓勵我們在情緒上多作表達，認為男生不可以愛哭，要有男子氣概；當個女生就不可以亂生氣，要有氣質。再加上性別刻板印象的枷鎖，我們從小被教育成不可以表達情緒，而不是用正確的方式表達情緒，爸爸媽媽如此教我們，爺爺奶奶也如此教爸爸媽媽，一代傳一代。請您思考一下，情緒的正確表達對一個人來說重要嗎？為什麼？請寫出你的想法。

學生	心得內容
林 0 烜	情緒表達對我來說很重要！因為我們在人際關係上會用到很多，比如跟同學聊天，萬一自己不小心亂說，觸碰到他的底線，說不定他就不跟我當朋友。如果遇到情緒失控，我們也要先冷靜自己的情緒，並且學會改變自己，而不是情緒一來就動手動腳。我們都是獨一無二的人，都有自己所愛和厭惡，有的時候家裡或是在學校壓力大情緒就上來，我們也要學會怎麼去處理情緒的方面，雖然本身之前也會有情緒失控的時候，我就會被爸爸念，叫我冷靜不要衝動爆氣，在我冷靜後，爸爸也一直教會我怎麼去控制，我們要在負面情緒的影響下慢慢降低，每天要保持樂觀狀態，也不要時常抱怨，也要從情緒表達自我成長，不被挫折打敗。
吳 0 鳳	我覺得情緒表達很重要。如果沒辦法好好的表達自己的想法、需求，可能會造成一些沒有必要的問題。我之前看過一則新聞，一位媽媽和就讀國小 6 年級兒子發生爭吵後，兒子就跑出家門，導致家人們找不到他，所以到派出所請求協助尋找，結果在一家超商裡面找到，幸好他沒有受傷。情緒表達是會影響一個人對你的看法與態度的，雖然都這樣講，但是遇到很多問題的時候，我還是沒有辦法做到好的情緒表達，有的時候還會把一些簡單的事情，因為我的情緒表達沒有做好，而變得越來越麻煩。只有真正的表達方法，才能減少麻煩。
林 0 勤	我認為不管是男生還是女生都是平等的，男生沒有說哭了就是丟臉，因為我之前小時候很愛哭，遇到什麼困難的事情都很愛哭，每個人都可以哭，不是男生哭叫丟臉，只是不能動不動就去哭，女生也沒有說愛生氣就是沒有氣質。生活中每個人都會生氣，不管是男生還是女生，



	<p>或是老的或是年輕的。這個世界已經改變了，現在都是性別平等，沒有在分什麼男生女生，女生不一定要很完美，男生也不一定要很有氣質，我們要用正確的情緒去面對所有的事情，即使有一件事情讓你很不開心不快樂，我們都要用正確的態度、心情去解決，而不是自己獨自生悶氣和擺著臭臉，我們人都不是最完美的！</p>
蔡 0 婷	<p>我覺得我的朋友或家人或認識我的人，應該都知道我的「情緒」都會表達在臉上，但是這不是我想要的，而是我會情不自禁的。例如說我難過的時候，我的眼淚撲啊的出來了，我生氣的時候或是很疑惑的時候就會不自覺的皺起眉頭，但是我的動作很小，如果我發現了我有情緒會表達出來，我會馬上恢復正常，所以陌生人比較難看出。我的情緒這個東西不表達出來可能會有副作用，表達出來又有點像是小題大作，所以會不知道怎麼表達情緒，我覺得正確的表達方式是可以先表達出你的意見，然後讓其他人知道，應該會比較合理，而且如果一直壓抑住情緒，可能會有憂鬱症等心理作用，所以合理的表達情緒是一件很重要的事。</p>
吳 0 倫	<p>我覺得情緒的表達很重要，小時候我很愛哭，一受到委屈就會很想哭，家人都會說男孩子哭什麼哭，但是不哭就要把不開心的情緒壓抑在心裡，所以我覺得情緒的表達很重要，遇到挫折或難過的事可以和家人和朋友聊聊天，如果一直把不好的心情藏在心裡，讓自己的生活變得壓抑很緊繃，可能會得憂鬱症我難過的時候，我都會先睡個覺或吃一些好吃的東西，來緩解自己的情緒，讓自己不要在難過的心情下過完一整天。</p>
吳 0 軒	<p>我覺得正確表達情緒比較好，因為如果情緒表達不好別人可能不知道或者誤解了你的情緒，所以表達情緒對一個人來說很重要。比如說我很生氣的時候，但是我的情緒或表情看起來很開心，這樣其他人可能就會誤解你的情緒，但是我家的情形跟上面的差不多，因為我阿嬤也常跟我說男生不能哭，才有男子氣概，但是我有時真的很想哭的時候還是會哭。最後我想說的是，人如果有什麼想表達的情緒，要確實表達出來不然會後悔的。</p>
吳 0 謹	<p>在管樂練習時多多少少都會被總傳老師糾正，尤其是在比賽前的一個月，老師和學長姐們都很嚴謹，這次比賽是學長姐的最後一次，七年級那年看著學長姊們那樣練習好聽的音樂，屬實有些好奇。直到八年級第一次比賽，才知道學長姊們的辛苦，比賽前的練習時間不多，老師們都很嚴，有些時候練習過程中腳步會錯，老師就會一直罵說走錯腳了！吹錯時也會一遍遍的糾正，雖然被罵會很不開心，但當我們比賽回來的路程上，聽到第一名大家都很開心，所以情緒表達也滿重要的，雖然過程中會很不爽老師一直唸，但也只是暫時的，老師常說：</p>



	<p>就這麼短時間忍一下，練習的過程中一定會不開心、不爽、不想練習，卻也是為了比賽在做努力！</p> <p>情緒表達是件重要的事，當老師罵你罵的太過分時，可以向老師說：您這句話有點不恰當，但是不要直接說：老師你很煩欸！這種話語很不尊重老師也很沒禮貌，情緒是可以和老師開玩笑、鬧一鬧，而不是不尊重老師，男生女生都會有情緒，所以要適時的調整自己的心態，再來向老師表達情緒</p>
蔡晏晏	<p>我覺得情緒應該及時表達，表達情緒可以釋放些一壓力，但如果不能及時表達又一直隱藏在自己的心裡面，可能會造成一些心理問題，比如情緒低落、常常不開心等問題。個人對他們的情緒表達有一些有意識的控制，然而，人們不需要有意識地意識到自己的情緒或情感狀態來表達情緒。所以及時表達真的很重要，不論是大人、小孩、老人還是動物都是會有情緒的，可是不知道怎麼釋放情緒的話，我覺得可以找學校老師、自己的父母或是在校內的好朋友談一談也可以，最常有情緒有愛意、恐懼、感傷、羞恥、害羞、痛苦、驚訝、好奇等這些，而情緒最好的釋放是在沒人的地方大喊，情緒並不只有一種釋放的方式，但這是最簡單也是最舒服的方式。</p>
蔡恩恩	<p>「情緒」是個抽象的東西，沒有具體形狀，有時候也不知道當下到底是什麼心情、感受，情緒是一種狀態，是表達你感受的重要工具，如果長期壓抑著情緒，不僅讓周圍人更不認識你，對你的身心也不好，常常會覺得沒人了解，慢慢封閉自己的內心。表達情緒能讓你認識自己的每個感受，適當的表達也能讓他人更好的理解並滿足你的需求，緩解自己的心理壓力。情緒表達的對象可以是同學、家人、老師，他們都能幫你提提建議，當然也別以情緒表達當藉口，不斷的抱怨，這樣反而會起到反效果。</p>
吳宏宏	<p>我覺得正確的表達情緒是對的，因為男生不一定不能哭，女生也不一定不能生氣，只要是在合理的範圍內表達自己的情緒，這都是對的；假如今天遇到了你覺得不愉快的事情，這時候就要適當的發洩情緒；男生有的時候也會不高興也會難過，所以有可能會哭，當然女生有的時候也會生氣，可是如果女生生氣、男生會哭，這時候可能會被旁邊看到的人笑，所以我們應該要包容這些人，不應該笑他們，可是如果今天真的遇到了很不愉快的事，一定不要忍耐，你可以跟朋友家人或者是老師說，但是絕對不能用自殘等等……的不好的發洩方式！</p>
黃慈	<p>我自認為情緒表達真的很重要，如果今天發生了一些事情，然後自己又不知道怎麼去表達情緒，真的有點糟糕，就像我常常發生一些很奇葩的事情，事後就在思考我到底要不要發洩這個情緒，但如果很生氣的話，我就會想要去跟別人分享這件事情的發生經過，不然我心裡過</p>





	不去！假如我很難過很痛苦，就不太想去表達，反而是壓抑自己的情緒，盡量不要讓自己的情緒低落，重新整理自己的情緒，有好心情也希望在未來不管有什麼事情都可以適當發洩情緒！不要因為自己的壞情緒影響到別人的感受～
吳 0 諤	我覺得正確的情緒表達對於一個人來說非常的重要，因為如果沒有正確的表達我們的情緒，常常壓抑在心裡，這樣久了之後就很有可能會出問題，父母朋友們也不會知道你的情緒，所以男生可以愛哭，可以不需要有男子氣概，女生可以愛生氣，可以不需要有氣質…等等，如今還是有許多人對於情緒管理沒有正確的理解，這都是因為古時候對於刻板印象太嚴重，但是現代社會開放，所以我們可以去重新認識情緒表達這個東西，讓更多人知道正確的情緒管理。
王 0 麗	情緒表達重要但是也要有正常的表達方式，不應該一直去壓抑不表現出來，應該去正確的表達情緒，不是一直憋著，會給自己憋出問題，不然就是突然爆發，每個人都有形形色色的情緒應該適當的表達出來，不然你的情緒會成為你的壓力。譬如說，近年來越多越多人憂鬱，除了壓力大外，自己傷心的情緒也不敢表現出來，一直在心裡憋著就出了問題。店員因為不想上班，臉臭服務態度也不好，會有客人去買嗎？所以要正確的表達情緒，可以待在一個安靜的地方靜靜的聽著音樂或者出去玩（這是我自己的方法每個人的發洩方式不一樣。）別看我平常很樂觀，但是我時常會突然變的悲觀不開心，還有的時候就直接把不爽的情緒寫臉上了，但是我沒憋在心裡，所以我大部分時間都是樂觀的，因為我把情緒都發洩出去了。
王 0 平	我覺得情緒表達這件事非常很的重要，因為如果自己情緒沒有表達，藏在心裡，日積月累就會慢慢的把自己的心情弄的很糟糕，只有把自己的喜、怒、哀、懼、愛、惡、欲表達出來讓心裡舒服一點，心情才會好。當人面對挫折時，身體裡的防衛機制會很自然地把壓力釋放出來，可以像小孩一樣，孩子最常見的發洩方法是「哭」，難過時就哭，反而不容易囤積壓力。 我們要有四項能力才能讓我們生活過得好一點自我覺察、自我調節、自我激勵、自我社交技能、落實正向情緒表達。
吳 0 祥	情緒的表達是很重要的一個東西，因為如果不能好好的表達情緒可能會出現一些問題。以前小時候我如果哭了的話，爸爸媽媽都會跟我說男孩子不可以哭，因為一直被這樣說，所以我就認為男孩子不能哭，可是我以前很膽小，基本上動不動就哭，就算只是被念而已也會快哭了，所以以前的我覺得自己很膽小，這樣子很丟臉，所以說我以前都會故意隱藏自己的情緒，就算遇到了什麼難過不順心的事，我也不會跟別人講，可是這樣子久了，感覺心情一天比一天差，每次只要想到



	<p>這些事情，原本好好的心情，整個都變糟了，直到有一天我把所以情緒發洩出來之後，感覺心情好了一點，現在如果我心情很糟的話，我會想一些好笑的東西或會讓我高興的東西，並且不要去想會讓我難過的那些事情，不要把壞心情帶到明天。</p>
吳 0 玉	<p>情緒的正確表達對一個人來說重要嗎？重要！如果一個人不表達自己的情緒，那就沒有人會知道他有什麼感受了，就像是患有自閉症的人們難以表達自己的情緒，可能不了解他們的人會覺得他們孤僻，不好相處，而不跟他們做朋友。這是不表達情緒的壞處，然而不正確表達情緒壞處，可能就像是一個人經常亂發脾氣，大家就都疏遠他，甚至會霸凌他；一個人每次傷心，難過時都不表達出來，時間久了人們就不會注意到他的感受。所以情緒的正確表達對一個人來說很重要。</p>
蔡 0 萱	<p>我覺得情緒表達並不能完全的表現出你真正的情緒，像是哭，哭可以代表很多種心情，有開心的哭、難過的哭、生氣的哭、著急的哭、感動的哭，有很多種，而且一哭出來就很容易讓別人知道你的情緒，但是一直哭一直哭並不能解決事情，你哭完了你的事情也不會飄呀～飄呀～的飄走，它會站在原地等你去解決它，但是你可以把你生氣、難過、壓力的情緒都哭出去，你的心情或許會更放鬆，也會更好的去解決這件事情。</p>
蔡 0 蓁	<p>在管樂比賽之前的練習中，我都沒有很想練習走行進的隊形，因為還要一邊走一邊拿著樂器吹奏樂譜，真的很累，手都快廢掉了！自從管樂比賽前一天的練習都會比較累是正常的，因為這是我國中第一次出去比管樂比賽，明年還有一次比賽，要帶學弟妹們一起陪學長姊們比最後一次的管樂比賽，我都很無奈的去比賽，只要有得名，我就會很開心，但是比賽輸了，就只能默默的難過而已，但是心情不一定很穩定丫，有家人還有朋友的支持與鼓勵，我都很感動，明年的比賽希望可以拿到好成績，但學弟妹的感受跟我們的都不一樣，我們畢業就看不到了！希望以後上高中回來國中看看管樂比賽的成績有沒有比我們還厲害丫，希望有好成績！</p>
侯 0 州	<p>我覺得，自己的情緒，如果他的情緒，沒有控制好的話，如果同學把你的東西用到地板上的話，如果他的情緒管理，沒有很好的話，說不定會對你發脾氣，或者是會出手打你，不是又會更引發一些不必要的衝突，我在看新聞的時，有些人因為管理沒有很好，他又被別人打，所以它就還手回去，結果他把別人打到重傷，如果沒有控制好的話就要上心理輔導的課，所以情緒管理很重要</p>



## 學生心得日誌

112 年 11 月心得-學習音樂這兩年	
<p>9 年級學長姐們，不知道你學過的樂器與樂曲會帶給你以後的生活什麼變化；希望你升上高中職或五專後，能繼續享受音樂合奏的樂趣。感謝基金會的大力支持，讓大家能有這麼長的時間學習音樂，更豐富自己的人生。請你們談談寫寫學習音樂這兩年，帶給自己什麼變化吧！</p>	
學生	心得內容
柯安	<p>這兩年真的是讓我得到很多成就感的兩年，從一開始的什麼都不會，到慢慢的能把八個音都記起來，會吹一些簡單的樂曲；一直到最後的比賽得到好的成績，這樣的成就感讓我感到非常高興，讓我覺得自己也會吹一種樂器，這種感覺真的很棒。雖然第二次比賽結束後，能練習的次數也不多了，但教會了下一個接班人也讓我感到非常的開心！我也要開始為下學期的會考做準備了，雖然感到不捨，但看著學弟學妹們認真的練習，我也要為自己的會考好好努力，希望將來還能學習到更多的樂器。</p>
吳原	<p>飛沙國中的管樂隊，我們都待了 2 年了，從不會吹到會吹，每一次的練習，還有比賽前的集訓，都會讓我們成長，變得更有團隊默契。時間一晃就過去了，這二年以來，我的心態、個性變了許多，原本從討厭管樂，慢慢的、慢慢的喜歡管樂。練了管樂，我的心態不像以前一樣，沒耐性而且愛生氣；練了管樂以後，我發現，我的個性慢慢的變得有耐性。九年級了，我們要退休了，有一些東西要傳給學弟學妹們，還是有一點點不捨，但是在練管樂的日子裡，讓我很快樂。謝謝老師和基金會的支持，讓我們可以學習管樂，讓我們更豐富自己的人生！</p>
王媚	<p>學習上低音號這兩年，從一開始的不會，到可以當學弟妹的榜樣，我覺得這一切都很值得。7 年級的時候，總覺得練管樂很好玩，所以很想加入，但真正加入後，我覺得能和大家一起進步和成長，很開心，但有時候還是會覺得累。尤其是要比賽前，我們連早自修都在練，雖然很累，但我覺得所有的努力不會白費，我能把上低音學好，有一部分是上一屆的學長姐教的好，另一部分是老師教的，很謝謝老師跟學長姐的教導，我們現在快要從管樂隊退休了，但我希望如果高中有這個機會，我想繼續練習管樂。</p>
黃涓	<p>在還沒進管樂隊的時候，什麼樂器都不會，這兩年，老師教會了我們樂器，我是吹小號，吹小號的肺活量都要很足夠，不然都會吹不上去。很開心能學到一樣屬於自己會吹的樂器，一開始也都沒有自信不敢吹，怕怕的，九年級當上了學姊要教學弟妹，才改變了，總不可能學姊不會就教學弟妹吧！會越</p>



	<p>來越進步，不會越來越退步，今年也是我們的第二次管樂比賽，去年都是我們跟著學長姐一起吹，今年變學弟妹跟著我們一起吹，學弟妹也都很認真，為了這次的比賽跟我們學長姐一起拼了！一旦努力練習就會有好收穫，從我們剛進管樂到現在，我們真的改變了很多很多，越吹越好了！不再像一開始的我們一直被罵…現在老師都會誇我們吹的很棒很好！雖然我們要退休了，但是我們還是要把這兩年的努力表現出來給老師看到！</p>
吳 0 穗	<p>這兩年管樂帶給我最大的改變大概是自信心吧。剛學習打鼓，都覺得什麼都好好玩，一付來這裡玩耍，並不是來這裡學習一技之長的人，在裡面我也認識了許多學長姐，沒有他們一起打鼓，自己根本不敢打擊，就像一個小朋友什麼都不敢嘗試，只會躲在大人大腿後面，那時候真的很爛，自己在打什麼自己都不知道，而且時常因為我一個人的失誤，亂了整個節奏。直到升國三時，我一個人要教兩個學弟妹打小鼓的時候，才明白是時候真的要靠自己了！不應該再繼續懦弱也不應該那麼膽怯，現在的我已經是可以獨當一面，就算有稍微打錯，我都還可以強裝鎮定，盡量不讓人發現有破綻，我還是很佩服自己最後一次的比賽，竟然是我打小鼓帶進場，因為前面聽過一次我，知道回音很重，所以我很害怕被那所謂的音波干擾而失誤，但我打節奏的時候我嘴上是有跟著唸節拍地的，我做到了！曾經恐懼膽怯的我蛻變到自信勇敢的我！</p>
蔡 0 舜	<p>當我被選上進入管樂隊，就要在每個禮拜五的下午三節課來練習，從剛開始都不會吹到現在吹的音可以越吹越高音。還有再快要比賽的時候都會手忙腳亂，現在在快要比賽的時候變的不會手忙腳亂。因為剛開始要比賽就會很緊張，現在就是有上次的經驗，所以這次比賽就不會緊張，學習管樂已經快二年多了，在過不久我們就要退休準備衝刺會考了，換新的學弟學妹繼續接手，非常謝謝學校，讓我可以再在學校二年多的時間學了小號。</p>
吳 0 宇	<p>時間一晃就過去了 2 年，我也在管樂隊待了快 2 年了，每一次的練習，每一次的走行進隊形，每一次因為沒吹好被老師罵，每一次比賽前的日子都是最讓我記憶深刻的回憶。</p> <p>記得我們七年級下學期剛剛加入的時候，我們什麼也不會，那時一切的開始，都要靠著學長學姊的細心教導與老師不辭辛勞的教導下，我們才能一步一腳印的學習，也因此也豐富了我的國中生涯，讓我在閒暇時間有一個可以和朋友分享的經歷。在我成為學長後，我也懂了之前學長姐的辛苦，也懂了教導學弟學妹的責任。在我高中時也會回憶起這一段的學習時光。</p>
蔡 0 芳	<p>學習音樂對我最大的改變是，是讓我遇到困難時不要輕易放棄，失敗了再繼續努力！因為在七年級練習時，長號裡面我是吹的最不好的，高音也都吹不上去，那時候覺得禮拜五下午三節時間過的好慢，也好像放棄管樂。但老師和長號三位學姊都沒有放棄我，而且有位學姊也跟我說，她七年級時長號的音也吹不上去，也希望我不要放棄長號！之後那位學姊也教我怎麼把高音吹</p>



	上去！最後真的把高音吹上去了！不知不覺長號也練了兩年多了，從七年級到現在我覺得我的長號進步許多，也讓我學習到很多！
陳 O 融	在學習管樂的這兩年，我覺得給我最大的改變就是，我能更加有勇氣面對自己、面對台下的人，國一剛練習時，總覺得管樂就只是一個小小的課外活動，上場機會應該也不多，最深刻的是我還記得，我們第一次表演還是在我們這屆剛進去 4 個月的時候，校慶表演，雖然不整齊也不大聲，但那也是我們的第一次。到了國二漸漸發現，對管樂越來越有興趣，我們也一直有對外的演出或校內的表演，直到我們比完第一次管樂縣賽（111.11.15）榮獲特優第一時，我對管樂的渴望越來越強烈，恨不得每天中午都去碰一下樂器。而到了國三我們也和國二學弟妹們一起練習，在陪伴他們的路上，就好像看見當初的我們，從還不會拿樂器，到能一起配合吹出一部樂曲，那種心中的感動是我無法用言語形容的，就好像我們真的就是小老師，把學弟妹們教到好教到會，之後，老師竟然將我選上小號 solo，那突如其來的消息讓我一瞬間有點膽怯但又很期待，在這期間，老師們不斷地給予我鼓勵，告訴我能做到，甚至到了上場前的那一刻，老師還不忘記給我加油打氣，直到到了我們真正的最後一次比賽（112.11.14），才發現時間真的一眨眼就過去了，我們不是才剛拿到樂器嗎？怎麼突然就換我們要交接樂器了呢？時間怎麼一下子就過去了。這兩年真的跟管樂隊一起經歷了很多事，我們一起吹的風一起淋的雨一起曬的太陽，往事皆歷歷在目，都是刻骨銘心的回憶呢！謝謝你們！我們也是時候準備退休啦！我想對學弟妹們說..加油！我們的心皆與你們同在！
張 O 源	在學習管樂的這兩年，我一開始什麼都不會，慢慢的學會了，學長學姐很認真的教我打鼓，雖然第一次比賽管樂的時候我只拿校旗，但我還是很希望我們學校得第一名，之後我到了八年級了，我知道了學長學姐教學弟學妹的辛苦，也知道老師的不易，有些人就是教不會，需要細心的教他們，之後他們也學會了，讓我有很大的成就感。到了我第二次比賽，我們和學弟學妹一起努力的獲得了第一名，我非常開心，但我已經九年級了要把注意力用在課業上了，雖有不捨，但希望學弟學妹能更加的努力，保持管樂比賽第一名的成績。
吳 O 瑩	我覺得在這兩年裡，我們不只學到如何吹樂器，我們還學到了如何交朋友、怎麼把一個曲子吹好、在吹的過程中如何克服困難。在這兩年裡我覺我變得更成熟了，學習到面對挫折不能退縮，反而要努力面對，即使很累，但有時候管樂卻總能帶給我們快樂，也許我們對某些老師有很多的不滿，但同時也謝謝他們那麼認真的教我們。還有就是其實我覺得管樂真的沒有那麼討厭，反而現在不能練，越想要吹，感覺人總是很奇怪，不能碰的時候，反而越想要得到。最後我希望現在的我可以好好讀書，把技藝競賽學習好，並且取得好成績，課業也是，盡量不要在國中留遺憾。



吳 O 慧	我學習了音樂這兩年，給我的最大改變是，讓我學會吹圓號時，要怎樣讓腹部去發力，還有讓我學會打四音鼓時，如何手不會打結，和怎麼讓手打起一首歌曲時，比較順暢。我這兩年也學會了兩個樂器，分別一個是「圓號」一個是「四音鼓」，這兩個樂器學起來差很多，因為一個是腹部出力，一個全身都要出力，我在學習這兩個樂器的路上時，有想著放棄或者有想著要退出，但我看到我的同學也很努力學習著，我在心裡想著我不能放棄，我要加油有自信一點，我在這兩年最大的改變就是覺得自己有變自信一點，和知道如何要堅持下去的心態，這就是我兩年的改變。
李 O 郡	到這一刻我才發現，原來我練習管樂已經練那麼久了，從一開始害怕失誤而不敢出聲，到現在能勇敢的吹出一整首完整的音樂。管樂使我的國中生活充滿了許多酸甜苦辣的故事。第一次校慶表演，緊張到樂器很難吹出聲音，第一次比賽，因為有學長姐們的幫忙，讓我心裡不太會害怕，第二次校慶表演，因為先前的經驗，讓我不再害怕，能大方的將完美的曲子呈現出來，第二次比賽，開始慢慢的覺得名次不是那麼的重要，重要的是，我們大家在這場比賽中學習到的是什麼，有沒有演奏的開心，大家有沒有沉浸在這首曲子中。能學習到管樂我非常開心，自己又多了一項技能，學弟妹們接下來要加油喔，為下一場比賽努力。
蘇 右 廷	這兩年中我學習到了如何更有耐心的去教導學弟學妹，以前的我都要靠學長姐的幫忙才能進步，現在我當上學姊後，我才知道學長姐的心情，當我們一起得獎時他們很高興，但是學弟妹吹不好時，卻很苦惱，怎麼用簡單明瞭的方式去教導他們。在吹管樂時，音樂老師很苛求我們的音要吹對，如果有個人吹錯音全體都要一直重複吹，這樣也迫使我第一次雖然吹錯音，但第二次一定要把音吹對。有一年，我從本來吹吹嘴吹不出來轉樂器，到現在吹上低音得心應手，這兩年的管樂讓我收穫滿滿，過不久自己也要退休了，管樂大家庭身上的優點也讓我收穫滿滿，如果未來的學校可以選擇社團，我還是會選擇管樂，再一次去挑戰自我。
吳 O 漾	我國小是參加直笛社，所以國中想繼續學習吹奏的樂器，果然，如我所願，我進入了管樂社這個團體，一開始我還不瞭解這些樂器的類型或指法，還有吹奏技巧，但是，有了老師和學長姐，他們一步步帶領著我們熟悉樂器，慢慢的，我越來越進步，也吹出了興趣，後來成為了學長姐，我們帶領著學弟妹共同努力，雖然有時會吹得嘴唇很痛，或是在行進時被太陽曝曬著，感覺都要被烤焦了，但是跟著大家一起演奏曲子的氛圍是我最喜歡的，學了兩年的音樂，我從中學習到了堅持，只要堅持到底，不放棄，終究會成功的。
吳 O 蓉	我覺得加入管樂隊的這兩年我學習到了很多，從一開始什麼都不會，到後來慢慢學會指法可以吹出聲音，都多虧了當時的學姊和自己堅持的努力，第一次比賽的時候時間真的很緊急，也練習的匆忙，剛到比賽現場的時候真的很緊張，但是聽到自己努力的成果後，又覺得很高興。當我們成為學長姐後，



	我也成為了管樂隊的隊長，我學習到了如何管理一個團隊，而在這一年中我們也進步了很多，可以教導學弟妹可以獨當一面，以前吹不上去的音，現在已經可以在樂曲上應用了，練管樂的這兩年非常開心，也很有成就感，和大家一起演奏的時候也樂在其中，希望下一年大家可以繼續加油，再次拿下好成績！
蔡 0 誼	對於音樂這件事，我其實並不陌生，因為在國小時，我就有參加直笛隊，也有比賽過兩次，而在上國中後，我也選擇了管樂這條路。剛拿到長號時，在學姐們指導下，我開始慢慢的練習吹音階，當時的我以為吹長號就像直笛一樣簡單，但我吹出的音告訴我，並不是這麼如此，我連最簡單的第一個音都吹不起來，但好在老師和學姐們幫我找到了適合我的吹奏方式，讓我的自信有累積了一點。在一天又一天的練習當中，我學會了一首又一首的曲子，慢慢的，第一次的管樂比賽來臨了，雖然之前有參加過音樂比賽，但那時的心情還是有著說不出的緊張，在比賽結果揭曉的那一剎那，我的心裡無比震驚，沒想到第一次比賽就拿了特優第一名，我們還在斗南田徑場跑了一圈操場呢！而在比賽過後，學長姐們退休了，我當了一段時間的指揮，也晉升成了管樂隊的副隊長，開始指導著學弟妹們，雖然好幾次他們都快把我氣死，但看著他們慢慢的成長，從完全不會到會吹奏一整首曲子，我就像個老媽媽一樣，心裡充滿著說不出的欣慰。而最近呢，也比完了最後一次的管樂比賽，我也即將卸下管樂隊副隊長這個職責，在管樂隊學習的這兩年來，不管是學習方面，還是人際關係的方面等，都讓我學習良多，我發現我的耐心變得更好了，也有了做學姐的風範！謝謝老師和學姐們的悉心指導，也謝謝普仁基金會讓我有學習管樂的機會，為我的國中生活增添了許多色彩，也謝謝這兩年來一直努力的我，成就了我的現在，希望在退休後能在回來指導學弟妹們，也希望上高中後能再次接觸管樂。我親愛的管樂隊，再見了~希望你們的未來能越來越好！再創佳績！
吳 0 瑜	雖然練習兩年，已成為在國中期間最有印象的社團，成為腦海裡最具有回憶的活動。練習期間，我學會基本吹奏以及如何上台應對對外表演，以最好表現獲得他人的肯定。就如比賽，兩次比賽內，讓我學會如何上場，和如何展現訓練的成果。訓練當然辛苦，不過現在回想起來，當時的辛苦都值得了，現在退休了，該努力拼會考了，不過這回憶我不會忘記。



## 學生心得日誌

112 年 12 月心得

主題：我的第一次全縣行進管樂比賽

說明：這是 8 年級同學練習一年後，第一次登上田徑場進行的大型比賽，回憶烈日下的隊形練習，膽戰心驚小心翼翼的練習，常常湊不齊人數的練習.....這一年的比賽，我們付出最大的努力，也獲得優等第一名的肯定，請同學紀錄比賽前後的心情，說說這場比賽帶給你什麼樣的成長歷險吧！

學生	心得內容
吳 0 宏	這是我第一次參加這麼大的比賽，在那個時候我很緊張，覺得我們會輸，因為其他的國中感覺都很厲害。上場前，我們在別的學校後面看他們吹奏，那時候我整隻手都在抖，輪到我們進場的時候，我差一點走錯，因為實在是太緊張了！當我們吹到第二首曲子結尾的時候，一不小心敲的太用力，所以失誤了，等我們要退場的時候，因為總傳老師忘記要喊：齊步走！所以我們這邊就有學姊喊，結果這時候老師突然想起來了，所以他們兩個就很有默契的一起喊，還好沒有出事。等我們比完賽，搭車抵達學校的時候，我以為會輸結果是我們贏了，我們辛苦了這麼多個月終於得到成果了！
林 0 勤	從七年級進來管樂隊後，已經過很多時間了，我們參加國中的第一次行進管樂比賽。在還沒比賽之前，我們每天都很努力的利用時間去練習，不管是早自修還是中午午休時間，我們都有在練習；不管外面多熱，我們全部都用很堅強的精神去練習，直到了比賽那天。每個人都很緊張，怕隊形走錯或是音吹錯吹不好，但是還好我們有努力過，在比賽時沒有出錯，隊形也走得很好。我覺得管樂比賽是一件很有趣又有耐心的一件事，耐心是要把一個一個地方吹好背好，甚至音也要吹得很好，最後我們成績公布出來是全縣第一名，大家都很开心也有成就感，希望明年最後一次的行進管樂比賽也能吹出一樣好的成績！
吳 0 謹	第一次比行進管樂比賽，我很緊張，學長姐們也是。這是我們第一次比賽，學長姐們特別用心的在練，未來國三還有一次比賽的機會，我們也將體會學長姐們那種想贏的心情，將代表著我們還要在經歷一次比賽前，老師們的兇及嚴厲。第一次站上斗南田徑場的我們，感覺很陌生，有些人則是很開心。還記得第一次到斗南田徑場，踩到那個土時的感覺，好奇特！坑坑巴巴的差點扭到腳，也因為有彩排過的關係，比賽當天對田徑場沒有很陌生，只是失誤了，走到定點時，因為手滑導致樂器差點摔倒，讓我很害怕樂器壞掉，也要慶幸當時有即時扶住才沒有摔倒。第一次的比賽，在很多學校





	<p>的努力之下，圓滿完成比賽。很高興在各位老師、旗隊、樂隊的努力下奪得第一，我覺得，得第一很開心，但是過程也很辛苦，好好學好好練總是會有好的結果。</p>
蔡晏晏	<p>我第一次參加全縣行進管樂比賽真的很緊張，可是就算有彩排那也是超緊張，因為那個時候人很少，當時沒那麼緊張。當我真正的去管樂行進比賽後，我才發現我也沒那麼的緊張和害怕。可就算沒有緊張和害怕，我也在想，要是如果吹爆音還是吹錯了，該怎麼辦？但幸好沒發生任何的一丁點意外，我懸著的心這才稍稍放下來了，為什麼說是稍稍放下來，因為我在想著比賽後的排名，究竟會是第幾名？</p> <p>我心裡想著要是沒得名，該怎麼辦？第一次的比賽，不會連一個好的排名也拿不到吧？好在最後拿到了第一名。</p>
吳諤	<p>八年級時，迎來了我第一次全縣行進管樂比賽，這不僅是我第一次管樂比賽，也是我國中以來第一次比賽，我覺得非常的激動又緊張。一到目的地我就覺得場面好盛大，快到我們吹時，我的手，就開始不停的狂冒手汗，圓號常常拿不住。換到我們上場了，我就趕緊深呼吸吐氣，讓自己保持冷靜，一直到吹完了，終於鬆了一口氣，我覺得我的表現還是挺不錯的，幾乎沒有什麼出錯，最後也得了第一名的好成績。我覺得從一開始的什麼東西都不會，到了上場比賽，過程非常的艱辛困難，但是也有許多美好的事情讓我們回憶，讓我覺得吹管樂真的是一件不讓我後悔的事情！</p>
吳軒	<p>我覺得比賽前，我的心情很緊張，因為第一次出去參加比賽，之前國小都沒有，所以第一次到那麼大的田徑場。但是因為有先去演練一次，所以到要比賽的時候就好很多了。比賽完之後，我發現我居然都沒打錯，因為之前還沒去比賽前的練習中，我幾乎每次都會打錯，只有幾次會沒打錯，所以比賽完，我發現我比練習前還要好很多，也比我剛開始練管樂的時候還要進步。比賽完之後，我還是有點緊張，因為不知道有沒有個好成績，雖然最後沒有特優，但至少第一名和優等，所以下一次我要比這次還要進步。</p>
黃慈	<p>當聽到只剩下一個多月就要比賽了，我頓時都傻了…。而且那時候，我連第十第十一個音都吹不上去，叫我怎麼比賽？於是接下來，每一次的練習，我都把握機會，很想要趕快吹上高音，也很謝謝我親愛的同學，教我吹上高音的技巧，之後在比賽場上，壓力真的巨大。所有人都看著你的一舉一動，而且是非常的清楚，稍有一個錯誤的地方，就被抓的死死的。但是幸好我在場上都很順利，不管是行走還是吹奏都讓自己很驚訝，也很高興在我們的不懈努力之下最後得了第一名🏆，謝謝管樂隊的團員辛苦了！我也很期待下次的比賽哦～</p>
蔡晏晏	<p>一開始聽到還有不到 2 個月就要全縣行進管樂比賽時，我內心是很緊張的。因為我覺得昨天還在學 Do，一轉眼間就要比賽了，讓我感到非常緊張，</p>



婷	接著就是一個月的魔鬼訓練……。這一個月來是很痛苦的，每個早晨本來是要集訓和升旗的，但改成星期二星期三星期四都要去練習管樂，儘管那天很累很累，也要堅持下去，為了這場比賽。到了比賽當天，我保持著緊張又激動的心情去了比賽現場，比賽過程中，我覺得我比平常厲害許多，也變得更自信了許多，這次的比賽結束後，也意味著學長姐要退休了，接著是換我們是學長姐了，我會好好的去練我的管樂，邁入下次的比賽！
林 O 烜	比賽前一天，我們管樂隊伍有的人超緊張，我自己心裡一直害怕自己會不會吹不好，會不會指法跟譜吹的很不順，所以我們努力的練習克制心理的魔。到了比賽當天，我們去到斗南田徑場，我眼中看到很多學校派出很多學生來比賽，我聽同學說有一間學校的管樂可怕到出來的陣容也會讓我們輸，可是幸好我們沒被排到跟他們比同一組。看著所有學校的比賽，慢慢緊張的心也放下來。換我們上場比賽，老師也一直給我們鼓勵和加油，開始比賽的我，從國一到現在的磨練，認真的在比賽現場展現，雖然我們忍著太陽的照射，我們還是忍住的比賽完。
侯 O 州	去斗南田徑場練習時，我在舉校旗都走的歪歪的，我跟我一個在舉校旗的朋友一直練習我們的腳步，有沒有走的整齊，腳步有沒有一致。我們反覆練習好幾次之後，校旗終於走的很整齊。老師說比賽那天也走的很整齊，到了比賽那一天的早上，我們是最後一次練習了，到了中午我們已經在遊覽車上，心裡非常的緊張，怕比賽的時候，腳步沒有走對，到了換我時，我心裡很緊張，怕會出錯，結果很順力的比完賽都沒有出錯，也放下心裡的大石頭。
蔡 O 綦	這次是我第一次出去為學校比賽，我覺得好值得努力，每次都用中午練習管樂的時間跟早自修的時間，我每次練習都覺得好累呦！都要一直走，走到腳都會酸，明年還有一次的管樂比賽，要帶著學弟妹們一起出去比賽，我從腳步一直走錯到腳步已經走的很順了！這是雖然不是特優第一名至少是優等第一名，我也沒有很難過，還是笑笑的比完我的第一次在國中裡面的管樂比賽，因為我有一些音吹沒有上去，但是至少有得名，比完賽都累到睡著了！一回到學校就有熱騰騰的麥當勞可以吃，還有一杯檸檬紅茶喝，我當時還有分享給朋友一起吃，他們都說：我怎麼那麼好心分給他，我回家還跟家人一起分享我們學校出去比賽的影片，他們都很羨慕說：妳怎麼吹那麼厲害，其實都是依靠學長姊的幫忙！希望下次得到好成績！加油！
王 O 麗	經過一年多的練習，終於要站上管樂比賽的舞台了，超興奮的！但是練習也是真的累，中午練習基本下午的課都在睡覺了，但這次獲得第一我也覺得值得了！練了這麼久終於有了成果。比賽前的時候去斗南田徑場彩排，那個石灰粉畫的線踩了飛出來差一點沒把我送走，我那時候還擔心我比賽到一半會不會被嗆死，還擔心我們得不了第一，看建國國中的那架勢比我



	們高級了幾千倍，嚇的要死，怕學長學姐們得不到第一傷心的眼神。到了比賽當天，手冒出的冷汗都快比我喝的水還多了，在旁邊緊張的要死，都快吹不出來了。等到我們進場的時候，還發生了意外，我的薩克斯風的帶子不知道為什麼突然掉了，我還一直去勾但是我又怕評審看到扣分我只能拿著薩克斯風假裝吹，剛吹完一首，直接快要廢掉，薩克斯風有夠重，我還得吹不能讓評審看出奇怪的地方，好險第一首吹完休息那時候我勾上，當時我想的是我們離第一名的距離又退了一步，好險我們還是得了好成績，接下來要邁向下一次比賽。
王 0 平	第一次參加全縣行進管樂比賽，是一段充滿挑戰和成就感的經歷。整個過程讓我深刻體會到音樂、合作和努力的價值，留下了難以忘懷的回憶。在比賽前，我們的團隊進行了漫長而刻苦的準備。從樂曲的練習到行進步調的磨練，每一個階段都需要大家共同努力。比賽當天，當我們走上草地，感受到觀眾的注視，心情真是難以言喻。吹奏時，我們全力以赴的展現出所學所練的成果。每一個音符、每一個動作都凝聚了我們的努力。比賽結束後，獲得的不僅僅是獎項，更是一份珍貴的經驗。合作是成功的關鍵，而我們努力付出絕對是值得的。這次比賽不僅讓我個人成長，也讓整個團隊更加團結。回想起這次全縣行進管樂比賽，我感到自豪和感激。感謝這次機會讓我深入體會到音樂的力量，也讓我學到了如何與團隊共同追求目標。下一次的管樂比賽，我會用我這次所學的經驗，盡力的完成我最後一次的管樂比賽。
蔡 0 恩	剛上國中就知道學長、學姊為了管樂比賽每天練習，也會讓我想想如果要自己邊走邊吹會不會喘的像狗一樣？所以剛進管樂時是蠻緊張的，也試過站起來吹看看，但光站著氣就不順了，比賽還要配合節奏邊走邊吹，想想就覺得糟糕，當拿到紙上的隊形圖時，我就在想：到底哪邊是面向舞台的？小號站哪？我又在哪？每次的練習讓我覺得會吹一吹直接倒在那，在換隊形時也怕撞到人跌倒，第一次去斗南田徑場彩排時，我覺得能得名就不錯了，對比賽還蠻不自信的，但比賽當天其實沒那麼緊張，畢竟我又不是獨奏，而且歌曲我也已經背的滾瓜爛熟了。比賽後我終於能坐著練習了！但坐下來後就覺得還是站著吹好，坐著反而氣還不順了。
吳 0 倫	我們這次比賽獲得了第一名，我那時候打銅鈸，一開始還不熟練，我還記得我上去準備要比賽的時候非常緊張，因為我要打的是銅拔，銅拔只要一打錯就會非常明顯，而且我也沒有對銅拔很熟練，聲音一下大一下小，到了比賽結束後只有第一首的最後一下，打比較小聲，其他應該都還算正常，經歷過這次比賽我感覺下次比賽不會那麼緊張了，我覺得付出多少努力就會得到多少結果，希望下次可以獲得特優，我下次會更認真努力的練習，為學校爭光獲得特優第一名。
吳	七年級我聽說之後會出去參加全縣的比賽，在聽說那裡很大而且會有很多



0 祥	<p>人，而且還要記圖，也要把譜記起來，我就覺得等到那個時候我一定會完蛋，我連簡單的埔都記不太起來了，之後還要記更難的譜，而且還要記圖，如果不小心走錯的話一定很明顯，所以一直不太希望那天會到。可是到了八年級之後，老師說之後過沒多久就要參加全縣比賽了，我開始覺得說之後上課一定會很累，又突然想到之前七年級的時候，那時候快要表演，早上外面都是學長姐練習的聲音，就覺得說我們早上該不會也要這樣吧？之後某一天開始，都變成在外面吹，一開始邊走邊吹的時候覺得很累，樂器也拿不太起來，可是久而久之越來越習慣邊走邊吹了，而且也比一開始更熟練，原本記不起來的譜也漸漸記起來了，到了比賽當天我非常緊張，怕不小心走錯，可是最後還是圓滿的結束了，也拿到了第一名，我之後會更加的努力，拿到特優。</p>
吳 0 玉	<p>我的第一次全縣行進管樂比賽其實不是八年級這次，是在七年級的時候，但那時我是旗隊的，這次是吹奏樂器的，雖然這次是第二次比賽了，但跟第一次相比也感覺沒有相差多少。</p> <p>這次上場前我變得十分緊張，擔心著會不會吹錯；會不會走錯位置；會不會忘記做動作，而這是去年沒有的，去年的我只擔心風這麼大，龍旗我舉不舉的動。但這次我在暖嘴的時候就變得不緊張了，發揮得越來越好。去年我是從一開始的不緊張變得越來越緊張，因為風好大，龍好重，要堅持不住了。</p> <p>這次比賽後，我了解了當初為什麼吹奏的學長學姐他們每次練習完，全都精疲力盡，不想動了，當時我還想說，樂器能有多重，能比龍重嗎？現在體驗過了才知道這兩個都相差無幾。</p>
蔡 0 萱	<p>一開始知道要比賽的時候，我覺得我都還沒練好，就要去比賽了，讓我感到非常的緊張。因為要比賽了，這代表一個月下來都是痛苦的經歷……在這過程中有許多的挫折，比如說會忘記預備的動作、忘記指法、做錯位置等…吹到最後還會沒力，但我也要堅持下去，不可以辜負這一個月的練習，在比賽的過程中，讓我感到非常的緊張，尤其是我有一個位置是在最前面，還站在中間，到了比賽完，感到非常輕鬆，但是比賽的結果還沒出來，在等待結果的過程中也是帶有一些緊張的狀態，就一直等等等…最後我們是第一名！但是只是優等，希望明年可以特優。</p>
吳 0 鳳	<p>雖然這次不是我第一次比管樂比賽，但是卻和國一擔任旗隊比賽的心情決然不同。我們為了這次比賽付出了很多時間、心力就為了這場比賽。不負大家的努力我們最後拿到了全縣管樂比賽第一名！。大家頂著烈日在操場、草地上練習是沒有白費的。我相信大家在比賽時和我的想法是一樣的，有擔心吹錯的也有擔心走錯位置。但是大家都撐下去了。非常感謝老師的教導，明明自己很忙卻為了我們做動畫、製圖，也感謝老師們的努力，才讓我們有機會拿到第一名。</p>



## 附表 3-2

### (雲林縣立飛沙國民中學 逆沙飛翔。樂音遠颺) 學生自評表

(採用 Google 表單)

### 112年度學生自評表

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 (逆沙飛翔。樂音遠颺-飛中管樂隊) 的經驗及感覺，回答下列問題。

班級 \*

801

802

901

902

姓名

簡答文字

必填

#### 管樂專長項目 \*

- 打擊
- 小號
- 圓號
- 上低音號
- 低音號TUBA
- 長號
- SAX薩克斯風



1.我覺得自己增加一項能力。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

2.讓我對（管樂）學習更有興趣。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

3.讓我有勇氣公開表演。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

4.讓我對自己更有自信。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意



5.讓我學會為自己負責任。\*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

6.讓我認識更多朋友。\*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

7.不會影響我的課業。\*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

8.在社團中，我會主動教導其他同學。\*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意



9.我樂於在班上跟同學分享學習的內容。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

10.我喜歡參與對外的表演。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

11.每一次演出後，我感到很有成就感。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

12.我喜歡老師安排的課程。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意





13.我願意參與每一次對外的表演。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意

14.下學期我願意繼續參加。 \*

- 非常同意
- 同意
- 尚可
- 不同意
- 非常不同意



15.這學期我學習到..... \*

您的回答

16.我增強了 (或突破) ..... \*

您的回答

17.我的期待 (或我的承諾) ..... \*

您的回答

提交

清除答案





## 附表 3-2-1

## (雲林縣立飛沙國民中學 逆沙飛翔。樂音遠颺) 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（可複選）

◎參加引導計畫學生總人數：38人；國一：19人；國二：19人；國三：0人

◎曾中輟之虞：0人

◎學生身份別：一般生：16人、原住民：0人、外配子女：19人、身障子女：3人

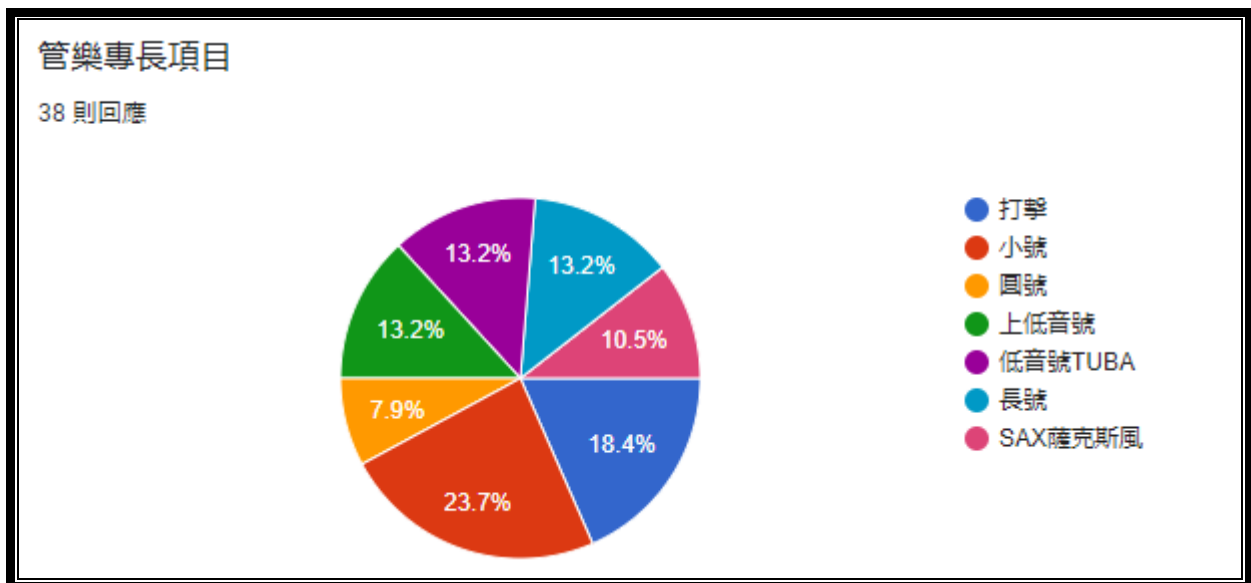
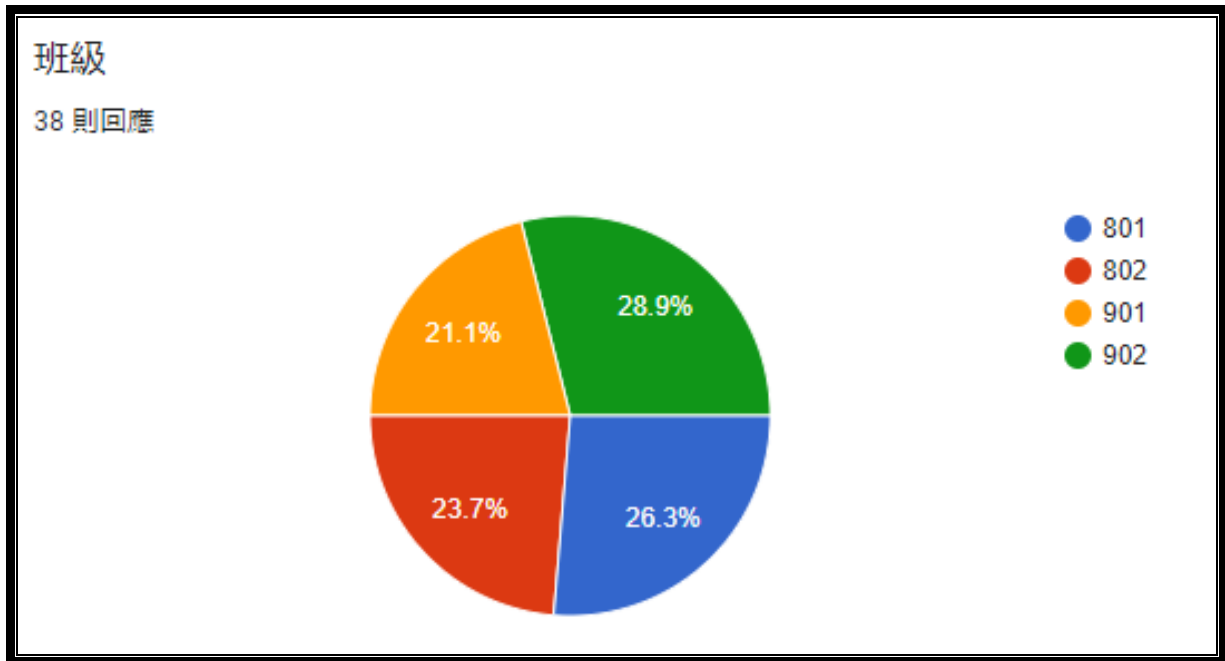
◎學生家庭類型：雙親：27人、單親：8人、失親：1人、隔代教養：2人

◎家庭經濟：低收入戶：12人、中低收入戶：3人、清寒家庭：1人、其他：          

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能力。	14	18	6	0	0
2. 讓我對逆沙飛翔樂音遠颺學習更有興趣。	14	9	13	2	0
3. 讓我有勇氣公開表演。	10	20	5	3	0
4. 讓我對自己更有自信。	12	14	10	1	1
5. 讓我學會為自己負責任。	12	17	9	0	0
6. 讓我認識更多朋友。	14	12	9	2	1
7. 不會影響我的課業。	9	15	11	3	0
8. 在社團中，我會主動教導其他同學。	8	17	11	2	0
9. 我樂於在班上跟同學分享學習的內容。	9	11	15	3	0
10. 我喜歡參與對外的表演。	11	15	9	3	0
11. 每一次演出後，我感到很有成就感。	17	15	4	2	0
12. 我喜歡老師安排的課程。	12	12	13	1	0
13. 我願意參與每一次對外的表演。	13	17	8	0	0
14. 下學期我願意繼續參加。	11	10	16	1	0
15. 其他(依學校實際狀況自行增加)					
合計	166	202	139	23	2

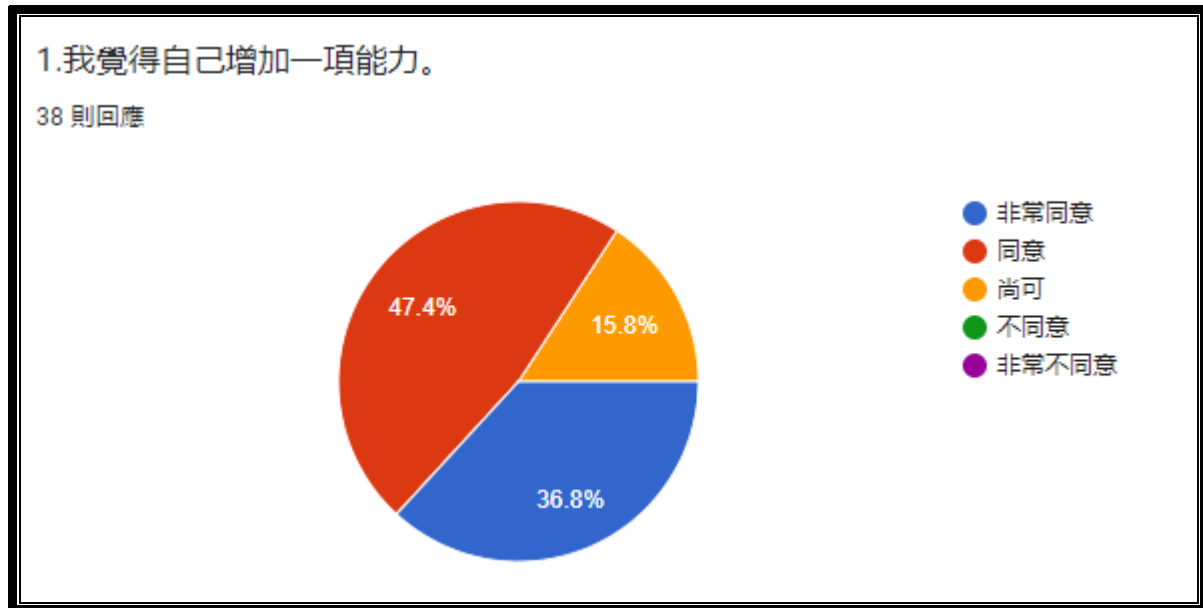


### 學生自評統計分析圖表-學生基本資料

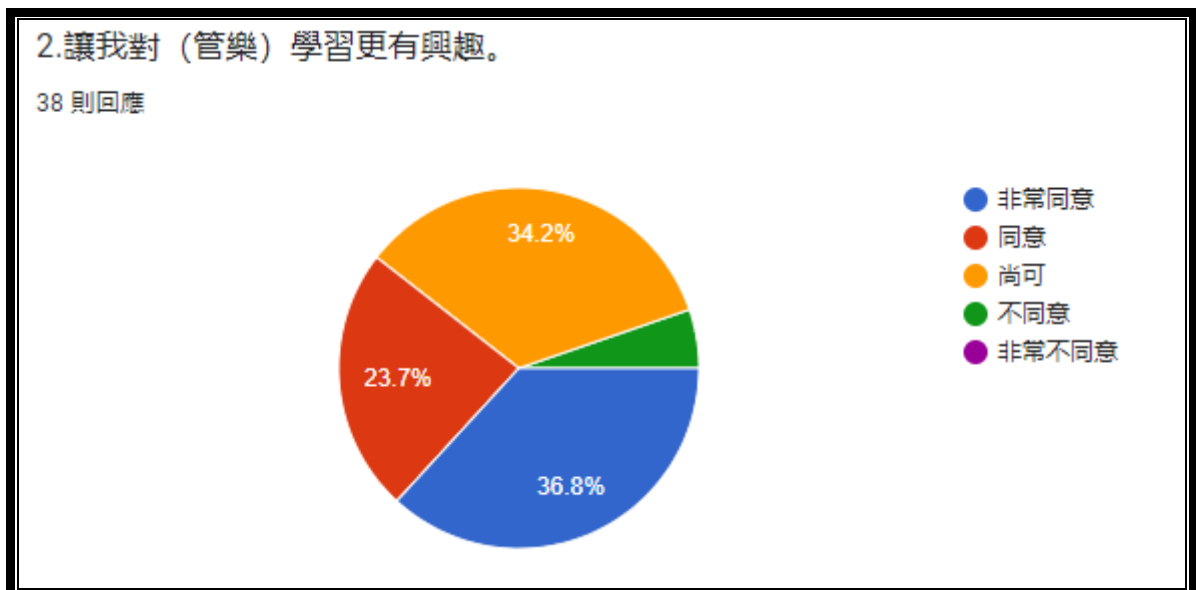




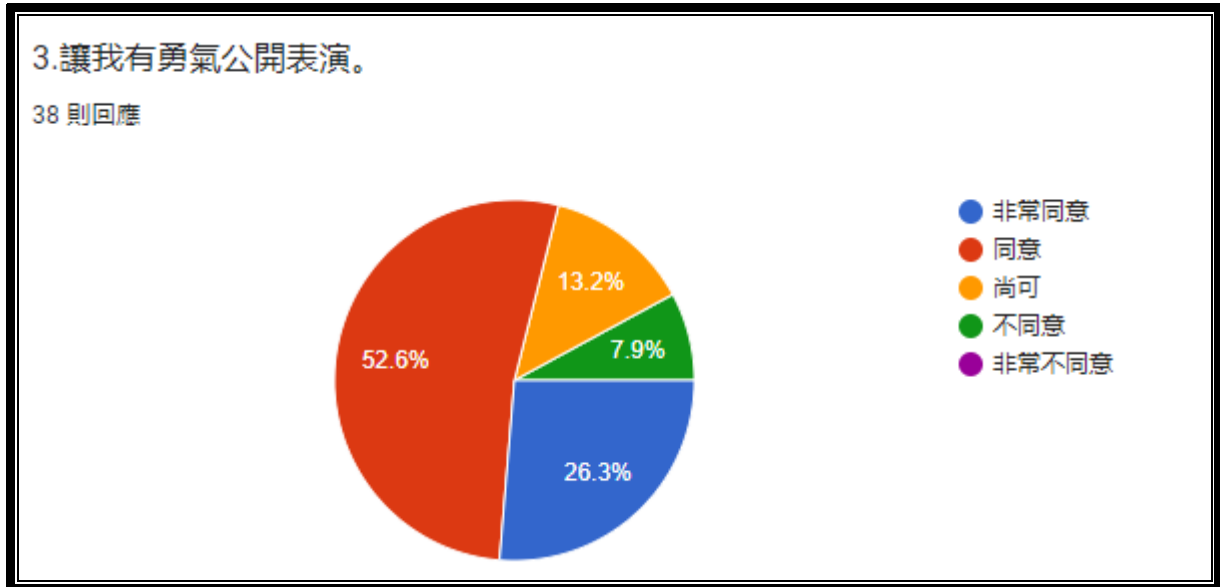
## 學生自評統計分析圖表-自評項目統計分析



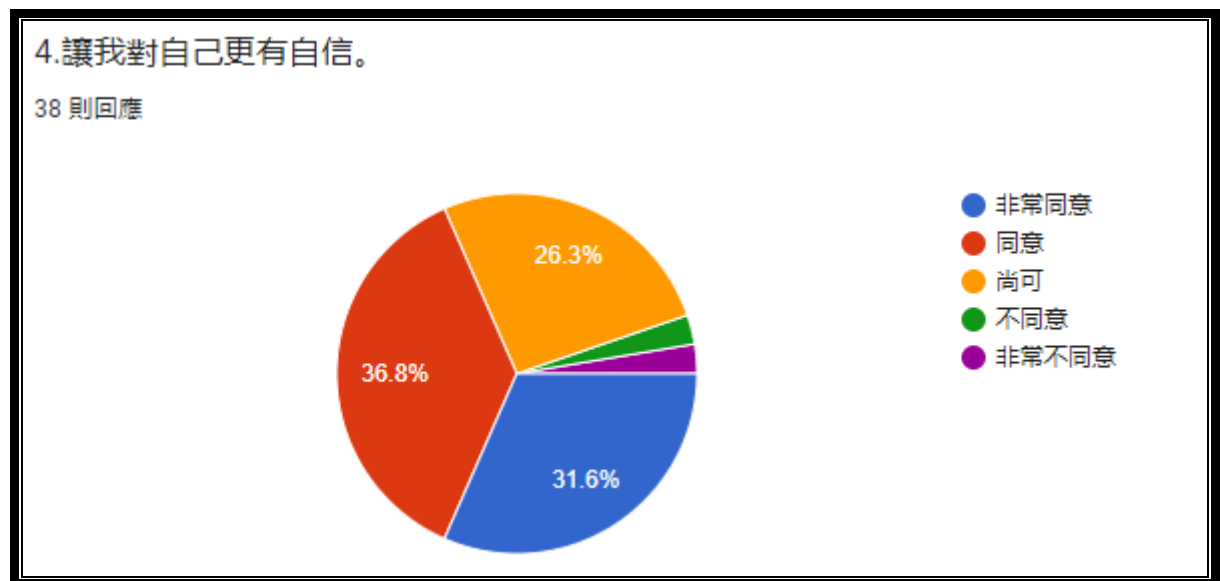
1. 非常同意人數與同意人數佔全體 84.2%，尚可人數佔全體 15.8%。本校管樂隊學生從不懂管樂到能演奏歌曲，學會一項樂器及看譜，這樣的能力是難能可貴的，學生也都珍惜在管樂隊的學習。



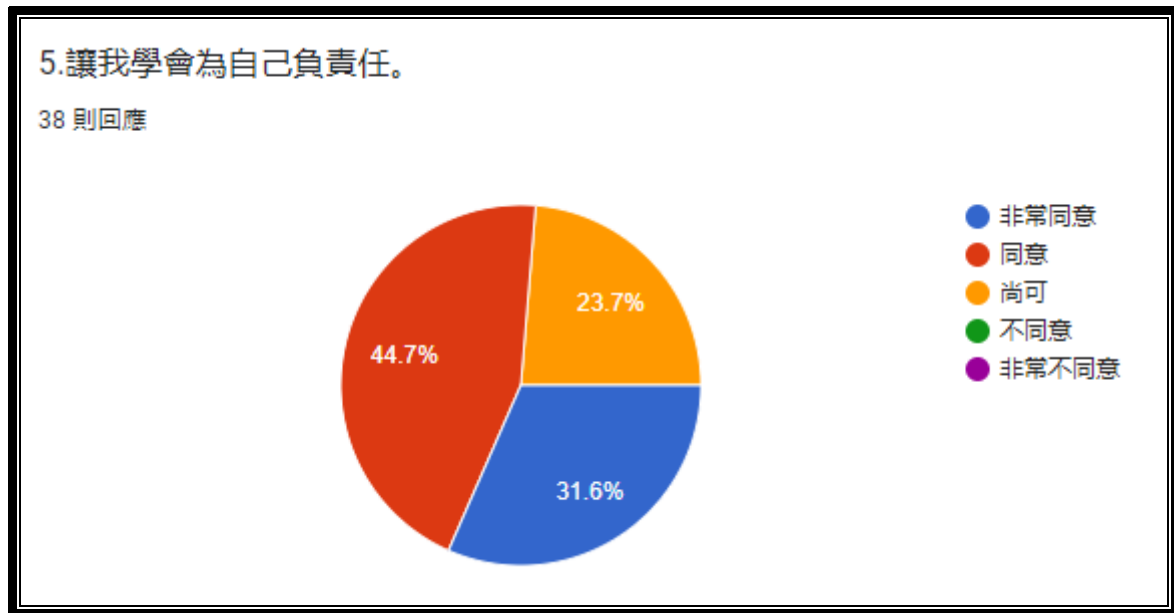
2. 非常同意人數與同意人數佔全體 66.8%，尚可人數佔全體 34.2%。學生對於本計畫資助的基金會有明確的了解與認識，大家都相當歡喜歡與管樂隊的練習時間。



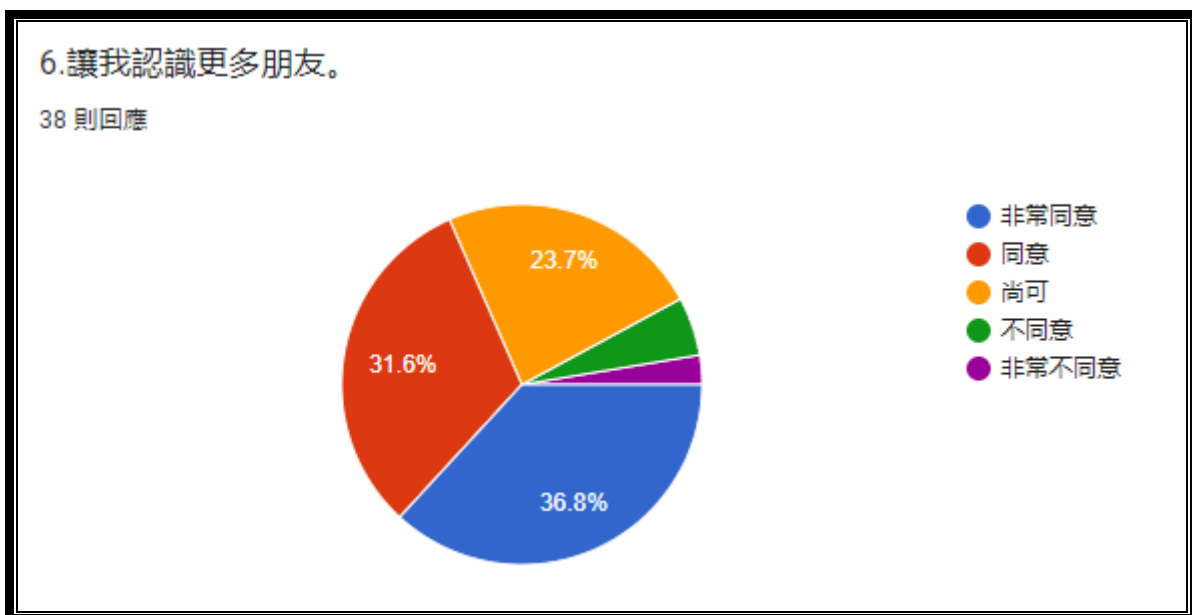
3. 非常同意人數與同意人數佔全體 78.9 %，尚可人數佔全體 13.2%，有 3 位勾選不同意。經過雲林縣行進管樂比賽見過大場面後，比較能感受到比賽與表演是一種能力的肯定。針對仍會怯場的國二生是第一次的大型比賽，將持續增強自信。



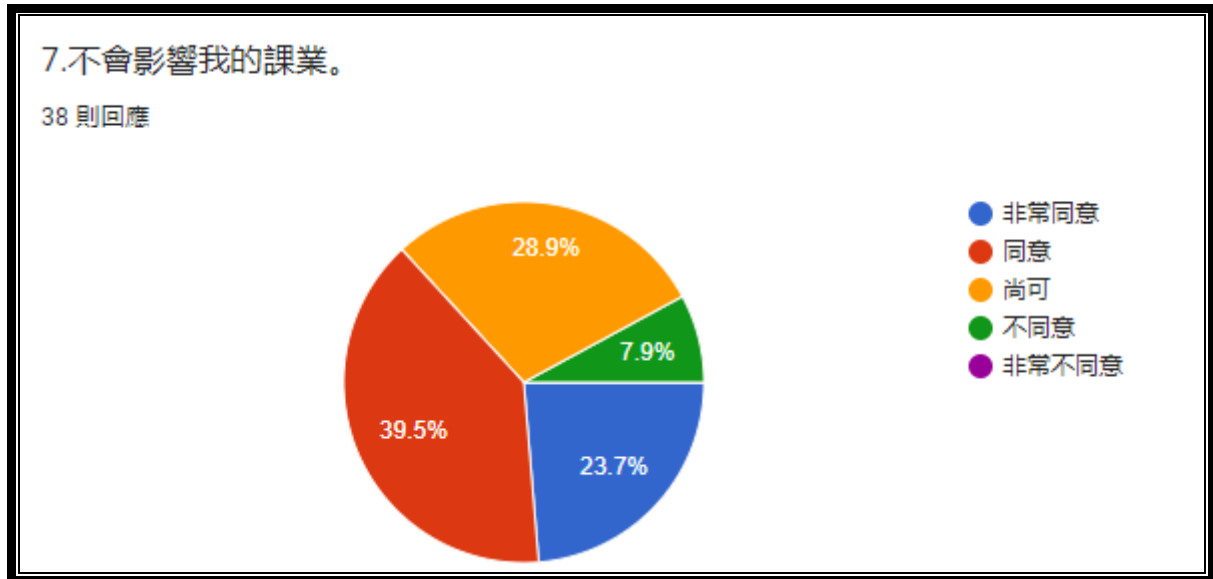
4. 非常同意人數佔全體與同意人數佔全體 69.6%，尚可人數佔全體 26.3%，不同意有 2 位。能夠學習一項樂器與一技之長，便是培養自信心的開始。



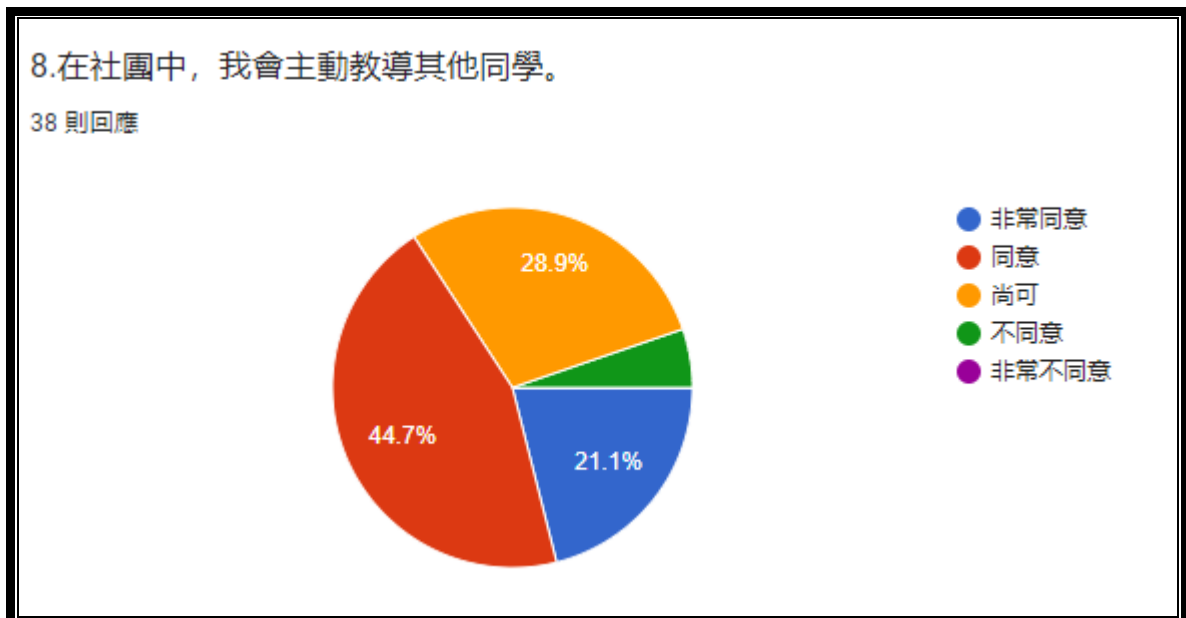
5. 非常同意與同意人數佔全體 76.3% ，尚可人數佔全體 23.7% 。負責任的態度不僅在管樂的練習上，更要求在自我管理上負責。



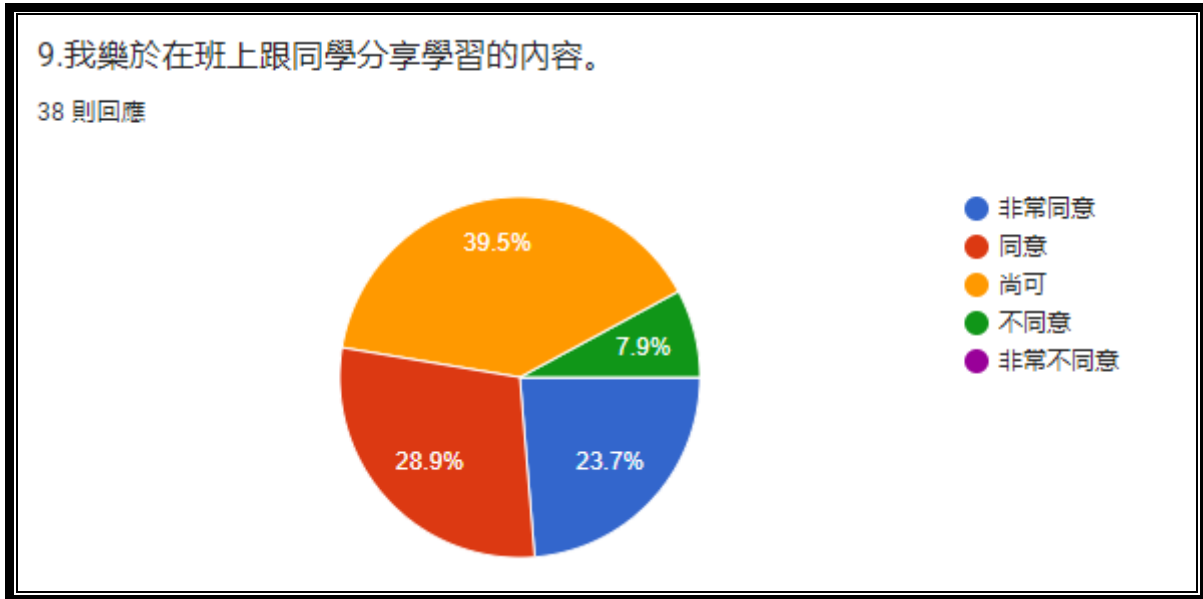
6. 非常同意與同意人數佔全體 68.4% ，尚可人數佔全體 23.7% ，不同意有 3 人。小校學生少，參加管樂隊前，幾乎大家都稍微認識，藉由社團認識更多朋友，不具有這麼大的效益。



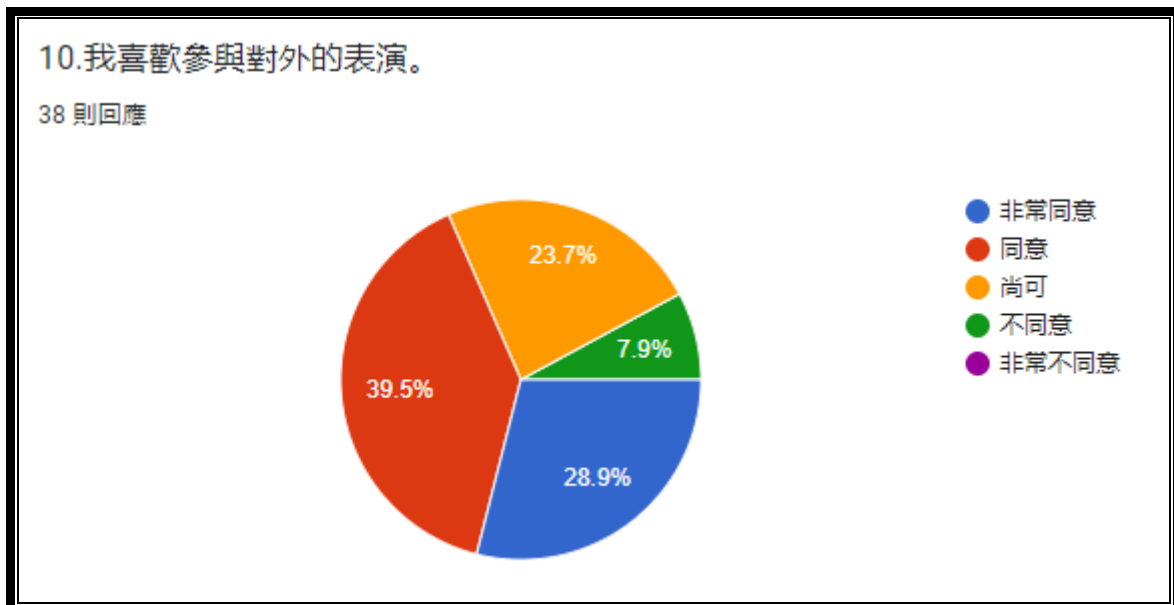
7. 非常同意與同意人數佔全體 63.2% ，尚可人數佔全體 28.9%，不同意有 3 人。學生有興趣參加管樂，一星期利用兩天午休時間練習，對於課業的影響會比較少，但比賽前夕的加強練習，對於有些體力較差的同學需多加關注。



8. 非常同意與同意人數佔全體 65.8% ，尚可人數佔全體 28.9% 。上課時間大多由老師直接進行教授，因此，對於主動教導的比例略降低。將來有學弟妹入隊，相信他們自己也會成長，應該情況就會改善了。

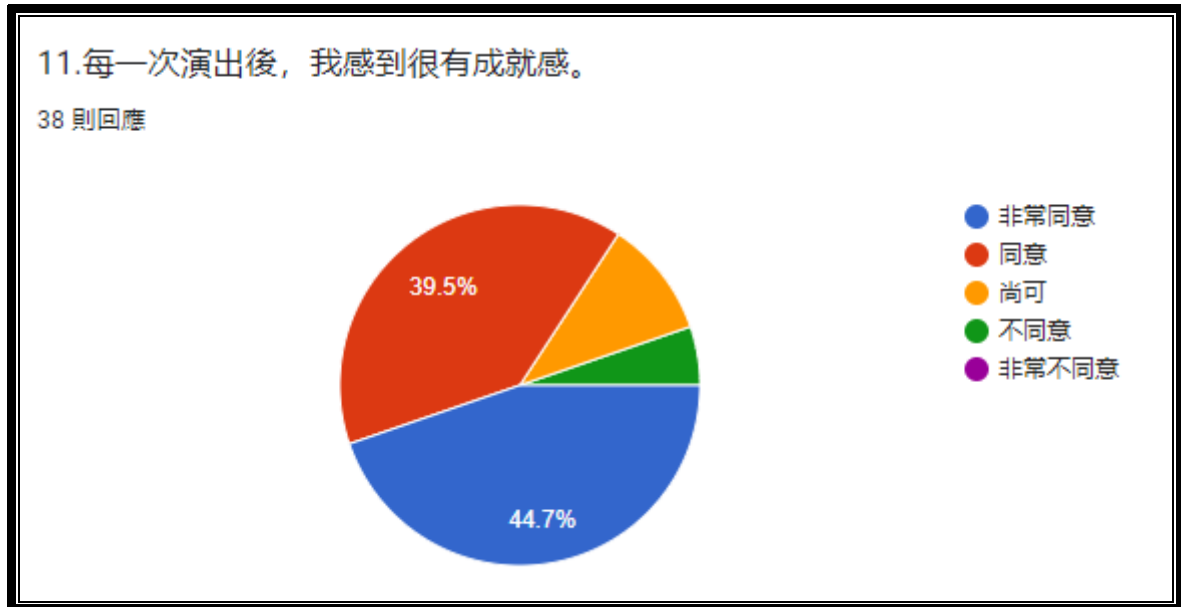


9. 非常同意與同意人數佔全體 52.6 % ，尚可人數佔全體 39.5%。因學生數少，全班幾乎都參加管樂社團，大家熟悉程度高，比較不會在班上分享。



10. 非常同意與同意人數佔全體 68.4 % ，尚可人數佔全體 23.7，不同意有 3 人。內向的幾位同學上場緊張感較難克服，須多給予表現機會。

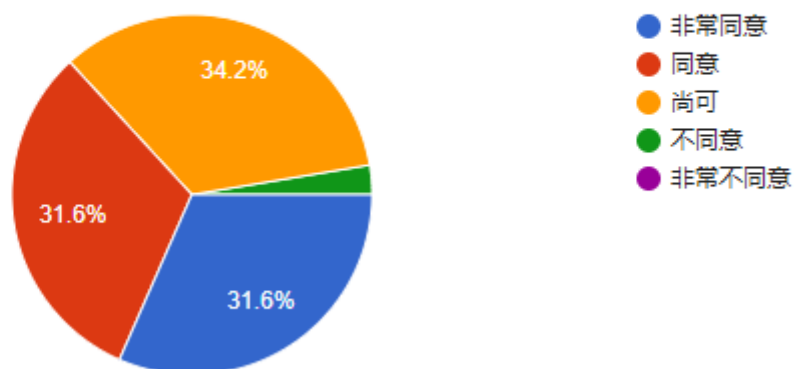




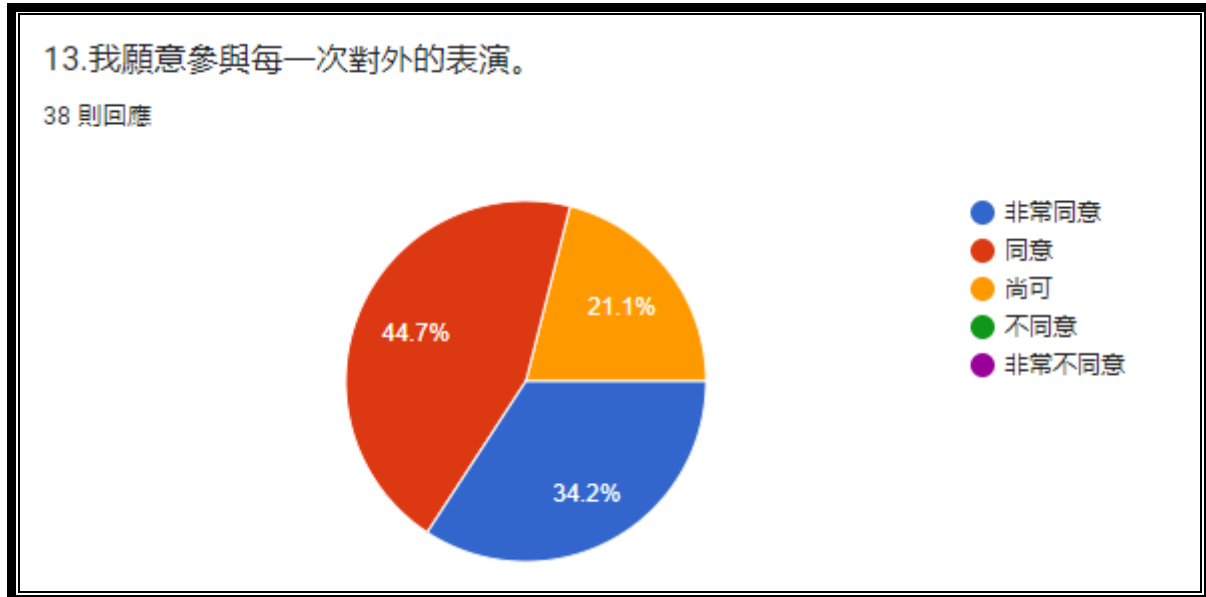
11. 非常同意與同意人數佔全體 84.2 %，尚可人數佔全體 12.5 %。學生榮譽感來自於對自我的肯定，當學生自我才能提高，在公開演出後，能產生自我成就感，達到馬斯洛理論的上層自我實現榮譽感。

12. 我喜歡老師安排的課程。

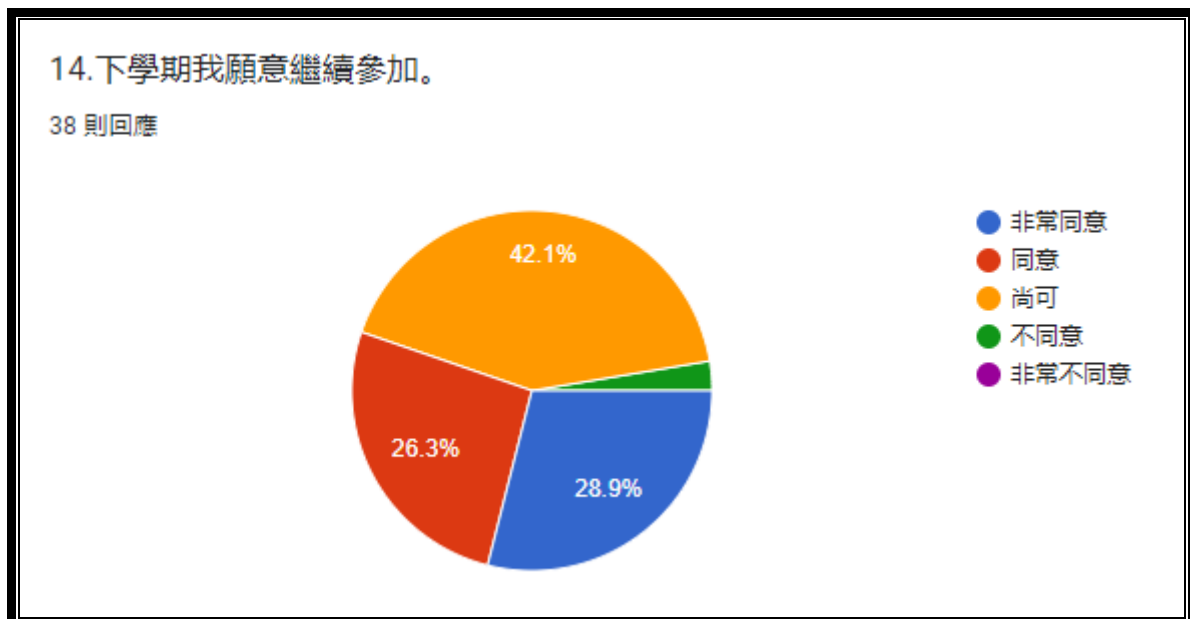
38 則回應



12. 非常同意與同意人數佔全體 63.2 %，尚可人數佔全體 34.2 %，不同意學生有 1 位。對於課程的安排，除了面對行進管樂比賽的曲子，今年比賽後也教導聖誕鈴聲分享歡樂節慶，學生們的學習興趣也提高許多。



13. 非常同意與同意人數佔全體 78.9% ，尚可人數佔全體 21.1% 。疫情期間缺乏對外表演，學生充滿期待。



14. 非常同意與同意人數佔全體 55.2 % ，尚可人數佔全體 42.1 % ，不同意學生有 1 位。為了管樂隊的永續經營與培養，每年度都會有新血加入，在傳承與學習上每個人都有所成長。希望本校管樂隊能繼續精進、繼續發揚光大。



## 學生自評項目 15 題~17 題

姓名	管樂專長項目	15. 這學期我學習到……	16. 我增強了（或突破）……	17. 我的期待（或我的承諾）……
林 O 勤	長號	我學到邊走邊吹要怎麼做才好吹也體驗到比賽的行程規則	吹出來的氣越來越長不像之前一樣吹很短就沒氣了	我期待下一年的比賽能在更強
林 O 烜	低音號 TUBA	我學習比賽曲有三首有的音符要記住還會遇到有的指法要按快，我也成功的學會讓自己手不會變的殘障，變的靈活	原本自己覺得背譜背指法覺得很難，可是到了管樂當中慢慢進步慢慢譜也學會被到三首，指法也變強，讓我覺得自己打破心裡過不去的坎	我希望自己可以讓我所學的樂器吹的行雲流水，之後就可以把自己學的到的技巧傳授給學弟妹
吳 O 倫	打擊	怎麼打銅拔	我對節奏的感知越來越好	我希望下學期打小鼓可以打更好
蔡 O 婷	小號	吹奏的技巧	我突破了我的目標，吹上去第 12 個音了	我期待我的第 12 個音可以達到 5 秒，而不是 1 秒
蔡 O 晏	SAX 薩克斯風	很多曲子	氣的時間和聲音	加氣和聲音
吳 O 謹	低音號 TUBA	在這學期我學習到，比賽前樂器要保養好，練習腳步時的辛苦	我增強了吹的技巧，會去吹的音了	能將我所學的樂器吹的更好，不像現在吹的很差
吳 O 祥	上低音號	我把比賽的三首譜背起來了	我可以把第八個音吹好一點了	希望以後能夠吹得比現在還要好很多
王 O 麗	SAX 薩克斯風	如何走圖形和如何邊走邊吹	心肺能力吧	能獨自吹好樂曲
侯 O 州	上低音號	會看譜也會看指法	我字幾現在都會看譜也會指法	希望可以讓自己變強一點
蔡 O 蓁	長號	怎麼把音吹高	突破把一些音吹上去了！很開心	以後會把學弟妹們教的很棒，還要教學弟妹們吹所有的音符，還要教



				他們上油跟裝樂器
吳 0 鳳	小號	怎麼按小號指法、氣怎麼運用	可以吹到第 11 個音了	小號練好
吳 0 宏	打擊	打鼓	打鼓的技巧	希望下次也是地一名
吳 0 軒	打擊	我學到了怎麼打大鼓。還有一些歌曲。	自己極限。我覺得我體能又更好了。	期待下一屆也可以跟我一樣。
王 0 平	打擊	打擊如何和管樂結合	我增強了我的音樂	我期待下一學期還可以上管樂
蔡 0 恩	小號	我學習道如何將小號吹滿、吹高、吹好，以及一定的節奏感。	讓我能不那麼害怕吹小號，也讓我邊走邊吹高音，雖然還是常常吹錯。	比起期待我更希望能教好學弟妹，也希望我國旗歌有吹好的那一天。
黃 0 慈	小號	怎麼吹上高音	我練了好久成功上第 11 個音雖然不是很強但是我突破自己	我希望我進圓號前可以先把小號最後一個音吹好再安心的去圓號
吳 0 譔	圓號	我學會如何上油，怎們把高音吹上去。	可以自己吹完一首曲子了。	可以輕輕鬆鬆的把第八九個音吹上去，也可以吹好聽的樂曲。
吳 0 玉	上低音號	怎麼邊吹上低音邊走隊形。	我的臂力增強了，可以吹到第三首才會手抖，以前第二首開頭就會。	我期待上低音會進來新的學弟學妹會是誰。
蔡 0 萱	小號	如何把音吹的更高	譜背的比較快，音也吹到第 10 個音了	可以把音吹到第 12 個音，也能把一整首歌吹完，不能停。
柯 0 安	低音號 TUBA	一些讓樂器聲音聽起來更好辦法	在比賽期間的練習讓我的體力變得更好一開始背樂器太久肩膀會不舒服現在已經可以背很久也不會痛了！	七年級的時候覺得自己很沒天賦覺得自己吹的很差現在讓我很有自信能帶學弟學妹們了
吳 0 穗	打擊	小鼓恰恰恰	克服回音	教學弟
黃	小號	學習到越來越多的歌	從完全不會的小號，到現	能教好學弟妹，讓他們



0 涓		曲！	在會了，也越吹越好了！	越吹越好！
陳 0 融	小號	如何與學弟妹共處、如何學習合作	能吹上獨奏、高音也能上去、氣也變長了	希望下學期還有機會練管樂🎺
林 0 頤	圓號	更多不同的指法	成功吹到第 8 個音，也有體力連續吹完三首歌	比賽能夠表現出最好的精神和狀態
張 0 源	打擊	我學到怎麼打大鼓	我從什麼都不會，到學會	希望以後還有機會可以吹曲子
吳 0 瑩	SAX 薩克斯風	學到了又耐心的教導學妹，並且如何情緒管理，調整好作息生活，充分利用時間。	我之前穿薩克斯風的時候都不能把第十二個音吹出來，現在我可以吹出來了，並且還沒有爆掉。	希望學妹學弟們可以更加努力追上我們的腳步，而不是頹廢在那邊，雖然很辛苦，但我相信他們一定可以做到的，就像之前到我們一樣，只要努力沒有什麼不可以的！
吳 0 原	長號	如何把長號吹的順，吹的熟。	管樂讓我的肺活量增加。	希望學弟妹們可以在比賽獲得更好的成績。
王 0 媚	上低音號	把三首曲子練熟跟管樂隊的大家去比賽	肺活量又增強了	希望下一屆的學弟妹能好好教 7 年級
吳 0 宇	上低音號	當學長的辛苦	吹管樂的肺活量	管樂隊能夠獲得更多的獎項
蔡 0 舜	小號	可以把小號的越吹越高音	從不吹到會吹	希望這屆學弟妹，可以越吹越好！
蔡 0 芳	長號	長號怎麼吹還有腳步	學會吹長號，而且長號高音也吹上去！	長號學弟學妹加油！長號學妹高音要吹上去！
吳 0 慧	打擊	這學期我學到了如何怎樣去打四音鼓和去如何學會怎樣去看四音鼓的	我突破了我會兩種樂器、我會了圓號和四音鼓，兩種樂器讓我覺得差	我的期待是下次個管樂比賽不是我上場了，而是八年級學弟妹帶著七



		譜。	很多一個是要用腹部去出力另一個是要用自己的腿部去出力，我很開心老師讓我學到兩種樂器。	年級的學弟妹去比賽，希望八年級的學弟妹可以像我們一樣用心的去教七年級的學弟妹，希望下次比賽可以繼續拿著冠軍回來！！
吳 0 蓉	圓號	新的不一樣的曲子、如何帶領一個團隊	在吹奏樂器時比以前更加熟練能夠控制	最後的管樂比賽已經結束了，我們也要退出了，希望學弟妹能繼續努力練習，再次取得好成績
李 0 郡	SAX 薩克斯風	如何有耐心的教導學妹們	薩克斯風更加熟練了，不再像是從前那樣，怎麼練習都不太順利。	把薩克斯風這項樂器一直記在腦袋裡，不會忘記，希望下一屆學弟妹們的比賽能獲得好的成績。
蘇 0 廷	上低音號	這學期我學到了如何去教導學弟妹如何一步一步的向前進步	如何在人很多時不緊張或是走錯位子	明年的我，如果選的學校有管樂社，我還是會選擇管樂社，把上低音去吹得更好
吳 0 漾	小號	如何完美的吹出樂曲的旋律	我能夠吹出很高的音、我覺得我邊吹樂器邊行進進步了	我希望學弟妹能夠越來越進步，之後如果有吹奏的機會，我會好好把握
蔡 0 誼	長號	如何和學弟妹還有同學們一起合作完成一首又一首的歌曲，必須有耐心，一遍一遍的不斷指導學弟妹，看到他們從完全不會到能吹完一首完整的曲子，打從心底的感到些許欣慰。	如何做出一個學姐該有的風範，成為學弟妹們學習的榜樣。	希望我的管樂生涯結束後能再回管樂隊多指導學弟妹，也希望高中能繼續練管樂！
吳 0 瑜	低音號 TUBA	團隊的合作能力 能夠協助他人	吹奏及演出能力	未來上了高中（職）能夠繼續參加

**111 學年度-112 年引導計畫學生升學狀況調查表 (112.9 月調查)**學校名稱：雲林縣立飛沙國中引導計畫名稱：逆沙飛翔。樂音遠颺參加引導計畫學生總人數：45 人；畢業人數：25 人考上公立人數：17 人；私立人數：8 人

學生姓名	考取學校	附註
吳○蓁	國立北港高中 普通科	學生屬外配子女
吳○君	國立北港高中 普通科	學生屬低收及身障外配子女
曾○軒	國立北港高中 資料處理科	
蔡○蓁	國立虎尾高中 普通科	
劉○綺	樹人醫護管理專科學校 醫學影像暨放射技術科	
陳○梅	敏惠醫護管理專科學校 護理科	學生屬外配子女及低學習成就
劉○君	私立東吳工家 幼保科	學生屬中低收入戶及低學習成就
吳○翔	國立北港高中 普通科	學生屬高功能自閉不語症
吳○穎	私立東吳工家 餐飲科	學生屬失親及隔代教養
黃○閔	私立大成商工 汽車科	
王○歲	國立北港農工 電機科	學生屬學習低成就
陳○宜	國立鹿港高中 商業經營科	學生屬單親及隔代教養
黃○蓁	國立北港高中 普通科	
蔡○臻	國立北港農工 畜產保健科	學生屬清寒家庭及高風險家庭
吳○薰	國立曾文農工 畜產保健科	學生屬單親
吳○妍	國立北港高中 國際貿易科	學生屬單親及隔代教養
林○鳳	國立北港高中 商業經營科	學生屬外配子女及重組家庭
蔡○慈	國立斗六家商 幼兒保育科	
吳○甄	國立北港農工 畜產保健科	
林○怡	私立東吳工家 時尚造型科	學生屬學習低成就
蔡○維	國立北港高中 資料處理科	學生屬失親及外配子女
劉○杰	私立東吳工家 資訊科	學生屬清寒家庭



蔡○嶸	國立北港農工 畜產保健科	學生屬單親及外配子女
吳○鋒	國立北港農工 農業機械科	
吳○丞	私立大成商工 汽修科	學生屬學習低成就

本校承蒙普仁基金會贊助成立管樂隊年來，學生參與練習的時間長，投入表演與比賽的次數也最多，因此，學生們對於管樂隊有極深的歸屬認同感。

今年管樂隊學生升學率達百分之百，每位學生都有自己的目標與理想，有八成升上國立高中職學校，至於讀私立學校的六人與選讀五專 2 人，都是考量興趣與上下學交通車便利性而選擇，對於自我生涯規劃性向明顯。

學生能夠清楚認識自己並規畫自己的未來，是一件難能可貴的事，在畢業前的訪談中，管樂隊學生表現落落大方，對於自己未來的藍圖有所規劃，著實是一件值得師長安慰的事。





附表 3-3

## 期末經費執行表

單位名稱		雲林縣立飛沙國民中學						
計畫名稱		逆沙飛翔-樂音遠颺						
經費執行時間		112 年 1 月 至 112 年 12 月						
計畫負責人		陳昭龍校長	電話	05-7723218#23	傳真	05-7720456		
地 址		654 雲林縣四湖鄉飛沙村大同路 81 號						
經費科目	經費項目	單價 X 數量 (請註明計算單位)	預算金額	預算來源 (金額)		基金會核定金額	執行狀況 (金額)	備註
				自籌 (含 其他單位 贊助)	申請普仁 贊助			
授課費	鐘點費	800 元 X 200 節	160,000	44,800	115,200	115,200	115,200	
授課費	鐘點費	378 元 X 200 節	75,600	55,188	19,440	20,412	20,412	
交通費	帶隊參加比賽	6000 元 X 4 趟	24,000	12,000	12,000	12,000	12,000	
服裝費	添購及租借表演服裝	300 元 X 60 件	18,000	0	18,000	18,000	18,000	
維護費	樂器維修保養費	10,000 元	10,000	0	10,000	10,000	10,000	
贊助金額小計						175,612	175,612	
計畫管理費						8,780	8,780	
贊助金額合計						184,392	184,392	
核定贊助金額: 184,392								
已執行核定金額: 184,392								

承辦人 簽章	林秋霞	主任 簽章	蔡明振	校長 簽章	陳昭龍
-----------	-----	----------	-----	----------	-----



附表 3-4

## 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)
1.落實協助高關懷學生	參與引導計畫的高關懷學生數與比例	依實際人數統計	76.32%	管樂隊扶助低收、中低收入、清寒家庭與身障子女、單親、外配與隔代教養共 29 人，學生能在教育資源缺乏的情況下學習管樂，均能抱持珍惜與感恩的心。 (管樂隊共 38 人)
2.有效降低中輟生	中輟生人數與比例	依實際人數統計	100%	目前管樂隊無中輟生。
3.未來繼續升學高中職人數	升學人數	依實際人數統計	100%	調查管樂隊九年級升學狀況，畢業 25 人，升讀公立學校 17 人，私立學校 8 人。
4.提升學生對學校與社團的認同感	(1)88 % 的學生對於學校經營管樂隊有助提升校園形象達滿意程度	問卷	100%	學生取得雲林縣行進管樂佳績後，對於音樂的信心大為增加，加上整體學生企圖心強，因此整體學習向心力強。 經由兩場公開演出(校慶表演以及管樂比賽)學生表現更穩定成長。



	(2)樂隊學生持續參與率達 95%	社團點名表	99%	除了學生當日請假外，幾乎全員到齊。也利用中午午休時間增加練習機會，增進訓練效果。
	(3)樂隊學生樂隊滿意度達 85%	問卷	95%	1. 原本管樂隊八年級 20 人，加上七年級 25 人。其中隊長一人、副隊長一人、指揮一人。 2. 以學長姐帶領學弟妹的方式，增加彼此的團隊精神與默契。
5. 提升學生的音樂素養及學習熱誠	(1)能藉由文字表達欣賞音樂之美	音樂學習心得報告 300~500 字	每月一篇	3. 參加管樂隊學生每個月填寫心得，紀錄學習狀況及新學習樂曲。 4. 單月以普仁專題為主，雙月以學習心得為主。
	(2)增加公開表演次數	每學期表演次數	1	1. 112 參加校慶暨校舍動土典禮演奏。 2. 112 年四湖鄉父親節表揚演出。
	(3)對外演出與競賽	對外演出與競賽次數	4	1. 學區國小四校聯合運動會演出表演。 2. 112 參加校慶暨校舍動土典禮演奏。 3. 112 年四湖鄉父親節表揚演出。 4. 參加 112 年 11 月雲林縣行進管樂比賽。



6. 提升學生閱讀風氣	(1)本校圖書室圖書租借次數每月平均 100 人次以上	當月圖書借閱統計	3 月 195 次 4 月 157 次 5 月 145 次 6 月 125 次 7 月 110 次 8 月 85 次 9 月 111 次 10 月 124 次 11 月 117 次 12 月 104 次	1. 學生閱讀次數增加，對於學生的思考與表達能力均有助益。 2. 鼓勵學生多閱讀以增廣見聞知識，並涵養本身素質內涵。
	(2)每學期讀書心得 10 篇	心得撰寫篇數統計	總共 228 篇心得	除了閱讀外，配合小書蟲的心得寫作分享，增加學生的組織與表達應用能力。
7. 提升外語文能力	(1)增加英文歌曲演奏及歌曲唱誦	每學期統計	外文歌曲： Good time、 YMCA、 Mamma Mia、 NewAttitude、 The cup of life	3. 帶領學生觀看原版歌曲並解說英文歌詞內容，增加學生對於該首歌曲的融入。 4. 在練習時，能欣賞該首歌曲的曲風。
	(2)認識樂器的英文名稱及一般表演時英文介紹及應答	學校現有樂器名稱英文教學	Trumpet Trombone Baritone Saxophone Snare drum Bass Drum Cowbell Cymbals Tambourine Glockenspiel Tuba	1. 每位同學除了自己使用的樂器的英文單字與念法外，還須了解本校管樂隊的樂器名稱及口語表達。 2. 請同學利用時間觀看國際性相關音樂演奏會，培養學生對於正規音樂演奏的感受與情境，增加對音樂的興趣。



8. 服務時數	(1.) 增加學生對於自我肯定與成長，行有餘力可以貢獻一己之力 (2.) 每學期至少需拿到校外或校內 4 小時的服務時數，讓愛可以延續與正向性增強	每位同學各自統計	可以參加校外社區的服務志工或是校內的服務志工	1. 參加對外社區及機構義演，學校發給服務時數證明。
---------	--	----------	------------------------	----------------------------



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年「逆沙飛翔。樂音遠颺」重要活動報導

【備註】：請記錄與本引導計畫相關之重大記事，表格不敷使用時，請自行調整增加。

日期	活動內容	重要記事或成果敘述
<p>2023/01/10</p>	<p><u>112 年度新進隊員</u> <u>招募</u></p>	<p>飛沙國中 7 年級學生共 28 人，進入管樂隊的人數達 20 人，帶著好奇的想像來到活動中心觀摩 8 年級學長姐的演奏，期待有一天也能如同學長姐一般，吹奏出美麗動聽的樂章。</p> 
<p>2023/02/13</p>	<p><u>飛中管樂迎兔年</u></p>	<p>新學期，迎來兔年好運道。 飛中管樂將寒假集訓的成果，呈現給全體師生，希望全體師生能在未來一年裡，收穫滿滿大福氣。</p> 
<p>2023/03/14</p>	<p><u>朝會典禮擔大任</u> <u>訓練膽量志氣高</u></p>	<p>八年級管樂隊同學，在九年級準備教育會考停練期間，擔任學校樂隊主力，在今天開始擔任學校各項典禮的樂隊伴奏。今天朝會上，除了演奏國歌與國旗歌之外，還替各種獎項的頒獎吹奏頒獎樂曲。學校近來榮譽事項不斷，有全縣大隊接力比賽優勝、友善校園藝文競賽、英文學習達標獎金、模擬考成績優異、還有國語日報投稿刊登獎勵，雖然吹奏的很久很辛苦，但大家身為飛中一份子，深感與有榮焉呢！</p>



		
<p>2023/03/21</p>	<p><u>本校管樂隊長獲</u> <u>雲林優秀青年表</u> <u>揚</u></p>	<p>為表彰轄內青年優異表現，激發青年見賢思齊與回饋社會熱忱，雲林縣政府與救國團雲林縣團委會共同舉辦 112 年優秀青年表揚活動，共計有 76 位社會優秀青年及學生優秀青年獲獎，接下象徵榮譽獎狀，現場充滿溫馨與滿滿活力。本校管樂隊長也獲選學生優秀青年，一同接受頒獎。</p> 
<p>2023/03/27</p>	<p><u>管樂隊大鼓手逆</u> <u>境學習獲全國自</u> <u>強兒少</u></p>	<p>家扶基金會 2023 年全國自強兒少表揚活動，從各地家扶中心遴選推薦 23 位自強兒少，面對困境仍懷抱信念，努力堅持、不放棄的決心，在學業及體育上發光發熱，更有多位體育長才兒少代表國家出國參賽，為國爭光。</p> <p>為給予自強兒少勉勵與肯定，副總統賴清德、衛福部政務次長李麗芬特到現場表達最深的祝福</p> <p>對阿嬤的思念，化為習武的動力，翻轉困境拿武術第一</p> <p>接連兩位最親的家人相繼過世，對於官穎和阿公來說，是相當大的衝擊；目前家中也僅剩下阿公一人照顧官穎兩兄弟，阿公努力收起悲傷情緒，繼續為家中生活而努力；懂事的官穎，也主動分攤家務，一有時間就會陪伴阿公，爺孫兩相互依靠一起慢慢走出悲傷情緒。</p> <p>獨立早熟的官穎，雖然成績上沒有太突出的表現，但在武術方面有著優異成績，經常代表學校參加比賽，更是武術隊的隊長。去年面對摯愛的阿嬤離世，曾一度影響到練習，但官穎知道，阿嬤生前相當支持自己練習武術，他把對阿嬤的思</p>



		<p>念，化作練武的動力，更加努力練習，在去年獲得國術縣賽長兵器、雙兵器、奇門兵器等三個類組的第一名，官穎將賽場上優異的表現獻給最疼愛他的阿嬤，乖巧懂事的他，也把比賽獲得的獎學金都給阿公補貼家用，減輕家中的負擔。</p> 
<p>2023/04/24</p>	<p><u>管樂副隊長長號</u> <u>手獲中正大學科</u> <u>普計劃-最佳聽講</u> <u>筆記</u></p>	<p>藉由參加校際活動良性競爭與互相學習，同學的各項能力一直在提升</p> <p>#愛因斯坦講座聽講筆記獲所有參與學校第一名的昀誼讓教授驚艷</p> <p>#上一場居禮夫人獲得團體寫作獎</p> <p>#下午機器人校際競賽由岳瑜品安打敗群雄勇奪第一</p> 
<p>2023/04/24</p>	<p><u>管樂隊 TUBA 雙人</u> <u>組獲中正大學科</u> <u>普計劃機器人 PK</u> <u>第一名</u></p>	<p>國立中正大學科學教育中心與 IYBSSDxTaiwan 合作於 112 年 4 月 22 日 (星期六)共同辦理【站上巨人的肩膀】科普活動， 機器人實作營—循跡機器人，獲獎同學為柯 O 安與吳 O 瑜。</p> 





<p>2023/05/12</p>	<p><u>111 學年度全縣武術訪視前哨站</u></p>	<p>班際國術比賽，透過競賽，同學們甩盡全身肌肉，卯足洪荒之力與聲嘶力竭的吶喊聲，不僅強身健體，培養同學策略思考能力、訓練堅毅的態度，亦能增強團體活動學習，提升班級凝聚力。今日活動圓滿結束，但態度、技能學習收穫滿滿~~</p> 
<p>2023/05/15</p>	<p><u>感恩心最美</u></p>	<p>母親節是每年 5 月的第二個星期日，今年母親節於 5 月 14 日，飛沙國中全體師生給摯愛、辛勞的家人們最誠摯的祝福~</p> 
<p>2023/06/05</p>	<p><u>教育部樂器銀行-蘇沙號生力軍</u></p>	<p>這麼巨大的蘇沙號只有勤練武術的飛中人能駕馭.... 當樂器銀行的車開進校園，同學開始期待.... 感謝教育部樂器銀行，協助偏鄉推展音樂，讓樂器找到新生命.</p> <p>#這兩支蘇沙號的前主人是海軍軍樂隊 #教育部樂器銀行</p> 



<p>2023/06/15</p>	<p><u>睽違三年重新回歸畢業典禮會場</u></p> <p><u>伴奏</u></p>	<p>管樂隊歷經三年，終於重新回歸到畢業典禮的主場。今年設計了氣勢磅薄的哈利波特組曲，引領畢業生進入典禮的殿堂，並以輕快的行進曲揭開畢業典禮的序幕。整個頒獎過程中，為了不讓頒獎過程枯燥乏味，更準備了 6 首不同的頒獎曲目穿插變換，將這段時間的勤奮練習成果展現在所有與會的來賓與師生面前。</p> 
<p>2023/07/18</p>	<p><u>健康樂一夏 暑期營隊陪伴偏鄉學子多元休閒活動</u></p>	<p>雲林縣四湖鄉公所日在四湖鄉海清宮第一餐廳辦理「112 年模範父親表揚活動」，藉由活動表揚每位父親，並弘揚傳統孝道及家庭倫理，樹立父教父德優良典範。為使活動更為熱鬧、溫馨並感謝平日為家庭無怨無悔付出的父親，特別安排飛沙國中演奏多首好聽的歌曲，有望春風及四季紅等老歌，藉由精彩溫馨的表演祝福每位勞苦功高的爸爸。</p> 
<p>2023/09/29</p>	<p><u>9 月豔陽炙熱 把握時間練行進</u></p>	<p>暑假中的集訓，我們將三首比賽曲目做完初步的練習，下一個挑戰來了.....要學會看隊形圖，知道自己的定位，雖然日頭赤焰焰，仍然上場學習行進管樂最辛苦的必經考驗。</p> 



<p>2023/10/18</p>	<p><u>藝術宴饗 欣賞灣</u> <u>聲樂團演出</u></p>	<p>本校接受雲林縣政府教育處邀請，前往雲林縣藝文表演中心觀賞「臺灣行腳」-灣聲樂團的公益行善演出活動，樂團用音樂帶領大家 一起認識臺灣、了解這片土地上的故事。</p> <p>本校師生體驗了專業的音樂會場館，音樂無國界，不分你我他，從原民文化、每年生日必唱的熟悉旋律生日快樂歌、臺灣創作曲目、再到台日風靡的當紅曲目，師生度過充滿藝術宴饗的一個下午。</p> 
<p>2023/11/14</p>	<p><u>112 學年度全縣音樂比賽 獲國中乙組第一名</u></p>	<p>因為全校學生人數少，動員全校近半學生 46 人、好不容易才組成的飛沙國中管樂旗隊，在雲林縣行進管樂比賽中脫穎而出、奪得第 1 名，學生認真努力付出，演出小而美，尤其是小號的獨奏大獲評審讚賞，全校師生都非常興奮。</p> 
<p>2023/11/16</p>	<p><u>52 周年校慶暨舊校舍拆除動土典禮-開場表演</u></p>	<p>本校老舊校舍改建工程日舉行動土典禮並同時舉辦 52 周年校慶，當日來賓眾多。校舍新建工程設計概念將社區武術文化與學校特色課程結合，以武術套路各類姿態融入立面設計，並用「書冊」意象作為建物主體，納入沿海地區氣候設計四面封閉迴廊通道，空間符合人性，未來美侖美奐的校園將成為雲林縣沿海亮點。</p> <p>本校管樂獲邀演出，獲得來賓大力讚賞。</p>



		
<p>2023/12/15</p>	<p><u>普仁基金會暨捐助人到校訪視</u></p>	<p>時值歲末，歡迎普仁基金會青少年引導計畫執行長-蘇聰明先生，計畫委員-劉耀勳先生，捐助人-蕭文雄先生，蒞校探視學生，捐助人-蕭文雄先生分享幼時的成長經驗勉勵飛中學子，越艱困的環境越要加倍努力，才能創造自己的未來。並分享成功三部曲:小成功-自己獨立自給自足，中成功-能幫助家人，大成功-能幫助他人回饋社會，諄諄教誨讓飛中學子受益良多!</p> 
<p>2023/12/15</p>	<p><u>112 年末送舊 喜迎新世代交班</u></p>	<p>時值聖誕歲末前，飛中管樂隊經由學長姐共同推舉下一任的隊長-吳○玉與副隊長-林○勤，吳○諶。完成世代交替的同時，也給予下一任勉勵。在此同時，我們也順利招募了下一屆的七年級新生代，學長姐在 PIZZA 餐會中，殷殷叮嚀學弟妹繼續加油努力。</p> 



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年「逆沙飛翔。樂音遠颺」重要記事

日期	記事標題
2023/12/29	2023歲末感恩活動
2023/11/14	雲林縣行進管樂比賽
2023/11/03	飛沙國中52周年校慶運動會
2023/10/18	欣賞宋時時音樂會演出-雲林音樂廳
2023/09/15	報名雲林縣112學年度行進管樂
2023/08/30	112學年度開學周，管樂課程馬上開工
2023/08/05	受邀演出表演，支援四湖鄉父親節表演活動
2023/07/10	暑期管樂集訓開訓，利用暑期學藝活動課程下午時間，為期四周
2023/06/29	蒞臨暑期集訓集訓
2023/06/15	畢業典禮邀請宋禮樂團
2023/05/10	母親節慶祝活動展藝會
2023/04/14	生命教育-遠離祖國的孩子-紀錄片活動
2023/03/30	提升隊員英語能力 英語指導開班
2023/03/24	第一次成績發表會 暫停練習一週
2023/03/17	新生基本教本講習
2023/03/07	升旗典禮樂隊伴奏 八年級初上場
2023/02/17	8年級參加全縣大隊接力比賽 加壓練習爭取榮譽
2023/02/06	為期五天寒假集訓起跑 充實假期生活
2023/01/13	新進隊員管樂初體驗 分部學長姐進行傳承
2023/01/06	新進隊員心得寫作指導



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：新進成員說明會。



說明：8 年級歲末表演。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：112 年度第一次練習。



說明：7 年級午休練習



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：7 年級午休練習。



說明：8 年級升旗典禮伴奏樂隊初上場。





## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：8 年級分部練習。



說明：打擊練習。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：全體合奏練習。



說明：打擊練習。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明： 普仁引導計畫說明及心得寫作指導。



說明： 普仁引導計畫說明及心得寫作指導。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：暑假分部集訓-SAX。



說明：暑假分部集訓-小號。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：鄉父親節表揚典禮演出。



說明：演出安可曲目。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：鄉長致贈管樂隊感謝狀。



說明：四校聯合運動會受邀表演。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



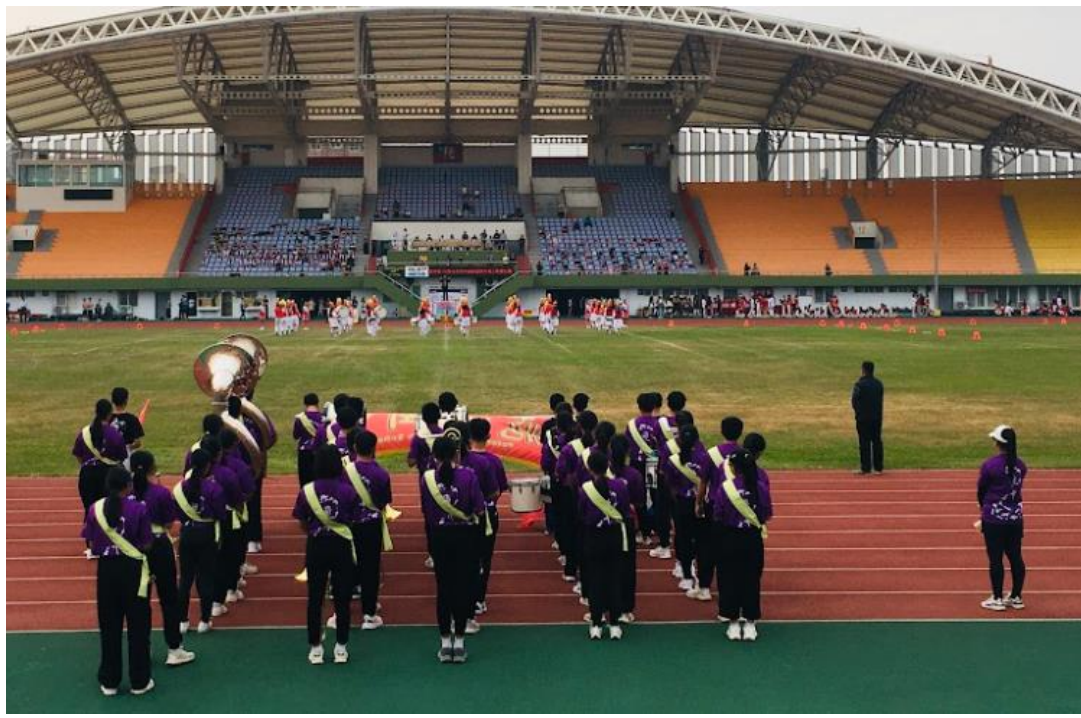
說明：全縣行進管樂比賽練習。



說明：全縣行進管樂比賽彩排。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：比賽前精神專注。



說明：比賽進場中。





## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：賽前叮嚀。



說明：全體隊員表演節目練習。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：普仁訪視，管樂曲目演奏迎賓。



說明：捐助人-蕭文雄 先生



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：捐贈儀式。



說明：受贈學生致感謝詞及贈送感謝卡。



## 雲林縣立飛沙國民中學 112 年度執行普仁基金會 「大手拉小手」青少年引導計畫成果照片



說明：學生致感謝詞及學習心得。



說明：普仁訪視，全體大合照。



## 附錄一、112 年度座談會心得

### 普仁十年 植種收割

飛沙國中 蔡麗昭

今年是飛沙國中申請普仁青少年引導計畫執行第十年，增加了許多新夥伴。回顧這十年，在音樂荒漠的偏鄉，妄想要在校園中飄揚著樂音、妄想著要每位學生都能像歐洲孩子從小就會至少一種樂器…。

只有普仁會支持這種妄想，甚至鼓勵你追求這種夢想，只要孩子想學願意學快樂學。十年前栽下的種子，持續不斷的除草灌溉施肥，逐漸成長到被社區及家長看見與肯定，孩子也好期待能學一種樂器，享受團隊合奏的樂趣。比賽的名次只是我們團隊練習過程中的順帶目標，更多的鼓勵是來自家長與社區的讚美與邀請，樂音會持續飄揚，完全符應了我們的團隊計畫名稱-{逆沙飛翔。樂音遠颺}呢！

看見巧鈺主任的持續深耕，團隊帶領與經營已達游刃有餘境界，更勇奪今年師鐸獎尊榮；也看見孟融老師，越來越黝黑的臉龐換來學生優異的成績。但也看見幾位老師的身體開始出現狀況……，關懷學生的同時，請不要忘記也要關懷自己。會中特地邀請榮義牧師分享主題:助人者的自我照顧，執行計畫照顧孩子的同時，也要看護自己的身心，希望夥伴們互相提攜關懷，再創下一個十年！





## 附錄二



# 獎 狀

府教社一字第 1122439300 號

縣立飛沙國中  
參加本縣 112 學年度學  
生音樂暨師生鄉土歌謠  
比賽榮獲行進管樂-國中  
團體組 70 人以下乙  
第一名優等殊堪嘉許特  
頒此狀以資鼓勵



雲林縣政府

縣長 張麗善

(參賽學生總人數：45 人)

中華民國 112 年 11 月 14 日

[www.yunlin.gov.tw](http://www.yunlin.gov.tw)