



新北市汐止區保長國民小學 發行人：黃鈺樺校長 責任編輯：劉晏廷 出刊日期：111 年 5 月 4 日

家庭實踐七個習慣故事分享 【總務主任 姜儒林 5 月 2 日報導】

每個家庭都有各具特色的生活習慣，家人間關係既親密又複雜，而且因為每個人的獨特性，很難找到共同且實用的技巧能幫助所有人處理好所有的人際問題。而七個習慣提供了一種思考的框架和方式，讓每個人都能認真觀察自己所處的特殊環境，找到因應的方式，從而建立美滿的家庭和人際關係。

～家長心得分享～ - 家長會長 王靜宜

因為我是高中進修部的老師，準備好晚餐便得出門上課，出門前總叮嚀孩子們要做好善後，媽媽回家要驗收成果。紘右、品勻發揮了 H6 合作精神，自行協調分配工作，輪流洗碗和擦桌子，剩餘的菜就放冰箱，兄妹越做越順手，感情也更好了。

～習慣六：統合綜效，合作力量大～ 任何問題都能找到滿意方案

統合綜效的原則是：如果其他人跟我意見不同，對方的主張必定有我尚未體會的奧妙，值得加以了解。

與人合作最重要的是：重視不同個體的不同心理、情緒、智能，以及個人眼中所見的不同世界，有分歧才有收穫。

H6 也是前五個習慣的整體表現，精髓是判斷和尊重差異，取長補短。統合綜效的溝通，是指敞開胸懷、接納一切不同的想法，同時貢獻自己的意見。如果把統合綜效的創造性合作原則應用到人際關係中，必將產生巨大的效果。

我們愛運動！ 【幼兒園主任 黃婉渝 4 月 28 日報導】

咪咪班每位寶貝都很喜歡運動唷！希望大家也都能跟我們一樣，每天認真地運動，除了可以變強壯之外，也可以照顧好自己的身體，每天開開心心上學。今天就來跟大家分享一下，咪咪班平常都在做什麼樣的體能活動吧！

在教室裡跳跳箱時，會運用到手臂、肚子和大腿的肌肉；手臂要伸直用力撐在跳箱上，腳要有彈性地跳起來，同時肚子的肌肉也要用力，讓身體可以從跳箱上面

跨過去，很不容易呢！寶貝們一開始常常會卡住，但經過幾次練習後，大家都可以「飛」過跳箱囉！

把手和肚子的肌肉變厲害之後，我們挑戰了「小牛推車」的遊戲。先請好朋友幫忙把自己的雙腳抬起來，再利用雙手和肚子的力氣把自己撐起來，然後雙手交互往前走，看起來就像是農夫跟小牛在犁田一樣，是不是很有趣呢？





領域教學分享(音樂、自然)

以自然為師，拜科學為友！

自然教師/音樂教師 王千瑄

自然科學，聽起來好像是距離我們非常遙遠的一門科目。國語與英語在平常溝通時會運用到，數學在購物算錢時也會使用，而社會課本裡的一字一句更是與我們的日常生活密不可分，提醒我們成為一個遵守規範的好孩子。

但自然呢？天空的太陽月亮距離我們多麼遙遠，空氣既看不見也摸不著，昆蟲的變態又與我何關，我何必學習自然，學了又能對生活有何幫助？

上自然課時，你一定會有千百個這樣的問題從腦海裡冒出，然後就想問老師：為什麼我要學自然？不學自然會死掉嗎？而我的答案是——有可能喔！如果你對你自己所生活的環境不了解，怎麼能自我保護呢？如果你不知道不能直接碰觸不明液體，那就可能造成你嚴重受傷；如果你不知道北極星指著北方，你可能在迷路時錯失回家的最短

路徑；如果你不知道生鏽會使物品變脆弱，因而靠在生鏽鐵欄杆上的話，就會害得自己身陷危險之中了。

學了自然會讓你的生活變得更方便，讓你懂得用更多的自然知識來解決生活中的大小問題：有了連通管原理，讓廁所與廚房的異味不會再四處飄散；有了電與磁的交互作用，讓人類的生活擁有了電與馬達；了解生物的恆定性，幫助我們更了解自己的身體機能狀態。你也可以多閱讀科學雜誌，幫助你產生更多對自然科學的興趣也了解更多生活常識。

其實自然科學並沒有我們想像中的遙遠，在你每一口氣息裡都透露著自然科學存在的意義。下次如果你的腦袋裡又出現自然不重要的想法，不妨先想一想，要是沒有了自然科學，你的生活將會是什麼樣子吧！

聽，生活中的聲音！

音樂似乎是項離我們遙不可及的藝術，繪畫創作誰都可以，填詞寫曲卻不然。但是音樂真的離我們那麼遙遠嗎？日常生活中完全沒有與音樂相關的事物，可以讓我們與這門科目更貼近嗎？——當然有囉！

請你打開自己的耳朵，仔細聽聽那些生活裡大大小小的聲音，不論是車水馬龍的吵雜、上下課的鐘聲、清晨的鳥鳴，又或是風吹著樹葉發出沙沙作響的聲音，這些聲音裡蘊含的節奏與旋律，不就是與我們最為貼近的音樂嗎？

除了生活中的聲音外，現今科技發達的社會裡人手一機，只要打開搜索引擎，不必像中古世紀的人們特地跑到音樂廳，我們也能夠享受管弦樂團的演奏，甚至今日大量的流行歌串流於網絡平台，這些都是我們生活中可以輕鬆接觸到的音樂！

所以不要再覺得音樂是一門高尚、不易親近的科目啦！音樂其實遠比你想像中的還要更靠近你喔！當你輕輕吟唱，每個舉手投足間的節奏都能夠是門藝術喔！