



新北市汐止保長國民小學 發行人：黃鈺樺校長 責任編輯：張宸偉老師 出刊日期：108 年 10 月 23 日

AI 直播・英語教學新選擇

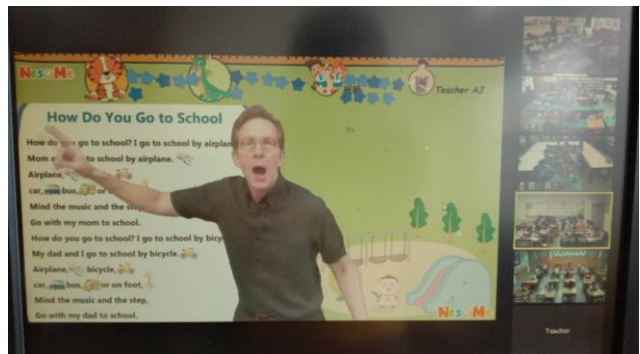
本校低年級課後班自 10 月初起每週三下午第 1 節課進行 AI 直播英語教學，這是新北市外師招募承攬廠商免費提供給新北市 6 所學校的回饋課程(為期 1 學期)。

本課程是全英語的教學情境，授課外師 A. J. 老師設計了活潑有趣的學習情

【教導主任 程一民 10 月 22 日報導】

境，輔以豐富的肢體語言，並藉由正確的口音、歌曲，期待能提升學生英語聽說能力。

至於如何透過網路攝影機(web cam)6 所學校同時上課呢？有興趣請來課後班看看喔！



保長 50・大放異彩



保長國小五十週年校慶在上週六圓滿落幕了。即便當日天公不作美，但依舊澆熄不了到場與會的來賓以及學生的熱情，開開心心的慶祝學校五十歲生日。

今年學生的表演也是可圈可點。獨輪車穿上金黃色的衣服以及他們精湛的表演，博得滿堂彩，並可以看得出來今年的節目編排特別用心；國樂社的孩子基於平日辛勤的練習，在當日給予來賓們一場精緻的音樂饗宴；更特別的

【輔導主任 陳威良 10 月 21 日報導】

是，今年的跆拳道社非常精彩，所有的小朋友都可以徒手將木材劈斷，就連低年級的小朋友也可以做得到，現場表演毫無冷場，掌聲不斷。



在園遊會前的活動是大家最期待的拔河比賽，不僅有在校生的對抗賽，還有校友們一起同樂的友誼賽，在大家一片的歡笑聲中，保長國小所有的人一起歡慶學校五十歲生日。





H2 以終為始：終極目標 150

開學闖關日活動集錦

編輯老師：葉安妮老師、張宸瑋老師

運動目標一直以來是保長國小的 WIG 之一。學校老師們為了讓孩子們體認到如何利用設定目標的方法，達到每週運動習慣的養成，因此安妮老師與宸瑋老師發揮創意，將 SH150 結合了習慣二以終為始，給小朋友們體會到設定與達成目標的概念。

所謂的 SH150 指的是：每週運動 150 分鐘。S 代表的是 sport(運動)；H 代表的是 health (健康)。本關卡的目標，是需要小朋友在一張白板上，針對四個不同的運動項目，列出達成目標。四個運動項目有跳繩、呼拉圈、籃球以及伏地挺身，學生可以自行決定跳繩跳 50 下或是呼拉圈搖 20 下，並且在指定的時間內達到自己所設的目標。

但四個運動項目並不是都由同一個人完成，而是由接力賽的方式，四個人一組，一人完成一項合力完成。小組成員可以依據自己的長處分配擅長的運動項目，合作之間完成任務。一旦達標後，必須要在小白板上面打勾以示完成。

認識 SH150

為培育學生運動知能，激發學生運動動機與興趣，養成規律運動習慣，奠定終身參與身體活動的能力與態度，教育部體育署推動「學生每週在校運動 150 分鐘方案」。學生在校期間應安排學生在校，除體育課程時數外，每日參與體育活動之時間，每週應達 150 分鐘以上。冀望由晨間、課間、空白課程及課後時間增加身體活動，帶給學生活力、健康與智慧。

過程中可以常常看到小朋友發揮知彼解己的精神，了解自己與對方的長處來分配運動項目，也同時會給予隊友們鼓勵，一起達標。在設定目標的過程中也可以看到小朋友的思維邏輯，他們會思考有些目標設定是否已經超越本身的能力，或是自己其實可以再做到更好、更大的目標，依此調整目標設定。

經過此關卡後，許多小朋友對於目標設定的概念又複習了一次，對於新學期開始的準備又更加充足。暖身之後，繼續迎接嶄新的學期。



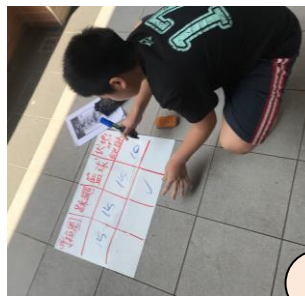
活動開始前學生先念出本關目標



學生根據自己的能力進行不同的運動項目



學生進行目標設定



完成後打勾確認達標