中山愛苗

卓越學習 品格進步 Zhongshan

發行者：新北市立中山國民中學
發行人：陳君武
總編輯：彭怡婷
編　輯：陳乃瑛、林京霈、
邱施仁、林莉雯

108.06 June No.114

◎本期《中山愛苗》為校內中山筆社社長陳來福老師親撰題字授權使用。

勇往直前 勢在必行

我們約定好的勇氣



現在種種的努力並非如我們所想那般毫無作用，它們積累了信念的沃土，若不是這樣繞遠路，可能無法和真正的自己相遇，或許這就是成長的代價。

九年級學生自治會代表相約討論本屆畢業典禮的改變創思。發現孩子們自信的神情、充滿想法的論述、偶爾歪樓的觀點，恰好回應這次他們選定畢業主題歌〈勢在必行〉的歌詞：「我追是因為渴望，奮不顧身奔向每一道陽光」、「為保護我的信仰變得更堅強」，很羨慕這個年紀該有GUTS。也不禁反思與覺察，點燃對未來的盼望與熱情，打開生命的格局和勇氣，讓孩子與真正的自己相遇，才是學校教育的意義與使命。

■我追是因為渴望，奮不顧身奔向每一道陽光

跟隨世界是容易的，改變總會帶來不可預期的不安。不願意改變的背後，通常是為自己保留不去做的可能性、不願意被人評價、不肯接受失敗的現實。那些曾努力追逐真我的人，或多或少都成就了動人的生命故事。就像是萊特兄弟因為嚮往飛翔於天際的夢想，製造出了滑翔機，後人不斷加以改進才有了今天的飛機，而當年他們是被人恥笑為妄想的傻瓜。但是他們從來沒有理會旁人的眼光，也不在意實現夢想會遭遇多少挫折。正是這份執著，這種渴望的力量，讓翱翔天際不再是一種幻想。其實，我們每一個人心中都住著一個神力超人，因為渴望產生力量，行動實踐夢想。

■為保護我的信仰變得更堅強

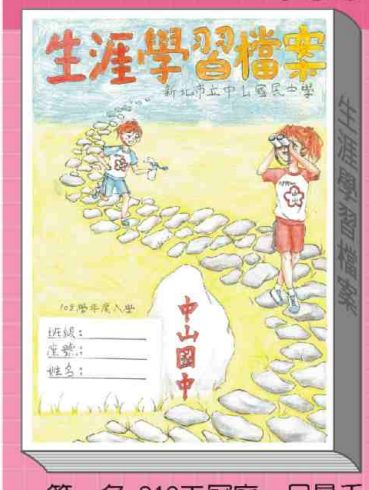
真正催化成長的是透過同理、理解的道德勇氣和擴大對悲喜的承載能力來實現。正視自身的恐懼與焦慮，承擔、理解和轉化不完美，才是完整的生命。無論是建立一段關係或是追尋夢想，都需要時間、需要犧牲、甚至需要承受隨之而來的種種傷害。勇氣並不止於臨危不懼，永不退縮，孜孜不倦地做自己認為該做的事，即使無人問津也在所不辭，這也是勇氣的表現。「Let it go」，我們就該知道，有時評價、期望都不該成為我們看待自己的標準，別太在乎競爭與比較，只要做好該做的事，專注於事情的可能性和潛在價值上頭，勇氣信念就會伴隨：「人，做得到任何事。唯有你自己，能決定你人生樣貌；也唯有你自己，才能改寫人生的劇本。」

即便我知道這個世界太大，運轉得太快。小小的我，有大大的夢想，奮不顧身奔向每一道陽光，為保護信仰變得更加堅強。

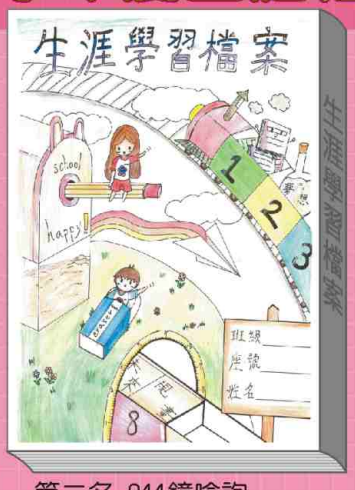
《阿德勒心理學講義閱讀有感》

阿武 校長108.06.04

107學年度生涯檔案封面設計比賽



第一名-816王冠庭、呂晨禾



第二名-811鐘喻詢



第三名-712葉晴羨



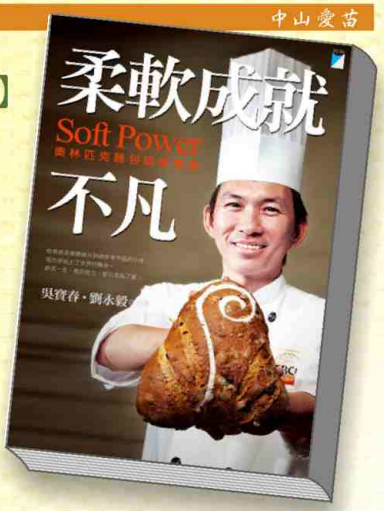
第三名-825劉禮欣

★要用滿腔熱血奔向希望，切莫徒留惆悵送走夕陽。

生涯專書分享

【涵書園共讀書箱130號】

柔軟成就不凡—奧林匹克麵包師吳寶春



作者：吳寶春、劉永毅

吳寶春學徒出身，原本只有國中畢業，最終拿到碩士文憑，打破的不僅是麵包師傅出路的玻璃天花板（Glass Ceiling Effect），也提升了麵包師傅，甚至所有技術專業的視野與位階～～

■吳寶春簡介

＊2005年，組隊參加素有「麵包界奧林匹克」美譽的「樂斯福麵包大賽」，一路從臺灣冠軍征戰到亞洲區冠軍。

＊2008年，用臺南縣東山鄉的古法煙燻龍眼乾、精心培養的老麵、香醇的紅酒烘焙出「酒釀桂圓」麵包，獲得世界盃銀牌。

＊2010年，「荔枝玫瑰」麵包再次以臺灣在地食材荔枝乾、埔里有機玫瑰等食材，打敗世界各國重量級麵包師傅，奪得「世界麵包大師賽」冠軍！

＊2016年，於新加坡國立大學商學院亞太EMBA學程獲工商管理碩士學位。

＊2018年12月7日，在上海與新加坡的「麵包物語」合資開設吳寶春麵包店。

■書籍內容

一個12歲喪父，家貧如洗，在國中階段不喜歡念書，調皮惹是非的孩子，轉念刻苦學藝，經歷過比念書辛苦一百倍都不止的學徒生涯，當上麵包師傅後，一天工作十幾小時以上。除了每個月的兩天休假外，只有過年的短暫假期。

面對這樣的情況，吳寶春從不抱怨，反而趁大家下班後，還常常拿著剩下的麵團練習揉、摺、疊、壓……的麵包整形工夫。不但學得一手很紮實的功夫，更在工作中用心去體會做麵包的一些原理。時時檢討自己的麵包賣得好不好，透過跟別人請益，到日本取經，不排斥當個龜毛的人，找出最美味麵包的關鍵。終於做出夢想中的麵包，贏得全世界的味蕾。

閱讀心得學習單

＊閱讀心得學習單＊

一、假如你即將國中畢業，你想選擇繼續升學，還是像吳寶春一樣去當學徒？為什麼？

我會希望自己可以繼續升學，避免以後我工作時四處碰壁，不然就是需要用腦力時大腦無法使用；不想使自己以後過得太辛苦，也希望可以讓爸媽過得幸福，所以我選擇繼續升學。

二、在《麵包世界再探索》這一章裡，你學到了什麼？

在再這一章當中，我學到了反省，文中吳寶春不斷的檢視自己所遇上的問題，更努力的尋求答案，這點值得我們學習。

三、這本書的主人翁是經歷了許多失敗才成功的，其中，令你印象最深刻的是那個段落？

最令我印象最深刻的是他們要為台灣去參加世界盃的比賽，因為為了比賽他們不斷的找到問題背後的解決之道，也為了得到好成績付出了自己的睡眠時間，但因為如此，他們得到了甜美的果實——世界亞軍。

四、看完這本書，你有什麼感想？(100字以上)

看完這本書後，我學到要堅持，抱持著永不放棄的心去面對一件事，遇到挫折時要以正面的想法去達成自己的目標；我覺得自己平時沒有什麼目標，總是漫無目的的過日子，現在看完這本書後，發現自己要改掉以往的壞習慣，大家都努力不懈的想改變現況，而我呢？有什麼資格說放棄。

815洪紫瑜

＊閱讀心得學習單＊

一、假如你即將國中畢業，你想選擇繼續升學，還是像吳寶春一樣去當學徒？為什麼？

我會選擇繼續升學，因為我覺得高中教育還是很重要的！但如果你像吳寶春一樣，有個強大的志向，非常有興趣為了達你志向努力化出堅持到底，可以去當個學徒，我覺學歷並不高，但是靠著日積月累的努力，以力不逸的決心，一定能闖出自己的一片天！

二、在《麵包世界再探索》這一章裡，你學到了什麼？

有時當我們失敗時，會對那些自己覺得不好的人嗤之以鼻，對於他的成功不屑，但或許是我們的觀念太過於制式化，無法接受在你眼中那些失敗的東西成就卻比你好，跌倒了不必急著爬起來，四周找找看，看看有什麼可以撐住再站起來，這是出現在書中的一句話，我覺得非常實際！如果你急著爬起來，卻沒有東西可以撐住，你可能很快就會再次跌倒了！

三、這本書的主人翁是經歷了許多失敗才成功的，其中，令你印象最深刻的是那個段落？

>>自主學上了麵包，吳寶春在聽演講時說他聽的很難，越聽越多問題，因為自己保留這自己的想法，習慣於是高談闊論的表現自己跟有想法產生衝突時就產生了很多問題，所以當我們在學習時，應該要是抱一切所學，以純自的心去汲取對方的才能，融會貫通，才不會一事無成。

四、看完這本書，你有什麼感想？(100字以上)

吳寶春做麵包，不只是做麵包，而是用心去體會這門行業的奧妙，在此也學領到了人生的道理。而吳寶春能當上那麼厲害的麵包師傅，靠的是他堅毅不拔的努力，這也是我缺乏的！許多時候做事高高的手做某件事，但往往總指不久就沒有毅力繼續努力而不了了之。但成功往往靠的就是那一份毅力，如果缺乏他天分再好也無法成功。

815陳浚愷

老師們談生涯

看見你要的未來

輔導老師　李佩珊

日籍球星、大聯盟得傳奇人物鈴木一郎，曾獲得美聯新人王、美聯打擊王、美聯安打王、美聯外野手金手套、美聯年度MVP …等獎項。從小他的夢想，是成為一位頂尖的職棒選手，為了這個夢想，一年365天的日子裡，幾乎全年無休的練習。

鈴木一郎的名言：「要比較的人，永遠是自己。」、「如果大家認為不努力也有成就的人是天才，那我不是天才；如果努力之後完成一些事的人被稱為天才，我想我是天才。」他不是靠天賦的才能而勝出，而是靠嚴謹的紀律和努力不懈的練習，才創造出如此高水準的表現。用「我的練習不輸給任何人」的毅力，努力再努力，讓鈴木一朗成為難以超越的傳說。

像墊底辣妹的主角彩加，在坪田老師以及母親的教導與支持下，努力不懈，找到適合自己的學習方式，最終考取日本第一志願的私立大學，找到自己的人生目標。

鈴木一郎和彩加，都為了自己的夢想，不斷的努力，最終完成自己的目標。而身為國中生的你，可以透過高職參訪活動、參與寒暑假育樂營、與師長或學長姐訪談、參與不同領域學習，積極了解與探索生涯進路。試著思索自己未來的夢想是什麼？為自己設立目標，探索自己的潛力，並學習鈴木一郎和彩加的奮鬥與堅持的精神，往夢想前進，加油！

資源班校外教學—

「新竹賈桃樂學習主題館」

特教老師　楊舒雅

「我不知道我未來要做什麼」這句話最常從身邊的學生聽到他們對於未來藍圖的想法。未來太遙遠，加上特生的自信心普遍低落，生涯的規畫對於他們而言太遙不可及，每到九年級面臨升學，高中、高職該選哪一種？就算篤定自己要念高職，但要去哪一科呢？父母覺得電子電機好、老師覺得餐飲好等等之類的意見，加上自己完全沒有概念，容易演變成對於未來我「不知道」、「隨便」的情形。而這樣的情況促成了這次資源班校外教學的主題。

由勞動部設立在新竹的「賈桃樂學習主題館」，融合科技互動體驗設施及專業導覽員加上職涯劇場，帶著我們的孩子展開一場職業探索之旅。

原本認為，學生或許對於這些「未來」相關內容會興趣缺缺，意想不到的是，虛擬職場體驗讓他們實際感受當舞者、汽車組裝人員、機師等職業的工作項目、還有了解此類工作需具備什麼樣的特質，我們的孩子各個玩得不亦樂乎。除了虛擬體驗，還有「就業準備區」，VR360 職場體驗、模擬面試等，此類互動性高的相關設施，學生都能在導覽員的解說下，自行小組體驗。

一整天的活動，雖然未必能馬上知道自己要走什麼樣的路、能做什麼樣的工作，但確實也能在心中增添了更具體的職業知識，默默在藍圖上畫上了一筆。

巧藝社作品 名畫延伸

畢卡索的戴帽子女人說：嘿！你在看甚麼呢？
穿著百摺葉片裙的女人說：我在……



713林思妍



718呂宜蓁



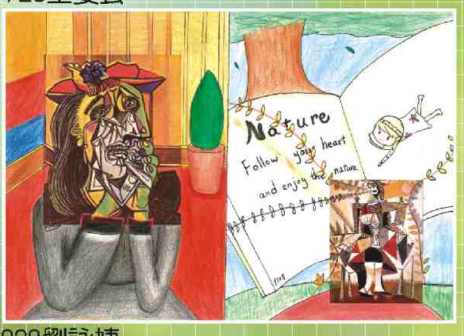
723王姿云



730陳品妤



811鐘喻詢



828劉詠婕

★「滿足於最低限度的人」最富有，因為知足是自然的財富。

校內語文競賽

■作文七年級組第一名

超越昨日的自己



714 邱伊敏

我駐足於校門口，白雲悠悠、人聲鼎沸。萬物盎然、人情冷暖，又豈能以狹隘的一己之準丈量？曾經。我盲目的渴望與不同的人攀比、整日抑鬱憂愁，直至體認到自我追求的重要，才驚覺生活的美好。

昔日，我鍾愛比較。似乎當證明自己勝過他人，就真的高人一等，而這種脆弱的喜悅又因懼於打敗我的強者出現，添上一層無形的憂。日日如履薄冰，視萬物為敵，因此漸漸地失去許多朋友，他們厭惡我打量、不信任的眼神。直至我隻身一人，接受舊友們最後的忠言：「嚴以律己不該是為了與他人比較、互相傷害。」才開始改變。

能做到寬以待人，需要將眼光投在自身是基礎。我不願孤單一人，於是認真的檢視自己，而在一次次的自我檢討中，我發現追求自我進步的快樂：努裡的讓考試狀況漸入佳境、思考如何提升技藝精熟度、嘗試用委婉溫潤的語調與人溝通，在蛻變的過程中有挫折，但更多的是喜悅！



我是個好勝的人，我清楚明白「成績」始終是自己心頭的結，只要我還未將它解開，就無法真正的蛻變。於是我決定更積極的面對這個敵人，我參加不同領域、不同大小的各色比賽，強迫自己接收無數勝敗，初時痛苦，可是當我慢慢解、耐心解，那十四年禁錮著我的結一開，瞬時嘗盡千萬喜，涕淚滿衣裳：人外有人、天外有天，執著於得失只會消磨你的光采，得或失皆為表象，重點是心是否良喜，是否能夠做一片納百川的，絢麗的海。當在努力過後依舊沒有任何名次，我卻笑著的那一刻：我知道自己已邁出了自我卓越的第一步。

超越是星空，能夠容納千萬盞璀璨；超越是土地，可以吸收生命殞落的痕跡，令人讚嘆的不只是它們的廣袤，更是它們在包容後仍舊能保持本心、展現亮麗丰采。我想，若希冀超越更多自身的不足，必須領納世界予我的挑戰與啟示。成功與虛心是密不可分的，現在的我不會看輕乞丐，他們教會我珍惜如今所擁有；不會輕視小草。它們讓我見識到野火燒不盡的堅毅。

我將在每天晨曦輕撫大地時，立定我的目標：超越昨日的自己。向萬物學習，仔細的觀察自己的缺點，努力改進，並且以慎重的心感恩今天的世界給我機會，讓我還能呼吸，還能體會追求自我卓越的美好！陽光穿透幻變萬千的雲彩，溫柔的包覆大地，當想著超越昨日的自己，鬥志變若那太陽耀眼，幸福便安放於一日比一日更美的心房，溫暖我的天下。

感恩大聲說

我在華語課程的成長

910 江垠杉



我是一位從小在國外長大，直到國中回臺灣念書的孩子。剛開始回臺灣，我只會一點華語，不夠在日常中應用，課堂上都聽不懂，下課想跟同學聊天，但語言不通，只好坐在位子上看著同學們玩。這時，我的導師蔡秀春老師發現了我的困難，找了許多方法協助我，給我一些國小課本及轉介輔導處上華語課程。

七上時，我的中文能力不太好，像小三的程度：我還記得那時朋友們講成語，我不太知道意思；老師們上課，我在位子上發呆：朗讀課文時，聲調不準而沒有自信……。幸好開始了華語課程，老師們了解了我的成長背景及中文程度後，就開始了課程。一路從七下上到九下，每週一到週四的第八節。雖然每次只有短短的45分鐘，卻很寶貴，當中經歷過六位老師的教學，我學習了字音字形、成語、閱讀、朗讀和寫作等課程。

經過五學期的學習，我從聽不懂，到可以自己去理解；認識字的數量越來越多；發音也讓人聽懂了。我很努力從五科不及格變成只有兩科不及格；因為中文能力提升了，我跟同學之間越來越好，越來越融入這個家鄉。

真的很感謝蔡秀春老師讓我學習華語，也謝謝輔導處資料組長舉辦了華語課；最後感謝華語老師們三年來的陪伴與照顧；謝謝這些老師們的幫助，提升了我的語文能力並鼓勵我不要放棄。學會另一個語言是我遇到很困難的事，遇到困難一定會有解決方法，要善用周邊的資源。不做但想得到好結果是不可能的，只要不斷努力及勇敢堅持去做，會有好的結果，付出多少就得到多少，與同學們一起繼續努力學習下去。



致未來的自己

夢想

723 陳璽安



國小的時候，我常常思考未來要做什麼工作，多半是以當時的興趣為主。比如說，因為喜歡煮菜而想要當廚師；曾經學過繪畫就想當畫家。這些都是在我升上國中前的志願，與現在大不同。我幻想的太美好，以致於了解現實後，還挺失望的。

成為國中生的那年暑假，我終於找到一項穩定的喜好—編寫故事。我不敢說那是「寫作」，因為兩者感覺不大一樣。只要心中有什麼想法，我便會將它以文章的方式呈現，大多數都是一些虛構的情節。我想過當一名作家，夢想自己的故事可以受人喜愛，可是當我來到國中，思考的項目愈來愈多，實現夢想彷彿成了遠不可即的目標。朋友勸我別想太多，既然喜歡便堅持下去，但「作家」並不只是一個令我愉快的職業，它還得是我能夠仰賴的工作。若持續努力，到頭來卻發現根本不可能，那我豈不要重新向另一個目標前進？這樣的想法停在我腦裡好一陣子。那個時期，我依然繼續寫故事，因為我曉得自己經驗不夠，一個國中生所認定的事實不一定就是真的，我無法完全相信自己，為了避免知道真相後又反悔，便持續寫著。

直到某一天，我從媽媽那裡得知，表姊找到自己從小就夢寐以求的工作，阿姨和姨丈也為她感到高興。可是過了幾個月，她便辭職了。我用通訊軟體問她原因，表姊的回答是「利潤太差，因此每天都好累，我應付不過來」。我覺得很可惜，自己一直以來的努力全白費了，是多麼糟糕的感受！我問她之後的打算，表姐說她還沒想到，也許要重頭開始。

我接著問她，會不會很後悔當初為了現在已經無法實現的夢想努力，表姐則說：「不會呀，至少我在朝著夢想前進時，心情是愉悅的，反正都努力過了，現在後悔也沒有用。再說，人的一生中一定會有不順遂的時候，搞不好現在不行，以後可能有機會啊！總之，雖然我暫時無法投入我真正喜歡的職場，但未來還是有希望。」她的答案頓時把我一巴掌拍醒，以前麼會想這麼多呢？不管以後成功或者不成功，我都知道自己努力過，這便足夠了！如果寫故事真的是我的興趣，那為何要放棄？若在努力前就被困難所束縛，最終因害怕而無法再向前跨出一步，才是真正的可惜啊！

現在，我還在構思新的故事，也不停充實我的國學用語，為的就是將來可以成為作家。未來踢到鐵板又如何，許多人不都是這樣走過來的？現實殘酷又怎樣，其他人不也生活在當中嗎？我稍微改變了過去的想法，為夢想而努力是值得的，不管從什麼時候開始都不嫌早；就算沒辦法仰賴這份工作，我也不想去做我討厭的職業。還有一個我認為應該要遵守的事情，那就是：永遠都別放棄。

114期小編細語

六月份歡樂畢業季，九年級的同學們要畢業囉！小編要恭喜畢業生們，辛苦完成了會考，順利邁向人生的下一階段，祝福你們都能考上心目中理想的學校，適合自己的學校就是最好的學校！

下一期愛苗主題為「生命教育」，期待全校師生繼續用滿滿的愛滋養中山愛苗，並分享有關生命教育的文章唷！

※愛苗投稿 請Mail到下面信箱

E-mail:csjharmure99@gmail.com



請聽我說

812 林昱蘅

未來的自己，請聽我說，從過去到現在、從現在的我到未來的你，是否還仍然在猶豫著，期待著下一個未來？而你的現在，有沒有如我曾經嚮往的那樣呢？

小時候，我們總是勇敢地以為自己可以獨當一面，認為世界上沒有不能跨越的高牆。有人說，勇氣的確很重要，但他和寶物一樣，會逐漸蒙塵。所以，經歷過一次又一次挫折後，我們的勇敢便日漸式微。未來，你也早已如此了嗎？

當我們漸漸大了一點，會慢慢的、小心的去探索這個世界，了解到天賦、個性、能力、努力、經驗等等都會影響到生命這條路。於是，我們漸漸隨著時間，褪去幼稚，換上成熟。不過這也同時代表我們由領先轉為落後，被童年的腳尖追趕，直至青年。我們開始來不及感受、來不及悲喜、來不及擁有甚至來不及失去。未來，你也早已如此嗎？

離開自己熟悉的環境並不可怕，可怕的是失去初衷，我常幻想著未來的自己，是否還保存一顆赤子之心。會不會變成小時候最討厭的大人，還是仍然像我一樣在迷茫？不過，多說無益，因為充滿變數的選擇比亦步亦趨的執行還要重要。未來，你也早已如此嗎？

未來的自己，請聽我說，時間或許會抹去一切，但不代表你不能挽回，如果有朝一日，你我能夠相遇，還請繼續保存著你的初心，讓你的勇氣死灰復燃，直到你不再是個大人。

提升英語力

Learning through My Idol

917 吳明真

Streams of sweat came rolling down my scarlet cheeks under the dazzling sun. With my heart pounding, my legs moved rapidly through the court as I held a racket in hand, flipping it as every shuttlecock came. Immersing myself in the world of badminton, I know that I have always learned a lot from my idol, Tai Tzu Ying.

Tai Tzu Ying, an athlete from Taiwan, started playing badminton at a young age. She started playing internationally since she was 15, and at the age of 22, she became the world No.1 player in women's singles. After that, she won 20 titles, and has been the Badminton Queen for 128 weeks. Learning through her magical skills is important, however, I believe that I benefit from her more on her aspect of life and career.

First, I admire her on how she makes decisions. Before the Universidad in 2017, she was stuck in a dilemma on whether she should stay in Taiwan to play, or fly to Scotland for the World Championships, which would be a great honor for her if she won. However, she chose to stay in Taiwan, because she said that being able to play in her own country is way more important. She wanted Taiwan to be known in the world. Before I read her story, I used to be stuck in my decisions very much, but after that, I started to think more thoroughly when I am not able to come up with solutions.

Next, I admire her because of how she enjoys her life. Some people may put a lot of pressure on themselves when they are on court, but for her, she just enjoys every moment of playing, no matter she wins or loses. She enjoys her life being an athlete. When I think about her, I find myself not being able to enjoy life as she does. Sometimes, when I get too much pressure because of my studies, I tend to forget how interesting life can be. Learning from her enables me to see life as a better picture.

Last, I admire her on how she endures failure. When she loses in a game, she doesn't feel disappointed at all. Instead, she thinks that games are just like that, if you win, you win; if you lose, you lose. Nobody can be the winner always. She thinks that she is not Wonder-Woman; she is just Tai Tzu Ying. I used to mourn over failure when I didn't win in a contest, but because of her, I learned how to go through hard times, and believe that every cloud has a silver lining. Now, because of her, I go through sadness faster and live merrier.

As the radiant sun came sinking down the horizon, I left the badminton court with a satisfied smile on my face. I am glad that I am able to learn from Tai Tzu Ying, who is such a talented, humble, optimistic athlete and terrific decision maker. Skipping back to my home, I felt grateful playing badminton, but mostly, I felt gracious learning from my idol, Tai Tzu Ying. Wouldn't it be nice if you get to know her too?

校園寫真

大隊接力的感想

717 李侑霖

大隊接力的時間很快就過去了！無庸置疑的，快樂的時間很快就過了！令我懷疑的是這場比賽的結果是令各個班憂愁的還是快樂的Happy ending？

時間回到了比賽的那一天，有很多大大小小的聲音從我的四面八方傳了過來，冷酷無情的太陽似乎不管我們的心情在我們光滑的臉上一邊唱著歌，一邊盡情作畫每個人的臉上都是紅撲撲的！忽然"碰！"的一聲把我的視線又拉回到了操場，在場濃厚的氣氛隨著空氣伴隨而來，緊接著伴隨了此起彼落的歡呼加油聲，每個人緊張的猛盯著自己的手表，不准有任何差錯，在場各個選手把他們平常練習得成果拿出來，大家都有一個競爭的目標，在他們眼裡只有一沒有二！換到我們班那組時，雖然我沒上去跑，但我把自己的大嗓門喚醒出來，興奮的大聲喊著 "加油！加油！" 大到好像在校園裡迴盪著，突然的一瞬間，有個選手突然跌倒了，大家的臉上都寫著一個大大的問號，Why？讓我們跟前三名失之交臂，真的好可惜喔～

回到班上時，整個人黯然失神的我又再次"碰"的一聲，毫無注意的我撞上了牆壁，但全班的火似乎沒被澆熄，訴說著八年級我們要把該有的名次奪回來！這次的經歷讓我知道，人難免有失敗的時候，要從失敗中記取教訓，並付出更多努力，夢想會在你不經意的時候出現。預祝我們班八年級有更好的成績！



校慶、笑慶

722 簡筠

「啊！我的迪士尼公主」賴妍廷叫著，正當我和我同學準備找老師推薦位的攤位時，看到了那奧妙的身材、美麗的"男人"臉龐穿著一套套的迪士尼公主裝，於是我們決定買看看，我們買了三隻薄荷口味的冰淇淋後便去找那家名氣滿滿的西黑土哥攤位。有套圈圈，我覺得很值回票價，因為不管如何都會有人會接住，就連校長也都來玩了，可見名氣真的不小啊！另外有的攤販賣血袋飲料、炒泡麵和滷味等，這對七年級的我們是很新奇的，因為這是升上國中第一次參加中山的校慶，每一個攤子都有各自的特色，玲瑯滿目，好想把所有的東西都帶回家啊！此外，我還接待了我國小的同學，他們各個垂涎三尺的望向咖哩魚丸、鬆餅和乾冰汽水等的攤位，羨慕的說：「簡筠，你們校慶真好，有許多創意攤販，有美人魚、有角色扮演」我聽著便沾沾自喜的回答「當然，誰叫你們不讀這？」就這樣，充實的一天過去了，充滿著歡笑的我們為學校慶祝、美好的一天為我們的記憶增添色彩。

條條大路通羅馬

八年級職業試探心得

▲807 胡軒綸

我非常喜歡學校這次安排的活動，因為能夠讓我們真正知道自己的興趣和志向大概在哪裡，而我也從中了解自己真正喜歡的是：餐飲跟表藝科。餐飲最需要的就是分工合作！所有組員互相扶持、合作，才能做出一道美味的菜餚，而表藝科就是要放開，真正的解放自己，才能達到最完美的效果。

▲801 陳思含

這次的活動，主要是讓我們更加了解高職中的科系，雖然有些沒參加到，像是觀光科、資處科、電子商務科…等，但學校都有一一跟我們講解，讓我對高職的課程更加有興趣，也可以藉此機會找出自己的專長，我想未來高職是能夠讓我發揮潛能最好的地方了！希望自己能夠在畢業前，想好目標！Fighting～

▲820 陳翊庭

這次的活動讓我更加了解各類群科的上課內容，也讓我更愛食品科，因為可以透過自己的雙手做出使人感到幸福美味的食物，當我看著大家都在稱讚自己的餅乾時，有一種成就感，讓我有動力想做出更多美味的餐點，也讓我更加確定我想參加九年級技藝教育課程，學習更多設計和食品類的知識。

▲807 陳芊穎

在這三天的試探中，透過老師以及學長姐們的介紹，讓我對自己未來的方向又更加鞏固，不再對未來感到懼怕！但除了找到目標，對我而言收穫更多的卻是了解各科別的常識及禮儀。像是餐飲科必須要每個環節都要定位，不能有一絲懈怠，一盤好吃的餅乾才會完美出爐；表藝科在舞台上的任何一個動作，都要有長時間訓練以及無盡的挫折，並不是一天就能練成的。在每科的課程裡都有它獨特的意涵，讓我覺得雖然沒在學校上課，但用這幾天的汗水集結起來，卻遠比枯燥乏味的科目來的更有意義！





食品職群-造型餅乾



家政職群-噴槍彩繪



藝術職群-肢體潛能開發



設計職群-3D彩繪下午茶



商業與管理職群-收銀好好玩



餐旅職群-手工餅乾製作



賀 本校學生參加新北市國中生技藝競賽，榮獲佳績！

▲903黃秀宸同學 榮獲家政職群(美容主題)佳作

▲905陳竑希同學 榮獲餐旅職群(旅館實務主題)佳作

▲906楊博智同學 榮獲商業與管理職群(中英文文書處理主題)佳作

▲913蔡沛樺同學 榮獲餐旅職群(餐旅服務技術主題)佳作

★「生命」因為不能恆久，所以最是珍貴；因為能吐納天地氣息，所以勝過鑽石的光芒。

職涯體驗分享

七年級亞東醫院 參訪心得

◆707 杜亮臻

這次亞東醫院的參訪活動對我未來的生涯發展真的幫助了許多。身為醫護人員的他們，不但要具備同理心、耐心、好學不倦的精神，還要站在病人的角度思考問題，真的很偉大！我也要向他們學習，讓更多人看見白衣天使的存在。很感謝今日的探訪，我在亞東醫院看見了好多人認真工作的背影，他們像是把別人的生命看得比自己的性命還要重要一樣，謝謝您們的付出與貢獻，願您們能在這項工作中服務人群長長久久，並且從中獲得助人的快樂！

◆715 楊宜珊

今天是我在中山國中七年級的生涯中，第一次踏出校門去教室以外的地方參訪，今天參訪亞東醫院，體驗了平常意想不到的課程。生老病死，是大家要面臨人生的一大挑戰，或許你對生死並不是那麼了解，但是這是十分重要的學習議題，每當到醫院探病，總是能見到白衣天使及十分有經驗的郎中，穿梭在病房間的身影，他們不願放棄任何一個生命。即使他病革垂危，或是走到人生盡頭的病患，抑或是面對著情緒緊張，擔心自己親人的眷屬，這都是需要很大的耐心與勇氣，現今醫療資源普及，大家並未建立良好的就醫習慣、正確的用藥方法，使得政府一再替人們負擔健保，導致人們濫用藥物，不當使用醫療資源，造成了許多亟需救助的人們缺乏良好的醫療資源，然而這也是政府全心呼籲大家的重點。職業試探除了「探」訪各種職業的工作所需、工作性質，也「探」查到了我們必須改進或是加以保障的地方，也在一次次的職業探索中，找到了自己未來的去路，了解各種對自己有利的職業與興趣。


抽血體驗


注射模擬


影像醫學科儀器介紹


參訪同學收穫滿滿

104工作世界職涯志工入班宣導～學生心得

■803 邱育宣

經過這次的職業解說，使我更加了解有關遊戲設計的工作項目及需具備的人格特質，也知道了設計所包含的內容和種類，更讓我清楚知道自己對未來的生涯發展。如果對於設計類別有興趣也要多培養自己的耐心及觀察力並擁有清晰的思維和找出遊戲漏洞的能力。

■828 李婉琳

透過這次的分享，讓我充分的了解空服員的工作其實沒有那麼的簡單，起飛之前的工作更是繁瑣，成為空服員之前的職業訓練，也是要通過才能正式入職。也因為這次的分享，我還知道了許多飛機上的小知識，讓我下次搭飛機時不再忽略細節。

■812 方宸誼

這堂課我真的受益良多，我吸收到了很多關於活動主持人的工作內容。原本覺得這個工作簡單容易，只要背稿就行，但是聽完介紹後，發現不僅要有完善的事前準備、良好的臺風還要有幽默的言詞，製造歡樂氣氛。這次的演講真的讓我收穫滿滿。


空服員-林詩庭(畢業校友)


活動主持人-汪友蘭(畢業校友)


藝術文創工作者-胡成瑄(畢業校友)

★教育不但是一種價值，也是一種生存、生活、生命的能力。