

福氣龍雙月刊



第二期

109.12.30.

暢遊海洋

金色奇蹟

目錄

校長的話 P.02

福氣快訊 P.03

活動剪影 P.05

處室宣導 P.19

學生作品 P.24

藝文展廊 P.33

金沙傳奇 P.37

福氣龍專欄 P.40

有獎徵答 P.44

編輯點滴 P.47

校長的話



校長愛的叮嚀，
想對每位福隆國小的小朋友說~

勇於嘗試不怕犯錯失敗，
找到優勢智慧，活出生命的精彩!

學校的圖像想像，以一首油詩形容，
期許各位同學~

夕照沙城晴空碧 ， 漫天浮雲沙海秀;
玩沙愛海堆創意 ， 英語科普美名揚。

今年12月15日學校中、高年級的小朋友和老師，搭著遊覽車前往遠在85公里的鳳鳴國小戶外教育，這所學校是以科技防災聞名的新北市防災教育的中心學校，也是榮獲教育部教學卓越團隊銀質獎、生命教育特色校園全國特優的學校。



參訪如此課程與教學標竿的學校，就是要讓每位同學見識到我們可以努力的地方，譬如，每一站的小小解說員，他們條理清晰的介紹學校的特色，如何面對陌生的人群不害怕，自信有條不紊的細說學校的好，把學校推銷出去，這些都是我們福隆國小的小朋友需要努力學習的榜樣。也看到小朋友用流利的英語解說，英語是未來我們接軌國際亟需發展的基本能力，只要我們有了方向努力學習，除了英語課之外，學校引進了「Love English」線上app方便同學以平板自學、福隆教會說故事志工，調整比例多一些校園生活美語的教學;導入Tutor ABC線上遠距教學及五校英文移地學習，每個月邀請Teacher Jean (學生家長)利用學生朝會時間，到校作認識外國文化英語教學，生動活潑在活動中快樂學英語。





其中我們還學習了該校學生用Scratch程式語言設計的防災動畫遊戲，小朋友是不是感受到，未來科普教育及資訊科技的重要性，我們下學期也會導入micro bit的程式語言設計，程式語言的邏輯也是未來社會發展很重要的趨勢，我們也可以開始學習，自己也能設計遊戲。

除了學習基礎素養外，我們更要認真學習英語、資訊科技發揮你的創意，未來想得到就做得到，每位小朋有都是創客家，活出生命的精彩。

福氣快訊

109學年度新任家長會就任受贈明細

捐贈者(單位)	受贈內容	捐贈者(單位)	受贈內容
吳憲彰里長	新臺幣參仟元整	陳玉山會長	新臺幣壹萬元整
許富雄董事長	禮品一箱	林筱嫥	新臺幣伍仟元整
周郁芯	酒一批	吳嘉維	新臺幣伍仟元整
徐信彰	酒一批	詹志堅	新臺幣參仟元整
陳錦瑩	酒一批	蔡豐澤	新臺幣貳仟元整
曹世紀	酒一批	賴水	新臺幣貳仟元整
宋雲斌	新臺幣貳仟元整	林偉民	新臺幣伍仟元整
吳宗寶	新臺幣貳仟元整	陳玉山	新臺幣貳仟元整
張衛國	新臺幣貳仟元整	紀志樺	新臺幣參仟元整
林顯建	新臺幣貳仟元整	和美國小家長會	新臺幣貳仟元整
林家宇	新臺幣貳仟元整	黃勝群	新臺幣貳仟元整
王建宇	新臺幣貳仟元整	吳文樟	新臺幣貳仟元整
吳興龍	新臺幣貳仟元整	黃吉元	新臺幣伍仟元整
魏長生	新臺幣伍仟元整	魏高美玉	新臺幣貳仟元整
黃正雄	新臺幣壹萬元整	吳鴻騰	新臺幣壹仟元整
游建和	新臺幣貳仟元整	林明傳	新臺幣貳仟元整
楊吳玉華	新臺幣貳仟元整	林士欽	新臺幣貳仟元整
雙溪高中	新臺幣貳仟元整	郭亭君	新臺幣貳仟元整
龍埔國小家長會	新臺幣貳仟元整	林家成	新臺幣貳仟元整

福隆國小感謝各方善心人士的捐獻！

福氣快訊

109學年度校內語文競賽成績

硬筆書法	
三年級	
第一名	詹廣彥
第二名	郭榮脩
四年級	
第一名	簡嘉樂
第二名	吳孟昕
五年級	
第一名	林羿禎
六年級	
第一名	簡嘉瑩
第二名	陳沛凱

作文	
三年級	
第一名	黃樂海
第二名	郭榮脩
四年級	
第一名	簡嘉樂
第二名	吳孟昕
五年級	
第一名	林羿禎
六年級	
第一名	陳沛凱
第二名	吳恩愷

說故事	
一年級	
第一名	從缺
第二名	吳庭儀
二年級	
第一名	劉彥良
第二名	王于欣

國語朗讀	
三年級	
第一名	郭榮脩
第二名	林品佑
四年級	
第一名	吳孟昕
第二名	簡嘉樂
五年級	
第一名	林羿禎
六年級	
第一名	吳恩愷
第二名	簡嘉瑩

賀!!!

109學年度校內語文競賽成績出爐囉！

恭喜以上得獎的同學！

活動剪影



低年級英語移地學習

低年級的英語課程從108學期改為由澳底、福隆、貢寮、福連、和美五校共同自編教材，由各校的特色為本體，結合低年級英語繪本，發展出山、海、地三個面向的五校校訂課程。這次移地學習地點在和美國小—九孔的故鄉，同學們一開始分組利用海洋廢棄物排出英語字母NnOoPpQqRrSs，並找關主練習排出的字母發音。下一關是在九孔殼上寫出挑選字母的大小寫，並做貝殼彩繪。活動結束後我們低年級小朋友被選為優良隊伍，獲得和美國小致贈的紀念品各一份，快樂地返回學校！









新北市東區英語歌曲競賽

這次由三到六年級代表學校出征參加東區英語歌曲競賽，演唱歌曲名稱是”The Show”，對於剛升上三年級的同學來說真的是一大挑戰。我們從九月一開學就緊鑼密鼓的利用午休和課餘時間加緊腳步練習，過程中遇到了許多困難和阻礙，例如：發音準確與否、句子太長難記及高年級男生變聲期等等，都讓同學在練習期間覺得無力和沮喪，幸好我們度過了重重難關，一步一腳印的堅持到最後，用美妙的歌聲和整齊的動作證明我們的實力，得到優等的成績，大家都好開心，師長也為我們感到驕傲！









美哉福隆 第2期

總務處活動照片 活動剪影

「和平島~一滴海水的秘密」校外教學

本次活動一開始進行「金字塔危機」課程，藉由影片介紹及簡單遊戲，讓孩子理解海洋中微不足道的浮游生物，卻是生態系中不可或缺最重要的角色。「微觀世界」課程中，先說明海洋浮游生物的調查方式，接著讓每個孩子實際操作浮游生物蒐集網及手機顯微鏡，觀察各式各樣新奇的浮游生物，打開孩子們的學習視野。最後透過講師的引導，讓孩子在顯微鏡下發現海洋塑膠微粒，並思考塑膠微粒的來源及對海洋生態系的危害，以及如何從生活中做起守護我們的海洋。


小小海洋科學家活動合影


在水產試驗所欣賞豐富臺灣魚類資源


利用浮游生物專用網撈取浮游生物


從遊戲中瞭解浮游生物是食物網的根本


透過手機顯微鏡觀察浮游生物



增進海洋知識的學習之旅

美哉福隆 第2期

總務處活動照片 活動剪影

「和禾梯田小農夫」戶外教育

在大家的認知中，目前貢寮有耕作的水梯田主要分佈在吉林桃源谷附近，但在認識環境課程中，講師經由由民國68年福隆地區空照圖的呈現，讓孩子能瞭解福隆虎子山、龜壽谷及桂安一帶早年也是佈滿水梯田的景觀的，只因農村人口外流、產業變遷等因素才導致廢耕。另外「猜猜我是誰？」和「雜草植物染」課程中，透過觸覺遊戲及小布巾手做方式，孩子們以另類方式具體認識農地周遭常見的野草們。而在「尋年巡牛」課程裡，每個孩子藉由實際餵食及觸摸大水牛，和早年農民最重要的工作伙伴有了更深入的接觸。



小朋友與水牛的親密接觸



狸便當採用當地農家食材



透過觸覺認識植物特質



協助水梯田進行
搬石塊整地
體驗當個小農夫



利用植物原有色彩進行植物染體驗

美哉福隆 第2期

輔導室活動照片 活動剪影

遠望坑口



跌死馬橋聽小小解說員解說



雄鎮蠻煙



大榕樹區





雷寮5校合辦芭蕉古道健行-
鼓勵學生了解家鄉擁抱自然

虎字碑





古道上芒花盛開

草嶺古道健行



草嶺古道垭口

美哉福隆 第2期

輔導室活動照片 活動剪影

傻瓜劇團-新小紅帽

主持人開場



劇情中強調3C的使用時間



當小紅帽遇到齊天大聖



有獎徵答



師生與劇團成員大合影



劇團成員與學生共餐



美哉福隆 第2期

輔導室活動照片 活動剪影

聖誕音樂劇-極地穿越


劇情介紹


主角出場


覺得自己不被看見


受傷後的自怨自艾


1+1創造出大於2的價值


每個人都有無可相比的價值


有獎徵答時間


師生與劇組成員合影

美哉福隆 第2期

訓育組活動照片 活動剪影

小鐵人頒獎活動

109年海墾盃小鐵人

本次「海墾盃小鐵人自我挑戰賽」已辦理第4屆，並已成為貢寮區的體育盛會，活動經費均由海墾社會福利基金會贊助，參與人員包括貢寮區5所國小的所有學童及活動志工家長，競賽項目包含:越野賽、拍球與跳繩。以雙語開場，期待學童從體育活動自我挑戰、突破自我，養成規律運動、強健體魄、發展自信心。

低年級頒獎





中年級頒獎





高年級頒獎





美哉福隆 第2期

訓育組活動照片 活動剪影

學生水域活動

福隆背山面海，希望能培養學生水域安全知識，並養成水域安全認知及水中自救能力。另外，藉由水上活動體驗，讓學生認識並親近海洋，以培養其環境保育意識。此外，福隆為帆船活動發源地，透過本活動讓更多民眾認識風帆運動，了解帆船行進原理及對大自然環境判斷，並能乘風破浪體驗水上航行。而藉由接觸趴板運動，培養親水性和了解潮汐、海流及如何追浪衝浪，享受浪人樂趣。活動前都能進行水域安全教學，確保學生皆有水域安全基本認知以及水中自救能力。本次活動以體驗探索式學習，引導學生更孰悉如海潮與相關海洋環境生態等教學內容，並加深學習印象。



立槳！我們來囉！



安全措施不能少



龍舟板出發囉



大哥哥帶小妹妹



龍舟板 YA



龍舟板 YO

美哉福隆 第2期

訓育組活動照片 活動剪影

教師水域活動



教師水域體驗活動



安全防護也要顧



1、2、1、2划呀划



我們都好讚！



主任兼任攝影師



福隆福隆 我愛福隆

豐姊姊帶你登百岳

豐珠國中小自107年起開始對外與貢寮區5國小合作進行登百岳活動，鼓勵國小學生體認臺灣百岳之美，培養愛護環境的意識，此外，登山健行活動能強健體魄，除了能培養運動習慣，亦能學習及運用各項登山之能。本活動透過校際合作、連結社區，更能增強彼此的凝聚力及團隊合作，希望能利用本活動拋磚引玉，開啟學生們的臺灣百岳之旅。

本次登山活動目標為合歡北峰、主峰，合歡山主峰路段平整好走，四周視野遼闊，可以飽覽合歡群峰、奇萊連峰、南湖大山，甚至玉山都可一覽無遺，以此做為國小學生的第一座百岳行是首選路線。



一早集合準備出發


敬山儀式


休息一下再出發



主峰登頂


北峰登頂


晚間活動好好玩

美哉福隆 第2期

幼兒園活動照片 活動剪影

2020.10.29.
幼兒園校外教學-
野柳海洋世界



幼兒園校外教學
–野柳海洋世界：
紙扇DIY



幼兒園校外教學
–野柳海洋世界：
海洋生物大冒險

美哉福隆 第2期

幼兒園活動照片 活動剪影

2020.12.07. 新北耶誕城活動



林裔綺議員贊助
偏鄉幼兒園參訪







耶誕城好漂亮！

處室宣導



差異化教學

圖、文/陳世昌　主任

福隆國小自105學年度下學期參與混齡教學計畫至今，為了讓學生能有效學習，特別邀請鄭章華教授協助指導差異化教學。不同於傳統教學，教師的角色為「知識的傳遞者」，新式的教學模式則主張讓孩子能找到適合學生的學習方式，而老師的責任，從知識的傳遞者演變成「學習機會的組織者」，多把焦點放在「理解他們的學生」。故此，如何能夠針對學生特質進行差異化教學，如何在差異的課室中提供不同的途徑，讓學生能夠擷取重要內容，並且將知識內容進行內化處理，最後能產出成果，是現今教師一項重要的挑戰。





差異化教學是屬於積極的模式，教師在教學過程當中，需要不斷尋適合學生特質的教學方法，也包含以下幾個階段：

（1）教師進行教學的課程內容
（2）學生在學習的整體過程
（3）評量學生的學習成果。

教師如何在整個教學上運用差異化教學，並且以多元方式呈現學習內容、學習過程與學習成果，以及將所學得新資訊內化成自己能使用的知識的歷程；若是忽略此階段，可能導致學生學了就忘、或是和先前的知識產生混淆。當學生進行學習的過程中，教師設計一系列學習活動以及教學策略，目的是為了幫助學生有效的理解教學訊息、進而內化成知識。但回到差異化教學的本質，眾多的教學策略中，仍是要因應學生的特質發展學生的學習方法，並且「教學內容」的質量也是影響學生在學習過程中的理解度的關鍵因素。

每位學生都不一樣，學校更不是工廠，教師不應將學生當成是標準作業流程下的產物。針對差異化教學的課程的內容、過程及成果，每一部分皆需要針對學生的特質加以調整與修正。差異化教學屬於動態歷程，教師只有不斷在教學中修正教學內容、教學思考的邏輯與程序，才能找出最符合每一位學生的學習模式。

福隆國小 校園老舊水溝蓋改善前後照片

圖／文 林琪濟 主任




「幼兒園教室後方」水溝蓋改善前後對比




「辦公室後方」水溝蓋改善前後對比




「幼兒園教室前方」水溝蓋改善前後對比




「永福樓西側」水溝蓋改善前後對比

福隆風情畫
水文篇

恬淡雅致，從溪流看生活

圖、文　陳維鈞 老師

福隆區向來以美麗自然風貌聞名，每當大家在關注廣大美麗海景的同時。是否注意到一條不太顯眼的溪流呢？沒錯，這就是這次要要講的主題，隆隆溪。



隆隆溪跟很多台灣的常見溪流一樣，有著流速快、河道狹窄等特徵。但稍稍不同的地方在於，這條溪距離雖短，但從上游的人煙罕至，對比到中下游沿岸的農商混雜環境，整體呈現的樣貌在雜亂中又帶些微妙的協調和多變感。





以筆者的實際觀察來說，溪水中上游較清澈而湍急，轉折至下游處，則又變得混濁而緩慢。短短一條溪水，包含了多樣的沿岸景觀和生物。小魚、小螃蟹甚至於沿海才看得見的海鳥，有時也會因為覓食等原因，出現在溪裡的沙洲，這些可愛的小動物，讓冷冷的溪流增添不少熱鬧。



常言道：以古喻今，以物論事。靜看溪水景觀的同時，就好比在看另一種樣貌的人生百態。生活中看似平凡無奇的溪流，細看後也能找出有趣和不凡的地方。正所謂人生如溪，溪如人生，一句話正好道盡這大自然的奧妙之處吧。







父母是最重要的情緒老師

文章提供 游媛婷 主任

老一輩的父母比較壓抑情緒，這跟中國人的文化有點關係。中國人推崇修養，但所謂的修養有時是 「泰山崩於前而面不改色」、「喜怒不形於色」，就是沒有什麼激烈的情感反應，我們認為這樣叫做「修養好」但是換個角度來看，這種修養也許只是反映出這個人因為經歷長期的情感壓抑，「不擅表達自己的感情」。

「好修養」可能降低了幸福感

華人的父母花很多時間規範孩子的行為，在我做親子言談的研究中發現，父母對孩子有很多行為上的說明、要求或是教導，但都是針對外在行為，內在的情感跟想法的討論，很明顯少於西方國家。也就是說我們在長期的壓抑跟忽略下，造成孩子弄不清楚自己真正的情感狀態，怎麼樣叫做合宜的情緒也無法掌握。我們的文化中常常提醒小孩「得意不要忘形」，就是說高興，也不要太高興；難過也不要太難過。長期下來，人對情感的感受力差、表達也差，然後還自認為很有修養。除了對孩子，反映在婚姻上也是這樣，華人的婚姻是所謂的「高穩定、低滿意」。因為我們在情緒表達上太弱了，從小成長歷程中對於情感的忽視和壓力，導致我們在進入真正重要的情感關係時，不管是親子關係還是夫妻關係，我們都在情感關係這一塊處理得很薄弱。因為我們練習與運作的機會少，不知如何自我辨識，也不知如何辨識他人情緒。某種程度上可以說，我們的幸福感降低了，所以情緒的影響層面很大。

被愛的小孩更獨立

還有，在我們的文化中教養小孩是，常常耳提面命「小孩子不要太寵他」、「小孩子不要太黏媽媽」，整天黏著媽媽長大的男孩被譏笑為「娘娘腔」、「長不大」……我們不喜歡孩子過度黏著父母，認為父母要儘早讓孩子學習不要黏媽媽、要學獨立。但實際的研究卻發現，早年跟父母有很緊密情感連結的孩子，反而能夠及早獨立。而那些情感需求始終得不到滿足的孩子，在將來的人生，反而得不斷的在各種關係中，去尋求那個心中始終沒有被填滿的空缺，所以他的外表和行為雖然獨立了，但心理上卻一直沒有獨立。研究的結果告訴我們，安全依附的孩子獨立和探索的行為，出現的時間早、量也多；反之那些在依附上不安全、愛沒有被滿足的孩子，就整天黏在爸爸媽媽身邊，因為他深怕一放手這個人就不見了、不要我了，因為他在情感上得不到滿足，愛得不到滿足，因此探索行為出現得晚，探索行為也少。所以你如果希望孩子早一點在身心方面都能夠真正的成熟獨立，其實要給他愛的滿足，而不是及早剝奪他愛的需要。我猜很多父母恐怕對自己的情緒也不太清楚，比如說常常看到父母看到小孩跌倒了，心裡明明是擔心，但父母當場反應卻是生氣，「你為什麼不好好走？」甚至揍他。這種狀況是父母情感表達的不當，他當場應該說，「有沒有受傷？」先表達關心，再表達「走路不好好走，受傷讓媽媽很擔心」，而不是當場以憤怒的情緒去取代焦慮。

父母是最重要的情緒老師

我覺得台灣的父母有個很棒的地方，就是非常重視親子關係。今天我們要叫父母、成人來為自己進修學東西很難，可是今天如果是為了孩子，很多父母就赴湯蹈火，在所不辭。換個角度來說，有孩子是值得感恩的一件事情，因為孩子的緣故，父母重新再被教育，重新去修復自己成長過程中的失落。父母在想要幫助孩子、教養孩子的同時，其實也在重新教養自己，我覺得這是一個很棒的互動關係。因為父母常常為了孩子而學習，但是常常最大的受益者最先是父母自己。父母和教師若是能夠體認到兒童情緒能力的重要，適當的給予引導，兒童可以發展出較成熟的情緒能力。孩子小的時候，當情緒發生時，父母可以先描述情境，再以適當的情緒語彙標示出小孩當時的情緒狀態。譬如，「弟弟弄壞了你的玩具，你現在一定很生氣。」這時小孩就學到，我目前這種激動的狀態叫做「生氣」，生氣原因是因為弟弟弄壞了玩具，下一次他就會學會告訴父母：「我很生氣，因為弟弟弄壞我的玩具，」而不是一味的大吼大叫或是哭鬧。情緒語彙的學習非常重要，可以幫助孩子把內在感受正確而清楚的表達出來，並與他人進行情緒的溝通。當孩子學會足夠的情緒語彙可以進行情緒的溝通時，父母和老師就可以進一步引導孩子去認識情緒的本質，幫助孩子了解情緒不見得是情境決定，主要關鍵在於當事人對情境的解讀。父母可以引導小孩去想：「或許我們不能改變情境，但是可以改變自己對於情境的解釋，因此，外在事件不能決定我的情緒，反而是自己可以學著去處理自己的情緒。」情緒是上天給人最美的禮物，不論是喜怒哀樂，都讓我們有機會深刻體驗人生的滋味，情緒的學習是一生的歷程。但願每個孩子在年幼的時候都可以依照他真實的情感被接納，得到適時適當的幫助，從愛中得到真正的自由。

出處：本文收錄在《掌握0～6歲27個關鍵第一次》-親子天下·周育如, 2010


學生
作品

美哉福隆 第2期

學生作品

幼兒園作品



學生作品1-海豚獎狀卡



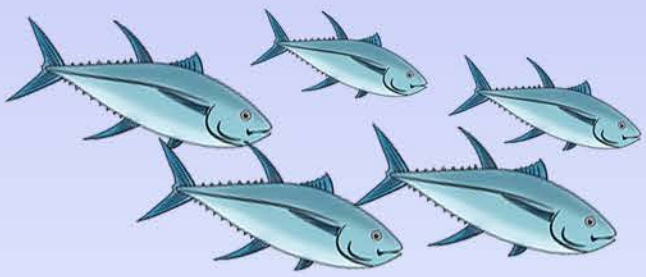
學生作品2-海豚沙雕



學生作品3-沙畫創作畫

美哉福隆 第2期 學生作品

幼兒園作品





學生作品5-福隆社區街景畫



學生作品6-福隆社區積木建構圖

學生作品4-福隆社區大地圖

美哉福隆 第2期 學生作品

一、年級作品

劭璞老師陪伴庭儀學習國字後， 開始指導庭儀練習將語句拉長， 經過構思， 庭儀用心完成了一篇篇可愛的小童詩， 來來來， 各位家長， 不妨一起來看看庭儀充滿童趣的作品吧！

短文1<聖誕心願>

一年級 吳庭儀



聖誕老公公的禮物袋
有我的三個心願，

第一個心願是
送我一個美麗的塑膠盒子，

第二個心願是
給媽媽一幅漂亮的鮮花畫作，

第三個心願是
給爸爸一個魚缸展示品。

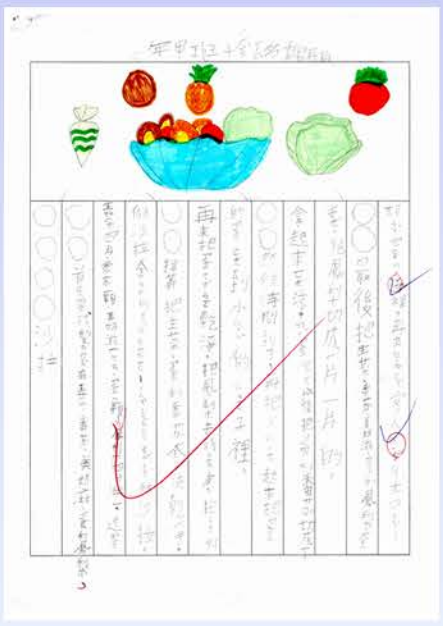
童詩2<秋千>

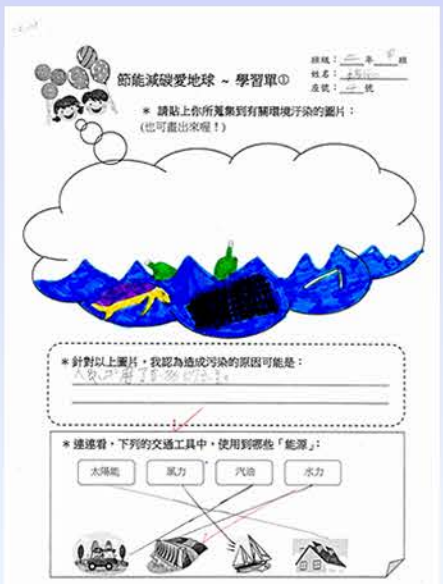
一年級 吳庭儀



美哉福隆 第2期 學生作品

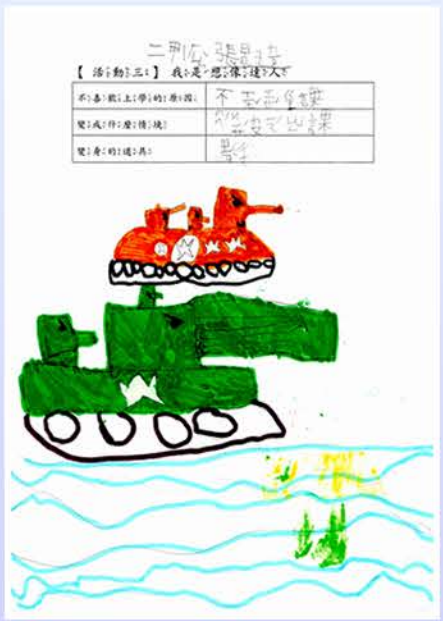
二年級作品

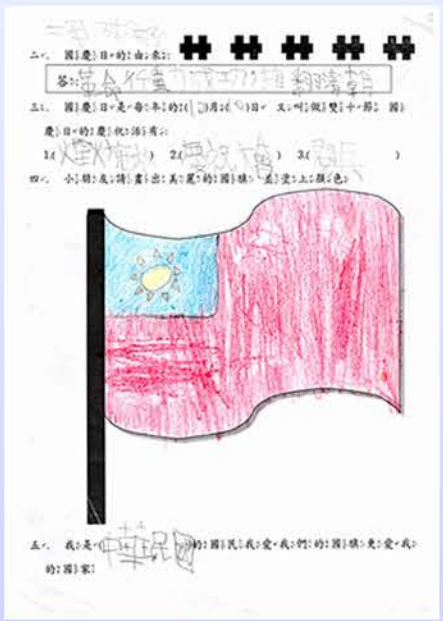














美哉福隆 第2期 學生作品

三年級作品

給老師的一封信　中年級　吳冠霖

劭璞老師：

您好！我升上三年級，當了班上的「漱口水長」，每週二要幫忙同學準備漱口水杯和漱口水。我覺得這個工作很輕鬆又可以照顧大家的牙齒。

我最喜歡的課是電腦課，因為可以查到很多資料，又可以學會用小畫家畫可愛的小魚。我希望自己在用電腦畫畫的技巧上可以更熟練。

老師，現在的低年級有乖嗎？我們六個男生不在，您會想我們嗎？祝

天天美麗

冠霖敬上

十月十二日

給老師的一封信　中年級　林正澔

劭璞老師：

您最近好嗎？我升上三年級後，當上了「電長」，要幫忙關電風扇和電燈。我覺得這個工作很不費力，又可以愛護地球，是個很有意義的工作。

我最喜歡的課是電腦課，因為很好玩又可以學到如何用小畫家畫畫。我希望自己的打字速度變快，這樣我就不用花很多時間打字。

老師，一年級的新生乖嗎？希望她會聽您的話，讓您每天笑嘻嘻？祝

長命百歲

正澔敬上

十月十二日

給老師的一封信　中年級　林品佑

劭璞老師：

您最近好嗎？我升上三年級後，當上體育股長，每週四都要帶操。雖然覺得很麻煩，但我越做越熟練了。

我最喜歡電腦課了，因為可以學到怎麼用電腦。希望自己操作電腦時，可以越來越熟練。

老師，您的新生有乖嗎？丞向他們有聽話嗎？祝

天天快樂

品佑敬上

十月十二日

給老師的一封信　中年級　詹廣彥

劭璞老師：

您最近好嗎？我升上三年級後，當上了「室長」，要幫忙綁垃圾，協助值日生做好工作。我覺得這工作很簡單，只是綁的時候有點難，但是我越綁越好了。

我最喜歡的課是電腦課，因為可以用小畫家剪貼圖片，也可以查地圖，我希望可以學會更多電腦的知識。

老師我們六個不在，您有沒有更輕鬆？您有沒有想我們？祝

平安快樂

廣彥敬上

十月十二日

美哉福隆 第2期 學生作品

四年級作品

我的寶貝 中年級 吳孟昕

每個人都有一兩樣自己的寶貝物品，有的是玩偶或玩具，有的是文具或樂器。而我的寶貝物品就是我最愛的皮夾。

它的外表是夢幻的粉紅色，它的材質是皮革，裡面可以放鈔票、零錢和健保卡。它摸起來又柔軟又光滑，一看就是女生會喜歡的皮夾。

這個錢包是我九歲生日時，阿公送我的生日禮物，它的外表很漂亮，上面有卡通圖案很可愛。我很開心收到這個禮物。我會把媽媽給我的零用錢小心翼翼的放進我的小錢包，讓它保管我重要的存款，守護我小小的財產。

我非常寶貝這個錢包，平時，我都會把它放在很隱密的箱子裡好好收藏著，直到我需要用錢才會把它拿出來。當我看見它，就會想到阿公對我的疼愛和媽媽給我零用錢的心意。

雖然我有別的錢包，但是這個特別重要。我會永遠愛惜，讓它一直陪在我身邊。

我的寶貝 中年級 林恩棋

每個人都有一兩樣自己的寶貝物品，有的是玩偶或玩具，有的是文具或樂器。而我的寶貝物品就是我的外套。

它上面有很多蜘蛛人圖案，還有帽子。它薄薄的，是一件藍色長袖外套。

它是媽媽買給我的，我穿起來的時候，覺得自己就像真正的蜘蛛人，可以拯救世界。有的時候，我會把它當成披風，想像自己吐出蜘蛛絲，在大樓之間快速移動。

我非常喜歡這件外套，很想每天都穿它。有一次我要睡覺時，發現外套不在房間。我去客廳找也找不到，忍不住開始擔心：是不是我穿出門忘記帶回家？幸好阿嬤告訴我她拿外套去洗了。

雖然我有很多外套，但是這件還是我的最愛。我會一直珍惜它，就算穿不下了也不會丟掉。

美哉福隆 第2期

五、六年級作品 學生作品

最好的味覺禮物
-貢仔寮的狸便當　五年級 羅姿玲

細雨綿綿的雨天，我們搭著車子經過蜿蜒山路到貢寮水梯田，老師告訴我們貢仔寮的由來和田邊聊寮的故事，接著老師帶我們去水梯田檢石頭和整理水田，經過一連串的活動大家早已飢腸轆轆，迫不及待想著今天的中餐菜色是什麼？

當老師端著狸便當出來時，我們看到長長的薯條、黃色的南瓜、半顆滷蛋、米飯上的肉燥，便當香氣四溢，讓整間教室瀰漫著滷肉香氣，竹筍吃起來酸酸的，黃色的南瓜吃起來軟軟的，吃完後我們去盛熱騰騰的紫菜湯，碗裡的南瓜或許不美觀，但一口咬下，入口即化，我還吃到脆脆的地瓜薯條，裡面還有微酸的筍絲搭配鹹香的碎肉，我們都吃得津津有味，老師還給每人一瓶牛奶喝。

我一邊吃著美味的食物，一邊想像農夫耕作的辛苦，我以前學了一首詩，有一句話是：「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」，這句話表示農夫很辛苦耕田，所以不要浪費食物。透過今天的體驗活動，讓我體會到農夫的辛苦，當農夫要做很多事，外地人也可以來體驗看看當農夫的辛苦。



最好的味覺禮物　六年級
-貢仔寮的狸便當　簡嘉瑩

細雨綿綿的早上，我們搭著車經過蜿蜒的山路，來到了貢寮水梯田，我們去田裡撿石頭、摸植物、認識植物，一到中午，我們早已飢腸轆轆，迫不及待想吃好吃的狸便當。

看到長長的薯條、黃色的南瓜、半顆滷蛋、金黃色泡菜，香噴噴的狸便當讓我大飽口福，一邊吃著美味的食物，一邊想像農夫耕作的辛苦，大家都吃得興高采烈。

大地送給我們好吃的狸便當，農夫耕作的稻米、地瓜、南瓜、竹筍，這些在地食材，都是天然食物、都沒有毒，農夫給我們好吃的食物，讓我們都吃得很開心，一吃到脆脆的竹筍，好像一片片酥脆的餅乾，接著吃軟軟的南瓜，像一顆顆鬆軟的軟糖。

我們看到農夫耕作的辛苦，不但要除草、種植、耕作，吃了天然的食物，除了讓我們吃到好吃的食物，更讓我們懂得要珍惜食物的道理。



美哉福隆 第2期

六年級作品 學生作品

最好的味覺禮物-貢仔寮的狸便當

六年級 游宗翰

星期四我們在學校搭巴士，從學校出發，那天是細雨綿綿的雨天，我們的目的地是貢仔寮的田邊聊寮，抵達之後，我們先做摸草猜草的活動，之後去田裡撿石頭。在完成一連串的體驗活動過後，大家早已飢腸轆轆，迫不及待想吃狸便當。

美味的狸便當，有長長的薯條、黃色的南瓜、半顆滷蛋、米飯上的肉燥、金黃色泡菜、涼拌黑木耳和淺綠色的筍絲，都是狸便當的菜色。薯條吃起來外面酥酥的、裡面軟軟的；南瓜吃起來甜甜的像地瓜一樣；滷蛋的形狀像眼睛一樣，吃起來軟軟的；肉燥吃起來鹹鹹的，和米飯和在一起吃，美味極了；黑木耳看起來黑黑的，吃起來冰冰涼涼的。

狸便當的食材都是農夫辛苦種出來的，它是人間最美味的便當，我一邊吃著美味的食物，一邊想像農夫耕作的辛苦，我覺得狸便當是大地送給我們最棒的味覺禮物。



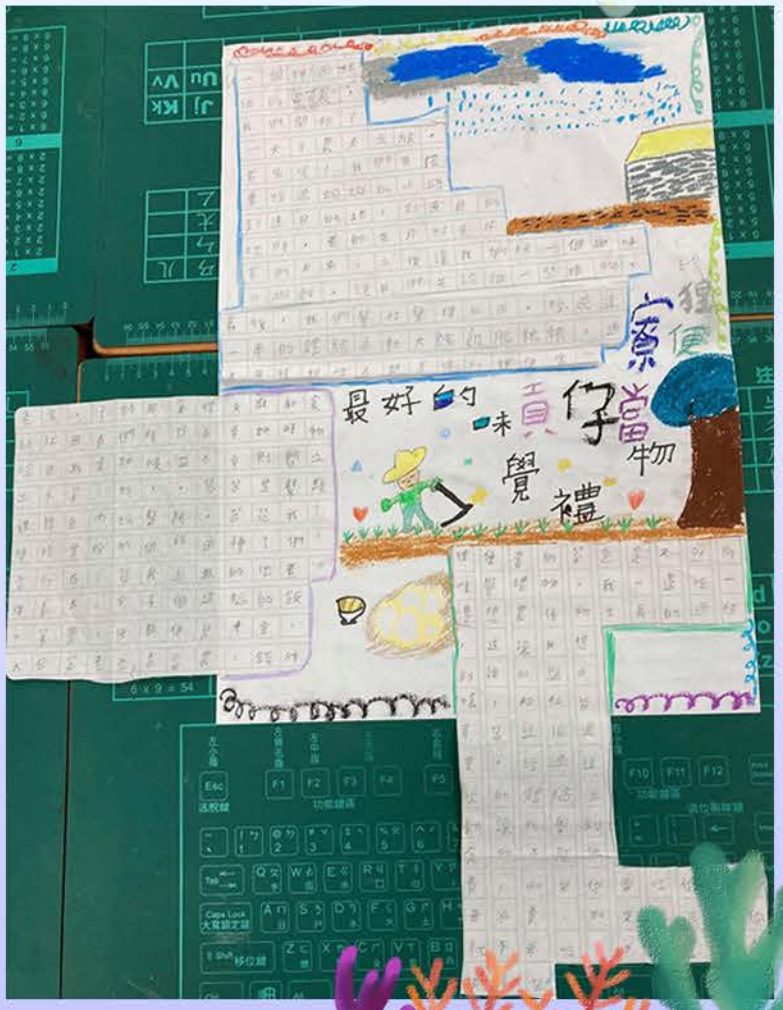
最好的味覺禮物-貢仔寮的狸便當

六年級 陳沛凱

一個細雨綿綿的早晨，我們開始了一天小農夫之旅，首先呢！搭車經過蜿蜒的山路，到達目的地時，老師先介紹貢仔寮的由來，之後讓我們玩一個趣味小遊戲，讓我們認識一些植物，最後，我們幫忙整理水田，經過這一串的體驗活動後，大家都飢腸轆轆，迫不及待想吃人間美味的狸便當。

老師端出狸便當後，大家就目不轉睛地看著它，因為菜色實在太豐富了！有滷蛋、肉燥、筍絲.....。老師們紛紛發下便當，那時候，整間房子都香氣四溢。聽說這個便當得來不易，因為這是農夫辛辛苦苦種的稻米，廚師則是花了他的金錢和時間幫我們煮飯、炸食物之類……

狸便當的菜色是天然的味覺禮物，我一邊吃一邊想農作物生長的過程，這讓我想到「誰知盤中飧，粒粒皆辛苦」這個道理，經過這次的體驗活動，讓我學到食物不能浪費，如果你要吃你就不要浪費、如果你浪費你就不要吃，不然農夫會很辛苦。



藝文展廊









美哉福隆 第2期

藝文展廊

低年級作品













美哉福隆 第2期

中年級作品 藝文展廊


四年級 朱奕威


四年級 吳孟昕

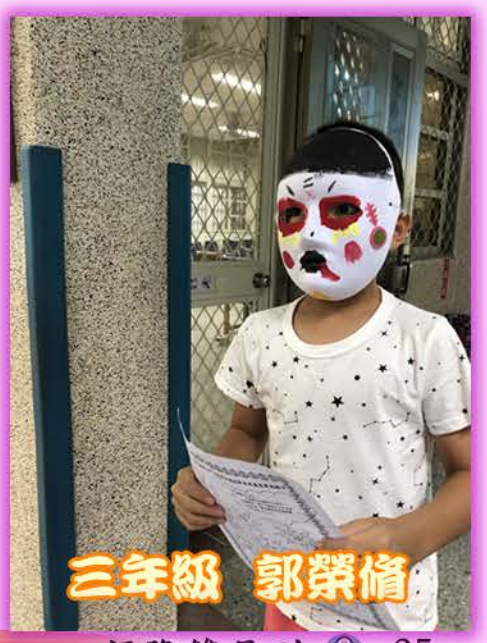

三年級 林正澔


三年級 吳冠霖


三年級 林品佑


四年級 林恩棋

萬聖節面具作品


三年級 郭榮脩

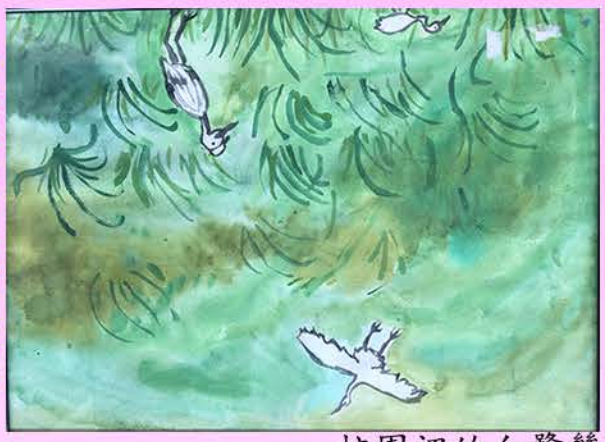


四年級 簡嘉樂

美哉福隆 第2期

高年級作品 藝文展廊

六年級 吳恩愷



校園裡的白鷺鷥

五年級 林羿禎



校園裡的白鷺鷥

六年級 林恩煒



無題

五年級 林楷宸



白鷺鷥

六年級 游宗翰



我的白鷺朋友

六年級 陳沛凱



池塘.白鷺

六年級 簡嘉瑩



校園裡的白鷺鷥

五年級 羅姿玲



校園裡的白鷺鷥

金沙傳奇



福隆國小師生沙雕作品



美哉福隆 第2期

金沙傳奇

福隆國小師生沙雕作品







讓3C當保母 小心孩子注意力不集中與過動

福氣龍專欄

輔導室文章

文章提供／林曉玫主任

不少家長在照顧孩子時，或是一群人聚會時，為了防止孩子吵鬧，隨手平板或手機交給孩子滑動或看影片，這個3C保母看似很讚，但可能會造成孩子注意力不集中、過動傾向等更大的傷害，不可不慎。

2歲前不宜接觸3C

南投醫院職能治療師何政峰指出，根據美國兒科醫學會建議，2歲之前不應該讓孩子看電視或影片。人類兩歲以前的大腦發展迅速，會先大量隨機製造出神經元連結，之後會依照其真實的感官經驗，自動修剪、消除用不到的連結，只保留需要用的。

他最近收治一名4歲戴姓男童，因為被幼稚園老師寫聯絡簿反映，戴童上課期間會擅自離座的行為，無法專心聽課，建議家長協助就醫。媽媽當擔心兒子會不會是過動兒？趕緊帶著孩子至醫院評估。

何政峰除了發現戴童無法久坐，專注力持續度也不夠，並有衝動行為；也從媽媽口中得知，家裡還有個2歲的妹妹需要照顧，因此常讓戴童看電視或是玩平板，形成所謂的3C保姆。

推測長期下來，戴童的活動量不足，又不斷的接受聲光刺激，造成上課期間產生坐不住、注意力不集中、衝動等行為。因此，何政峰藉由團體的動態感統活動並搭配有趣的認知教具，來滿足孩子的動態需求並提升專注力。

孩子最好每天動1小時

孩子接觸數位媒體的時間愈長，從事其他活動時間相對就少了。根據研究：孩子最好每天能有一個小時左右的運動量，而且強度要夠。臨床上職能治療師設計一連串的動態活動，藉由彈跳、攀爬、翻滾、衝刺、搖動等豐富的動態刺激，來提升孩子的活動量。「畢竟要動得夠，孩子才靜得下來！」復健科周建文主任表示人手一機的時代來臨，在無法避免的浪潮下，陪伴孩子面對網路是一場長期抗戰，父母必須教會孩子培養使用網路的正確價值觀，制定合宜的使用時間，才不會讓孩子的症狀加劇，造成學習落後，人際互動不佳。

（文章取自：https://health.tvbs.com.tw/medical/312907，2018/12/27 健康2.0，記者/曾金月報導）



親職文章

福氣專欄

【家庭親子】〈生活大補帖〉

給爸媽一個晚安擁抱

文／蔡劭璞老師

最近意識到自己成熟的同時，父母也逐漸老去。回首過去的自己，曾經的固執讓他們擔憂掛念，如今換成開始放心不下他們，總想著該怎麼讓此刻的幸福留於永恆。

於是，在每天睡前，我試著化身成小女孩，撒嬌似地給花甲爸媽一個深深的擁抱，抱一抱膚觸日漸乾皺的他們，跟他們輕聲說晚安，將對爸媽的不捨與祝福融合於擁抱中。而讓人意想不到的是，這看似平凡的小舉動卻扎扎實實的療癒了我，讓我更有勇氣面對隔日職場的奮戰。

爸媽這兩列老火車頭陸續退休，而我這小綿羊機車卻還在競爭的職場叢林找尋被賞識的機會，慶幸的是，在奮戰前行的路程中，自己愈來愈懂得世上能對你如此信任與包容的人，唯有爸媽了。一個睡前的擁抱，彷彿是設立一座安全的圍網，為彼此屏蔽了紛擾與煩憂。我用雙臂圈起對他們的依戀，他們則圈起對我的期待。他們的愛曾給了我滿滿的安全感，卻間隔了好長好長的尷尬青春期，讓我們都忘記擁抱的美好，忘記這是最坦率的親情互動。

當我們在情緒受到極大波動的時候，互相擁抱是可以舒緩疼痛，調適情緒及增加記憶力的，這敞開臂膀環繞他人的動作，其實予人的是莫大溫暖。

就什麼也不用多說，不用多做，只是靜靜感受包圍傳來的體溫，輕輕拍拍爸媽的肩頭，讓安定的力量注滿心中，體會與摯愛的親人融為一體的真實感。也許是緊靠的溫度，也許是眼神情感的傳遞，當我們主動伸出手臂擁抱對方，彼此的信任感就更深一層，代替了無法言喻的內心話。

我想，擁抱是每個人都需要的，一個晚安擁抱會讓很多美妙的事因而發生，千萬不要等到好久以後才去追索。



有獎徵答

回答問題，參加抽獎！





福氣龍校刊第二期

有獎徵答活動

活動辦法

109年12月30日起，回答右頁二則校刊的問題，至辦公室領取抽獎單，填寫正確答案後，將抽獎單投遞至校刊室信箱，就有機會參加本期抽獎

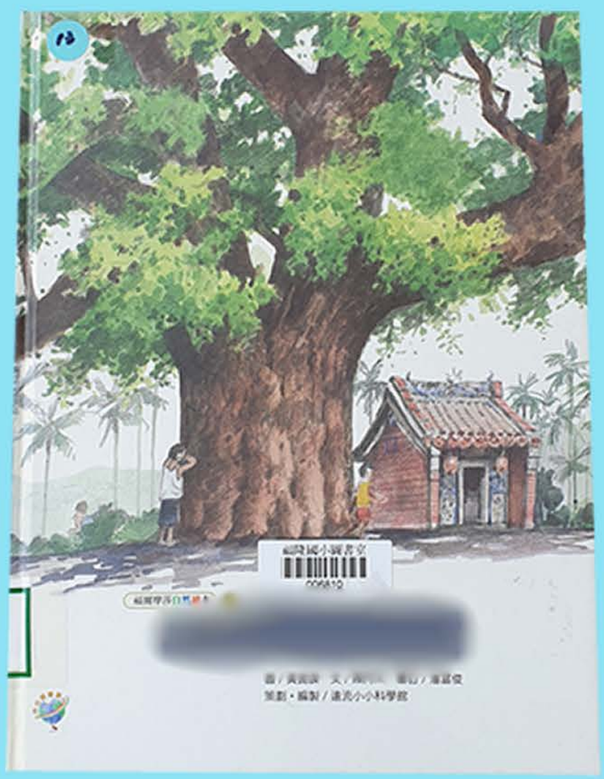
抽獎時間與獎項

抽獎時間:
暫定於110年1月於兒童朝會抽出幸運的獲獎者

抽獎獎品:
由辦公室提供精美的神秘小禮物

問題一

請問這三本書的書名是?







問題二

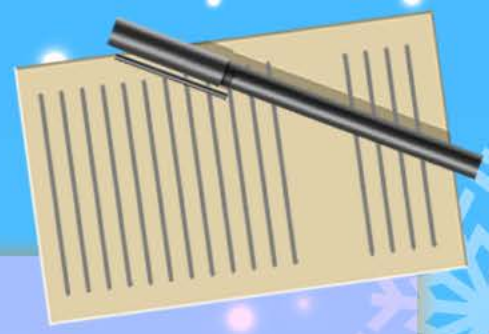
請寫出福氣龍校刊第一、二期的主題名稱?

抽獎小技巧

1.看本期校刊，並找出問題答案。
2.到辦公室領取抽獎問答單。
3.填寫問答單完畢並投放到校刊信箱。
4.快樂等抽獎。



編輯點滴



各位親愛的福隆伙伴及線上讀者們大家好，我是主編陳維鈞老師，很高興又能再次與大家見面！這次的校刊，新增了很多單元喔！不知道大家在看完校刊之後，你們心裡最喜歡的單元是哪一個呢？歡迎索取抽獎單，再從選項勾選出你最喜歡的單元吧！

本次是校刊發行的第二期，對於校刊能夠再繼續為大家服務，小編心裡也是感到開心和高興。記得小時候看著各類報章雜誌，總盼著自己喜歡的單元趕快出刊，然後翻遍刊物去找單一專欄的驚喜與期待感，哪種閱讀的喜悅令人難忘。任何刊物，都有著帶給讀者期待和新鮮感的目標，唯有實際去做，才會發現小時候覺得理所當然的滿足，現在設身處地去體會，竟然是那麼的不容易。今後，福氣雙月刊也會繼續努力，帶給讀者們更多關於福隆國小的有趣新知。

各位讀者看到這篇文章時，應該已經是年底了。2020年的當下，即將隨時間的流動畫下句點。看著牆上僅剩幾頁的日曆，心中不免感觸是該再多做些事情，還是靜靜緬懷這一年的種種回憶。無論今年各位是否過得開心，希望大家都要打起精神，向新的一年邁進吧！



主編　維鈞老師　敬筆

109年12月30日









發行單位：　新北市貢寮區福隆國民小學
發行人：　鍾敏龍　校長
發行日期：　109年12月30日
總編輯：　陳維鈞　老師
編輯群：　陳世昌　主任　林琪濟　主任
林曉玫　主任　游媛婷　主任
作品提供：　福隆國小師生