

鳳鐘鳴聲 100

The Counseling Publication of FengMing Junior High School

●發行單位：新北市立鳳鳴國民中學
●發 行 人：林世慶
●編 輯 群：王心怡、黃鼎凱、陳曉涵、曾靚之 謝涵怡、謝雅雯 、吳書銘
●創　　刊：民國87年11月22日
●出　　刊：民國111年12月（第100期）
●地　　址：239新北市鶯歌區永和街33號
●電　　話：2678-0609 傳真：2678-3146
●網　　址：http://www.fmjh.ntpc.edu.tw/



橘色惡魔的震撼—探討學習的秘訣

校長 林世慶

「居然可以一邊吹奏樂器一邊跳舞」、「太厲害了，根本是運動選手」這類的讚嘆聲在今年的雙十國慶日的表演會上此起彼落。大家應該都猜到是在形容首度來到台灣參加國慶表演的日本橘高校吹奏部。

橘高校的行進管樂馳名世界，最令人印象深刻的是這一群青春學生在表演艱難的管樂曲同時，還能夠同時以整齊劃一或是變換多端的步伐進行整體隊形的變換與個人肢體的表演。一邊是需要沉穩的呼吸才能掌握的音樂節奏、一邊則是需要協調的肢體動作才能展現的力與美，而這群橘色惡魔們卻能將兩者調和的如此融洽，絲毫沒有違和感，真是讓人嘆為觀止。

當然整體演出中最使人感動的是，即使是這麼艱難的表演，這群高中生卻不會忘記用最真誠而甜美的笑容與揮手來與所有欣賞的觀眾互動，這種敬業的表演態度讓所有觀賞者，不管你是在現場或是在螢幕前都會感覺十分窩心。

橘色惡魔成名以後，許多人開始探討這個高中社團成功的祕訣，於是京都橘高校管樂社前顧問、管樂指導者田中宏幸先生出版了《橘色惡魔的弱弱指導法》來闡述自己當初帶領這個社團的方法。

在此整理出幾個心得，覺得可以作為學習時的參考：

一是成功沒有捷徑，永不止息的練習造就今日的橘色惡魔。

由於行進管樂講求隊伍步伐的整齊，因此每一位身高不同的社員都必須練習到所踏出的每一步都是精準的62.5公分，分毫不差才行。一名成員受訪時這樣說：「力求每一步都能精確達到62.5公分，而且有很多必須去注意的地方，像是姿勢以及用腳尖走路的時機。」每天練習再練習，早上7時就到校，放學後還得留下2到3小時，六日更是沒有休息。除了基本的練樂器，還得學心算提高集中力，多運動加強體力和平衡能力，一切努力就為了做到完美演出。

二是自主學習是持續學習的要素，而團體的自律帶動個人的自律。

田中宏幸的指導哲學是不教導、不下指令、不接近、不過問的方式來培養學生自主學習，讓每個學生充分發揮自主思考的能力。學習是否有成效在於學生個人是否擁有學習的熱忱，充分認知到所做的這一切不是為了老師、家長，乃是對自己的期許與責任。

三是學生間的互學與共學，形塑出共同成長的文化氛圍。

所謂的弱弱指導意思是由弱者指導弱者，而這裡的弱者其實指的是相對於老師而言的能力較弱的學生。確實由優秀的老師指導學生應該是能較快速達到教學的成效，讓學生得到名師的指導是常見的模式。但是橘高校卻一反常態，強調學習是由學長姊教學弟妹，而高低年級的互學過程中，不但低年級的學弟妹慢慢成熟茁壯，高年級的學長姐也藉由這個過程讓自己變得更強。

橘色惡魔精湛的演出帶給國人耳目一新的感受，也期待藉由探究這個團體成功的關鍵，來讓所有同學一起思考學習的秘訣。



最後，真心覺得在揮灑汗水、用心努力過後，臉上所散發出來真誠而滿足的笑容，是最令人感動的。



會長的話

會長　胡佳佶

「鳳鳴國中」，在我的眼中看來，一直是可堪稱為師資優良，且教學體系優秀而完整的優良學園。感謝各位每天不管颱風下雨，願意不辭辛勞將自己的孩子給送到這所學園來學習的父母親們。也謝謝願意相信這所學園的老師們是用真心傾囊相授的孩子們。更感謝所有願意勞心勞苦，只願有朝一日，希望能將孩子們給教育成出類拔萃，且超群絕倫的學子的老師們以及校長。

我常跟自己的孩子的說：「苦中學，學中做，做中長！」這就是對我而言，做人要腳踏實地成長的道理。而鳳鳴國中，可謂是一個人文豐富的大家庭，來自四面八方的，有著不同家庭學習教育的孩子們。在我之前就任為會長時，經由和學校之間的互動，早已讓我觀察到了這群孩子們彼此之間的互爭雄長，及互相交流，但卻不會有優存劣敗這樣的情形出現。轉而代之的是彼此相互扶持，相互學習的態度。而就是這樣的學習態度，令人不禁覺得，我們鳳鳴國中，就是一間可以豎起大拇指，而且可以令人感到安心的學園。於此，我更是願意用心努力的為本校爭取一切該有的補助，亦或是任何對孩子們有益的公益比賽，總之，就是盡我所能。

「相遇而相知，相知而相惜！」這次能再次與鳳鳴國中相遇，可能是因為與鳳鳴國中有緣，讓我有機會能再次為鳳鳴國中服務。說起當會長，對我來說其實也是要有相當的勇氣。不過當我來到了鳳鳴國中時，看到了這群天真活潑的孩子們，以及願意真心付出自己的時間來照顧這群孩子的老師們，還有對任何事情都是盡心盡力的林校長。有鑒與此，相較之下，對我來說，能夠做到的，不就是盡一己之力嗎？所以，我也才能拿出勇氣再次就任為鳳鳴國中的會長再度為學校服務。能和學校一起幫助這群可愛的學生，為這些孩子們付出，我覺得就是心甘情願的做，做就對了！讓我們一起將身為鳳鳴人驕傲的精神給傳遞出去！


















鳳鳴26，外出遛遛

是今年鳳鳴國中校慶的Slogan

整整兩年過去了，世界以難以置信的速度發生了許多變化，包括我們生活和工作的形態，這兩年大家似乎都已習慣疫情之下的生活模式，口罩幾乎是不離身都是需戴緊著，不為別的只因我們都清楚明白這是保護自己也是保護他人。

鳳鳴今年的校慶，便是希望在疫情紓解的狀況下讓社區的家長願意外出走走遛遛到鳳鳴的26週年全校師生同慶的校慶園遊會，特別邀請與學校合作技藝學程的高職一起同樂慶祝，而教務處老師們特別設計闖關活動「鳳鳴Local英閱繪」為學校祝壽，輔導處老師團隊們則響應環保減塑活動，設攤幫家中全新的物品找到新主人，班級的同學發揮了空前創意並展現了規劃組織的能力，從宣傳到商品包裝銷售，環境維護與秩序，更展現了平日的訓練與默契。

感謝鳳鳴所有的師生一起努力，讓這份美好的用心能傳承下去！迎接鳳鳴27！






家庭教育

家長閱讀社群


家長閱讀社群成員大合照


溝通體驗活動

當大人願意成長，孩子也會開始改變，家長閱讀社群成立進入第二年，這學期除了鳳鳴國中的家長之外，也加入了鳳鳴國小、永吉國小、中湖國小家長一同參與。

9/30晚間閱讀首本書籍是周慕姿心理師的《情緒勒索》，透過洪長安老師深入淺出的引導，我們學會如何提升自我價值感，避免被他人情緒勒索，也知道建立情緒界線的重要性。

10/14家長閱讀社群主題書為《關係黑洞》，從書中我們學習到檢視關係中是否因為不安全感，讓自己成為了討愛的大人，給予孩子過多的期待，進而影響孩子的成長。書中也提到情緒界線的重要性，界線模糊容易受他人的負向態度而影響，無法好好照顧自己的情緒。透過這次的課程我們學習到彼此關心的同時也能夠學習被溫柔善待。

11/4第三場的家長閱讀社群主題為《非暴力溝通-愛的語言》，書中提到對於非暴力溝通的四個關鍵步驟：觀察、感受、需要、請求。長安老師以實例思考的方式讓家長具體練習，透過非暴力溝通方式讓參與家庭受益，使得親子關係更和樂更圓滿。

非暴力溝通四步驟：

◎第一步：觀察事實而不評論
◎第二步：辨別並表達自己的感受
◎第三步：表達自己的需要
◎第四步：用正向的語言向對方提出明確的請求


認真學習的家長們


家長討論與經驗分享


家長認真的身影


課程互動



鳳鳴夢想家講座

10/22(六)本學期首場假日親職講座《他山之石可以攻錯-從猶太人學教育》，在世慶校長深入淺出的帶領之下，家長們一起從歷史的觀點切入，親身體會到家庭教育的力量，從中學習感謝，並重視自己的家人。家庭是幫助孩子養成習慣與品性的最佳場域，父母不吝惜鼓勵、支持，孩子也會表達對父母的感激。許多成功人士都是猶太裔，從小家長注重教育並將猶太家族的教育理念融入在家庭生活當中，就是成功的第一步喔～

猶太家族的教育理念：

◎1.做自己喜歡的事
◎2.多看看世界
◎3.養育出色的後代





11/19(六) 現代人的生活與手機、網路、3C產品密不可分，近幾年，許多人開始留意「網路成癮」對身心健康與人際關係的衝擊，尤其是青少年因沉迷上網與家人產生衝突的案例，更是屢見不鮮。此次特別邀請到看見心理諮商所所長簡佑庭心理師以《預防3C成癮的親子溝通》為主題。講座中提到，預防手機成癮的第一件事就是「放下手機，從自己開始」，父母如果沒有以身作則，不但無法幫助孩子戒除滑手機的癮頭，還會造成親子關係的裂痕。 再來，如何建立保管權與使用權，協助孩子做好時間管理與運用，堅持合理的3C使用規範，並有效引導孩子遵守承諾與信用，掌握網路使用內容。最後，在簡佑庭心理師專業的剖析下，幫助孩子克服3C成癮的重點在於「放下手機後要做什麼？」家長有品質的陪伴才是真正的良藥。透過正向教養溝通技巧，跟孩子聊聊，了解他們喜歡跟一家人從事什麼活動？然後，每一週設定固定的時段，全家人同時放下3C產品，一起玩桌遊、做甜點、逛街……，讓孩子感受到放下手機更有趣，並增進家庭情感。





青少年愛家課程—愛從家出發



『我的家庭真可愛，整潔美滿又安康……』，這首大家耳熟能詳的童謠，道出許多人對溫暖家庭的渴慕與需要。家庭，對每個人意義重大，它應該是溫暖的港灣、品格造就的啓蒙點、更是鋪張愛與關係的帳篷，然而，有時因為習慣彼此的存在而忽略對方心裡面真正的想法和需要，把對方的付出視為理所當然，反而容易讓最愛的人傷我們最深。

八年級的學生由各班導師的帶領，透過分組討論與活動，讓學生雙手拿著一條紅線，以線的韌性彈氣球，使氣球不能落地，為了達成目標需要彎腰、蹲下，需要花時間注意不讓它破掉、被踩到，如同經營一段愛的關係一樣並不容易。

藉由愛家課程，讓學生覺察自己與家人溝通的方式，在溝通的過程中學習換位思考，彼此了解對方的需要、自己的責任，同時感受對方的想法和情緒，把爭吵轉變成理解對方的契機，增進經營家庭生活能力。



家庭資源管理課程



隨著生產力的發展和社會的進步，物質生活愈來愈豐富。社會風氣不斷鼓吹物質至上，加上不少人喜歡相互攀比和炫耀，青少年如不理智的話，容易墮入競相追逐新奇高檔商品，造成價值觀扭曲。所以從小培養理財觀念、建立正確的金錢觀，是很重要的事。首先，由七年級導師引導學生思考「想要」和「需要」的差異性，並說明「需要」是缺少了會使得生活無法運作；「想要」是滿足了生活必需之後想追求更好的品質而出現。透過實務舉例讓學生分辨購買的物品是自己「想要」還是「需要」，從而以更理性的理財態度處理購物的慾望。在課程中教導學生記帳方法，讓學生審視金錢流向、規劃自己的財務，建立正確的金錢價值觀。

記帳時，應掌握以下三個原則：

◎分門別類：可將項目細分成食、交通、育、樂等，並加上「想要或需要」的選項，分類精細，有助於審視消費時，一目了然。
◎每筆消費都要記：無論金額多小都要記。
◎定期檢討帳本：檢視花費，了解自己的消費狀況，並規劃花費預算。

教師節系列活動

Happy Teacher's Day

鳳中敬師首部曲—感恩限時批


七年級教師節感恩限時批


用心書寫的神情

同學還記得自己的國小老師嗎？有沒有很想念他們呢？在這個專屬教師的日子，跟老師說聲教師節快樂吧！鳳中的孩子來自於各個不同的小學，也因為小學老師辛勤指導奠定良好的學習基礎，來到鳳中學習之後才可以築夢踏實。所以，只要進入鳳中就讀的同學在七年級要學習寫下自己的感恩限時批，由學校協助送給國小的師長，感恩師長曾經的指導與關愛，懂得飲水思源、惜福感恩，我們一起說"謝謝老師！！"

鳳中敬師二部曲—敬師奉茶





同學們可能永遠不會清楚知道，學校裡的師長需要白了多少頭髮，才能鍛造出他們的成就與驕傲。不計辛勞、無私付出，愛與榜樣是鳳鳴國中每一位教師的堅定信仰，敦促每一位學生揚帆啓航。由於我們未來美麗的操場和跑道還在孵育施工，今年的敬師奉茶活動，我們仍採班級內與閱讀陶花園廣場同步方式進行，讓同學用奉茶來學習對師長的尊重與感謝，同時也頒獎給111學年度資深優良教師—林泰旭老師以及甫獲鶯歌區111年度優良教師的王柏松老師與陳曉涵老師，感謝他們對於鳳中學子的用心付出。世慶校長與家長會長夫人王莉芬女士，緊接在奉茶之後走訪了各處室，準備了美味的教師節賀節糕點向每位鳳中的超人老師們表達誠摯的賀節心意。祝福每位鳳中老師教師節快樂~~~~~

鳳中敬師三部曲—敬師有愛大聲說




有愛大聲說
班級代表

把自己活成一道光，
因為你不知道，誰會藉著你的光，走出了黑暗。
請保持心中的善良，
因為你不知道，誰會藉著你的善良，走出了絕望。
請保持心中的信仰，
因為你不知道，誰會藉著你的信仰，走出了迷茫。
請相信自己的力量，
因為你不知道，誰會因為相信你，開始相信了自己。
願我們每個人都能活成一束光，綻放著所有的美好！
～泰戈爾 〈用生命影響生命〉

鳳中導師們就是同學們的光，引導學生綻放專屬於自己的美好，校內敬師有愛大聲說活動由八、九年級學長學姊們，利用中午用餐時間，透過廣播把對老師的情意朗讀出來，校園裡響起一句句感恩的話語，這是孩子送給師長們的教師節祝福，也期許同學常把感謝化成行動報答老師的付出～


優良教師頒獎


世慶校長與家長會長夫人王莉芬女士走訪各處室，感謝老師的辛勞


敬師奉茶活動




奉茶小天使


奉茶小天使的事前訓練



七年級職場參訪 鶯歌宏洲磁磚觀光工廠

◎你知道「鶯歌」的地名由來是什麼嗎？

有兩種說法唷～

一個是取自台語的諧音【好天落坉(鶯) 下雨落膏(歌)】

這是形容鶯歌盛產陶瓷，早期用木材與煤炭窯燒，而工廠林立的鶯歌天空總是灰濛濛的，碰上下雨天地面則變得到處泥濘不堪，所以才有此句說法喔!

另一個則是最廣為流傳的鄭成功打怪鳥的故事，據說，鄭成功軍隊經過此地時，看見兩隻怪鳥鸚鵡和鳶鳥在山上盤繞相鬥，瘴氣四起，居民不勝其擾，鄭軍亦無法通行。於是鄭派軍隊用大砲將牠們打下來，結果鸚鵡化作石頭掛在山頭，稱為「鶯歌石」，鳶鳥則展翅跌落大漢溪對面的山頭，化為「鳶山」，從此就太平了。





參訪心得

◎701劉羽軒

我覺得今天的參訪特別有趣，解說的工作人員都超細心而且很有耐心，現場也有許多的設備和古物可以讓我們試玩，彩繪磁磚DIY很有趣而且可以帶回家，今天的參訪的體驗非常好玩！

◎702謝佩育

今天參訪很開心，因為能體驗一些做磁磚的步驟和更了解我們生活中大大小小的磁磚，磁磚雖是看似普通的東西，但卻是房子的必需品，透過這次參訪讓我更加理解磁磚的各種應用與重要性。

◎704劉芷妤

星期五的下午，我們搭著遊覽車到宏洲磁磚觀光工廠參觀，一進門往左看就是琳瑯滿目、各式各樣有特色的磁磚，其中一個讓我覺得特別吸睛，它的每一格圖案都不同、顏色也不一樣，雖然忘記它的名字，但卻在我腦海裡留下深刻的印象。我們還參觀了工廠內部，聲音很大、工作性質感覺有點危險，裡面的工作人員真的非常辛苦。後來我們做了彩繪杯墊，非常有趣，希望下次有機會再來。

◎705許宥敏

今天透過職場參訪讓我了解在磁磚工廠工作的人的狀態，環境不但很熱還要忍受很多粉塵，我才發現每個行業都有不為人知的辛苦之處。而今天體驗的彩繪杯墊也很有趣，圖案超可愛的，我也留下美好的回憶。









技藝小達人



904 李秉霖

透過上技藝班讓我學到有用的汽機車拆卸技巧和值得學習的常識，而不僅僅是技能上的學習，我也學到做人處事的態度及面對任何挑戰的抗壓性。在老師一次次地教導下，從一開始的工具介紹到拆汽車輪胎，每一次挑戰都代表著不同的階段，也讓我慢慢地修正改進、彌補自己的不足，要在理想時間內完成挑戰，對我而言是個考驗，即使沒有每次都準確達成目標，但我仍會持續努力學習直到熟練為止。



902 曾意晴

我覺得上技藝班真是太有趣了，老師不僅教了許多不同的畫法，還告訴我們要設計自己的產品，我設計的是一個花形狀的花盆，中間有一個圓形可倒水的地方，從此處倒下去會依花瓣造型形成放射狀就可以直接澆水了，本來我不太會設計，但經過老師的提點我竟然就會了！真是太神奇了！



904 邱家綺

我覺得醫護人員的工作環境就像是在戰場一樣，每一分每一秒都在為拯救病患的生命而努力，很難有一刻可以停下來休息喘一口氣，我非常佩服他們的敬業精神。經過這幾週的技藝班課程，我期待我也有機會成為一個護理人員，助人為快樂之本，施比受更有福。未來我將會更努力學習相關的課程，朝向這個目標邁進。



901 林秉和

當我在衝刺班和技藝班之間猶豫不決時，最終我因為興趣選擇了跟美食有關的餐旅職群技藝班，果然我的興趣沒有讓我失望，在這邊，可以做很多各式各樣的美食，技藝班上課的翠蓮老師也是人美心地又善良，更重要的是！當你跟組員們分工合作做出一道美食的時候，真的很有成就感，來體驗技藝班上課真的不會後悔！！

南強工商心得
動力機械職群



905 鄭仁楠

這次選擇的技藝班上學期學動力機械、下學期則是電子電機，我會選擇技藝班的原因是因為我爺爺是做這方面相關的職業，我從小耳濡目染喜歡拆小玩具，也很喜歡在爺爺工作時看著他操作工具，覺得非常有趣！而從中所學對我之後升學也很有幫助，希望可以選填北科附工的這兩個相關科系，在這個領域好好發揮。

莊敬高職心得
設計職群



903 王宥蓁

我在技藝班學到了很多設計類科的知識及繪畫技巧，像是一開始的素描到現在正在學習的仿真設計，都讓我獲益良多，我了解到如何去設計一項商品，或是如何觀察物品的明、光、陰影等，老師都會很專業地在旁指導，很期待未來可以在技藝班學到更多、精進自己。

新生醫專心得
醫護職群



906 莊亞臻

經過幾次的技藝班課程之後，我覺得醫護職群真的是我想深入了解學習的課程。因為到目前為止的課程我都可以聽得懂，也都不會覺得太困難，另外還學到一些以前沒學過的新知識。其中最讓我印象深刻的是『視覺光學』那節課的課程，一顆眼球內可以有那麼多細小的構造，每個構造準確的搭配組合起來就可以讓人產生視覺看到東西，真的是太奇妙了。

樹人家商心得
餐旅職群



904 黃宥霖

我一開始從完全沒有煮飯經驗、烹飪基礎的小鬼，變成現在雖還沒有了解所有煮菜技能，但已能進行簡單操作！剛開始上技藝班的時候，我都聽不太懂而且需要一直站著，心裡浮現出「好累啊！腳好痠，什麼時候可以坐下」的想法，但上了幾堂課後就慢慢習慣了。在技藝班上課讓我學到了很多在學校或家裡也不一定會學到的東西，非常感謝技藝班老師的教導。

食在有你 生生不息


印加果茶包製作

永續環境校園農場「鳳中奇園」已經邁入第二年，這段時間經由七年級的學生、家長志工、高關懷班學生、特教學生、食農游藝社的共同努力下變成了充滿生機的小天地，也是提供學生生命教育與服務學習的課程場所。

綜合領域將農場與生命教育做結合，生命教育的第一堂「生命啓程」藉由童軍課讓七年級學生完整的體驗，從整地、除草、播種、澆水、抓蟲，細心照料到最後收成，並於種植的過程中仔細觀察植物的生長，讓學生覺察到植物如同人一樣會面臨困難與挑戰，需要細心照顧與呵護才能順利成長。第二堂課「生命進行式」由輔導活動課引導學生回顧種植經驗與思考植物的生長過程如同人面臨困難與挑戰，從國小升上國中後面臨課業學習壓力、時間不夠用、人際交友等壓力時如何紓解，並透過討論及分享為自己的國中生涯設立目標。第三節課由家政課「食在有你」，將親手照顧的蔬菜進行料理，學習飲食的製備與創意運用。在生命教育系列課程中透過了解作物的生長過程，而感受到農夫的辛苦，學習擁有一顆感恩的心，並養成珍惜食物的生活觀念。

學生在「鳳中奇園」學到對環境的關心、對土地的熱愛、對其他生命的尊重，實踐對所有生命的關懷，包含對自己、他人及動植物。也透過課程引導學生認識與探索生命的意義，進而珍惜和尊重生命的價值，發展屬於個人獨特的生命價值。


植物與人的一生都會遇到困難與挑戰


印加果樹認識與運用


蔬菜認識與觀察


做自己生命故事的英雄


國中生活遇到的各種挫折


想想看生活中遇到的挑戰如何克服

盡情揮灑 自己的色彩

特教教師









特教班的美術課，總在玉琳老師精心的設計下，符合學生的能力、步驟分解、手把手帶著學生一步一步地進入美術繪畫世界，學生的用色總是繽紛大膽，藉由美術、勞作、繪畫讓我們能更認識學生的另一面，讓我們好好的欣賞特教班的美術作品吧！





校外教學

特教班



每當午餐前的鐘聲響起，學生們開心的準備用餐，然而桌上的一粥一飯來之不易，透過這次的食農教育戶外教學，帶著學生認識碗裡的飯菜來自何處。首先登場的是釣蝦體驗，等待的時間裡考驗著學生們的耐性，在或快或慢流逝的時光中，學生們漸漸發掘釣蝦的樂趣。跟著領隊人員的腳步，我們來到不起眼的田地間，學生們開始動手摘採地瓜葉，除了認識到地瓜葉原本的模樣，也練習在數種不同的植物中分辨地瓜葉。接著學生們在園區中發現不同的小動物，帶著一點膽怯卻又好奇的心情，學生們慢慢接近並認識園區的新朋友。在園區裡，學生們除了認識到不同的植物、動物，也體驗到新奇的體驗，穿越黑室裡的雷射迷宮，才發現眼前的障礙是一道光線，如同生活中看似棘手的問題，面對後才發現沒有想像中的困難。生活無處不是知識，透過這樣多元的體驗活動，帶著學生走出教室、拓展視野，體驗多彩多姿的生活。







食農教育校外教學遊記

官信旭 傅光榮



10月6日我們和資源班同學一起到亞太生態園區校外教學。一進去的時候，我就看到很多的植物和動物。

首先我們先去釣龍蝦，要用夾子夾住鱈魚香絲當作餌，放進水中，然後慢慢等龍蝦上鉤。我釣了9隻龍蝦，最後又把牠們放回去了。

接著我們去拔菜，認識地瓜葉，要做為中午的午餐。我們有一片一片把菜洗乾淨，因為種菜是很困難的事情，我們要珍惜食物。

除了菜，我們還看到象龜，牠的殼很硬喔，而且可以活很久，非常大隻！我們還有去餵食「餓」魚吃飼料，我不敢把手放進水裡，怕被牠們的嘴巴吸到。那些魚看起來很好吃，但是是不能吃的魚。

下午在標本室，我有看到鍬形蟲、獨角仙、竹節蟲、大蜘蛛，有學習到昆蟲的知識，知道他們喜歡吃的東西，跟生活環境。

最後我們練習搗麻糬，從糯米開始慢慢敲了好久，要享受食物真是不簡單啊！麻糬加了花生粉很好吃哦！

謝謝老師們帶我們去校外教學，學習到很多！



鳳鳴國中資源班菜園小記

文—資源班老師



歷經一個暑假，學校菜園呈現荒蕪的狀態，資源班老師帶著學生到農園裡整理資源班、特教班和幼兒園的菜圃，當日豔陽高照，學生們戴起手套、帽子拿起鋤頭蹲在菜圃旁，勤奮的挖鬆土壤、拔起雜草。過程中，學生發現土壤裡有大蚯蚓、螞蟻、蝸牛等生物，當時除了大叫之外，還想要將牠們處死，而這就是教導生物多樣性及每個生物都很重要的生命教育課程；當然也發現許多大石頭、土磚等影響植物生長的雜物，則教導這些看似雜物但也是大自然一部份的物品要如何處理。學生們們開始觀察菜圃及四周，讓生物繼續留在菜圃裡，讓無生命的物品以不影響菜圃植物生長的情況下，放在適當的位置。



當整地完畢後，老師開始解釋種植每一株菜苗時，要注意菜苗間的距離，要注意土要挖多深才能放入菜苗並蓋上土壤，學生們就在老師的指導下，將菜苗一株一株的種在菜圃裡。然後，學生拿起水桶裝水，輕輕地、慢慢地在菜圃上灑水，不想讓菜苗受傷的心情，使他們都放慢動作、力道放輕，像是照顧小寶寶一樣。



每個學生都不畏炎炎夏日，即使汗流浹背，仍然努力完成眼前的工作，因此看到三排菜圃從雜草叢生到種滿菜苗時，每個學生嘴角都洋溢著笑容，開心地說著「好累，終於完成了！」然後欣賞著自己辛勞後的傑作。



食農教育就從學校菜園做起，同學們辛勤工作，體驗任何農作物都得來不易的道理，才能珍惜自己每天可以享受各種美味的食物。