

# 內灣心橋

第四十一期

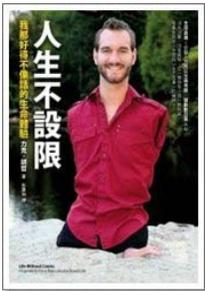
發行人：鄭陳宏 總召集：陳振強、胡義晨  
總編輯：彭文琴  
編輯群：李玉葵、陳迺坤、徐福勝、許恬寧、彭俐媛、  
蕭貴珍、彭美娟、吳建源、溫富茂  
出版日期：一百零一年四月

## 人生不設限 校長鄭陳宏

喜歡看書是我的休閒方式之一，因為在書本中，提供了作者最深切的內在感動，而讀者可以沉浸省思，進而提供自我能量的挹注。

《人生不設限》的作者是力克·胡哲，這本書放在書架上好一陣子了，再重拾瀏覽，澎湃的心又再次起伏！因為失敗的經驗並未擊垮這位既沒有手也沒有腳的小巨人；看著網路流傳影片，他時而調侃自己卻又充滿自信的演說神情，讓常懷疑自己能力卻身心健全的人自羞又欽佩。

力克·胡哲從一無所有，到一無所缺；他困頓過無數次，但也不斷努力面對挫折！用自己的故事證明，什麼叫作「不設限的人生！」生命充滿希望，而他用自己的行動顯示，什麼叫作「永不放棄！」



## 健康小叮嚀！

近來天氣忽冷忽熱，除了季節性的流感外；還有禽流感、登革熱、腸病毒；等，外加肉品的瘦肉精問題，為了小朋友的健康家長真的要多費心了。

傳染病的防治：少出入人多擁擠的公共場所，多洗手、戴口罩是不二法門。至於天氣變熱了！蚊蟲多，穿薄長褲，避免被蚊蟲叮咬。清理居家內外的積水，是防治之道。

學校午餐：食材的把關是我們非常重視的，請家長放心。寶廚師的細心及用心更是讓大家吃的健康又衛生，真的非常感謝她。

健康中心在親師座談辦理的『健康腰圍、從BMI開始』，謝謝家長的熱情參與，希望健康體重全家一起來。

健康中心

## 【親職講座專欄】

### 現代父母的十件糊塗事



一、想太多：對兒女有過多的擔心，例如：擔心孩子課業跟不上、擔心孩子不適應、擔心孩子交到壞朋友等。

二、做太多：替兒女承擔太多的責任，例如：接孩子上下學、替孩子拿書包、替孩子復習課業等。

三、罵太多：情緒遷怒時，不理性的話往往脫口而出，結果挫折了孩子的自尊心，也造成親子關係惡劣。

四、給太多：無論是物質生活的補償，或是口頭上的讚美，有時候給了太多，造成孩子不知感恩或自我膨脹。

五、要太多：為了讓孩子贏在起跑點，結果安排了過多的學習，讓孩子大感吃不消。

六、玩太少：親子之間太少有趣的休閒活動，欠缺開懷大笑的共同回憶。

七、「坐」太少：親子之間少有坐下來聊天談心的習慣。

八、知太少：可能忙於工作，可能忙於家事，結果忽略現代資訊吸收，親子間只能談些日常瑣事。

九、愛太少：父母當然關愛自己的孩子，但是在行動表達上，總是還不夠具體和明確，使

得親子相處上，減少了互動的潤滑劑。

十、變太少：親子相處模式一成不變，忽略自我省察和不斷調整，以致孩子越跑越遠。

摘錄自吳娟瑜的親子成長學

## 「不是我的錯」分享與故事編寫

四忠 羅郁淇



我是王雷月，目前就讀向陽國小四年級，因為爸爸在我兩歲時被砂石車撞倒而過世，所以我是單親家庭，因為單親家庭的原因，讓我常常被人笑。

某一天下課，汪小輪、陳曉宇及季雨辰帶著一票人來問我有沒有拿走李孟孟的水晶球。我看向李孟孟並以堅定的語氣說：「我沒有。」可是陳曉宇卻叫人搜我書包，不知道是誰把孟孟的水晶球摔破，然後把碎片包起來，放在我的書包裡，曉宇拿起那包碎片，然後拿給孟孟，孟孟看到後哭了。我伸手想安慰他，他卻拍掉我的手說：「王雷月，你知不知道那顆水晶球是我爸爸排了三天三夜才買到的，而且那顆水晶球全世界限量三千顆，我：：：我真不知道該說什麼，我真的對你太失望了。」

說完，汪小輪他們把我抓到後山倉庫，就開始打我。打鐘後，他們假裝沒發生任何事似的回教室上課，我也靜靜的走回教室，找個沒人的地方默默流淚。當老師看到我這副慘樣，溫柔的問我

發生了什麼事時，我不敢回答，深怕再一次受傷，老師看我不回答，就問同學們發生了什麼事，老師問到那些有欺負我的人，可是大家都說不是他的錯或者說不關他的事。問不出結果的情況下，老師也只好算了。

我認為他們應該承認錯誤，而不是推卸責任，有人認為我古怪，那是因為從小爸爸就過世，家裡經濟又不好，再加上媽媽有心臟病，因為這幾點讓我變得孤僻。就算不喜歡我，也不應該在沒有證據的情況下，誣賴我、欺負我，你們都說不是你們的錯，難道就是我的錯嗎？

## 劉其偉的畫——駝鳥 六忠 溫晨羽



大家好！我是內灣國小的小小解說員 溫晨羽，我要為你們介紹劉其偉的畫——駝鳥。

你可知道世界上最大的鳥類是什麼嗎？就讓我這個有合格證書的小小解說員為你們解答吧！世界上最大的鳥類就是「駝鳥」，牠的蛋很酷唷，可以承受八十公斤左右的重量，兩個我站上去還不會破掉呢！牠雖然是鳥，可是牠不會飛，不過牠超會跑的，可以輕易超越現今一百公尺九秒五八世界紀錄保持人 Usain Bolt。還有哇！牠的視力好得不得了，讓我佩服不已，牠可以看到二公里外的地方，你們一定也和我一樣覺得牠很厲害吧！

現在我來介紹劉其偉畫這幅

畫的方法，他這幅畫是用混合色彩的「混合媒彩」的意思是用很多方式來畫，例如：水彩、臘筆、彩色筆……等，這幅有用「溼中溼」的畫法，什麼是「溼中溼」呢？簡單的說就是趁著畫還沒有乾就再上一層顏料就是「溼中溼」。這種畫法有個特別的地方就是會讓人感覺沒有邊界；劉爺爺畫大多是具像畫。所謂具像的意思是看得出來是什麼但沒有非常的像，全憑劉爺爺腦海的記憶去畫。還有劉爺爺的簽名超級帥的，我第一次看到這麼帥的簽名。他用他的注音簽名「流奇偉」，你們說帥不帥啊！

劉其偉爺爺是近代台灣美術史上不可多得的人物，大家今天可要細心品味他的畫哦！

我的介紹到這裏結束，如果有錯的地方還請大家不吝指教！謝謝！

### 布丁與牛奶 三忠 黃仔榕



有一天布丁男孩在點心店認識了牛奶小子，他們兩個互相自我介紹後發現各自都喜歡運動，於是變成了朋友。隔天布丁男孩和牛奶小子約在公園運動，牛奶小子迫不及待的對布丁男孩說一個好消息，牛奶小子說：「告訴你喔！我被邀請去參加賽跑，如果拿到第一名就可以變成低脂牛奶喔！」布丁男孩說：「祝你好運！」

終於到了比賽的日子，布丁男孩到現場幫牛奶小子加油打氣，

果然牛奶小子順利的得到第一名，成為標準的低脂牛奶，當大家正在高興的時候，布丁男孩靈機一動想到了一個好點子，布丁男孩說：「不然我們來組一個團體叫布丁牛奶好不好？」牛奶小子說：「太棒了！」

由於這件事讓他們感情變得很好。布丁男孩為了和牛奶小子一樣，非常努力的運動把原本勿勿勿勿的身體變得更有彈性，這樣他和牛奶小子組合起來的『低脂布丁牛奶』，更加健康美味也受到大家的熱烈歡迎。

### 劉其偉的畫—三隻小貓



六忠 彭群婷

各位來賓大家好，我是內灣國小的導覽小尖兵—彭群婷，今天我要為各位介紹的是畫家劉其偉的畫—三隻小貓（Three Kittens）。

劉爺爺家裡的貓媽媽生了三隻小貓，所以劉爺爺把牠們最可愛的模樣給畫下來，他是利用「濕中濕先繪畫法來畫這幅畫。一層水彩，趁水還沒乾的時候，再上一層顏料，以水來渲染，因此你們可以很清楚的看這這三隻貓咪是沒有邊緣的。

這幅畫是具像畫，你們可以知道那是貓咪，但如果我沒有告訴你們，你們會覺得那是什麼？是不是會以為是狗或是狐狸呢？具像畫的意思大概就是這樣。

畫裡的小隻小貓和背景大多

是由咖啡色、白色、黑色、黃色這四種顏色所組成的，所以你們看畫裡的三隻小貓是不是和它的背景很搭呢？也因為如此，所以你們看到幅畫的時候會覺得很舒服。

最後，我要跟你們介紹劉爺爺的名字，他用注音的方式簽名，用這種方式簽名是為了讓大人跟小孩都可以看得懂，而簽名底下的年份也很特別，很可愛吧！好了，我的介紹到這裏要結束囉！謝謝大家。

### 小兔拉拉和大熊米特



三忠 黃廷語

有一個地方叫動物村，裡面的人都過著很快樂的日子，小兔拉拉就是動物村的大明星，拉拉很愛唱歌也很愛跳舞，大家都知道只要拉拉不是第一名他就會大哭大叫，只要拉拉看到他的好朋友大熊米特他就不哭了。大熊米特是動物村的副村長，他常常陪拉拉玩，拉拉他很孤單因為沒有人和他玩。

有一天早上，米特跟拉拉說一聲：「早安。」可是拉拉一點聲音都沒有，米特說：「你怎麼了？拉拉就說：「大家都在做自己的事情，都沒有人和我一起玩，我自己一個人玩好孤單喔。」米特就跟拉拉說：「因為你很愛哭，大家才會不和你一起玩。」拉拉他就說：「我知道了，我再也不會一直哭了。」拉拉走了以後，米特想

「拉拉她回家的話，一定會發現要給他的禮物，我一定要馬上去他家。」

在回家的路上，拉拉一個人玩一二三木頭人、跳高、玩玩具……可是他就是自己一個人孤單單的，他在回家的路上停了下來，因為他看見家裡好像有人，拉拉覺得很訝異心想「怎麼會有人來我家？」，拉拉走到自己家門口，他一走進自己家裡，就聽見大家說：「生日快樂！」拉拉很高興大家沒有不愛他，他高興的說：「謝謝大家！」。拉拉、米特和大家玩了一天，他們都很快樂，拉拉他再也不會一直哭了。

### 夢遊侏羅紀 五忠 張鼎詮



今天是六忠畢業旅行，我們要去一座名叫侏羅紀的恐龍島。上了飛機之後，大家抱著既期待又興奮的心情，沒人捨得睡覺休息，等了又等，盼了又盼，終於到了目的地。才下飛機，放眼望去是一望無際的森林，驚訝的發現有隻巨大的腕龍在吃草，我們只能目瞪口呆的瞪著牠，而牠卻用無比溫柔的眼神歡迎我們的到來。

坐上導覽車後，我們去參觀恐龍的棲息地，但是那些恐龍彷彿知道我們要來，全都害羞的躲起來，連個影子都沒見著，讓我們大失所望。過了不久下了一場大雨，竟然停電了！導覽車也跟著斷電，我和張齊一起下車察

看情況，忽然耳邊傳來「蹦！蹦！蹦！」的巨大聲響，地上的積水也跟著震動了起來，我嚇得趕緊鑽上車，沒想到張齊卻頭也不回地往公共廁所跑，這時竟出現了一隻兇猛的暴龍，很多的同學都在尖叫，還有人嚇哭了，老師和葉小宸靈機一動拿起火把點火，想將牠引到人煙稀少的空地，沒想到暴龍這個大近視，視力不好又橫衝直撞，一頭撞進了公共廁所。原本早已躲在裡面發抖的張齊看到暴龍就在自己眼前，驚慌失措的大叫，反而更加吸引暴龍的注意，暴龍張開大嘴咬起可憐的張齊，讓他的身體離開地面十幾公尺，雙腿還在空中甩來甩去，頓時驚叫聲四起，莊頭鼓起勇氣想救張齊，但也不幸慘死。

我們拿起車上十幾把電擊槍去攻擊暴龍，但電擊的威力太弱，暴龍根本毫髮無傷。這時不知又從哪裡又竄出三隻迅猛龍，海豐為了讓大家有點時間逃走，自告奮勇拿起手電筒將迅猛龍引開，我們趕緊躲進侏羅紀餐廳，卻突然發現有一隻雙脊龍跟在我們後面，李阿彬身手矯健的拿起桌上的菜刀轉身攻擊牠，趁牠倒地時我們就逃了出來。

就算坐上了直升機，我仍驚魂未定，扣安全帶的手還不停發抖，直到飛離了侏羅紀我才稍稍鬆口氣，看著同樣幸運逃過一劫的人，回想起不幸死去的同學，不禁難過的流下淚來。

