

### 越野賽跑

家長沿途熱情加油



再接再厲，再創佳績



一馬當先，勇奪第一

選手彩妝，熱力四射



### 聖誕節

教師耶誕祝福



↑學務主任化身聖誕老公公傳遞祝福

### 童軍活動



精神傳承



團隊紀律訓練



校外大露營



攀岩垂降訓練

### 體育活動



七年級水上運動會



七年級拔河比賽



九年級三對三籃球賽



全年級班際大隊接力

### 中庭音樂會



管絃樂團發表會



教師個人秀



中提琴合奏



觀者如堵



輕快鼓樂

### 萬聖節

萬聖節校園巡禮



# 印象東中

臺北市立東湖國民中學  
Donghu Junior High School

## 以質樸自信與世界接軌



發行所：臺北市立東湖國中  
發行人：楊明惠  
編輯群：侯玉芳、黃崇誠、唐廷俊、張海寅  
地址：臺北市內湖區康樂街131號(02)2633-0373  
網址：http://www.dhjh.tp.edu.tw/  
印刷設計：普林特茲

出版日期：中華民國103年2月

## 一路向上的東湖國中

楊明惠校長

凡是臺北市教育界的朋友，聽聞東湖國中，總是會豎起大拇指說：這是一所好學校、這是一所美麗的學校、這是一所行政團隊陣容堅強的學校、這是一所充滿藝文氣息的學校；這所學校有很多傑出的老師、這所學校的學生多才多藝...

我們的男生合唱團不但聞名全臺北市，還連續22年稱霸全國。最難得的，是我們學生在外所表現的質樸態度：乾乾淨淨、溫和有禮、謹守紀律，總是讓承辦學校或其他參與比賽的友校嘖嘖稱奇、刮目相看。

經常承辦本校校外教學的廠商說，承辦過無數所學校，很難得看到像東湖國中學生這般質樸、有紀律、有禮貌的學校。

如果你有機會點進東湖國中的網頁，你應該會被我們首頁的活動剪影所吸引，到電子相簿專區逛逛，你會訝異於學校提供給學生的學習機會、表現舞台何其多，而且通常都是師生同樂、同臺的畫面。

這裡的老師，認真有熱忱，從課堂學習到生活教育，一本對教育的理想與使命感，總是兢兢業業的用心教導每一位學生。這

裡的老師，充滿教學創新的想法，有的勇於變革課堂教學、有的結合各項慶典，將課堂教學延伸到學校活動中、有的積極爭取校外或國外資源，試圖拓展學生的學習視野、有的則是自發性的集結教師專業學習社群，為尋找最佳的教學模式與班級經營而努力。

東湖國中或許交通不夠便捷，但也因此讓我們的學生得以保有質樸的本質，得以更順利的在誠懇做人、認真做事上精進；這裡可以使用的資源或許不夠富饒，但也因此讓我們的學生得有勤奮手腳、磨鍊心志的機會。

一直以來，一路向上的東湖國中，辦學態度總是低調而內斂。這份校報是創刊號，我們的發行初衷，只是想讓更多的社區家長與孩子認識我們，透過學校活動的展現、校友們對母校的感念、以及在校生的學習心得分享，讓您的距離更加靠近。



## 向世界 Say HELLO

英國

本校英文老師與美國孔孟中文學校老師交換教學經驗，期盼透過書信往返，提升學生中文、英語書寫能力。

美國

本校英文老師與美國孔孟中文學校老師交換教學經驗，期盼透過書信往返，提升學生中文、英語書寫能力。

新加坡

新加坡聖嬰中學合唱團，與本校合唱團進行音樂文化交流。新加坡學生以活潑的表演方式為本校注入新的活力。

日本

日本青森縣教育訪問團蒞臨本校，訓導處邀請剛獲得全國武術比賽南拳第1名張庭睿同學表演。

英國藝術家Shona對本校學生介紹英國學生如何用多媒材表現泰晤士河。明年，東中學生也要在藝術家的指導下，以創新媒材介紹臺北淡水河，並將創作成果放在英國泰晤士河畔展出。

學生見到美國孔孟學校校長來訪，興奮之餘主動與校長簽名合影留念。

本校合唱團以客家組曲歡迎新加坡聖嬰中學師生，以樂會友，意義非凡。

日本教育訪問團對本校學生多才多藝、允文允武的表現豎起大拇指稱讚。

美術科林俐萍老師(右二)申請臺北市「河流計畫」專案，英國藝術家蒞臨本校，欣賞林老師水彩教學。

## 學生多元適性發展

參加公共電視青春學園錄影

參加宏碁數位創作獎頒獎典禮

國光劇團到校公演

參觀莫內畫作展覽

# 那些年，東中教我的事

## 畢業校友／林婷安

◎ 94年東湖國中畢業  
 ◎ 現就讀美國Claremont McKenna College研究所一年級  
 ▶ 102年在美國研究所讀書留影



在東中，我不是在辦公室跟著美麗的國文老師練習演講，就是在音樂教室和合唱團的同學們唱出一曲一曲美妙的和聲。

辦公室的窗外是一排綠樹，樹後面是山；我面對著滿滿的綠意，跟著國文老師練習一篇一篇的演講。我自信的用充滿感情與抑揚頓挫的語調說出一個一個的故事，我的臉頰因為興奮和緊張而泛紅。熱愛說話和閱讀的我，在東中找到了「演講比賽」這片天空。東中讓我在書本之外，盡情滿足我的表演欲，讓我跟著國文老師在每天下午演練我的小舞台。

星期三的聯課活動，是我每週最期待的時光。音樂教室在頂樓，那裡的陽光總是特別明亮，明亮到很像義大利的午後。我們唱著歐洲民謠、合唱經典曲、有時流行歌，一整個下午，男生女生以及混聲合唱團唱出全國第一名的天籟。我跟著團員們搖頭晃腦，不知道自己唱得好不好，但總覺得世間最美莫過於五十個青春洋溢的嗓音，重重疊疊出音樂的模樣。

東中教我的不只是學業，而是怎麼活出青春，怎麼成為充滿熱情，勇敢塑造自己生命形狀的人。或許有點被寵壞，但往後的求學歷程中，我不妥協，帶著一絲叛逆，我堅持在課餘追求著我的熱情：演講、唱歌、寫作...在北一女時我擔任學校司儀，參加樂隊去美國表演；在台大的時光，我導演系上音樂劇演出...現在的我在美國就讀金融研究所，在與國際企業面試時被要求自我介紹，我仍不忘自信的強調：我的興趣是說話和唱歌！

進入東中以前，我懵懂的以為國中以後，人生只有念書；但東中卻給了我舞台、自信與勇氣去追求書本外的天空，同時更讓我學會時間管理，在課業和興趣之間找到平衡點。坐在洛杉磯的高樓大廈的會議廳裡，我和白人面試官侃侃而談。窗外，遠方有綠意盎然的山丘，加州的陽光很溫暖，此時此刻，我彷彿回到那個面對著窗外練習演講跟唱歌的東中小女孩，眼神因為興奮而發亮。

## 畢業校友／韋苒

◎ 102年東湖國中畢業  
 ◎ 現就讀北一女一年級  
 三年歲月，如今回首，是一身轟轟烈烈的蛻變。

三年前，我是一名既矮小又不出色的國一新生，不知道自己的目標，也不曾想過未來，每天渾渾噩噩的生活著，以為那些明星高中全是別人的頭銜。

直到我看見許多學長姐的真實故事，看見他們如何在挫敗與摸索中拼出一條「明星之路」，我才漸漸察覺一切似乎並非不可能，我開始充實自己，努力在每次段考中創造好成績。雖然幾次模擬考考砸了，一度喪失信念，但經過師長們的鼓勵，我重新站起，並在最後一次的基測中考了409分，不只拿下東中榜首，更考上了第一志願——北一女中。

許多人曾經不相信我有考上第一志願的實力，但我做到了，因為我敢作夢，更因為我相信自己有那份力量，而且我從不想輸。憑著這一份倔強與信念，我證明了自己的夢想。

念書，其實沒有人是讀不來的，但努力是份信仰，需要熱情與堅持，永遠相信自己的能力，這就是東中教我的事。



▲102年在北一女就讀留影

## 畢業校友／郭奕苒

◎ 96年東湖國中畢業  
 ◎ 現就讀國立臺灣科技大學財金研究所一年級  
 ▶ 102年到法國當交換學生留影



還記得大一那年，興致勃勃地加入了系上的排球隊，並且參與排球新生盃的冠亞賽，當時贏得新生盃的歡呼聲猶在耳邊，這讓我回想起在國中時候，有一段全班瘋迷排球的歲月。

班際排球賽是東湖國中八年級體育盛事，當時我們班剛好有兩位排球大將，他們打球的英姿自然是全場焦點，我的排球技巧雖然不好，但也受班級瘋迷排球這股風潮影響，盼望參加比賽。但當時我連托球都不會，可是我卻很幸運地遇到了體育科徐櫻鳳老師，她細心地教導我排球的技巧，過程中不斷地鼓勵我，我躲在角落一而再、再而三地反覆練習，堅信自己一定可以入選班上代表。就這樣，慢慢地從完全不會的排球白癡，到後來可以有自信的在大學加入系上女排，這令人意想不到的改變，都要感謝我的母校——東湖國中。

我覺得東中是個重視五育均衡發展的好學校，她是我每一項技藝的啟蒙，不管是美術、家政、體育，在東中都可以奠定良好的基礎，進而能發展成為未來生活的精彩。很慶幸父母為我選擇就讀東湖國中，在那段無憂的歲月裡，我犯了很多錯，但也學到很多，更享受到學習的樂趣，希望學弟妹珍惜，並且好好把握這段黃金學習的青春歲月。

## 畢業校友／徐振寰

◎ 99年東湖國中畢業  
 ◎ 現就讀國立陽明大學醫學系一年級  
 ◀ 參觀美國國防部留影



畢業雖已多年，東中教我的事，至今仍謹記在心。

東中教我的第一件事，就是享受人文薈萃的氛圍。在優美的校園裡，每一轉角皆是驚奇，每一角落皆是藝術，很難不沉醉在這如詩如畫的校園裡。合唱團悠揚的樂音迴盪在廊柱間，我時常與一些看似微小卻微妙無比的靈感有著美好的邂逅，那滋味至今仍令我難以忘懷。即便我現在讀大學，進入了醫學的殿堂，我仍保持對藝術乃至於人文風情的熱愛，它讓我得以在冷冰冰的科學知識，找到滾燙的生命泉源，這是東中教我的第一件事。

東中教我的第二件事，就是深耕語文能力。面對不可阻擋的國際化趨勢，英文的重要性與日俱增，感謝東中師長幫我奠基深厚英文基礎，至今仍受用無窮。記得國中時，學校常舉辦全校性的英語活動，如每個月固定的課外英語雜誌聽力測驗，每逢萬聖節、耶誕節，老師也會搭配相關主題進行活化教學，培養我對英文的興趣。此外，東中也很重視閱讀，圖書館定期舉辦「書海遊蹤」活動，激勵我培養閱讀好書的習慣。

東中教我的第三件事，就是努力抓取寶貴的學習機會。我很慶幸能在東中參選優良學生、擔任英語歌唱比賽和畢業典禮的主持人。我永遠記得東中老師鼓勵我：「只要準備好了，就全力以赴！」我帶著師長的勉勵，秉持相同信念走過建中，進入了陽明醫學系。我對生命的熱忱永不磨滅，對奮鬥的決心永不退縮，這是東中送給我最好的畢業禮物，我很幸運能在國中階段就獲得這種爆發式的啟發。

曩昔種種，如在眼前。回味東中給我的點點滴滴，心中滿是訴說不盡的感激。還記得當初進入東中校園時，我對自己許下承諾：「今日我以東中為榮，明日東中以我為榮」。我的學習才剛起步，不敢有一絲妄想能讓東中為我感到驕傲，但我很高興能在東中認識這麼多優秀的老師和同學，因為有他們，才讓東中的三年變成我生命中最珍貴的資產之一。

# 課堂翻轉ing



家政老師／陳意文

## ★緣起

學習共同體近幾年在校園中掀起了一波「寧靜的革命」，這是一個新崛起的學習者革命？或是一個短暫流行的教學方法？抑或是一個別的国家可以，我們台灣的教育環境不適合的教學模式？我思索著。

## ★逐夢

進國中教學以來，我一直想在家政課設計「跳蚤市場」教學活動，但始終沒有真正的開始。今年任教的學生剛好是免試入學首屆生，過去一年我也嘗試運用學習共同體的小組協同學習方式教學，多場公開觀課學習，與同儕進行專業對話分享，讓我累積信心、鼓足勇氣，我終於能一圓心中期待已久的「跳蚤市場」課程夢。



① 學生在各班跳蚤市場攤位前尋寶

## ★踏實

當我著手設計「跳蚤市場」課程時，我發現要設計學習單、想出適切的問題引導學生討論，是一件不容易的事，因為題目過於簡單學生容易流於聊天漫談；若問題太難，學生絞盡腦汁仍無法突破，也不利於小組學習；提問過多容易流於形式、無法討論過全；提問過少也會造成結構鬆散、虛耗光陰。所以在提問技巧上如何設計適合全體學生卻又能讓學生有伸展跳躍的難度，確實需要老師用心分析、善用共同備課的支援，適度的提高課題的挑戰及困難度。

另外在教學進度上更須安心的放下，同樣的單元若以學習共同體的模式操作，教學進度至少需要拉長1-2週，看似拖長了進度，但卻是豐富每一個學生學習經驗的效率。老師在教學心態上更須有耐心及包容力，因為學生人生體驗少，在做相關思考連結上常常會「卡住」，這時是急不得的，要耐住性子給她們再想想的空間。提問討論過後應適當的給學生分享、發表的機會，可以用多元的方式呈現，不一定每組都發表，有些時候也可以請同學先行觀看其他組別與自己的差異，或讓她們決定最想聽聽哪一個組別的分析。在這次跳蚤市場課程中實施小組協同學習方式發表的同時，常會有同學在聽完其他組別發表的當下，出現伸展跳躍而得到更好的啟發與創意的展現，每每看到同學聚精會神的聆聽著別組的報告，期待可以找出更好的辦法時，就能知道學習時時刻刻在發生。

## ★教學省思

在「跳蚤市場」教學設計中，給我很大的教學省思：這是一個嶄新的單元，沒有課本、沒有框架、沒有包袱，當然也沒有前例可循，在引導學生討論時，必須不斷重複地澄清問題、解決問題，有時我的腦海已經江郎才盡想不出更好的解決辦法，但透過學生小組討論，反覆澄清、沙盤推演，每每都能得

到讓我驚艷的好辦法；也有多次當我心裡正暗自盤算自以為很棒的解決辦法時，結果在學生振振有詞的好邏輯討論後就完全推翻，這些伸展跳躍體驗，是我過去不曾感受到的教學魔力。



② 如何吸引人潮，也是跳蚤市場課程重要學習課題

## ★心路轉折

過去，我很重視進度、效率，我對家政課應該要教學生哪些能力，有自以為重要而放不下的責任感。可是當我深思到底學生要的是什麼？我現在的教學內容，學生未來可以複製、連結這些經驗嗎？或是課程結束一段時間後就還給老師了？

當我心念一轉，體會學習的主導權應回給學生，我要學生自己討論：跳蚤市場如何進行？如何讓1000多人在小小的活動中心移動？要不要分年級進入？動線如何規劃？攤位如何擺設？如何收錢？要先備用多少零用金？要使用現金或票券？秩序如何掌控？工作人員如何安排？工作如何輪替讓大家都去選購？好東西一開始就被買走怎麼辦？競標要如何進行？班級提供物品是否過少？賣不出去怎麼辦？標價是否得宜？許許多多、大大小小的問題，都藉由學習共同體的小組協同學習方式，反覆釐清概念、逐一找出最適切的解決辦法。



③ 透過同儕共同備課、集體議課歷程，幫助自己更了解學生學習成效

## ★改變是成長的開始

有了新的上課模式，也開始發現教室裏新的聲音，學生會主動探究，互相學習，不會的主動問會的同學，下課時還會再來跟老師討論。發現教室裏有新的風景，當他們體悟到問題的答案時，那種開心的笑、成功的自信，即便是沒有找到他們理想中的答案、即便帶著一些些疑問的漣漪離開教室，下課後沒有結果的結果，這才是一切學習的開始，也是我教學信念很大的放下與捨得。

以前我在意的是有目的地教，現在我更在意要如何讓學生有意義的學，而且我會讓這美好的開始繼續在未來的教學生涯中，伸展、跳躍。





### 1.參加童軍，拓展視野

80407 陳可芳

我參加童軍已有五年了，參加過大大小小的露營及考驗。但，在小學階段還不能參加國外的露營，所以我一宣誓入東湖國中童軍團，就為自己定下目標——到國外露營！

終於在七升八的暑假有了這樣的機會，韓國女童軍國際大露營！當然這也不是說去即可，得先通過甄選才能成為正式團員。之後還得經過集訓與裝備檢查等關卡，這一道道考驗，不只讓我們呈現更完美，更因為我們代表著我們的國家，代表著臺灣！

102年7月，清晨四點多就被團長挖起床，沒錯！今天就是搭機的日子，肩上背著重達二十公斤的行李，全團浩浩蕩蕩的去搭機。到了營地已是傍晚，韓國人一看到我們就以「韓式英文」和我們打招呼，我們也以「台式韓文」問好。晚餐後就是今天的重頭戲——開幕典禮。儀典後，主辦單位請來了很多韓星演唱，現場猶如演唱會，氣氛十分熱鬧，因為台下的人只要看到台上是帥哥在唱歌，一定先尖叫為快。結束後，失聲的我們拖著疲累的身體去洗澡，不料今天的大魔王現在才登場：淋浴的水是「十分沁涼的山泉水」！所以洗澡時，能聽到尖叫声不絕啊！

接下來的每一天都過得十分充實：不是玩驚嚇度破百的滑翔翼，就是玩類似綜藝節目裡的水上充氣遊樂設施；不是到韓劇裡出現過的古色古香廟宇、教堂參觀，就是到朝鮮歷史博物館看華美的韓服；不是去打BB彈生存戰，就是跟韓國人到溪裡玩水……等。我們晚上也不浪費：不是三五成群的帶著公關小禮（名片、見面禮）和交換禮物（布章和台灣的東西）到各個營區交新朋友並交換禮物，要不就參加營區的晚會；除此之外，剩下的每一晚，我們都到一群要好的韓國人的帳篷裡玩遊戲、聊天、吃泡麵、跳舞……等，不需幾天時間，就和他們無話不談。

歡樂的時光，總過得特別快。到了說再見的前一晚，我們一如往常的擠在韓國人的帳篷裡，今天不只有歡笑作伴，更多了兩位新朋友的加入——依依不捨和眼淚。我們聊到最後，都抱頭痛哭了起來……

這些記憶，每個都重要，每次回想都歷歷在目、活靈活潑的在眼前播放，每個場景、片段都能勾起我的嘴角上，笑容久而不散。所以我要把這些演員關在回憶的音樂盒裡，讓他們不時的為我與我的朋友演出！



### 2.男合北市特優第1

90422 吳奕欣

攻無不克，戰無不勝的東湖男聲合唱團即將取得22年蟬聯全國冠軍的頭銜，身為其中一份子的我，能和伙伴們一同努力，一同共享勝利的喜悅，我感到十分榮幸。

22年並不是個小數字，它代表每一屆團員的辛勤努力，而這也如同一個沉重的包袱，一屆一屆地傳遞著，它也逐漸變得愈來愈沉。但是，每次比賽完後，聽到勝利捷報傳來之時，才終於將這沉重包袱放下，換上榮譽桂冠。

三年下來，比了許多次的比賽，我們這些九年級生也算「功成身退」了吧！希望學弟能好好HOLD住這難得的榮耀。

那些年不敢錯過的團練，那些年一同加油打氣的我們，那些學弟很少被學長開罵，那些小珍老師的精神喊話……那樣精采的回憶，是得獎過程中，不可或缺的。總之呢，東湖男合裡每一個日子，都是充實而愉悅的，因此在最後我想說的是和你們一同唱歌、一同得獎，我與有榮焉！

### 3.女合北市第2

91202 李承妍

加入女合這個大家庭，已邁入第三個年頭，一起練習、有共同的目標，造就大家絕佳的默契及感情。我們熱愛唱歌，也不斷改進技巧，而輝煌的比賽成果，便是最好的見證。

對合唱而言，一枝獨秀是個禁忌，沒有人不想獨占聚光燈，但唯有和夥伴們配合，融成一體，才得以擁有天籟美聲。每個分部，皆有舉足輕重的地位；每個人的付出，不論口乾、腳痠、腿麻，都只為那努力後的一抹笑靨。要比賽，老師似乎和我們一樣緊張，每個段落，甚至每顆音，都要近乎完美。大家辛苦，卻不鬆懈，心，更緊緊靠在一起，因為，我們是支隊伍。

終於，上臺的時刻到了，每個人都盡全力，在心裡勾勒屬於我們的樂章，一起感受舞臺，分享榮耀。最後，大家掙得了下次比賽的門票，我們驕傲，卻不高傲，因為合作的喜悅遠超過勝利的虛榮心。相信未來，如果遭遇各種困境，只要想起這群姐妹、無怨無悔的老師，想起「女合」的美好天地，我想，這絕對是莫大的鼓勵！

### 4.女籃北市教育盃第1

91515 謝雯瑜

成軍一年的東中女籃，剛贏得臺北市教育盃國中組女子籃球賽第一名的榮耀，我們絲毫不敢鬆懈，因為下一場更艱難的戰局正等著我們。

12月28日，是東中女籃和陽明一決生死，爭奪冠亞軍的日子。一群帥氣女孩聚集在公車站前，一眼就可以認出來那就是「東湖女籃」，因為我們就穿著東中的招牌「茄子裝」。緊張與興奮的心情充滿胸口，各個都蓄勢待發，準備上場盡情的揮灑汗水。

回想起女籃剛成立時，所有的一切都還沒步上軌道，百廢待舉，但每個人都全力以赴地練球，雖然每次練球都被操得四肢癱軟，每個人都叫苦連天，但依舊沒有放棄，還是很努力的練球。

嘿——，比賽開始了，雙方你來我往，不相上下，每個人都非常的拚命，不願放棄任何一絲希望，就算早就知道他們的實力有多麼的強。眼看時間一分一秒的流逝，我們還落後兩分，輪到對方進攻，每個人的眼睛都緊盯著那顆球，忽然陽明的15號在三分線外跳起來出手，空心，進了之後，陽明士氣大振，但我們還是不願放棄，一路掙扎直到最後一秒。

雖然這次的比賽，我們與冠軍擦身而過，但是我們真的學到非常的多，例如做任何事都要努力做到最好，還有堅持到最後一刻的拼戰精神。這個特別有意義的「第二名」，對我們來說它代表著我們這一年來努力的成果，也代表著東中女籃「永不放棄，拼戰到最後」的精神。我相信。只要我們抱著這種精神，繼續努力下去，總有一天冠軍會是我們的！

### 5.直笛比賽

90409 孫弗諳

第三年，也是最後一年，我在東湖國中的最後一場直笛比賽，以0.04分的差距成為第二，真是有點不甘啊！

但那些一起努力過的畫面卻深深地烙印在我心上：一起討論指法，一起研究樂譜，一起走過的那些點點滴滴……。我想對所有的團員說：謝謝你們！即使沒有第一，我也滿足了。或許，我們還不夠努力，但只要曾經堅持過，便也無憾了。

### 6.機器人比賽

70636 謝宗邑

當我得到國際奧林匹克機器人大賽獎盃，我的心非常欣喜。更非常感謝老師把我們教到可以快速組裝和寫程式，也感謝我的伙伴，我一個人是沒有辦法得到這個獎盃。我們的能力都要歸功於老師用心的教導，謝謝老師！我們會繼續努力學習。

### 7.武術比賽

91521 尤裕傑

我學武術的原因是因為我喜歡武術，因為我想把台灣以前古老的文化傳承下去，希望台灣古老的文化不會失傳，所以我一直努力的學習武術。

嚴格說起來，一開始整個團裡面我武術是最不好的一個，以前有比賽時拿獎牌最少的是我，那時我超傷心的，但是這幾年因為洪文定教練一直辛苦的教我，我得到了蛻變。我參加了全國精英盃武術暨舞獅錦標賽武術男子組第二名，雜兵男子組第一，口與兵器對練男子組第一名。雖然很可惜沒有拿到三冠王的稱號，但是能拿到兩金一銀我已經很開心了。有一句話說：「失敗為成功之母」，我要感謝第一的那個人，讓我有機會可以檢討，讓我知道我還有哪裡需要改進，努力練習。

### 13.男排北市第2

91729 原品五

放學的鐘聲響了，有一群特別的男孩急急忙忙的往活動中心趕去，很多人說他們長得很像，每個都光頭，也有人說他們跑步時的喊聲很好聽，而他們就是東湖國中男子排球隊。

最近，賽季又到了，回想起來，去年剛進來球隊時也是遇到賽季，當時我還是什麼都不懂的小學弟，但現在，我成了學長，應該要更成熟一點、更懂事一點，大家都努力的在為比賽做準備，當然，會比平常更辛苦，但為了贏球，大家沒有任何怨言，準備在場上打出屬於我們自己的球。

嘿——哨聲響了起來，對去年的強敵，心裡難免會緊張起來，大家準備奮力一戰，哨聲又再度響起，我們拿下了教育盃第二名。一開始大家都很難過，但至少我們努力過了，拼出了一場好看的球賽，在這場比賽中，讓大家學會了，成績不是一切，重要的是如何與隊友團結合作完成比賽，這才是排球最有價值的地方，在球還沒落地前機會是一直存在的，加油啊大家！打出屬於我們東湖的特色吧！

### 8.美術北市第2

81706 陳亭彤

從小學習美術的我，一直對藝術方面充滿了興趣，對於生活中各種事物感到好奇。不管是一顆閃閃發亮的星星，還是一片不起眼的枯葉，它們都努力展露出最真實的一面，點綴著世界，雖然我無法將它們描繪得栩栩如生，也不能畫得像莫內那麼好，但我能夠將這美好一切記錄下來，永存在心中，靜靜欣賞優美的景象。謝謝東湖國中的老師們願意給我機會參加比賽，讓我知道自己的缺點，未來我一定要更加努力，努力繪出一幅幅精采的作品，繪出一個多采多姿的生活。



### 9.家政北市第3

91805 洪敏淳

由這次的比賽我學到很多，包括技術方面的、及精神上的磨練……很多很多。

在比賽之前一個月，我和另一位選手一起接受老師訓練，可別小看單純的練習，一個不注意就可能受傷，千萬別指望切到手有人安慰你，在比賽中受傷是會被扣分的喔！至於練習些什麼，例如：一邊煮菜一邊注意時間，聽來很簡單，但是一整個下來是身心疲憊的，但這一切都是值得的。我想給我的搭檔一句話：要不是有你一開始的包容與協助我也無法成功，更謝謝指導我的老師！

### 10.生科北市第2

804 簡翔倫

這次的比賽真的讓我學到很多東西，像是各種機械的操作和技巧，也學習到了很多解決問題的方法，最有用的大概是讓自己休息一下，再試一下，成功的機率比較高，要不然有時真的是想破頭也找不出問題在哪裡！不過真沒想到本以為一個看似簡單的題目，卻可以讓人絞盡腦汁、想破頭，真是令人意外。

### 11.語文競賽北市第1

80507 高箴

這次參加臺北市原住民鄒族語朗讀比賽，獲得不錯的名次。在練習的過程中很辛苦，每篇稿子都不簡單，光咬字、語調，就讓我練習了好長一段時間，不只是咬字，要將朗讀稿的內容、情緒完整的傳達給評審，也是一大難題。比賽的過程很緊張，要將練了好幾個月的成果在四分半鐘完整呈現，每個人都盡全力展現自己苦練的結果，希望能在比賽得到好名次。在比賽的會場，我把握零碎的時間，希望能在最後一刻把自己所學的再複習一次，別出差錯。比賽時，別人在臺上唸，我在臺下默默的練習，戰戰兢兢，期許自己不要犯相同的錯。

很開心能得到代表臺北市比賽的機會，如果還有機會，我會更努力，希望下次能得到更好的成績。



# 多元課程自主選擇



為培養學生多元學習能力，本校7年級第8節課後學藝活動，開放讓學生自主選課，學生盯著投影螢幕名單準備選課。



樂團指導老師個別指導樂器演奏。



課程內容包括：唱歌學英語、趣味科學實驗、木工DIY、攝影好好玩、排球、水上安全與救生、手縫娃娃、樂團……等，豐富而多元。學生選定自己喜歡的科目後，向工作人員領取課程條碼。



排球培養團隊默契，建立運動家精神。



水上安全與救生，能增進自己的游泳技能，還能建立助人救生的正確觀念。



只要將條碼交給電腦老師刷一下，輕鬆完成電腦選課。



利用木條DIY完成獨一無二的木製相框。

# 新徽映記

校徽，代表一個學校的歷史印記，也象徵學校的精神文化。民國79年東湖國中開始招收第一屆新生，制服上繡著圓弧形圖騰，象徵「東」方冉冉昇起的旭日；三道波浪線條，代表澄澈泱泱的「湖」水，設計者巧妙的將「東湖」鑲嵌在美麗的圖案中，也刻印在東湖師生心裡。

這幾年，陸續有學生反應：校服有沒有可能更換更順應時代潮流的新樣式？家政老師聆聽孩子的心聲，試著把學生的需求融入課程教學中，讓學生發揮創意，嘗試設計新校服款式，並將各班優秀作品陳列在穿堂，讓全校師生一起票選。

有了校服，我們要不要嘗試設計第二代校徽？於是美術老師也啟動了相關課程設計，並配合教育局「校園角落美學設計」的經費挹注，邀請陶藝家葉克強先生蒞校指導，將學生的平面設計轉化為立體陶版。

801班李羽喬設計的新校徽圖案，廣受師生喜愛。未來，駐立在「泱泱東湖水」的白鷺鷥，將會翩然印記在東中學生新衣襟上喔！



# 影音書香早自習之英語科東湖學堂



- 學生專注觀看影音繪本
- 被老師抽到座號的幸運兒，手裡拿著遙控器，可代表全班按鈕選擇正確答案
- 透過「IRS教學即時回饋系統」，可立即呈現各班答題狀況
- 國文科實習老師將影音題目設計成「後宮真煩傳」電腦遊戲畫面，創意十足。
- 全體實習老師合作無間

俗話說：「一日之計在於晨。」學校的早自習時間，不外乎安排考試或集合朝會，以啟動一天的學習，然而東湖國中的早自習，卻意外顛覆我以往的印象。記得剛到東湖國中實習第一週，教務主任就派給我們頭號行政實習任務——主持「影音書香早自習」活動。當下的反應是憂喜參半，憂慮的是不知該如何使用從未碰過的「IRS教學即時回饋系統」上課，驚喜的是主任竟然願意給初出茅廬的我們機會。雖然一下子要面對全年級上課，心中不免忐忑，所幸歷史科的許濟國老師和設備組黃浩勝組長，先在九年級示範了社會科的影音書香早自習活動，讓我們有例可循，頓時安心不少。

由於英語科東湖學堂活動時間規劃在12月，和我的教學演示時間相近，心情十分緊張。光是蒐集影音素材，就換了三、四次的主题，我和另一位實習老師一起討論各類主题，先是希望讓學生了解英文是很生活化的，所以試圖在校園內找尋英文標語主題，例如：合作社canteen、stair樓梯等，但因素材不多作罷；後

來也想教英文歌曲，可是考慮早自習時間很短，來不及現場教唱及答題；另外，也曾想找英國生活的各種主题，如小學生的一天、英國三餐……等與文化有關的主题，又考慮八年級學生可能聽不懂濃厚英國腔，也沒採用。最後我們從學生喜愛的「海賊王」為發想，找到了影音繪本The Greatest Treasure，這才拍板定案。

為了讓活動能順利進行，我們在事前演練操作了好幾次遙控器，以熟悉新設備；同時，為了想讓現場師長也參與活動，設計「特派記者」角色，在活動現場請八年級導師挑選幸運號碼，讓被抽到的學生按遙控器作答，帶動現場氣氛。

活動當天，蓉榕老師生動的主持風格，深受學生喜愛。本來很擔心學生可能會不喜歡影音繪本，沒想到學生竟出奇地專心，尤其對影片中動物誇張的表情反應熱烈，這讓我體會到：在教學情境中，影音視覺效果佔了很大的優勢，也更容易讓學生吸收。在東湖國中，我看到另類早自習的新風貌，也體驗創意又有特色的早自習活動，忍不住想說：東中的孩子真幸福！

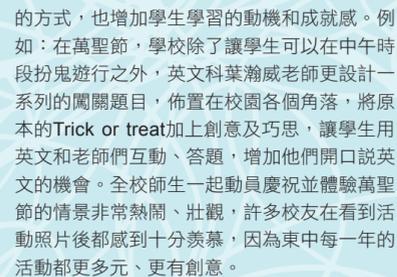
# 大手攜小手 專業向前走



實習老師貼身觀察紀錄  
去年，有8位實習老師來東湖國中實習，東中老師熱忱、溫暖、關懷的人格特質，一下子就讓這群來自不同大學的實習老師愛上東中；而實習老師的積極、創新、活力，也讓東中老師讚賞不已。這半年，實習老師的貼身觀察，對東湖國中的印象是什麼呢？請看～

## 課程篇·英語科實習老師 / 杜蓉榕

我發現東中老師們各個都是座寶山，每堂課都有創新、豐富的「寶藏」吸引學生。其中最令我印象深刻以及感動的是，英文老師在繁忙的教學以及處理班級事務之餘，仍能撥空、花心思去設計英文體驗及團圓等活動，讓全校師生一同感受外國節慶的歡愉、體驗異國文化的精采。透過這些創意教學活動，學生能練習將英文活用；透過遊戲闖關的方式，也增加學生學習的動機和成就感。例如：在萬聖節，學校除了讓學生可以在中午時段扮鬼遊行之外，英文科葉瀚威老師更設計一系列的闖關題目，佈置在校園各個角落，將原本的Trick or treat加上創意及巧思，讓學生用英文和老師們互動、答題，增加他們開口說英文的機會。全校師生一起動員慶祝並體驗萬聖節的情景非常熱鬧、壯觀，許多校友在看到活動照片後都感到十分羨慕，因為東中每一年的活動都更多元、更有創意。



東中老師萬聖節裝扮「不寫作業就搗蛋」

## 環境篇·國文科實習老師 / 陳曜章

對私立國中畢業的我來說，東中的許多事情都讓我驚奇，各科老師的熱情、活力、與專業更讓我感佩。走進東中的川堂，面對校門口的公佈欄非常有趣，上面貼的不是成績名次、不是教育部的政令宣導、更不是「恭賀本校如何」的公告，那一面公佈欄竟是學生的小藝廊，裡面貼的是學生的美術作品。除了班級的美術作品展示，孩子更可以用個人名義申請個人展覽。

每個舉辦「個展」的孩子，創作風格都不相同，有的是靜物素描、有的是水彩、也有許多以動漫電玩的角色為題材的作品，如果再仔細看，會發現有些作品甚至是畫在有格線的筆記紙上的，雖然不太正式，但感覺藝術創作對孩子而言，不只是一項作業，更是生活中不可或缺的一部分。「多元發展」的口號說來崇高，在東中，竟用幾面公佈欄就展現了。聽說，東湖國中還榮獲教育部優質國中100選一藝術人文優質學校，走進校園，濃濃的藝術氣息讓人印象深刻。

## 課程篇·家政科實習老師 / 利貞儀

東湖國中重視學生均衡發展，不同年級的家政課有不同的學習重點。例如：九年級陳意文老師設計「獨家料理一拿手好菜」烹飪課程，讓九年級學生先回家問家中長輩的獨家料理，學生可以在請教家長的拿手好菜過程中，增加與家人互動的機會；然後在家政課讓學生實際演練，互相品嚐自家的特色佳餚，傳承家人獨門手藝。

還有任教八年級的王德琳老師，她對服裝搭配、彩妝技巧很有研究，設計「服裝走秀」課程，實踐學生的服裝搭配能力，同時也訓練學生的自我表現。另外，在教彩妝課的同時，也不忘教學生最基本的保養，給學生最正確的觀念，讓他們不會因為獨自摸索而用錯方法。

任教七年級的楊淑宜與馬文慧老師也常利用生活中會遇到的情境，刺激孩子們去思考及解決生活中的問題。例如教學生居家環境掃掃，增進他們的生活能力，也讓他們思考維護環境的重要性。

雖然只有短短的半年，但在東湖國中的家政課，我看見了多元發展、樂在學習、一天比一天更進步的學生。

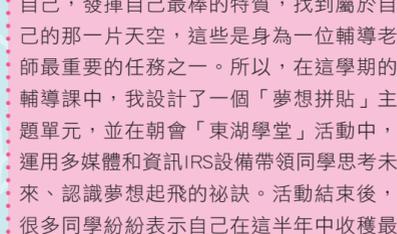
## 教學篇·國文科實習老師 / 林欣儀

在我的實習過程中，非常幸運的遇到了一位優秀的國文科老師——王春鳳老師。課堂上，春鳳老師常會設計有趣、多面向的問題讓孩子思考，透過分組討論，請同學將討論結果寫在小白板上，讓全班同學都可以看到每一組的答案，藉此了解一個問題可以有幾種面向的思維，並經過老師有條理的組織、串連、反饋，使孩子更深刻了解課文中作者想要傳達的意境、概念。最重要的，是讓孩子對於課堂有濃厚的「參與感」，不同於以往老師教、學生聽的模式，透過師生不斷的互動，使學生可以真正的參與其中，與老師、同學對話，一起激盪出更多創意的想法。

## 輔導篇·輔導活動科實習老師 / 賴啟瑤

踏入東湖國中輔導室的第一天起，我就愛上了這個充滿人情味的地方。

因應十二年國教新政策，「生涯發展教育」及「適性輔導」是輔導室重點推動工作。對我來說，能幫助孩子們認識自己、喜歡自己，發揮自己最棒的特質，找到屬於自己的那一片天空，這些是身為一位輔導老師最重要的任務之一。所以，在這學期的輔導課中，我設計了一個「夢想拼貼」主題單元，並在朝會「東湖學堂」活動中，運用多媒體和資訊IRS設備帶領同學思考未來、認識夢想起飛的祕訣。活動結束後，很多同學紛紛表示自己在這半年中收穫最大的部分就是認識「夢想」，他們認為在課程中聽到老師和同學對自己未來夢想給予的建議和回饋，受益良多；有很多同學也開始認真思考自己想要什麼樣的未來，並體會到夢想的力量和價值。希望未來我能有機會再次回到幸福滿滿的東湖國中，繼續陪伴孩子們成長飛翔。



在東中實習的這一個學期，我深深地為這裡的學生感到幸福，因為並不是所有學校都能有這樣的舞台，也因為東湖國中這樣一個人文藝術氣息濃厚的學習氛圍，讓我感受到音樂的學習對學生來說，不僅僅是一道情緒的出口，更可以是學校生活裡的另一塊樂土，當孩子發現自己可以演奏樂器、樂在其中，在學生心中所得到的滿足感恐怕是其他學科很難給予的。