

學校重要活動

自行車社團活動



完全免試入學宣講

校園防疫



七年級樂樂棒比賽

原住民講座



童軍課程



下期預告

- ❁ 英聽測驗
- 九年級 5/1 早自修
- 七八年級 5/15 早自修
- ❁ 七八年級生涯教育宣導
- 5/6 第 3、4 節 活動中心
- ❁ 八年級羽球比賽
- 5/13 第 3、4 節 活動中心
- ❁ 九年級排球比賽
- 5/27 第 6、7 節 活動中心
- ❁ 九年級高中職五專入班宣導
- 5/18-22 各班教室

榮譽榜

賀 109 年吳兆棠博士紀念獎學金
 806 楊詔安

賀 109 年童軍領袖訓練營優秀童軍小隊長名單
 804 柳詠心、806 楊詔安、806 劉佳薰

賀 109 年中華民國童軍總會優秀童軍獎
 902 歐建廷

賀 109 年屏東縣縣長盃跆拳道錦標賽榮獲佳績
 對練國中女子 42 公斤級第五名：707 劉靜慈
 對練國中男子 45 公斤級第三名：708 蔡承恩
 對練國中男子 48 公斤級第一名：807 麥淋登
 對練國中男子 48 公斤級第二名：807 簡仕恩
 對練國中男子 59 公斤級第二名：807 鍾安瑜

賀 108 年師生地震防災及住宅地震保險海報競賽表現優異
 特優：708 謝沛儒
 甲等：905 陳紀慈
 佳作：806 翁遠均、905 徐宸緹、906 賴誼蕙
 ★指導老師：吳妙純老師

賀 屏東縣第 60 屆全縣國民中小學科學展覽會榮獲佳績
 化學科團隊合作獎：908 王妍筑、802 王靖善、803 陳郁潔
 ★指導教師 黃惠萍師《晶好玩-硫酸銅養晶與熱冰實作探討》

賀 109 年七年級樂樂棒比賽得獎名單
 第一名：706 第二名：704 第三名：705 第四名：703



校長的話

我親愛的孩子們：

在肺炎疫情嚴峻的考驗下，我們共同攜手走過這人生難得的經歷，這是上天給人類的考驗，這沒寫在我們人生的劇本中。但在這未寫好的劇本裡，卻有著我們必須經歷的學習歷程，進到國中學習，也將面臨人生第一次大考——國中教育會考。

隨著 5/16、5/17 日益逼近，同學們也開始感受到緊張的氣氛，無論是上課複習，抑或是自習衝進度補缺漏，校長發現在老師們的協助下，絕大多數同學都在自己的學習軌道上，朝自己設定的目標努力邁進，這份感動很難以筆墨形容。為此，校長要給各位肯定，為大家加油打氣，我們一起持續努力堅持到底。

面對最後階段的衝刺，校長提出三個關鍵予我九年級同學共勉：

一、調整作息、保持身體健康：練習全程(約 80 分鐘)戴口罩寫題本，調整考試作答時間與科目複習相配合，早睡早起儲備完整精神與體力。

二、保持每天進步：不積跬步，無以至千里；不積小流，無以成江海。因此，試著先易後難、由淺入深，循序漸進，成功指日可待。先設定科目可以 C→B、B→A 跳大等級的努力目標，再增加 B 裡+的數量。

三、把握每一分每一秒，堅持到最後一秒：有道是「行百里者半九十」，最後階段我想個個考生都是兵疲馬困、衣帶漸寬，所以愈到最後關頭，愈要堅持到底，這是一場耐力賽，只有堅持到底才是最後的勝利！

期勉我鶴中所有莘莘學子，在學習的路上，我們攜手相伴，好態度成就好未來。

未成年主張

「媽(爸)，我回來了，今天有一個同學真的很機車……」「把書包放好、先寫功課。」「我說～今天有一個同學真、的、很、機、車……」「我聽到了，先去把作業寫完。」「你根本沒有在聽!」「我聽到了!」「那你說，我剛說了什麼?」「不要吵!快去寫作業，等一下要出門吃晚餐!」這種對話在我們的生活中經常上演，只有聽見說話的聲音，卻沒有聽見說話的內容，更別用說聽懂想表達的意思。這種現象並不侷限在家人、朋友，到處都可以看到這種「有聽沒有懂」的溝通模式。想一想，在你的生活中有過這樣的經驗嗎？在對話裡你感受到什麼？

◎很討厭，在跟你說那件事了，還假裝沒聽到不回應，這樣以後我都不想講了。801 李珮萱

◎很不尊重感覺很不開心，都不聽我說。802 林芳丞

◎家人：沒有，爸媽可能有點忙或是根本沒有把小孩的話聽在耳邊小孩應該會很難過吧。朋友：有，玩團體遊戲或是大家聚在一起聊天，就只顧著自己玩手機都要問好幾遍才會回答。803 邱宥禎

◎沒有，不開心，因為家人根本沒有在聽我說什麼。804 林怡君

◎沒有，不在乎或不關心成績以外的事。805 黃千熏

◎無奈和不尊重，希望別人好好聽我說話。806 林昀蓁

◎很生氣啊，因為沒有被尊重。807 謝杰翰

◎有時候我們爲了不想中斷進行中的事，就會採取「假裝有在聽，其實根本不用心」的回應。可是這種回應方式，不但會讓你正在進行的事情分心、無形中傷害了彼此的關係，當對方生氣時，你還得花更多時間解釋或安撫，這麼一來其實並沒有比較省時間。與其如此，倒不如告訴對方：「我正在忙，等等再專心聽你說話好嗎？」

充滿專注的溝通需要包含三個步驟：

1. 專心：這是溝通的重要前提，沒有專心就無法聽懂對方真正想說的話，也無法準確地回應。把注意力放在正在說話的人身上，眼睛看著他、耳朵仔細聽她說話，並且提醒自己「我先聽他說話，其他的事情等等再想」。如果當下沒有空聽對方說話，倒不如先請對方等等。

2. 好奇：當你對對方的話題不感興趣時，「翻白眼」或「打哈欠」就是最常出現的反應。抱著好奇的態度，可以幫助你有效拓展對方的話題，如「那後來怎麼了?」「除了生氣，還有其他情緒嗎?」「這件事情你的想法是什麼?」

3. 選擇重點回應

透過方才的觀察與傾聽，從眾多的話題當中找到一個你認爲對方真正關注的事件，然後回應給對方。