



**賀**

### 本校泰雅舞蹈隊榮獲宜蘭縣學生舞蹈比賽國中B團體乙組民俗舞「優等」

時間：2014年11月15日(六) 地點：宜蘭運動公園體育館

一年一度的舞蹈比賽一直是本校原住民學生所引頸期盼、競爭激烈的比賽。本校參加的項目是民俗舞類，組成學生皆是泰雅族。今年的參賽尤其困難重重，首先面臨的問題就是去年的編舞老師無法繼續指導學生，再三考量後，只好央求已由大同國小退休的謝玉英主任擔任本校編舞指導老師。本校參賽學生橫跨三個年級，配合編舞老師謝主任時間，利用每週二—三天的第七、八節兩節課時間練舞，練舞完畢，學生就得立刻到校外等候公車回山上，而時間就在這繁湊又匆忙的練舞中一分一秒的流逝了。能在短短兩個月的時間中獲得優等佳績，實屬不易。此次舞碼，共分為祭神、打獵、杵耕、戀舞四段，將泰雅族平日生活點滴與祭神過程完整呈現在大家面前，讓一般大眾能藉由舞蹈動作更深入了解泰雅族文化傳統習俗。

★張靖怡 老師

其次，舞蹈選手的挑選也是經過好幾次的舞蹈動作考驗才篩選出25名青英參賽，雖然練舞時間距離比賽不到兩個月，但在謝主任的嚴格要求下，加上原住民的孩子擁有極佳的噪音與律動感，個個眼神充滿著奪目的光芒，終於在比賽當日四校競爭中，呈現最完美的演出，勇奪優等第二的佳績。大家心中雖有不甘卻也期許著來年更加努力朝冠軍全國賽邁進。

**賀**

### 本校陶笛隊榮獲宜蘭縣學生音樂比賽國中陶笛合奏「優等」

時間：2014年11月22日(六) 地點：宜蘭高中音樂館

本校陶笛隊成員約20人左右，是一個規模小而精緻的隊伍。選手橫跨七~九三個年級，由憲明國小畢業之陶笛隊選手銜接參賽，比賽前光是集合不同年級學生團練就是一個頭痛的問題，最後，在不影響學生上課的情況下，只好犧牲學生午睡時間，利用短暫午休進行團練、看著學生拖著疲憊的步伐步出音樂教室走回教室上課，心中真是萬分不捨。

陶笛隊主要由外聘的陳智鈞老師與本校音樂老師劉克浩老師指導，今年的自選曲為Can Can In D major，曲風完全不同，除了有四部合奏，速度也更加繁湊，一開始的練習，學生們因跟不上速度與合音不協調而感到沮喪，然而，兩位老師一剛一柔的互補性格也讓這些選手在克浩老師嚴格的訓練中多了一份智鈞老師溫柔的鼓勵。比賽當天雖有突發狀況，但在帶隊老師機警的危機處理下，學生臨危不亂的鎮靜表現讓本校陶笛隊在四校競爭中榮獲優等佳績。孩子們，其實，老師很想對你們說，在老師心目中，你們是最棒的，咱們明年的表現要更棒哦！

★張靖怡 老師

**103學年度家長委員會名單**

職稱	姓名	學生級班	學生姓名	職稱	姓名	學生級班	學生姓名
會長	黃青權	801	黃鼎富	委員	呂阿進	806	呂書堯
榮譽會長	廖學位	905	廖本龍	委員	游健邦	802	游正彥
副會長	張文勇	903	張美鳳	委員	陳定華	807	陳羽杰
副會長	簡進塗	904	簡依恬	委員	吳炳琳	701	吳怡蓁
副會長	王金龍	806	王祐盛	委員	吳天鵝	702	吳心潔
副會長	林哲宏	704	林芮蕊	委員	潘俊良	702	潘姍姍
委員	張榮華	905	張喬瑾	委員	陳信仁	705	陳雅和
委員	林賴書	906	林柏叡	委員	賴良輝	705	賴慧怡
委員	洪麗濃	905	洪智光	委員	陳逸承	707	陳桂香
委員	林志聰	801	林佳鴻				

家長會黃青權會長於校慶典禮致詞

**【三星鄉樂齡學習中心簡介】**

本校辦理三星鄉樂齡學習中心，希望增進樂齡族參與活動的動機與生活樂趣並提升自我價值感。學習分部共計五處：尾塹社區活動中心、三星社區活動中心、大嵙社群活動中心、三星鄉老人會館與憲明國小，分散據點方便樂齡族就近上課，且均位於所屬社區中心位置，步行即可抵達，搭公車亦屬便捷，希望藉由本中心提供樂齡族終身學習場地，提升社區關懷，增進人我情誼，增加鄉內之樂齡族社會參與能力及自我肯定感。

**校友專訪** 本校第十五屆畢業校友  
**大同國小校長 胡文聰專訪**

◎為何會進入教育界擔任校長職務？  
我就讀的國小是清水分校，在有柏油路之前，每天都是沿著鐵軌走進學校，畢業後就讀三星國中。一開始自己沒什麼目標，只是對穿著挺拔軍裝的軍人有種憧憬，所以選擇軍校。後來因家人偷漏幫我報了臺北師專，便以大同鄉原住民的身分保送就讀。畢業後，回到大同國小教書，後來兼任組長、主任、校長，以服務更多人為目標。

◎擔任校長的理念和甘苦？  
希望原住民和一般生的孩子們，能夠勤勞、做好人、有道德、不做危害社會的事並且培養好習慣，發展自主學習的能力，也支持不擅長急書的學生往技職方面努力。至於甘苦，因為做著自己喜歡的事，所以樂在其中，沒有所謂的苦。

◎對三星國中學生的期望？  
現在的學習內容與過去相差很多，遇到瓶頸時，難免會有壓力，但是，絕對不要怕苦，盡你所能堅持下去，不要和他人比較，因為每個人的專注力、優點等皆不同。行行出狀元，好好運用自己的優點、長處，進而朝著目標努力，闖出屬於自己的一片天。

◎對母校的回憶以及求學的甘苦談？  
過去我們所能獲得的資源較少，家庭經濟能力也不好，所以求學過程有些辛苦。或許是老天鞭策吧！因為無補習班，只能自行購買評量，一個人認真讀，也感謝老天眷顧。

以前一個年級有11到12班，人多比較好玩，課業壓力沒現在那麼重，且有分升學班和放牛班，學校會鼓勵不讀書的同學去學習柔道等體育活動。聯課會舉辦球類比賽，軍樂隊在國慶時會至三星街上遊行。

我非常羨慕童子軍能夠到各地體驗、露營，所以唯一感到可惜的是沒能參加童子軍，但只能怪自己成績不夠高。

◎如何面對生命中的挫折或困境？  
無論是高高在上的總統或者是一般的市井小民，在漫長的生命路途裡，總會有不順心的時候，而在面對上帝給予的試煉中，我們也會面臨一些無法解決的難題。這時不要緊張、不要害怕更不要逃避，因為逃避並不能解決問題。面對困境的不二法門是「接受它」，先摸清敵人的底細，再商討好對策，接著各個突破，問題就迎刃而解啦！

凡事「盡力」去做，因為你不能要求事事順心，只能要求事事盡心。成功了，恭喜你通過考驗；失敗了也不要氣餒，更不要一蹶不振，把它當作往成功方向的一步，這樣子離成功就更進一步了。

◎原住民文化的流傳、教育、活動與保存？  
台灣是由兩大文化體系所組成的國家，一個是漢人文化，而另一個是多元且複雜的原住民族南島語系文化。因為過去漢人的強勢使得原住民漸漸被漢化，許多文化因此消失，還有族群因而走入歷史，也因為這樣才讓我有了將原住民文化保存並流傳下去的想法。「文化」是一個族群的生命，所以我都會請相關背景的人士來教導我們的小朋友，像是跳舞、唱歌、織布…等，也希望這些孩子能將它學起來，用在對的地方，使我們的文化繼續流傳下去，也讓其他族群能夠欣賞！

◎座右銘或代表話？  
做人最重要的不是成績的好壞，亦不是大、小功、嘉獎記了幾支，而是「態度」。

無論對事或對人，「態度決定一切」。只要以積極的態度來面對，事情總會漸漸變好的；而人與人之間需要什麼態度呢？那就是「彼此尊重」。我們常常為了點利益或吃虧而傷了和氣，在彼此心裡留下傷痕，導致漸漸疏遠，這時你的交友圈就會越來越小，人際關係愈來愈差，這樣做不值得。

**星中之光—本校103學年度重要得獎紀錄**

**團體**

- ★2014校園盃孟三級棒球賽－榮獲青少棒冠軍
- ★2014宜蘭縣深耕季層級棒球級式聯賽青少棒組－榮獲第1名、第2名
- ★宜蘭縣102學年度國民中小學身心障礙類特殊教育評鑑－榮獲甲等
- ★宜蘭縣103學年度優良紙筆評量評選活動國中團體－榮獲優等
- ★宜蘭縣103學年度學生舞蹈比賽國中組－榮獲優等第2名
- ★宜蘭縣103學年度音樂比賽陶笛合奏國中組－榮獲優等
- ★宜蘭縣103學年生涯發展教育訪視－榮獲績優學校(一等)

**個人**

- ★103全國語文競賽泰雅語朗讀國中學生組－904班簡依恬榮獲第4名
- ★宜蘭縣103學年度語文競賽國中組－903班張美鶯國語演說第1名、904班簡依恬泰雅語朗讀第1名、806班王佑盛語朗讀第3名
- ★宜蘭縣103年度國民中小學防災海報比賽國中組普通班組佳作－906班吳天心
- ★宜蘭縣103國民中小學防災教育四格漫畫比賽佳作－906班吳天心
- ★103年幸福宜蘭環保寶石王擂台賽－902班方紹哲獲入選獎、906班林謙進入複賽
- ★103學年度學生美術比賽－905班陳楓涆水墨畫類第3名、905班張齊璉水墨畫類佳作、905班吳天心漫畫類佳作
- ★宜蘭縣103年度本土語言教學成果競賽國中組口說藝術類第1名－902班林鍾捷、馬芷萍、906班林婉儀、林謙進
- ★宜蘭縣103年度本土語言教學成果競賽國中組戲劇表演類第3名－901班林沛儀、906班林佳馨、林婉儀、林詩庭、許雅雲、游育瑄、潘均婷、余嘉安、林志弘、陳岳鴻、陳泰安、曾奕承、黃宜軒
- ★103年宜蘭縣中小學田徑錦標賽國男組－標槍805班林奕豪第1名、標槍807班游哲彥第2名、混合運動707班吳志嘉第3名、400公尺接力903班陳安磊、904班陳富源、707班陳喆睿、801班楊辰宇第8名
- ★宜蘭縣103年多元評量示例徵選活動－卓信宏老師、韓馥如老師獲自然領域優等、杜毓璇老師獲語文領域（國文）優等；陳玉亭老師獲語文領域（英語）佳作
- ★宜蘭縣103年度優良紙筆評量評選活動榮獲優等－林碧芬老師、趙玉芬老師、張志遠老師、游淨婷老師、林柏圻老師、戴慈慈老師、卓信宏老師、韓馥如老師

## 各處室活動、宣導花絮





★703 陳威任

今年的七月二十一日，我們全家族計畫一起去花蓮玩，我家也是同行的其中之一。當天早上七點鐘，大家都在火車站集合，準備搭上前往花蓮的愉快列車！

一路上，小孩子在火車上玩起撲克牌來打發時間，不知不覺中就到了花蓮火車站。出了月台，我們在沙丁魚般的人潮中與導遊會合，前往第一個景點—雲山水（夢幻湖）出發。那裡有一大片湛藍的湖泊，綠油油的樹林，還有幾棟歐式風格的民宿，簡直是人間傳說的桃花源呢！第二個景點是花蓮糖廠，我們一到花蓮糖廠就馬上去買冰淇淋吃，因為它太美味了，吃完以後，導遊又帶我們去參觀不對外開放的私房景點，也就是以前製糖工廠留下來的煙管，那個煙管高聳直入雲端，白天走進煙管往上看就只有看到一個好似圓圓發亮的月亮，再來是去瑞穗牧場，我們在那裡餵牛吃草，過程中感覺就像是跟牛拔河，十分很有趣。我還喝了一杯冰鮮奶，果然是「新鮮牛奶」，又濃又純無添加物。最後，我們去了第一家名叫「大陸麵店」，那裡有一道很特別的麵叫做「煎麵」，顧名思義，那種麵是用煎的麵，吃起來脆香香的。眼看天色已漸漸昏暗，我們就回到導遊所經營的民宿住了一晚，結束了花蓮第一天的行程。

第二天吃完早餐，我們去白鯮溪撿玉石，我撿了五顆玉石，爸爸還撿到了特大顆的玉石呢！後來，我們就去玉石館磨玉，我覺得很驚奇，每個磨出來的玉，大小形狀都不一樣，最後大家帶著自己的玉石成品上車，但因颱風的關係，只能早早結束行程與導遊告別，結束了花蓮二日遊的旅行。

這次的花蓮行讓我學到了很多知識，例如：往北方行，海岸山脈是在我們的右手邊，也知道花蓮的名產是麻糬…等，除了進一步了解花蓮的人文風俗，更要感謝導遊帶我們去那麼多地方，花蓮二日遊是我最難忘的旅行。



801 陳姿羽

不管是故事小說、卡通動漫還是電影，幾乎都少不了反派角色，有時候作者們會把他們設定的既可惡又惹人厭，但事實真的是如此嗎？那可不一定喔！和光鮮亮麗的主角比起來，反派角色其實也是很辛苦的呢！

在某些劇情中，若是和主角的想法有所不同，就有可能被貼上反派的標籤。你來告訴我，到底為什麼一定要和主角有著相似的想法？若是每個人的想法都一樣，那就不變機器人了嗎？你們這樣不叫「正義」，是叫控制思想吧！是打算學秦始皇焚書坑儒嗎？！我覺得會去做某件事一定是有原因的，若是不去了解這些原因，而從表面就說人家是「惡」，那這種人才是真正的「惡」吧！

在一些劇情中，做法比較極端的人，就有可能變成大家公認的反派。但是每個人針對同一件事所想出的解決方法本來就會有所不同啊，如果所有人事都一樣，那各個行政單位都只要有一個人就夠了吧！何必要民主，何必要審查？這樣不叫「做對的事」，是叫獨裁吧！主角們，拜託不要幾乎每個都石頭腦袋、熱血笨蛋好不好？對於他人的想法或做法應該深入了解真正的涵義，而不是在尚未搞懂之前就全盤否定！我覺得應該由被稱為反派的我們當主角才對，至少我們比較聰明吧！

我說啊！有些主角會很有人氣這不是因為我們的反派形象讓他們一直加上光環，沒有我們反派者，主角也不過是平凡的市井小民而已啊！就像紅花沒有了綠葉的襯托哪會顯得美麗？所以可別小看我們啊！要是改天我們罷工不做事，整部作品可是沒辦法繼續下去，多少體恤、尊重一下我們吧！

經過我的一番「漂白」，有沒有重新思考在你心中反派的印象呢？可別再隨便「抹黑」我們啦！

# 象棋

★802 廖介榜

圓圓扁扁的棋子上寫著代表著地位的文字，有紅的也有黑的。上頭寫的字不同，走法也不盡相同。走法千變萬化，變化萬千，令人難以捉摸。

國小時，在放學後，因為附近教會有課後輔導，所以我都會去寫功課。但是功課很快就寫完了，閒得發慌的我，便開始和老師下起象棋。原本只是打發時間的遊戲，但隨著時間玩得越久，就愈覺得有趣。不管是變化萬千，難以捉摸的棋路，或是下得不分上下，難分勝負的情境，亦或是遭遇強敵，在最後一刻反敗為勝的滋味，再兩都讓我難以忘懷。

下棋的雙方，就像古代的軍師在互相鬥智，盡力展現自己的謀略，只為那一勝的快意。



★905 陳珮瑄

人的一生中，總是免不了離別與錯過，有些藏在心底未能道出的話、無法及時傳達的情感，到了最後只能化為深深的遺憾，如傷疤般永久留在心口抹滅不去。

從小我便是個性格稍微驕縱的女孩，長輩勸諭的話老是左耳進右耳出，對於父親的威嚴偶爾感到害怕，但心裡卻越產生想抵抗的意願，每當玩過頭、惹出麻煩讓家人頭痛不已，父母氣得要拿棍子修理我時，旁邊總會傳來一句：「小孩子不懂事，別跟她計較！」這是爺爺呵護我的方式，事後他總會坐在客廳的木椅，以心平氣和的口氣勸我別再調皮搗蛋、要當個好孩子，而我只覺得他好囉唆，不時還會對他回嘴，現在想起來真的不應該。

幾年前，身強體壯的爺爺突然倒下，去醫院檢查過後才發現罹患了食道癌，得知消息後，我瞬間不知所措，看著他臥病在床，我心裡有幾分惆悵與愧疚，之前是我太無知，不懂得反省自己，現在該長大了。我開始努力用功讀書，期望能達到長輩們滿意的成果，同時也成熟了許多，不會為了小事鬧脾氣，更不再惹事生非，但是這樣的改變，爺爺，您現在看得到嗎？

我輕坐在那張專屬爺爺的木椅上，回想過去他對我的耳提面命，那張散發慈悲笑容的面孔，至今我仍記得。如果爺爺還在，我希望讓他看見乖巧懂事的我，當個能使他驕傲光榮的好孫女。時光易逝，別讓你的人生帶著遺憾，提起勇氣，完成所有心願，將來不及轉為來不及！



★906 林詩庭

人的一生中經歷著生老病死，而時間總是無情的流逝著，記得國小的畢業典禮上，我哭得很慘，畢竟要離開那陪伴我六年的朋友們，心中難免不捨。現在上了國中，陪伴的同學換了許多新的面孔、新的環境、新的老師、新的課業壓力，當然也包含了許多新的考驗—教育大考會。

從七年級的懵懵懂懂到八年級的似懂非懂。人總是成長的，我選擇在暑假上了整整一個月的暑期輔導課，來彌補前兩年的荒廢課業，犧牲玩樂的時間去讀書，可是不用擔心，有很多人會陪伴著我度過這段煎熬期，他們與我一起接受相同的考驗，他們是我這三年中最重大的夥伴，一起比賽，一起在陽光下揮灑汗水，一起因為拔河比賽痛失冠軍而心情低落，一起在中午三五成群的談天說地，一起被老師罵、被老師罰，這些回憶都是陪伴過程中的點點滴滴，與家人不同的感受，陪伴我走過的是不同的人生經驗。

我們經歷了喜樂與哀傷，也共同面對挑戰與失敗，這中間的過程往往是最珍貴的回憶，三年來的陪伴真的很快樂！九年六班的，我肯定著。

# 爸爸的菜園

★701 吳怡臻

我吹著輕快的口哨，來到爸爸的菜園。菜園裡南瓜藤裡橘色的花蕾和天邊的夕陽交相輝映，眼前這幅美景讓人驚喜萬分。我殷切期盼南瓜快點長大，一想到它那甜蜜的滋味，著實讓我陶醉不已。

細小蟠曲的葡萄藤，沿著架子慢慢的往上爬。看見不知道從哪時候長出來的小葡萄已垂掛在架上，透出晶瑩的綠光。而一旁的百香果也不甘示弱的跟它搶鋒頭。它們的枝葉交錯盤繞在一起，變成蝴蝶的「迷宮」。

我的視線跟著蝴蝶的隊伍走，看到一顆鮮甜的香瓜躺在溫暖的土壤上，在太陽底下做「日光浴」，爸爸看到肯定樂不可支。而旁邊鮮綠的小黃瓜垂掛在架子上，尾巴的小黃花已經枯萎，等到小黃瓜一成熟，我和二哥就會展開一場「小黃瓜爭奪戰」！

在菜園裡，爸爸為我們設置了一個「遊戲區」。每到假日，我和哥哥便會拿著鏟子，前往這塊專屬於我們兄妹倆的小天地。在這裡，我們做了「水壩」，先搬來幾顆大石頭，鋪在水溝底，再搬來大小不一的石頭，疊在大石頭上面。我們一連在水溝裡完成好幾個水壩，如此一來，就很方便取得水源了！一旁的土堆裡，有我們精心設計的「礦坑」：挖個很深很深的洞，將彈珠埋在裡頭當作寶物，接著比賽看看誰挖到的礦物最多？還有！還有！我們還做了「泥土大餐」。土加水變黏稠狀，順手拔幾朵小花加進裡面增添色彩，再用葉子包起來就大功告成囉！我還曾經把「大餐」拿給爸媽試吃呢！而他們也很配合的假裝品嚐了一下，再加點一杯奶茶，十分有趣。

爸爸的菜園裡，有著說不完的趣事。只要一走進這裡，就可以聽見我們的歡笑聲，看見植物們開心的對你招手。每天，都會看到爸爸辛苦種的菜出現在餐桌上。



以後，我一定也要開闢一座自己的菜園，讓我的家人在裡面快樂的歡笑，盡情的玩樂，吃到我親手栽植的新鮮蔬菜。

# 付出比收穫

## 更可貴

★704 盧亭均

每個人都享受收穫的喜悅，在努力付出後，得到獎勵，會感到很開心、很有成就感，但我覺得在辛苦付出的過程中，能和朋友一起努力、一起學習，讓我感受到比收穫更加可貴的喜悅！

記得，有一次在參加朗讀社的課程，潘依重老師小聲的告訴我一件開心的事情—我要代表學校參加淡水區語文競賽，我既開心又期待，心裡想著之前的努力都是值得的！一回到家寫完功課後，我拿出練習用的稿子，反覆的練習，使用大小聲和高低音的技巧，不斷挑戰如何用適當的聲音展現出自己獨一無二的嗓音，不斷練習直到忘得順暢，才願意帶著疲憊的身心及滿足的心情去睡覺。一眨眼，已經到了比賽當天，上臺時，我帶著充滿自信的微笑，一步一步緩緩走上臺，把最好的一面表現出來，直到結束的那一刻，我的心都還在噗通噗通的快速跳躍著。比賽的成績出爐了，評審從二十幾個人裡選出六個人繼續參加市賽，而我竟然是那六個人裡的第一名，我高興的又叫又跳，回想起努力學習中，我交到更多朋友，學到更多朗讀的技巧，這些都是比得到第一名來的更加可貴的經驗！

要有豐富的收穫必須先付出許多時間和精力來練習，也要克服所面臨的挑戰，收穫代表自己完成了一項困難的考驗，以前的努力都沒有白費。雖然收穫會讓人感到開心、很有成就感，但是付出的辛苦過程中所換來的寶貴經驗，卻是讓人一生受用無窮，與成果相比顯得更加難能可貴。

# 木製音樂盒

★803 游湧峯

這看起來精緻的小盒子，是在與媽媽道別時的紀念品。裡面擺著一張與媽媽最溫馨的照片，還有些小物品，播著音樂，悠悠的音樂聲伴著小熊翩翩起舞。回想起曾經與媽媽一起聽著音樂，還跳了一段奇妙的舞，讓媽媽笑得好開心…

我好想念媽媽，想念著與她共舞，想念著與她聽音樂的日子。這音樂盒就像媽媽一樣，在我難過的時候，只要打開它，就感覺有媽媽在陪著我，安慰著我，鼓舞著我，療癒我的傷痛，伴著我成長。

雖然，經過多年，這音樂盒已經壞了，但想念媽媽的心情是永遠不會改變的。

微風輕輕撫著臉，  
安靜地從你身旁走過，  
它正為你演奏一首美妙樂曲，  
旋律迴盪在天地之間。

金黃的稻穗搖擺著身軀，  
在田野中等待農夫的採收，  
這景色是那樣的迷人，  
騎著單車在鄉間小路，  
一不小心便恍了神。  
稻穗的味道，  
溫暖又帶給人一股甜甜的feeling，  
不知道此時的我是幸福？還是幸運？

永無止盡的「美」，  
祂總是陪伴在我們左右，  
盼望著哪一天，  
有人，  
可以發覺它的身影。



★704 陳欣好