

人物專訪-好屏老師

採訪 撰文 吳旻哲 陳郁翔 趙柏諺



這學期我們與體育老師有較多的相處時間，這是因為大隊區賽前，好屏老師特別於放學後到體育館親自為我們訓練，對我們班的大隊接力下了許多功夫，因此，也激起了這次班刊要訪問體育老師的念頭。平時好屏老師給大家的印象，總是常穿著 T-SHIRT 搭配運動長褲和哨子，偶爾戴著帽子，表情時常嚴肅，或許這是因為很認真的看著我們練習過程，是否有特別狀況需要注意；而老師說話時簡潔有力，不管是在發號司令或是糾正我們的動作，都能使大家聽得清楚並了解如何做。像最近我們在上排球課，老師更常在課後告訴我們正確的打法和當下的狀況該如何應對、位置該如何站，並配合老師所教導的打法才能輕鬆得分。因此好屏老師在課堂上的態度雖是相當嚴謹，但私下卻很親切，尤其大笑時，更讓我們覺得老師就像大家的好朋友！

好屏老師在大學時因為選修了龍舟和籃球課程，所以每天早上五點半就必需騎著機車到碧潭，準備與隊友們開始一連串和龍舟相關的訓練，但這些辛苦的練習對老師而言，就是一個運動員具備的條件，沒什麼好抱怨的。好屏老師還曾經讓我們欣賞她大學時划龍舟的影片，過程中必須利用手臂的力量拿著槳，並配合隊友們的速度同心協力地完成比賽，老師甚至還代表台灣出國參賽呢，而這個國際的賽事，同時讓老師體認到走出台灣時英文的重要性。

另一個大學時期的專長，則是選擇加入籃球隊。由於每天辛苦的體能訓練，過度的磨練曾使老師的身體無法負荷而感到不舒服，但也因為這樣的操練，才能在 UBA 中獲得第二名的成績，這是老師感到最光榮的事。而人生中，最難忘的回憶就屬準備教甄的時候了；老師記得當時每天從早上十點到晚上十點，藏在圖書館準備的過程中，由於時間很寶貴，就連吃飯的時間都要計時呢！所幸好屏老師順利考上教師資格，我們今天才有這個緣份與老師相遇。所以在教師生涯中，讓好屏老師印象最深刻的，就是帶領第一屆班級時，學生在教師節獻唱了《月亮代表我的心》，讓老師感動至今，也讓老師有更多的動力繼續把教書成為自己的興趣。特別的是，談到好屏老師欣賞的偶像，並非是運動員，而是符合社會寫實、帶有正向力量的團體「五月天」。老師很欣賞五月天的歌曲中常表現出公平正義的意含，就像歌曲《黑暗騎士》中就提到：「只怕每個人都閉上雙耳和雙眼都害怕去改變。」讓老師對現今社會的現象，有所共鳴與認同。

體育課是全班最喜歡的課程之一，尤其是最近的排球更激起全班同學的熱愛，因此八下的排球比賽更是大家所期待之事，希望藉由體育課把排球的技術練到最好，也培養同學間的良好默契。最後，好屏老師要給大家的祝福與叮嚀是：所有體育成績的表現是大家用汗水累積而來的，要有亮眼的表現，就要付出比別人加倍的努力，付出不要怕辛苦，這樣才會有成功的一天！

模範生感言

文 林彥凱

我很感謝支持我的同學，因為有這些可愛的同學，我才有機會當上這次的模範生。在這個班上，同學有許多優點讓我受益良多，像熱心助人、對任何事情總是不放棄等等，這都是我該學習的地方。而我的父母，從小就要求我們對每個人尊重、包容，而這就是雅量，但有時候我發現並不容易做到，像在處理一些重要的決定時，我只能儘量忽略一些聲音才有辦法完成。禮貌也是重要的品德，與同學間的應對，或當老師告訴我注意事項時，我都會提醒自己說聲謝謝。好勝心強和追求完美是我的個性和座右銘，所以凡事我要求做事要有效率並做到最好。因此，只要是對自己或對班上有幫助的事，我都會盡力爭取，就像大隊接力的練習，即使自己不是正式的成員，我也會督促自己多練習以增加體力。

自從當選了模範生，的確是增加了不少壓力，因為自己的行為會被放大檢視，但這也是改善自己壞習慣的好機會。而被我列入首要改善的項目內容，就是說話太快也太毒，雖然糾正別人是出於善意，但也傷了彼此的和氣，我會努力在講話之前先在心裡想好再說出來。最後，我希望自己能幫助更多同學，尤其在課業方面，讓我們班永遠比現在更好！



校慶園遊會

李怡玟 林姿佑 撰寫



又是一年一度的校慶園遊會！

今年我們是第二次舉辦園遊會了，去年賣的是冰涼的乾冰汽水，這次我們決定挑戰香噴噴又好吃的章魚燒~由於這學期有大隊和隔宿要忙，班導為了節省大家時間，特別找了在做章魚燒的朋友來幫忙，以減輕大家的負擔。沒想到做章魚燒居然是一件累人的事，而那天又正好是大熱天，我們位在剛完工的新校舍中，場地不比去年優良，風沙又大，離校門口又有一段距離，客源明顯減少許多，所以我們今年的挑戰就更加艱難了。

由於這次目標希望可以賣到 1000 盒，還不到九點，我們早就開始偷偷賣起來了。章魚燒總共有原味、海苔和芥末三種可以挑選，為促銷還把去年沒賣完的飲料拿出來贈送！好在一開始就有很多顧客和其他同學來光顧，甚至有人九點之前就事先預訂了，真是個好的開始！為了挑戰 1000 盒，做章魚燒的手和叫賣的聲音幾乎沒停下來過，大家都很努力的叫賣，甚至也有很多老師、同學和家長來捧場呢！

做章魚燒真的是很新奇的體驗，平常吃章魚燒都覺得應該很簡單，但事實並非如此。從倒麵糊、放高麗菜絲和放章魚，都要小心不要被油噴到，而且還要時常注意章魚燒有沒有燒焦，翻章魚燒時還要注意不要讓它們「解體」了。由於剛開始還沒上手，居然被客人投訴我們章魚燒沒熟或燒焦，甚至有些居然沒放到章魚讓人只吃到麵團，還真是不好意思，新手上路請多包含！

這次賣章魚燒，讓我看到班上的敬業精神，導師也全場坐鎮，努力拉客人前來光顧，即使很累，大家仍然堅持緊守自己的崗位，中間即使有人被油噴到而燙傷，也只是沖個冷水後繼續工作，這個辛苦工作的畫面真的是很美！也體會到不管什麼行業都有其辛苦的一面。最後其他很多攤位都結束了，我們卻還在努力推銷。總共賣出去 800 盒，除了現場叫賣，還有外賣同學也很賣力推銷，很多親切的老師和同學甚至「阿沙力」的主動買下幾盒，因為大家的幫忙，這些賺來的錢最後讓我們買到了漂亮的班服~



隔宿露營

王珮毓 劉育安 撰寫

八上的重頭戲就是隔宿露營了。為了隔宿的表演，我們必須選好歌曲並編好舞蹈動作，由於先忙著練習大隊，所以真正開始準備表演節目時，整整比別班晚了一個月，一下練跑一下練舞，這期間還穿插了園遊會，簡直是讓人快吃不消了。編舞和做班旗同學都辛苦了，每天從早自習、每節下課，甚至是午休、放學都得要幫忙處理真不是件輕鬆的事。幸虧大家動作效率高，雖然練舞花費了不少時間和精力，但全班團結一致，再累也慢慢把舞步隊形練好。所以短時間從一無所有到音樂剪接、編排、全班練到動作整齊，以及最後選好班服，真的是一件很不容易的事。但我們還是完成了！接下來就是等著隔宿露營的到來，我們一定要好好把握！

11/10、11 兩天是全八年級重所期待的重要活動——隔宿露營。當天一大清早聚集在偌大的體育館廣場準備出發。我們的團輔就在遊覽車上教會大家很多口號與指令，為今天一整天的訓練做了準備。一到香格里拉，大家懷著忐忑不安的心情坐在位置上，七嘴八舌地討論接下來將會發生什麼事，此時，一個神祕的人影緩緩步入會場，完全狀況外的我們完全忽視他的存在，直到突然聽到暴吼了一聲：「吵什麼吵啊！」說時遲，那時快，整個會場的空氣瞬間都凝結了起來，就連呼吸也都不敢太大聲。這位所謂的執事官正是我們的教練，教導了我們一些基本的禮儀與動作。輪到大家開始呼口號時，我們將車上學過的中隊呼，以放大數十倍的力量吶喊，結果整個場地幾乎只聽見我們響徹雲霄的吼聲，就這樣，揭開了這次隔宿露營的序幕。

第一天下午的好幾個分站進行中，最令人印象深刻的，應該就是全班手拉著手一起完成的「硫酸河」吧！遊戲的規則，是全班必須利用帶頭者扔下的巧拼來通過幻想出來的河流，而最後一人需將巧拼收起才算成功。過程中每塊巧拼都必須有人守著，否則我們便會失去那塊巧拼。還記得我們在前幾項活動中都領先隔壁班，但在這個項目我們的分數卻不如之前；為了取得勝利，我們採取了新的對策——「手牽手」。全班一起把手牽起來，拉著彼此一同前進，不禁可以穩住步伐，還能振奮士氣。雖然在速度上還是讓隔壁班領先了，但我們的特別的方法卻讓隊輔驚訝讚嘆，並讓我們兩班都在此項目上中得到滿分。

度過了晚餐時間，就是隔宿的重頭戲——營火晚會！晚會的營火以浴火鳳凰的造型點燃，接著各班代表的勇士便進場表演勇士之舞，舞蹈非常壯觀，帶開了這整場晚會的氣勢。緊接著大家期望已久的晚會表演開始了，看得出來每個班都使盡渾身解數來博得評審開心，更準備了不少吸引人的性感舞蹈動作，我們班當然也不例外。在一陣接著一陣的歡呼高喊中，終於輪到我們班上場表演了。我們班將「迪迪不累」性感的詮釋出來，每個人都幻想自己是法拉利姐，在台上賣力地做 M 字腿。俗話說「台上一分鐘，台下十年功」，在舞台上我們深刻體會到了所有細節與成就，都是需要靠勤奮的練習而來，否則我們的表演也無法順利地落幕。在所有班級表演結束後，大會又播了很多首膾炙人口的流行歌讓大家合唱，像是「當你孤單你會想起誰」，還有這陣子很夯的「小幸運」，由於全體七百多人的大合唱，讓在場的許多同學因此流下感動和不捨的眼淚呢。

經歷了兩天一夜的隔宿，中間我們大哭大笑，又叫又跳的，每個人不管是心理還是生理都已精疲力盡，但心中卻是滿滿的回憶。也許我們沒有得到總錦標，但我們贏得了更重要的團結精神，這兩天一夜讓我們更有向心力、凝聚力，這真是令人難忘的隔宿露營，不論過了多久，相信大家不會忘記那個夜晚，大合唱所帶給大家心中的悸動，即使未來出了社會，更會懷念起當初熱血純真的我們，為了班級榮譽義無反顧的精神和態度。



隔宿露營結束後全班於會場拍照留念