



# 臺南市七股區七股國民小學



## 友善大地—海龍哥哥到校分享海洋課程

開學第一週是友善校園週，學校除了安排友善校園反霸凌宣導活動之外，學校更邀請為海而走—堅持「健康海洋，善愛環境」信念的海龍哥哥黃柏堯到學校進行一場精彩的海洋生態課程，雖然海龍哥哥既非教師也非表演者，卻懂得運用戲劇般的肢體語言攫住孩子的目光，令老師及孩子們眼睛都為之一亮。



海龍哥哥上課非常有趣，除了讓我們認識到飛旋海豚及花紋海豚，原來花紋海豚的白色花紋是因為牠們身體互相碰撞及獵物爭鬥下的痕跡，更重要的是海龍哥哥告訴孩子塑膠製品對海洋生物生命的威脅，及這些塑膠微粒對生態及人體的傷害，讓孩子們上了一堂相當震撼的課程。

校長也表示希望透由這樣的分享，讓同學可以一起來淨塑，減系塑膠的用品的使用，避免製造出更多的海洋垃圾，影響生態環境。



◆ 黑琶尼斯英語每週一句

◆ What class do you have next? • 你下一堂課是什麼?

## 樂齡中心—活化記憶力課程

樂齡中心本週會學員們開設了一堂活化記憶力的課程，講師以活潑生動的遊戲方式來帶領樂齡學員進行活化記憶力的訓練。

利用一些簡單的肢體動作來進行有氧運動可以活化腦細胞，進而增加我們的記憶力。

除此之外充足而有品質的睡眠、掌握記憶重點、平時多動腦，正確的飲食、吃七分飽及不亂吃健康食品等都是可以活動記憶力的良好方法。



## 三好校園—說好話、行好事、存好心

本學期學校申請佛光山三好校園運動計畫，希望透由三好運動的推動，讓同學能說好話、行好事及存好心，從生活習慣中去養成三好的內涵。

說好話—凡是給他人歡喜、讚美是好話，給他人鼓勵、加油是好話，給他人指導、教育是好話，以鼓勵代替責備，以愛語代替指責都是好話。金錢多了，錢也能犯罪；力量太多，成為權力也不太好；但好話不怕多，適當的好話，可以鼓舞人心，淨化的、美化的好話愈多愈好。

口說一句好話，如口出蓮花；口說一句壞話，如口出毒蛇。一句話的力量不可小看！多說好話，多說鼓勵的話，讓聽者感受到我們的誠心，達到互相溝通的良效、增進彼此的友誼，正是「好話」帶來的優點。

