我愛金瓜石 月刊

發行人：沈美慧
顧　問：何宜達
編　輯：李訓誠
出版者：新北市瑞芳區瓜山國小
地　址：瑞芳區石山里五號路 306 號
TEL：24962036　FAX：24961364
110 年 3 月　　194 期

印刷品

夢想啟航!!

師生共圓家鄉夢

生命教育專欄

特派記者李訓誠
瓜山的溫馨報導

圓一個夢，需要多少時間？造一艘舟，需要付出多少心力？為了圓夢，又會有多少美妙的奇蹟發生？圓夢的過程中，會創造多少感動？這群瓜山的師生，用行動，寫下屬於自己的答案。

六艘五顏六色又各具特色的獨木舟，是辛勤奮鬥的碩大成果，也是眾人的齊心協力的果實，更是淚水與汗水交織的樂章，正蓄勢待發，等著即將乘風破浪。過程中的艱辛與困境，外人難以知曉，但是當獨木舟展示在眾人眼前，佐以發自肺腑的真心分享，讓大家都感受到了圓夢的快樂與悸動。圓夢，到底圓什麼夢？讓我們一起看下去。



↑孩子們與導師興奮的向大家介紹自己的船，並且各自站在成品旁邊，留下了珍貴的紀念。

驕傲的神情、溢於言表的喜悅，臉上充滿著自豪與自信，二月二十二日這天，孩子們與導師向大家展示這艘「夢想之舟」，這是半年多以來持續累積一點一滴的努力成果，更是一整個寒假，每天日以繼夜不斷前進的證明。每一艘獨木舟，背後都有著屬於自己的故事與夢想，風格迥異的設計理念與繽紛多彩的舟體圖畫，代表著每一位孩子獨特的眼光與想法，每一個夢想都值得被慶賀，每一個孩子都值得被讚許，這是一場什麼樣的圓夢之旅？一切要從一個單純的家鄉夢開始說起……。

為什麼要造舟？

因為想在海上看金瓜石!!

瓜山位於茶壺山及基隆山的山腰，遠望可以看見陰陽海，但距離海洋仍有一段距離，那為什麼要造舟呢？

這群孩子透過一份簡報，在募款活動中向大家說明夢想的起點。在每一次的社區踏查、田野調查中，孩子們瞭解到挖礦時代的礦產有著一條由高山走向大海的金礦之路，所以想要帶著金礦的故事，走向大海。

再者，從瓜山遠眺就能輕易看見的陰陽海，不同的天氣、不同的時令都會有著迥異的樣貌。不想要對於海洋的想像只停留在「遠望」，那就「遠航」吧！乘坐一艘船，遠航到海上看向金瓜石，就像出海的水手望向故鄉，或許心頭上會湧起雄心壯志，也或許會滿懷家鄉情愫，不管是哪一個，金瓜石象徵著故鄉，海洋代表著世界，從故鄉走向世界，再從遠方回望故鄉，這是每一個人成長的必經過程吧！

三個異想化作華麗的夢想出航！



田野調查
耆老對話
重現金礦之路

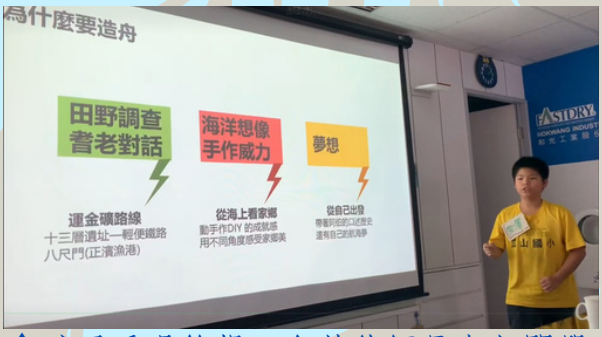


海洋想像
手作圓夢
從海洋看家鄉



夢想啟程
全新出發
從山划向大海

即將畢業的孩子們，人生的另外一段旅程即將出發，願每個孩子鵬程萬里是每一個師長都齊心盼望的祝福。因緣際會之下，鵬程萬里能夠化作為真實，讓孩子親手打造自己的船，透過親子合作、師生共學，讓鵬程萬里不僅僅是一個祝福，更是一場充滿驚奇的行動。從高山，划向大海；從金瓜石，划向陰陽海；從故鄉，划向充滿希望的未來。



↑孩子透過簡報，向其他師長與相關單位說明造舟計畫，詳細介紹了原委、困難、需求，與目標。

實際訪問孩子們，人小志氣高的傑安如此自豪的說：「住在山城的我們，為什麼還要造舟呢？因為我們發現金瓜石的歷史、人文慢慢消失中，所以我想要把我所知道的一切，利用畫筆，彩繪在我的舟上，這樣可以保存一些，每一艘舟，都有一個屬於自己的故事，我的也不例外。」

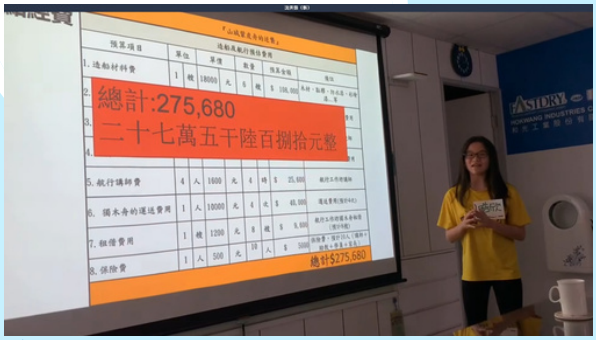
六年級中唯一的女生劉皓欣也說：「常常有人會問，金瓜石就在山城，為什麼要造舟？我們可以划著有金瓜石故事的舟，在海上航行，看見自己的家鄉的歷史人文，自己生活的地方，會覺得特別的驕傲，也特別有成就感，往回想，造舟這件事，帶給我們很多的快樂及成就，雖然一路上很辛苦，我們會一直堅持下去，因為這是我們的造舟夢！」可見造舟是孩子們重視，也對家鄉有共感的事，憑藉著這股熱情與憧憬，一位導師和五位學生的造舟之旅就此啟程。

逐夢之路遭遇困難 無所畏！堅持下去！

築夢的路上勢必會有大大小小的困難在眼前阻礙著前進，圓夢總是要付出努力的代價，才有可能成功。而造一艘舟，又談何容易？夢想說得慷慨激昂，實踐起來才知道箇中的酸甜苦辣，但逐夢踏實，要逐夢就得踏實，腳踏實地的前進，只要大家一起，就無所畏懼。

首先遭遇的困難，就是「經費」。

從開始造舟到真正出海航行，總計費用約需二十多萬元，但小學生哪裡拿得出這麼多錢？他們決定要靠自己的力量籌錢、賺錢。或許圓夢都需要一份單純的「憨膽」，這群孩子沒有向父母求金援，而是靠自己的努力、靠班級合作的力量，想出了辦法募款，甚至是親自賺錢，一點一滴的積累，讓夢想實現越來越近。



↑造舟所費不貲，六艘獨木舟總計費用約需二十七萬五千元。光是經費，就是一個大難題。



↑孩子們向外賓導覽校園特色蕨類與蜜源植物。

導師和五位孩子，一起想出三個辦法來得到造舟所需的經費。第一個是「導覽」，他們平時在學校就經常向外賓介紹校內的動植物與校園布置，從紫斑蝶到筆筒樹，從彩虹礦坑到哈哈歷險記，對於整個校園瞭若指掌，如數家珍般的介紹校園裡的每一塊角落，每一位外賓無一不讚嘆連連。秉持著這樣的能力，他們也到家鄉的景點進行導覽工作，即使收入微薄，卻也是逐夢的一步一腳印。其中，何宗澤提到：「我們第一次導覽時，賺到了580元，但是晚餐就吃了780元。」可見覽導工作進帳並不優渥，逐夢竟是比想像中還要艱困百倍、千倍。

第二個賺錢的方法，則是「演出」。作者賴舒雅有本著作《金色聚落》，孩子們共讀此書，並將書中的內容改編成小短劇，演出金瓜石的歷史與人文，例如發現金礦的故事，挖礦時代的生活等等，觀賞過的觀眾無不印象深刻。

最初，演出在去年歲末聯歡初次登場，獲得熱烈好評，他們將此表演完整的搬到社區進行巡演，勾起了許多當地耆老的回憶，表演除了獲得掌聲與讚許外，更是讓孩子們朝著逐夢之路向前狂奔。



↑孩子們的戲劇《金色聚落》初次登場。

最後一個賺錢的方法，是「募款」。有賴於校長的支持，孩子們一同到和光工業公司向善心人士介紹造舟的計畫。孩子們輪番上陣，講述造舟的緣由、賺錢的計畫、目前的進度等等，在台上的每一位孩子眼神炯炯發光，在他們專注的神情中能看見正在萌芽的夢想，以及不斷源源湧現的逐夢勇氣，不僅如此，孩子們更向許多旅人、遊客、訪客，一字一句堅定而踏實的訴說造舟夢，令在場所有人都為之動容。孩子們不僅作夢，更有逐夢，讓每一個人都想幫助他們圓夢。

然而，當真正開始動工之後，更多的困難卻在眼前等著他們……。

家長的支持是最大的後盾及力量

來到了真的要動手造舟了，大沐老師來到瓜山國小，運用好多個假日，甚至寒假大家也都到學校學習怎麼造舟。從最一開始的木條整理、軟化、摺彎、定型，再到上蒙皮布、使用釘槍、上色、定色、塗上防水漆等等，每一個步驟大沐老師都仔細的、耐心的帶領大家一起操作。

然而，如此浩大的工程無法單靠一個人的力量完成，但是導師和孩子們的熱情早已讓周遭的大人都感受到了，家長來了，社區的民眾也來幫忙了，好多好多人都來到瓜山國小，成為孩子們圓夢的得力推手。

造舟計畫不知不覺中變成了親子共做的絕佳場域，導師吳彥樺老師這麼分享：「有家長跟我分享，如果不趁這個時候多陪伴孩子，以後陪伴他的就不會是我了。趁我今天能夠請假，趕快跟孩子一起把困難的地方做完，這樣我才能放心回去上班。」誰也沒有想到，一開始看似異想天開的造舟計畫，此刻成為了所有人一同努力的目標，夢想越來越近，好似再也沒有什麼困難能難倒大家，因為我們有彼此，此時此刻家長、師長、學生全都同一陣線，為造舟夢努力。



↑家長協助孩子一起製作獨木舟的骨架。



↑大沐老師帶領學生操作，舟的雛型逐漸清晰。

無數次的受傷，數不盡的失敗，回家後席捲而來的肌肉痠痛，「原來造舟這麼辛苦！」孩子苦笑著說，那麼這一切值得嗎？「超級值得！」一樣也是孩子，這次換成了喜悅表情立刻雀躍的回應，不難想見，造舟必定在孩子心中留下了深刻恆遠的記憶，也塑造了人格養成，學習負責、堅持與勇敢。

舟體完成後，還有上色。導師和五位孩子分別有六種完全不同的設計理念與構圖，不約而同的是每個人都把金瓜石畫在獨木舟上，獨木舟又叫做格陵蘭舟，但眼前上色的六艘獨木舟成為了世界上獨一無二的「金瓜石舟」。





上色完成後，每位孩子抬頭挺胸，充滿著驕傲的分享設計理念。有人畫了煉銅廠、十三層遺址；另一艘則是本山九坑，將礦場完整呈現在舟體上；第三艘則是金瓜石的空照圖，蜿蜒的小路、青綠的山坡，活靈活現的躍然於舟上；接著第四艘是金瓜石的著名蕨類，巧妙的運用蒙皮布的縫線作為植物的莖，畫作頓時立體了起來；最後一艘則是大海的意象，飛魚躍出水面、豆腐鯊優游其中；而老師的作品則是一隻巨大的鳳蝶盤據於舟體上，栩栩如生。每一艘獨木舟各有千秋，獨具特色，創意表露無遺。



←六艘金瓜石舟一字排開，各領風騷。

↑孩子們發揮創意，將獨木舟彩繪成獨有的金瓜石舟。

無數的努力過後，獨木舟完成了，好似作夢的冒險來到了終點，而這個美夢真切的實現了。結束了嗎？尚未。下一站是出海，踏出台灣土地，航向海洋、航向更具勇氣與作夢的旅程，同時也是邁向人生下一個階段的啟程。接下來要再經歷數次練習，才能出海遠航，際遇在畢業典禮之後，獨木舟將正式下水啟程，故事未完待續……。

I Have a Dream
我有一個造舟夢

學輔主任 黃孟偉

這學年的瓜山國小很不一樣，多了幾艘美麗的獨木舟，這些船不是跟船公司買的，也不是如諾亞方舟沉睡在高山上，而是由六年忠班的同學及彥樺老師一齊努力完成的，造舟的過程中，主任跟他們學習到很重要的概念，與各位同學分享：

★勇敢做夢

「I Have a Dream...」是諾貝爾和平獎得主，美國偉大的非裔人權運動博士－－馬丁・路得的名言，因為一個夢想，開啟了美國人權平等全新的篇章。夢想是成就偉大豐碩巨樹的種子，邁向卓越的引擎，六年忠班也有一個夢－－「造舟夢」，非木條七拼八湊，而是歷經千錘百鍊方能乘風破浪的舟，當駕馭在浪潮洶湧的風浪中，陽光將海面染上金黃，疲累的雙手高舉木槳歡呼，如此壯麗，偉大的畫作，完美演出的樂曲，都是因為從夢想開始。

★心甘、情願、想與做

夢想若是心甘，痛苦便是情願，缺一不可。

種子埋在土中，若沒有辛勤的雙手，日曬時彎腰翻土，灑水灌溉，雨淋下保護農地，默默地承受著上天的考驗，挑戰自己的極限，方能收穫甜美的果實。

造舟的過程更是如此，一場又一場的募款演出，與時間賽跑的簡報，必須克服害羞個性，訓練流利的口條，氣宇軒昂地與觀眾分享夢想，感動人心，支持夢想的路程，募款的數字不是最大的收穫，而是一輩子受用無窮的能力。

寒風冷冽的寒假，萬般不捨地與溫暖厚被道離別，抓緊休假時刻到學校跟大沐老師學習造舟的寶貴知識，一釘一錘，敲打與機具交織而成的交響樂，從白天到黑夜，終於，從獨木變成了獨木舟。

★Me to We　我到我們

Me翻轉後變成了We，從我到我們，獨身一人到一群同心齊力的朋友，造舟時，我們也在翻轉，懶惰成堅持，獨善其身成合作無間，發脾氣成深呼吸……因著每個人都願意改變，合作成就偉大的夢想。

雖然名為「獨木舟」，並不是孤獨的舟，而是一塊木條，經過千百道複雜的工序，眾人之力，一齊完成，雖然握著槳，駕馭舟體是單獨個人，卻是爸媽，老師，長輩，同學們無形的手握著槳，推著舟，一齊在未知的海面上同心破浪。

當你真心渴望某樣東西時，整個宇宙都會聯合起來幫助你完成－－《牧羊少年奇幻之旅》。人因夢想而偉大，夢想因為決心而實現，真正偉大的是實踐夢想的過程，勇敢嘗試未知的事物，開拓自己的視野，捲起袖子，在汗水交織，日曬雨淋的磨練後，享受豐收的果實，感謝六年忠班讓我們上了如此重要的一課，幫助學弟妹們也能朝自己的夢想邁進。

幼兒的統整學習

幼兒園主任林容如、幼兒園教師林宜鑫

幼兒園與國小分科學習不同，它是以統整課程方式讓幼兒學習，以活動的形式來看，包含了例行性活動、多元的學習活動和全園性活動。每天一早幼兒進入幼兒園教室就是統整學習的開始，以活動形式來看茶壺班：

活動形式	工作內容	六大領域指標內容
例行性活動	換鞋子、掛外套、書包、內碗、L夾交給老師、吃點心、洗手、刷牙、上廁所……等。	能操控身體掛好外套，用餐完收好碗蓋，蹲上馬桶，或是養成洗手及刷牙良好生活習慣；排隊時前後位置、碗的順序；發號司令整隊、輪流說話；分辨能做與不能做的事情、表達自己的需求；表達自我情緒；感受食物的美味。
多元學習活動	繪本閱讀探討、種菜、美藝活動、戲劇演出、學習區工作及大肌肉肢體活動……等。	讀繪本能辨識圖像代表故事意義；理解故事角色與情節、運用肢體動作表達故事；種菜則是討論自現象特徵間關係、樂於與他人分享；演戲可以知道自己複雜情緒出現原因；美藝活動需熟練各種用具操作、運動則是訓練身體穩定、移動及協調性。
全校活動	迎新活動、慶生會、節慶活動、校慶暨運動會……等等。	萬聖節及聖誕節知道生活中有各種不同語言；慶生會樂於參加各種活動；運動會敏捷熟練各種素材及器具。

從上述幼兒園活動形式表格可以看出，小茶壺們從進入幼兒園開始每一分一秒都是非常忙碌的學習時光喔！所以當爸爸媽媽問小茶壺：「你今天玩了什麼？」可能會得到：「不知道。」的回覆，實在是因為在幼兒園一日進行的活動有太多太多了，就連吃飯、睡覺都是學習的一部分，他們需要被聚焦問題，才能將腦中記憶連結到明確的答案出現，所以請記得要問細一點的問題。

當然除了幼兒園，在家中的時光也是學習成長的最佳機會，只要給幼兒機會讓他們獨立完成工作就能不斷學習到新的技能，但如果都因為他們需要花較多的時間或是做得不夠完美就幫他們完成，那很可惜的他們就會失去學習新能力的機會，所以請給他們獨自或是協助工作活動的機會哦！









←↑在幼兒園的一天，孩子們有許許多多的學習活動，分別發展不同的技能。

面對生命的困境
《安心國小1+2套書》
孩子的第一套社會情緒學習橋梁書

教師　林君穎



為什麼推薦這本書？

本月份所要介紹的好書是「安心國小1+2套書：孩子的第一套社會情緒學習橋梁書」。這是一本關於安心國小融合了社會情緒學習的概念，透過貼近生活的故事，提升社交與情緒能力，讓孩子認識自己、了解他人，學會如何與自己和他人相處，並且懂得為自己的決定負責。現在，讓我們來看看1、2月份的主題好書推薦吧！

好書簡介

書名：安心國小 1+2套書
作者：岑澎維　　繪者：張庭瑀
譯者：許婷婷
出版社：小天下　出版日期：109.9.7
語言：繁體中文

故事主軸包含交友、感情、霸凌、抱怨……等，都是非常貼近孩子生活的社會情緒學習課題。而作者對故事情節的鋪陳、對字裡行間情緒流動的掌握，更是引人入勝。

《安心國小1：我們是同一掛的》

華彤轉學第一天，卻被「緊張」和「害怕」纏住，這時來了一個留著小短髮的同學，熱情的帶領她認識新環境，她說她們是「同一掛的」，這是什麼意思？小短髮要求華彤做的事愈來愈奇怪，華彤好想拒絕，但她就是說不出口，她很怕會失去這個朋友，卻也愈來愈不知道自己是誰了。

《安心國小2：冰紅茶霸凌事件》

馬信身上總是飄著一股海的味道，除了爽朗的翔豪，他幾乎不和別人說話，他是他的擴音器、翻譯機，他們一起品嚐夏天的冰紅茶，一起玩官兵抓強盜，甚至一起被主任叫去學務處聽訓。翔豪漸漸發現，其實馬信很聰明，他還發現，馬信身上常常帶著大大小小的傷痕，這是怎麼回事？

資料來源：博客來網路書局

We must overcome difficulties and not be overcome by them

我們要克服困難，不要被困難克服

英語教師　鍾劍峯

Having obstacles and challenges in each stage of our lives is inevitable. We have to conquer them instead of being defeated. In our lives, there are difficulties to weight us on the shoulders. However, some would choose to avoid or escape when the difficulties will get harder.

Therefore, when we face difficulties and challenges, we should actively find ways to deal with them. Do not be afraid of difficulties and challenges because you can accumulate more experience after overcoming them. Once you accumulate more experience, there is no need to be afraid of further difficulties and challenges.

在生活中，面臨到困難和挑戰是必然的。我們必須去克服它們而不是這這些困難給打敗了。在我們生活的每個階段有障礙和挑戰是必然的。我們必須克服它們，而不是被它們給打敗了。在我們的生活中，有很多的困難壓在我們的肩上。然而，有人會選擇避免或逃避，困難將變得更加困難。

因此，當我們面臨到困難和挑戰時，應該正面積極的找方法來處理。不要害怕困難和挑戰，因為克服困難和挑戰後，你可以積累更多的經驗。一旦你累積了更多的經驗，就沒有必要害怕面對接下來的困難和挑戰。

obstacle	阻礙	challenge	挑戰	inevitable	必然的
instead of	而不是	conquer	克服	defeated	打敗
avoid	避免	escape	逃避	accumulate	累積

中年級集體創作

許願

導師 吳修宇、王湘靈

四忠 李嘉恩

在炎熱的夏天，
畫家坐在沙灘上畫著海浪，
手拿著畫筆擦去額頭上的汗水，
希望天氣涼爽使得畫作變得更好！

四忠 張茲婷

在水碧山青的河岸邊，
天鵝跳著芭蕾舞，
閉著眼，打著赤腳，
希望自己可以跳得更好！

三忠 江家靚

在美麗的星空下，
大家躺在大草原上看星星，
美麗的星星找到我的心房，
希望每一個人的願望都可以實現。

四忠 周彧爰

在平靜的海面下，
魚兒游來游去，
努力擺動著脆弱的魚鰭，
希望自己可以越游越好。

一年級作品

導師 黃昱芳

我愛運動



劉罐罐

吳睿鵬





賴沛妍

二年級小小詩人：春天

導師 李青祐

彩色春天 李駿辰

我走到菜園
一眼就看見幸運草，
我得意的說：
「春天是綠色的！」

爸爸開車到汐止，
一眼就看見黃色的太陽，
他開心的說：
「春天是黃色的！」

我走到金福宮
一眼就看見彩色的龍雕像，
我驚訝的說：
「春天是彩色的！」

我走到樹旁，
一眼就看見黑棘蟻，
我得意的說：
「春天是黑色的！」

春天的景色 呂永潔

我在瓜山國小，
一眼就看見腎蕨，
我開心的說：
「春天是綠色的！」

我在校門口，
一眼就看見杜鵑花，
我覺得很舒服，
「春天是桃紅色的！」

我在四忠教室前，
一眼就看見櫻花，
我覺得好享受，
「原來春天是粉紅色的！」

我走在公園，
一眼就看見紫羅蘭，
我感到放鬆
「原來春天是深藍色的！」

快樂的春天 曾文隴

我走到學校
一眼就看見雞蛋花，
我得意的說：
「春天是白色的！」

我走到外操場
一眼就看見芒花，
我得意的說：
「春天是黃色的！」

我走到斜坡索道
一眼就看見石頭，
我得意的說：
「春天是灰色的！」

我好開心春天要來了！

綠色的春天 二年忠班謝睿喆

我十月八日要去上學了，
跟我一起去參觀吧！
我走進瓜山國小，
一眼就看見校園裡的魚腥草，
我開心的說：「春天是綠色的！」

再來我看見校園裡有腎蕨，
我快樂的說：「春天是綠色的！」

我又看見校園裡的鐵線蕨，
我興奮的說：「春天是綠色的！」

放假的時候，我們全家去爬山，
我看見筆筒樹，
我驚喜的說：「春天是綠色的！」

二年級小小詩人：春天

導師 李青祐

東西南北的春天　葉禮物

我站在東邊，
看到了灰色的天，
我感覺很開心，
我發現春天是灰色的！

我站在西邊，
看到了翠綠的筆筒樹，
我感覺很驚訝，
我發現春天是綠色的！

我站在南邊，
看到了橘色的炮杖花，
我感覺很快樂，
我發現春天是橘色的！

我站在北邊，
看到了黃色的太陽，
我感覺很歡喜，
我發現春天是黃色的！

我真的發現
春天的東南西北有不同的顏色喔！

四季的顏色 陳安

春天的花要開了，
我想看看山上的春天長什麼樣子？
我走到校門口，
一眼就看見粉色的櫻花。

夏天來了，
我想看看山上的夏天長什麼樣子？
我一打開門外，
一眼就看到五顏六色的房子。

秋天來了，
我想看看山上的秋天長什麼樣子？
我一打開窗户，
一眼就看見霧茫茫的山。

冬天來了，
我想看看山上的冬天長什麼樣子？
我走出家門，
一眼就看見白色的芒花。

我發現春夏秋冬的顏色是五顏六色，
讓我覺得好驚訝！
原來山上的四季這麼美！

美麗的春天　何沛澄

我走到瓜山國小校門口，
一眼就看到白色和粉紅色的桃花，
我驚訝的說：
「春天是白色的！」

我走過四忠教室，
看到美麗的櫻花樹，
我驚喜的說：
「春天是粉色的！」

我走出家門，
看到電線桿上有一隻小松鼠，
我開心的說：
「春天是咖啡色的！」

我走到我家樓下，
發現有可愛的土撥鼠，
我狂喜的說：
「春天是土黃色的！」

五年級作品
歡樂足球課

導師 黃婉茹

賴宇之

這個禮拜三，下午的社團有了小小的變動，打鼓社團往後移動，換成足球課程。

足球課程一開始就是一些小小的體能訓練，教練的足球種類有二種，一個是室內足球較輕，另一種是沙灘足球較重。體能訓練有蛇行帶球，還有帶球到前面，在使用腳的內側傳球回去，對我來說，這個練習有點難度，每次腳內側傳都很難控制方向，不是踢歪就是踢太高；另一個活動是要踢高飛球去打九宮格，結果我們這一隊全靠林傑安踢中幾個，對面的女生踢中八個，一個個看起來都不是省油的燈。

接下來就是比賽啦！首先我先擔任守門員，這個時候的我，像剛睡醒的樣子，看脫韁野馬般的隊友長驅直入，帶到敵方球門前，雖然快進了，被抄球，直搗球門，接著又被帶到敵方的球門，這樣來來回回不知多少次，我看著旗鼓相當的敵隊，開始緊張了，結果關鍵時機，我愣了一下，敵方就射門了，我一臉茫然的看著隊友。不過，我相信只要全力以赴，一定可以勝利的！

這是我第一次上足球課，而教練讓我們體驗足球的樂趣，不只是體能訓練，還讓我們感受專業一點的足球，才不會造成上課緊張的樣子，我最喜歡的是九宮格，因為大力道可把一天的煩惱給踢出去，非常療癒。



←歡樂足球課的實況
大家都玩得不亦樂乎！