

免費 2/16 PM2:00~3:00
LOUISA COFFEE
親子悅讀
體驗課 建議5-8歲
本活動限額參加
請提前線上報名



9 771681 708707
今日特價
10元

國語日報

現代馬術祕技公開
掌握訣竅 秀優雅英姿 4版

培養正確金錢觀
理財從小學 爸媽分享妙招 12版

NBA哈登表現佳
聯盟得分王 單月破六百分 15版

財團法人國語日報社發行
董事長兼社長/蔣竹君

社址/10078臺北市中正區福州街2號
網址http://www.mdnkids.com

訂報 (02)2341-2448
總機 (02)2392-1133

打造AI人才 人工智慧將納基礎教育

沈育如、吳啟綜
臺北報導

為了迎接 AI 人工智慧時代來臨，教育部計畫推動從國小、國中到高中的 AI 教育。行政院昨天表示，教育部規畫一百零八學年度進行前置籌備、一百零九學年度將 AI 課程納基礎教育課程規畫，並預計於今年五月完成發展國高中及國小的 AI 教材與教案示範例。

根據中央研究院「AI 人才概況調查」顯示，臺灣人工智慧學校兩千七百名結業校友中，經過 AI 訓練，有百分之十五找到新工作，另有百分之四的校友選擇自行創業。可見擁有跨領域思維與創新科技的能力，已成為未來職業發展的致勝關鍵。

行政院表示，政府去年六月開始推動「臺灣 AI 行動計畫」，其中「AI 人才」包括育才、留才及攬才三方面，針對高階人才、產業人士與新創、國中小學生等族群，設計適才的培育機制。

AI 高階人才方面，科技部已設立臺大、成大、清大及交大四個 AI 創新研究中心，主題涵蓋 AI 核心技术、智慧製造、智慧服務及生技醫療。

在中小學部分，教育部資訊及科技教育司代理司長劉文惠表示，AI 課程會融入一〇八課綱新增科技領域中的資訊科技。目前已由大學教授與中小學教師合作，正開發一套給中小學生的教材與教案示範例，以深入淺出的方式教導基本原理，並結合實作，預計今年五月或六月可完成。

劉文惠表示，教育部預計在一百零八學年度第一學期或第二學期，以這套教材試辦 AI 課程；至於師資方面，目前已有大學教授來培育中小學教師，教導 AI 的技術與知識。

行政院表示，政府去年六月開始推動「臺灣 AI 行動計畫」，其中「AI 人才」包括育才、留才及攬才三方面，針對高階人才、產業人士與新創、國中小學生等族群，設計適才的培育機制。AI 高階人才方面，科技部已設立臺大、成大、清大及交大四個 AI 創新研究中心，主題涵蓋 AI 核心技术、智慧製造、智慧服務及生技醫療。在中小學部分，教育部資訊及科技教育司代理司長劉文惠表示，AI 課程會融入一〇八課綱新增科技領域中的資訊科技。目前已由大學教授與中小學教師合作，正開發一套給中小學生的教材與教案示範例，以深入淺出的方式教導基本原理，並結合實作，預計今年五月或六月可完成。劉文惠表示，教育部預計在一百零八學年度第一學期或第二學期，以這套教材試辦 AI 課程；至於師資方面，目前已有大學教授來培育中小學教師，教導 AI 的技術與知識。

2/12~2/17 台北國際書展
世貿三館 G446 攤位

《國語日報》
《國語日報週刊》
《中學生報》

2019台北國際書展
現場限定優惠
2/12-2/17

★訂閱半年以上方案
立馬送樂高 LEGO

★訂閱一年以上方案
加碼再折現金



購品以現場實物及公告為準





抓住連假尾巴 親子暢遊兒童新樂園

臺北兒童新樂園在春節期間推出新春賀歲活動，除了在園區大門有財神爺拜年活動外，在樹蛙表演場還有街頭藝人魔術秀等活動。昨天是大年初五，許多親子抓住春節假期尾巴在園區內暢玩各項遊樂設施，雖然天氣陰冷，偶爾飄點小雨，但孩童的好心情仍寫在臉上。

報導·攝影/陳壁銘

衛生福利部疾病管制署在農曆除夕發布，高雄市出現國內今年首例本土登革熱確診病例，讓人一則以喜，一則以憂。喜的是，政府防疫體系並未因春節連續假期而稍有鬆懈；憂的是，冬季剛結束，本土登革熱就蠢蠢欲動，如何防堵疫情提前爆發，對防疫單位形成嚴苛考驗。

社論 嚴防暖冬助長登革熱疫情

根據疾管署疫情監測系統顯示，高雄確診病例是國內近三年發生時間最早的首例本土登革熱，去年首例發生在六月底，二〇一七年首例是七月，今年首例提前近五個月。患者發病前無出國紀錄，疾管署從患者居住地與病毒血清型別研判，傳染源應與一月初從泰國境外移入登革熱個案有關。值得注意的是，泰國境外移入個案與高雄本土個案確診日期間隔達二十五天，以登革熱潛伏期最長十四天推估，高雄個案很可能不是第一波境外移入個案病媒蚊叮咬的感染者，其他被叮咬者可能因抵抗力較強未發病，或因病症輕微被誤診為流感。疾管署應責成高雄市衛生局與基層醫療院所嚴密監控，遇到疑似感染個案立即通報，避免延誤防治先機。

特別是這個冬季，從去年十二月至今，氣溫持續偏暖，更利於病媒蚊滋生，環保署也必須即刻啟動防疫機制，呼籲民眾主動清除戶內外環境積水容器，不要讓病媒蚊有絲毫可乘之機，防範暖冬助長疫情提前擴散，更要避免重蹈二〇一四年和二〇一五年疫情大爆發的覆轍。

華航罷工影響旅客 罷工預告期

吳啟綜／臺北報導

桃園市機師職業工會華航分會與華航協商不成，八日清晨六時啟動史上首次機師罷工行動，截至昨天為止，已影響逾三十航班及數千名旅客，不少人因滯留海外無法即時返臺，引發民怨。民進黨立法院黨團總召柯建銘表示，立法院十五日開議後，社會高度關注的虐童、酒駕、罷工預告期等修法案擬列新會期優先法案。

為爭取勞動權益，桃園市機師職業工會去年八月取得合法罷工權，這次工會提出五大訴求，包括「改善疲勞航班」、「副駕駛升訓制度透明化」、「禁止對工會會員施壓、脅迫、秋後算帳」、「撤換破壞勞資關係的不稱職主管」，以及「比照長榮航空保障第十三個月全薪」。交通部門口昨天集結近三十名機師聲援工會代表，有機師表示，機師經常過勞，也有飛關島航班的機師批評，空服員可在當地入住休息，反觀機師來回都用同一組人，疲累造成專注力下降，恐造成飛安疑慮。交通部昨天安排華航勞資進行協商。這次桃園機師工會華航分會以「突襲」方式發動機師罷工，造成民眾出入境不便。根據調查，日本有十天罷工預告期，英國也有七天，消基會與高雄市旅行公會都提出，大眾交通運輸事業罷工，應該修法規定至少有七天至十天的「預告期間」制度。不過，有學者認為，罷工需要突襲功能，而且在勞資爭議期間，外界也會知道有可能罷工，不需要有罷工預告期。

交通部門口昨天集結近三十名機師聲援工會代表，有機師表示，機師經常過勞，也有飛關島航班的機師批評，空服員可在當地入住休息，反觀機師來回都用同一組人，疲累造成專注力下降，恐造成飛安疑慮。交通部昨天安排華航勞資進行協商。這次桃園機師工會華航分會以「突襲」方式發動機師罷工，造成民眾出入境不便。根據調查，日本有十天罷工預告期，英國也有七天，消基會與高雄市旅行公會都提出，大眾交通運輸事業罷工，應該修法規定至少有七天至十天的「預告期間」制度。不過，有學者認為，罷工需要突襲功能，而且在勞資爭議期間，外界也會知道有可能罷工，不需要有罷工預告期。

了解原民文化 國臺圖展繪本原畫

沈育如／新北報導

今年是原住民族正名運動二十五周年，教育部表示，國立臺灣圖書館將從二月十九日至四月十四日，推出「山林與海之歌——可的共同創作」。這次展出的湯瑪士·瑞杰可繪本原畫，包括《美崙山》、《泰雅》、《達羅巴令湖》等，希望透過他獨創的筆觸，讓民眾更了解臺灣原住民族文化。

李榮茂／嘉義報導

彩繪教師魏志宇犧牲春節連假，義務彩繪嘉義縣圓崇國小校門牆壁，將阿里山森林火車、校園生態景觀及農村景象等以3D彩繪呈現，吸引返鄉校友拍照打卡。學生樓思好說，畫作以學校「農情覽驛」為主題發揮。魏志宇認為只要學生有了豐富的觀察體驗，就能當生活藝術家，鼓勵偏鄉學子有夢就應該去追求，不應受環境限制。陳怡君表示，彩繪壁畫能吸引在地師生關懷自然環境與鄉土文化，在美好的環境中有所啟發。

嘉縣圓崇校門換新裝 3D彩繪呈在地特色



嘉義縣圓崇國小校門牆壁彩繪作品栩栩如生，校長陳怡君迫不及待合照留念。攝影／李榮茂



文 / 梁燕樵
圖 / 美聯社

▼韓國首爾塔愛情鎖

西洋情人節快到了，在南韓首爾有一個吸引各地戀人前來的景點——首爾塔上的愛情鎖牆。歐洲約在第一次世界大戰時，就有在橋上鎖愛情鎖的風尚，首爾塔愛情鎖則是一九九〇年代末開始出現。象徵守護戀情的小鎖掛上小樹，匯聚成繽紛的五彩海洋，也成為韓劇中的浪漫畫面。下面還有一排心形椅，椅面彎成V形，戀人們坐下之後就會越靠越近。



▲美國假貓頭鷹啄木鳥

啄木鳥啄樹幹的畫面有趣又可愛，但是對美國維吉尼亞州紐馬基市的居民來說，有啄木鳥當鄰居卻令他們頭痛不已。牠們不僅會在木造房子上啄洞（尤其是棕



色房子），敲擊的噪音更擾人清夢。由於啄木鳥受到法律保護，居民只好在樹上放置會捕食啄木鳥的貓頭鷹雕像，希望嚇跑牠們。不過，雕像位置如果沒有常變換，不久後就會被啄木鳥識破。

▲土耳其水牛泡溫泉

寒風刺骨的冬天，你是否想去泡溫泉呢？在土耳其東南部的布達克利村，水牛居然享受著這種人類都難得一泡的待遇。一月下旬，大雪覆蓋了路面，但村民仍然帶著數以百計的水牛前往山中溫泉，讓水牛在霧氣騰騰中不亦樂乎。村民認為溫泉有助於治療水牛的傷口，並且能提高牛奶品質；而該村的主要收入正是來自牠們產出的牛奶和起司。

▲美國機器人清潔工

美國賓州的一家超市日前迎來一個奇特的員工，它名叫馬蒂，是一個清潔機器人。顯然，它很受購物的小朋友歡迎，圖中一名四歲的小男孩正在向它打招呼。這家連鎖超市預計到今年年中，會有一百七十二家分店僱用這種清潔機器人，順利的話，甚至會逐步提高到五百家左右。



▲柬埔寨婦女煮棕櫚糖

一月底正是柬埔寨棕櫚樹成熟的時節，當地婦女會在此時採收花汁，熬煮成營養成分比蔗糖高出許多的棕櫚糖，這是她們的重要收入來源。棕櫚樹要生長十五年到二十年才能採汁製糖，加上採集花汁到熬煮糖糊都頗費工夫，很難大規模生產，因此，目前棕櫚糖生產幾乎都是依靠家庭式作業。





馬術 馬上功夫 秀優雅英姿

採訪·攝影 / 蔡蜜綺



馬是一種聰明敏感的動物，因為生性勇健善跑，早在數千年前就被人類馴養，在交通、農耕、載運、傳訊與戰爭等場合之中，擔任重要的勞役工作。

西元十五世紀，歐洲貴族圈發展出馬場騎術，訓練馬匹依照騎手指令做動作，這就是現代馬術的起源。

一九二二年，馬術被列為奧運比賽項目，但當時只有軍官才能參賽，過了九年之後，馬術賽制才被完整訂定。騎馬有美式與英式，美式

小朋友一開始入門適合騎乘迷你馬。

握於掌心，以拇指扣壓住。

控韁繩

給馬正確指令

騎手對馬下指令以韁繩與馬刺為主，懂得控韁就能讓馬前進、轉彎或停步；馬刺戴在騎手鞋跟後方，輕輕踢馬肚，馬就會邁步前進。馬刺形狀有圓、有方，並非尖刺，所以不會傷害到馬匹。

正確握韁姿勢可幫助騎手有效控馬，像初學者常緊抓韁繩，很容易引起馬緊張或搞不清指令。這個時候應該是雙手掌心相對，韁繩穿過小指，以中間三指握於掌心，並以拇指扣壓住，隨著馬的韻律前後牽動，才能與馬進行良好互動。

馬與人

馬與人都須穿戴完整

有些人覺得騎馬很危險，但其實只要基本功練好，摔下馬的機率很低。而且為了保護騎手，上馬前，騎手都要穿戴長褲、綁腿、手套、安全背心、安全帽等配備，避免受傷；為了便於騎手騎乘，馬匹也必須套上馬具，包括汗墊、鞍墊、馬鞍、肚帶、韁繩等。



小朋友一開始入門適合騎乘迷你馬。

握於掌心，以拇指扣壓住。

經驗談



小牛

平常只能在動物園看到馬，學習馬術讓我有機會與馬相處，認識馬的聰明與脾氣，每週一次的課程讓我非常快樂。



Yier

爸媽為我報名馬術課程，四年多來，我覺得對肌肉鍛練很有幫助，現在我在體育課的表現良好。



治治

我發現馬很有個性，如果緊張害怕，馬會知道，甚至不願走，故意作弄我。如何克服，對我來說也算是耐心的培養與學習。

馬術無法一蹴可幾，小朋友如果想騎得好、騎得順，就必須按照專業教練排定的課程循序漸進，步驟包括讓馬慢



騎馬前穿戴完整配備，避免受傷。

專家祕技公開



游俊富 馬術俱樂部專業教練

馬屬於大型動物，初學者一開始總會感到害怕，所以正式上馬之前，最好與牠們多親近，例如餵食紅蘿蔔、刷毛清潔等，等到人與馬彼此熟悉後，學習馬術較容易上手。

馬術無法一蹴可幾，小朋友如果想騎得好、騎得順，就必須按照專業教練排定的課程循序漸進，步驟包括讓馬慢

步、快走的基本騎乘，以及配合馬匹步伐一站一坐的「打浪」，伴隨馬的步伐拾籠的「壓浪」，等到基礎精進熟練，就能享受與馬一起奔馳的快樂。

臺灣馬場教學多為英式馬術，小朋友學騎馬可以矯正身體姿勢，一旦習慣挺胸縮腹，就不會腰酸背痛，同時也能培養平衡感、自信心、獨立自主及面對挫折的能力。

第一三三期 郭鶴鳴、蔡芳定主編 隔週週日刊出



《西遊記》中

眾妖魔的寄寓

文／蔡月娥（臺北大學中文系副教授）

毀謗真言，不識佛法旨要，而怠慢瑜伽正宗，因此需要眾弟子中具備「法力」者，前去東土尋找「善信」的志願者。此人須得「苦歷千山，遠經萬水」，到靈山佛境求取真經，以「永傳東土，勸化眾生」。此時，素有一「救苦救難」之稱，且與東土眾生有緣的觀世音菩薩，自願擔下任務，前往東土去尋找取經人。

如來提出凡夫眾生有貪、瞋、痴、慢、疑等根本煩惱，如南瞻部洲的東土眾生之貪，即所謂「貪淫樂禍」、「瞋的「多殺多爭」、痴的「愚蠢」、慢與疑則是「怠慢瑜伽正宗」，及「毀謗真言」。第六種根本煩惱就是「邪見」，邪見導致了眾生的貪瞋痴慢疑，所以希望通過佛經的流傳端正人們思想，即通過教法修正錯誤的行為。故為「修真正善」，須得求取三藏真經，以勸化眾生。

關於「經歷諸苦，方得取經」的教化寄寓，在於世俗之人往往因太容易獲取而加以輕慢。所以如來佛要取經者「苦歷千山，遠經萬水」以免愚痴眾生「毀謗真言，不識法門旨要」，若能「求取真經，永傳東土，勸化眾生」，則有福緣善慶無量。西天取經過程中的苦難磨鍊，表面上是以八十一難考驗取經人的決心與毅力，其實是如來佛為教化眾生特別安排的教化方法。一方面是用來考驗唐僧師徒對於取經之事的信心，一方面寄寓修行功夫是必須透過親身力行的實踐，才能信、解、行、證而有所體悟。即經由歷難過程的實踐而得以成佛，故唐僧師徒歷經千辛萬苦，最後取得真經教化眾生，也在西天取經歷程中修行悟道，而各自證得成果。

因此，《西遊記》就取經歷程中諸種妖物的習氣，寄寓無始無明貪瞋痴三毒的起心動念，若能消除之，即解除無明煩惱，正所謂「魔以心生，亦以心攝」。即以佛法的戒定慧三學為基礎，行菩薩的六度之法，以般若空慧觀照之，自能轉煩惱為菩提，識得「本來面目」。綜觀唐僧師徒西天取經所經歷的考驗，貪瞋痴三毒中，貪欲是最明顯的教化寄寓，如對比一般人「食色，性也」的基本需求，借由妖魔想吃唐僧肉「長生不老」的欲望，寄寓耽溺食色欲求的災難。

（一）長生不老的欲望：吃

佛教有三界皆苦之說，三界包含欲界、色界、無色界，其中的欲界眾生具有食欲、色欲等，居住於人間世界的四大洲、他化自在天、地獄二十處等。而《孟子·告子篇》提到告子曰：「食色，性也。」正好說明《西遊記》中男女妖物的動物性展現，原本這食與色乃是所有生物生理的需求，本無善惡，但過度的食、色則是放縱欲望，且是感官貪欲的增長，即心不能作主，被外物或本身私欲所牽引，而犯下種種不善之舉。

《西遊記》以妖物為放縱欲望的代表；以長生不老的欲望，寄寓不明佛理的愚昧痴癡狀態。修行之道不在肉體的長生不老，而在修心的涅槃解脫。這些妖物以為吃唐僧肉就可以長生不老，直接跳過修行的考驗而得道，這種投機的心態，也是撰者藉之以寄寓世俗之人的功利心態。並再次告誡修行之人，修行不可躐等，須一步一步一腳印的老實修行。在書中這些天上凡或地上修煉成精的妖魔中，想吃唐僧肉的主要是男性形象的妖魔，寄寓貪欲。至於女性形象的妖魔，想吃唐僧肉而長生不老的，只有一「七情迷沒五十九難」事件中的七隻蜘蛛精。可見撰者有意安排女性形象的妖魔，寄寓貪欲中的「色欲」。

（本期下轉第十一版）

《西遊記》中諸種妖魔怪物的產生與寄寓，源自唐僧師徒西天取經的歷難考驗，這是在《西遊記》第八回取經前緣中如來佛曾提到的。當如來於盂蘭盆會中宣揚大法時，對與會大眾說明，自從收伏大鬧天宮的孫悟空後，一方面感嘆悟空雖已修得長生之道，但並未持續修身養性以「明心見性」，因而闖下大禍，須受罰反省，等待機緣，當「災愆滿日」，自有人救他。另一方面，則有感人間之四大部洲，眾生善惡，各方不一，如「東勝神州者，敬天禮地，心爽氣平；北鉅盧洲者，雖號殺生，只因餬口

殺多爭，正所謂口舌凶場，是非惡海。」說明前三處，眾生善業多於惡業的造作。唯獨「南瞻部洲」即東土眾生，因貪淫樂禍，多殺多爭，是應當教化及救度的眾生，而佛「有三藏真經，可以勸人為善」。這三藏真經分別為「法一藏，談天；論一藏，說地；經一藏，度鬼。三藏共計三十五部，該一萬五千一百四十四卷，乃是修真之經，正善之門。」如來熟知東土眾生愚鈍，恐其

拜訪繪本大師

國際安徒生插畫大獎插畫家

每月第二週週日刊出

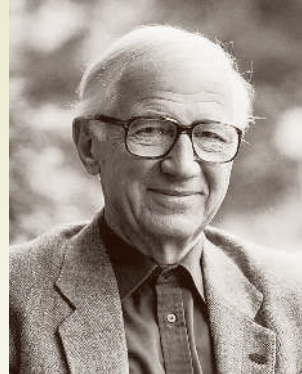
用圖像描繪童話與現實的說書人

1978 思文·奧圖

文 / 嚴淑女

(童書作家與插畫家協會臺灣分會會長)

圖片提供 / 閣林文創



「我把充滿想法和情感的畫送給全世界，也希望在別人心中激起同樣的想法和感情。」
—— 思文·奧圖

他為某本童書創作封面後，委託案就如雪片般從各方飛來；一直到他過世為止，他一直都是丹麥最炙手可熱的插畫家和童書作者。

■ 作品特色

奧圖的畫作具有清新的氣息，透明水彩的層次豐富微妙，如同北歐國度凜冽寒風，迎著森林霧氣或暖陽散發透亮的陽光，在寫實場景中展現清幽的藝術性，被稱作「斯堪地那維亞的自然主義者」。

一九七八年，安徒生插畫大獎頒給和童話大師安徒生同為丹麥人的思文·奧圖 (Svend Otto S.)。他曾獲得義大利波隆納插畫大獎、布拉迪斯國際插畫雙年展獎和美國布魯克林美術館圖書獎。

奧圖的作品，可分為童話插畫 (安徒生和格林童話) 和自創繪本兩大類；後者內容講述生活在異國或過去的小朋友。他渴望表達人生的現實面：以異國孩童為主角的繪本有趣又具教育意義，劇情高潮迭起，圖畫充滿張力和細節。

他在獲頒安徒生插畫大獎時提到：「當你坐在書房裡，試著把文字加進圖畫裡，你會想把充滿想法和情感的畫送給全世界，你希望能得到回應，希望這些圖畫也能在別人心中激起相似的想法和情感……」

他喜愛森林、樹木，而且是自然主義者，總是要親自體驗、親眼看到他愛的東西：樹木、季節、天氣、孩子和動物的動作。因為大量的研究和素描，才能精準、確實的用他擅長的水彩描繪童話幻想和真實完美融合的作品。

奧圖用彩筆揮灑和創造充滿詩意、幻想的圖畫，不僅滿足孩子的童話之夢，更讓他們翱翔在真實情境與童話鋪展開來的綺麗世界中。這位用圖像描繪童話與現實的說書人，確實成功激起我們的情感和想法。

■ 創作泉源

奧圖一九一六年生於哥本哈根，從小就喜歡畫畫；一九三〇年代，在丹麥設計學院修讀夜間課程，一九三八年進入倫敦聖馬丁藝術學院深造。

奧圖善用明暗對照法，表現文本所暗示的心情。他總是挑戰每一文本，不僅把文字難以表達的內容以圖畫表現出來，更呈現不同風格。

一九六八年為安徒生童話《拇指姑娘》、《醜小鴨》

■ 繪畫風格

安徒生筆下的童話充滿夢幻、神秘、幽默和詩意，而讓這些故事形象更為鮮明的是奧圖的插畫。他的水彩功力高超，加上對大自然有濃厚的興趣，讓他能細膩捕捉這些童話故事的面貌。

不管是故事背景的森林、樹木、湖泊與山脈，或者主角的憤怒、歡樂、憂鬱、悲傷的情緒，他都能精準描繪。他的插畫忠於故事的氣氛和年代，強化文字中的訊息，並適切的反映生活、情感及對社會的了解。

《樅樹》繪製插畫，是奧圖的第一部繪本。此後他繪製《拇指姑娘》、《醜小鴨》

就是這樣的願望，讓他終生以繪畫的力量重新詮釋童話，成功將眾多經典都轉化成傳世的經典之作。

他的繪本《小巨人提姆的新朋友》描繪挪威鬱鬱的森林裡，渴望交朋友的小巨怪認識新朋友的有趣經歷。這就是他坐在挪威的木屋裡，望著大

雪覆蓋的森林慢慢描繪出的動人故事。他把最愛的巨怪 (troll) —— 腦中總有錦囊妙計，集合了幽默、聰明等迷人特質的童話幻想人物，完美融合在真實的森林中。



▲ 透過大量的研究和素描，奧圖精準的描繪出幻想和真實完美融合的作品。(圖取自《小巨人提姆的新朋友》)

退一步海闊天空

葉季青

高雄市前鎮區鎮昌國小六年六班

「你今天看起來不大開心呵！」和朋友吵架了！如果是你會怎麼做？在我回答之前，上課鐘聲已經響起……

這一天晚上特別涼爽，我卻毫無睡意，因為白天那件事吧！「我會怎麼做呢？」我不斷自言自語，也讓回憶襲捲而來……

小時候，我不了解「退一步海闊天空」的道理，稚氣

中夾帶著任性。直到一次爭吵中，同學拋下一句：「又不要聽你的。」瞬間讓我啞口無言，幼小的心靈錯愕不已。這句話在我腦海中迴蕩許久，那時的我認為「退一步海闊天空」就是直接接受對方的想法。

後來有一次，我和一個態度頗為高傲的同學分在同一組，因為她很喜欢使喚別人，久而久之，終於讓我身旁

冷地回答：「因為我是組長。」

「難道身為組長就可以這麼無理嗎？」幸好，在大家冷靜溝通後達成了共識。好友對我說：「我覺得能把自己的想法說出來會比較好。」這件事讓

我恍然大悟。

所謂「退一步海闊天空」，並非隱藏自己的意見，接受對方的想法。而是在雙方冷靜之後，可以設身處地，重新思考對方的處境、立場和想法，然後進行溝通和討論。清楚表達意見後，不但心裡舒服，也讓對方知道我的想法，避免誤會。只要雙方能充分表達意見，並换位思考，相信最終都會皆大歡喜。

涼風徐徐吹來，將我從記憶中喚醒。往後我不會迷惘，因為心中的答案再清楚不過了。



尊重他人意見

郭銘璋

臺北市萬華區光仁小學八年忠班

生活中，經常會出現自己和別人意見不同的時候，因為每個人的生活環境不同、性格不同、想法也不同，所以對同一件事情的看法可能有成百上千種。

當我和別人意見不同，尤其是想法和行為得不到肯定的時候，都會感到很難過。

有一次，老師問全班同學喜歡看漫畫書還是純文字書，結果有三分

之二以上的同學舉手表示喜歡看漫畫書，唯有我舉手表示喜歡看純文字書。

這時，同學們開始議論紛紛，有人說：「純文字書沒有插畫，看起來枯燥乏味。」有人說：「純文字書沒有好笑的事情節，讀起來很無趣。」

放學後，我和媽媽分享這件事，說同學和我的意見不同。我認為，看漫畫書而排斥純文字書，會逐漸喪失閱讀能力。

但媽媽告訴我，漫畫書裡有出色的繪畫技巧，可以把它當作學習生活的調味品或點綴，只要不沉迷就沒關係。



麗多彩。

「忍耐」和「寬容」是美好生活中不可缺少的態度，就像藍天上的白雲，有時也會互相排斥、擠壓，但最終都會聚成一片，在陽光的照射下顯得絢

文題建議
請各自選擇新聞材料，創作後予以命題。低、中年級可選擇新奇類新聞，較好發揮；高年級可選擇呈現社會議題的新聞，開展深度。

徵文
新聞童話創作
徵稿期間：
108年2月1日至2月28日

引導
採用新聞素材來寫童話，往往要透過變形扭曲的方式，凸顯現實的問題，才能引起人們反思。但作者想表達的，最好藏在奇妙的情節中，避免用說教的方式明白呈現。

怎麼將真實新聞轉化成跳脫現實的童話呢？古典童話的手法是擬人化，將物品或動物當作人來描寫；或是加入寶物、仙子、魔法等元素，發展出奇幻情節與趣味。

存異求同

鄭宇秀 · 苗栗縣通霄國小六年三班



在臺灣，常見雙方意見不同時總是口水四射，很不理性的惡意攻訐、詆毀圍剿。尤其是政治利益發生衝突時，幾乎沒有相互尊重與理解的空间，更沒有「中道、客觀、公正、理性」的容身之地。

以前，我和弟弟意見不合時，一定先離開現場，因為心情煩躁，就無法好好溝通，只會更不愉快。等心情平靜下來，我會試著揣摩弟弟的心情，將心比心，想想他是不是有什麼苦衷，或是我的想法讓他不快；再回想我剛剛說話口氣是不是過於猛烈。

與人溝通時，我會以委婉的口氣切入話題，想辦法達成共識，或是彼此各退一步，讓雙方的意見折衷、融合，討論出彼此都願意接受的答案。

所以，當大家觀點不一致時，要先做到尊重與包容，不要急著反對，唯有展現「存異求同」的氣度，才能讓社會更祥和，國家更進步。

以公理正義為依歸，以是非對錯為標準；再加上媒體推波助瀾，學生有樣學樣，導致臺灣嚴重缺乏容納不同意見的氣度。

溝通與接納，人與人相處，難免有意見不同的時候。一旦和別人意見不同時，我會試著傾聽別人的意見及想法，嘗試溝通，不完全堅持己見。

有一次，英文班舉行演講比賽，老師想採自願制，但我不贊成。我認為應該先在班上舉行初賽，推舉最優秀的同學代表班上參賽，而我也希望自己能就是那個最優秀的人，但同學和我的看法完全不同。

寫作燈塔

勇於說出自身的經驗

講評 / 張耀仁

新聞評議困難的部分在於說理，說理其實伴隨兩個條件：一是閱讀，一是體驗。閱讀對於大部分的同學而言，還處於累積階段，因此怎麼在評議作品裡提出自己的體驗，相對來說就變得格外重要。

這幾篇作品除了言之有物，更關鍵的是，他們沒有陷入爭論的過程中，了解一件事物

重新思索問題。鎔瑄也同樣在

品內容，二方面也讓讀者看到

他們的經驗，也要細細思索經驗



他們思考的脈絡。這才是我們撰寫評議作品的初衷——經由「理性思考」幫助自己成長，經由「感性經驗」明白事物的多元性。

主題書介

文 / 嚴融怡 (臺北市胡適國小自然科老師、「週遭的海洋」粉專編輯) 圖片提供 / 臺灣麥克、貓頭鷹、時報

從閱讀認識我們的海洋



小朋友是否能提前認知這樣的問題，並預先有所應對呢？尤其臺灣是四面環海的島嶼，人們更應該從小就對海洋有所

海洋對我們而言極其重要，從最初孕育地球生命的搖籃，到航海商品的大量輸運，再到長期以來人類對於海鮮、石油、天然氣、海鹽與各類礦物等需求；甚至近代還從芋螺分泌物當中找到新型麻醉劑，從珊瑚礁藍細菌當中分離出可抑制腫瘤細胞的活性分子，從潮間帶貽貝當中找到強力黏著劑物質等。

海洋生態面臨危機，但很多人對海洋並不了解，甚至可能面對魚、蝦、蟹時也只知道吃，卻對這些海洋生物一無所知。晚近以來，海洋環境遭遇酸化、優養化、化學污染、過度捕撈、垃圾與廢棄漁網具對海洋動物的傷害等諸多問題。有不少科學家推估，海洋生態系統很可能在二〇四八年左右面臨崩潰危機，屆時將對世界造成大災難。

《花飛、花枝、花蠟仔：台灣海產名小考》詳細考察自古以來各地民間對於海產的稱呼

了解人和海洋關係，以下兩本書，則要讓小朋友更了解我們平常吃的海產，並且進一步了解這些生物在近代

想知道誰是大自然當中的憋氣冠軍？想知道飛魚如何躲避鳥兒的察覺？章魚的八隻腳有什麼重要作用？你知道水母其實沒有腦，也沒有心臟嗎？為什麼海蛇都具有鮮豔的環狀紋路？現今海洋又遭逢怎樣的危機？這些問題的解答，都藏在書中呵！

海洋環境小型百科《海洋大書Blue》，是著有《蟲蟲大書》與《野獸大書》的以色列繪本作家烏瓦爾·佐梅爾 (Yuval Zommer) 的最新力作。在書中，作者帶領小朋友前往海洋當中不同的環境，了解不同海洋動物的生活技能，探索包括海龜、飛魚、水母、章魚、鯨豚與深海魚類等眾多生物的精采世界。

「和」底食原則」來確保海洋受到保護，並且兼顧美食和飲食健康。是一本不錯的海鮮指南書籍呵！

《海鮮的美味輓歌》是旅遊達人泰拉斯·格雷斯哥 (Tara Grace) 寫的海鮮科普書籍，十年前已是暢銷名著，去年又

漁業而言，每種水產的背後都有豐富的故事，從捕獲方法到漁業，衍生出人與生態的互動模式等，都是了解人和海洋關係重要的關鍵。

和記載，是一本有趣的書籍。閱讀本書，能學習到為什麼在菜市場或漁港，會聽到人們以某些暱稱來代表那些水產生物。這當中有些名稱甚至沿用數百年，也有一些名稱的來源非常奇趣。事實上，對於古代

分別取得綠茶與紅茶茶種。他費盡辛苦取

原來食安是原因之一！本書以小說體寫成，讀來輕鬆有趣又兼顧事實，很適合對這段歷史有興趣的朋友一讀。

《植物獵人的茶盜之旅》(麥田) 滿足了我的好奇心。作者以類似小說的體裁，整理福鈞出版的書籍資料，加上一些福鈞與友人的通信，寫成本書。讓我們看到他

外國人在中國的尋茶故事，因為研究，我對福鈞這位「植物獵人」(其實應該說是「植物竊賊」) 一直很感興趣，畢竟在十九世紀的中國，一個中文



樂讀 Book

文 / 葉綠舒

(文上接第六版)
(二) 七情六欲的考驗：
情欲誘引

八十一難中對於「貪欲」之心的考驗，往往引發瞋心之火，做出味心的判斷。「貪欲」有對寶物的愛取，也有對情欲的執著，其中與出家人「修心」有關係的，即是「女色」的直接考驗。甚至連神仙都思凡，而妖魔也難過「情欲」的美人關，就更別說是凡俗之人，尤其是身為國君者得更謹慎。可見貪欲對人性弱點的考驗完全不論身分，是世人皆要有的修養功夫。

第二十三回四聖試禪心的「顯化女色」考驗，也是唐僧師徒取經團隊組成後，所共同面對的「色欲」考驗。清代黃太鴻在《西遊證道書》第二十三回前評提到：「五行既備之後，諸魔未來而美色先見，亦以諸魔之境易持，而美色之關難過也。」所以接下來取經途中的「色難」則重複出現，考驗唐僧師徒；如二十七回「月貌花容的女兒」白骨精的三戲、第五十四回西梁國女王的留婚、第五十五回色邪淫戲的女怪蠍子精、木仙庵善於作詩唱和的杏花精、第七十二回盤絲洞

的蜘蛛精、第八十回姪女求配偶的白毛老鼠精、第九十四回「一怪」空懷情欲喜的月宮玉兔，撰者幾乎將世間所有雌性物類，都代表性的幻化為色難的考驗。可見撰者所處時代的情欲觀，如王平所認為明代中葉以來的異端思潮固然猛烈，又難免形成社會上人欲橫流。也就是說當時因社會經濟發展與文化思潮變化劇烈，男性對女性既渴求又排斥，一方面受理智約制視女色為災難，另一方面也同情女性處境，如對情感家庭的渴求。如從唐僧師徒面對女色考驗時的態度來看，一方面視女色為災難，另一方面「她們」雖然對「情感」的渴求有別，但其實主要是為「招婚求配偶」。

(三) 人類欲望具體化：
貪瞋痴

佛教認為眾生的根本煩惱來自無明，而無明是指貪欲、瞋恚、愚痴（又稱貪瞋痴、淫怒痴、欲瞋無明）三種煩惱，又稱三毒、三垢。一切煩惱本通稱為毒，然此三種煩惱通攝三界，係毒害眾生出世善心中之最甚者，能令有情長劫受苦而不得出離，故特稱三毒。此三

毒又為身、口、意等三惡行之根源，故亦稱三不善根，為根本煩惱之首。《大智度論》卷三十四，分三毒為正三毒（貪欲、瞋恚、愚痴）與邪三毒（邪貪欲、邪瞋恚、邪見愚痴），以邪三毒者難度，正三毒者易度，故諸佛淨土有正三毒，而無邪三毒。

關於貪欲的欲求，具有五欲、名聲、財物等而無厭足之精神作用。即於己所好之物，生起染汗之愛的心，引生五取蘊而產生諸苦。又作貪欲、貪愛、貪著。略稱欲、愛。《俱舍論》卷二十廣引諸經，謂緣五欲之境而起貪欲，纏縛其心，故稱欲軛。在《西遊記》西天取經歷程中，關於貪欲的教化事件，有第十六回與第十七回的夜被火燒第十難及失卻袈裟十一難、第五十回的金兜遇怪三十九難、第六十三回取寶救僧五十一難、第八十八回與八十九回失落兵器七十三難及會慶釘鈔七十四難。

《西遊記》第十六回中，藉由原本該四大皆空的僧人，竟然貪愛袈裟的事件，寄寓去除「我執

的重要。即《大智度論》卷三十一所記載：「有利益我者生貪欲，違逆我者生瞋恚，此結使不從智生，從狂惑生，故稱為痴。此三者為一切煩惱之根本，荼毒眾生身心甚劇，能壞出世之善心，故稱為三毒。」這三毒的起心動念往往源自我執的「欲求」之心，而因惑、造業、受苦循環不已。

可見《西遊記》經由唐僧師徒的取經歷程，進而寄寓佛教所說眾生煩惱的兩個主要面向：其一，眾生執著有一個實體的「我」存在，從而產生煩惱、生死等概念，即「我執」。對於「我」以及「我所」（我之所有）的執著是煩惱的原因，是一切現象的根源。而「修行」就是要證得「本來無我」，使煩惱無處安立，從而獲得解脫，這也是《西遊記》以孫悟空為主角的寄寓。為破除「我執」，佛教對初學佛者說明人生的本質，如「人生是苦」、「人生無常」等，目的是讓人捨棄「貪欲」。此「貪欲」即小乘佛教極力抨擊的世俗誘惑，如世俗認為財色名利等「五欲」是快樂的來源，佛教則認為是苦的根源，因眾生往往耽溺於世俗的貪欲，不知修行修心的重要，在

《西遊記》中以第二十三回「四

聖試禪心」為明顯的考驗。甚至在第十六回中藉由修行者形象的老和尚，因不知修心，任「貪欲」滋長而付出了死亡代價。其二，「法執」是對身心之外諸法的執著，尤其是對某種見解觀念的執著。如《西遊記》中第四十四回唐僧師徒經「車遲國」的鬥法過程，及唐三藏和孫悟空於取經歷難過程中，對《心經》的解悟

。佛教認為對「法」的執著，會使修行者為錯誤思想所困。故佛說「法無定法」，修行人應努力破除「法執」，包括佛法也不可執著。即《金剛經》中講：「是不應取法，不應取非法。以是義故，如來常說，汝等比丘，知我說法，如筏喻者，法尚應捨，何況非法。」在此，佛陀以「筏喻」來說明不可執「法」，就像過河的船一樣，過了河就要捨棄船，別把船背在身上，否則船反而成了「心」的負擔。當「我執」和「法執」完全破除，即成佛了。而在修行的歷程中，「我執」的自我意識，也往往是法執的形成過程，因此初學佛者，首在我執之心的去除，而我執之心則以「貪欲」為重，佛學即以三學的「戒」為基礎對治貪念，並以「六度」中的「布施」積極的開解我執的貪欲。

解我執的貪欲。

解我執的貪欲。

解我執的貪欲。

解我執的貪欲。

解我執的貪欲。

解我執的貪欲。



如何培養小孩金錢觀

正確的金錢觀可以讓孩子更有責任感，對往後的品格發展具正向的意義。
該如何建立孩子良好的理財觀，一起來看看爸媽們分享的好點子。



擁有儲蓄好習慣，是學習理財的第一步。
圖／達志影像

善用表格記錄 吳明珠（新竹縣）

家裡是公教小康之家，從小就讓孩子知道生活中需要花錢的大小事，大至房屋修繕、換車修車、更換家具、子女教育支出等，小如採購生活用品、三餐食材或餐點等。

我們教孩子製作簡易表格，清楚記載每天的支出和用途，張貼在牆面上，四口之家

三三三理財法 劉錦得（彰化縣）

我教孩子「三、三、三」制的理財法——將所得分成三份運用。第一個「三」是存款金；把三分之一存進郵局帳戶，

增進數學能力 Jane（臺中市）

兒子上小學後，先生買了大豬公撲滿送他，並約定：「每天給你五塊錢零用錢餵豬。」自從兒子養大豬公，出門逛街看到玩具時，已不像以往直

集印章換禮物 張馥麗（新北市）

我們家有兩個小孩，一個四年級，一個大班。因為家裡有集章換禮物制度，集滿十個印章，可選擇一份一百元以內的禮物，當他們集滿印章後，我會帶他們到店裡選禮物，他們仔細看了標價，發現有很多都超過一百元，想買禮物需要再集十個、二十個……印章。孩子由存印章開始學會換算買心儀的禮物需要多少錢。

生活情境培養 張惠雯（花蓮市）

五年級的女兒長笛表演，我特別為她訂製演出穿的白紗禮服，讓她閃亮登臺。

在眾人稱羨的同時，我問女兒：「你猜這套禮服多少錢？」女兒回答：「五百元。」我又驚又怒，覺得女兒太沒概念了！

反省自己，買東西時總在挑選後就去結帳，孩子當然不了解物價。爾後每次外食或購物，我都讓女兒知道並計算價格。

例如一把青菜三十五元，如果做家事一次可得到十元零用金，那麼買青菜要做幾次家才有錢可以買？

出門看到店家招募員工廣告，月薪兩萬五千元，我也讓女兒試算，這樣的薪水分配在房貸、車子貸款，還有日常食衣住行，最後能剩多少。

經常的訓練後，很欣慰女兒對金錢概念大為提升，也能掌握自己零用錢的運用。

爸媽來PK徵文

寒假結束收心操

寒假才剛結束，孩子重返校園，早上爬不起來、上課精神恍惚……，爸媽們有什麼讓孩子收心的好主意呢？請寫出你的好辦法，文長三百字，2月28日截稿。

請寄到本版信箱：edit12@mdnkids.com，註明姓名、身分證字號、戶籍地址、聯絡電話、稿費轉帳金融機構（含郵局）分行及帳號（附存摺封面檔案核對）。主旨請寫「收心」。

以正向期待引導學生 不作教室客人

草予田 / 教育工作者 (臺北市)

助的警訊。

學習的重要關鍵，在於擁有高度的學習動機。失去學習動機的學生，常常變成教室內的「客人」。有些「客人」並不干擾班級秩序，只是分心在發呆、玩弄文具等事情上，有些「客人」想參與課堂卻缺乏表現的舞臺，於是開始捉弄同學、發出怪聲或與教師抬槓。無論哪種情境，當教室的「客人」出現，其實都是學生需要協助的警訊。

遺憾的是，當這個警訊出現，部分教師會在第一時間認為這些「客人」並未盡到學生的本分，所以努力想制止與改變當下的情況，而採用的方式可能是責罵與說教。如果無法了解學生行為背後的原因，長期的說教便形成碎念，久而久之，學生的自信心備受影響，想參與課堂的學習動機自然也消耗殆盡。

比馬龍效應是大家都耳熟能詳的名詞，指教師對學生的期望，會影響教師對學生的行為及態度，學生也會因著教師期望，發展出相對應的自我概念，影響自身的行為表現。但在高度壓力的教學現場，部分教師也許會採取當下有效的責罵，給予學生當頭棒喝。責罵與碎念看似奪回學生短暫的專注，卻削弱了他們的信心，也忽略了學生學習動機低落的根本問題。

教育是一「樹人」的工作，每個學生都需要大人適當的期待，也因為他人合理且正向的期待，學生感受到愛與關心，才會有前進的動力。在正向期待的目光下，學生會朝著這份期待所給的目標發展；反之，在他人斥責聲中，學生得到的只是一張張貼在自己身上的標籤，且由於害怕面對撕下標籤後的創傷，只好讓標籤緊黏著自己，使自己名副其實的成為他人口中責罵的那種孩子。

有助學習的師生關係，是用正向期待取代責罵碎念，「嚴師出高徒」這話不錯，然而嚴格可以是愛的堅持，也可以是鼓勵與期許。學習本身就因個體的不同而有所差異，給學生不同的標準與期待，以學生為學習的主體，適時變換合宜的學習策略與方式，才能有效提升學習動機。至少教師與學生之間愛的關係，能幫助學生不至於放棄學習。只要教師相信學生能做到，並給予學生空間與引導，假以時日，學生必能朝教師期待的方向成長！

虐童問題 重罰是最後手段

蔡享宏 / 國小教務主任

(桃園市)

對於日前多起駭人聽聞的虐童事件，各界主張以重罰遏止悲劇重演，筆者則有不同的看法。首先，用法律來規範教養問題，是最後的手段。如果行政部門忽略了戶政、教育、經濟、家庭功能、社會面向的責任，依靠法律重罰虐童事件，不過是事後審判而非預防，徒增家庭破碎的窘境。

其次，多數虐童案件皆緣起於家庭教養功能失衡，卻未受到及時的重視，釀成傷。背後，隱藏著許多盤根錯節的社會問題，並非重罰就可以解決。

害與致命的遺憾。政府單位應當規畫多種管道，落實關懷與協助；再加上社工與相關單位的人力資源明顯不足，濟助乏力，政府單位何不審慎評估後續的補足方案？

另外，兒童關懷救助專線的宣導和普及化應被重視，並結合戶政的家庭教育宣導，特別是未成年婚姻及未婚媽媽的社教支援功能，屢屢被孤懸在戶政之外，也是有待努力的部分。期許立委能理解虐童事件的背後，隱藏著許多盤根錯節的社會問題，並非重罰就可以解決。

讓孩子從做中學 自然成長

楊承勳 / 幼教碩一

(花蓮縣)

俗話說，行動是知識特有的果實。在學習的過程中，比起「聽課」，多數學生更期待的是實作課程，因為透過真實的操作學習，要比憑空想像輕鬆許多。兒少尚且如此，幼童的學習又

呢？思想家盧梭認為，要讓孩子順應天性成長，透過實際操作學習，並反對讓幼童

雖然盧梭的想法在現代生活中難以實行，但著重經驗的部分，依然是在學齡前教育可依循的方向。在家中，家長可以帶著孩子一起完成生活上的大小事，例如用餐後教導孩子幫忙收拾碗盤，起初拿得搖搖晃晃，甚至是不慎打翻

悉如何運用手上的肌肉

，主動挑戰更難的事情。諸如此類，家長能夠從家務中選擇孩子能力所及的事物請他們幫忙，提供孩子取得經驗的機會。

兒園中的「學習區」便是從做中學的概念衍生出來的。

教育現場我見我思

你認為教育現場有哪些現象和問題應尋求解決？

與世界接軌的國際觀

學生對國際情勢缺乏關心，師長可以透過哪些方法增進兒少的國際觀？





走出教室

向世界學習

表演三貂獅舞出在地認同

文／林彥佑·俞坤佑（新北市貢寮區澳底國小教師）

圖片提供／俞坤佑

「三貂獅」是澳底發展出來的舞獅，也是臺灣舞獅的一種，因為鄰近北海海岸三貂嶺地區，所以才取名為三貂獅。

澳底國小在民國七十年便成立三貂獅隊，至今將近四十年。

過程中雖然歷經波折，但好在有東欣扶輪社的資金挹注，以及學校和社區的積極推廣，學生的學習配合社區

特色，不僅融入在地色彩，也發揚傳統文化。

勤練體能 學習動作與步法

三貂獅隊的訓練，由教練賴昱延和教師俞坤佑負責。學生利用每週一到兩次的訓練，犧牲午休和放學時間，才從原本對三貂獅的一無所知，到現在能夠既流暢又自然的演出。

目前的三貂獅隊由二十個學生組成，又分為伴奏的鼓鑼組和表演的獅隊。雖然每次表演都只有短暫的五到十分鐘，但臺下的訓練卻需要長達兩、三年——舉起獅頭和獅身看似簡單，但其實重量有四到

五公斤，不僅要拿得穩，學生還要記熟步法、轉手、走位和搖擺，這都需要足夠的肢體協調能力和體力。

學生的訓練過程從體能開始，接著學習翻獅、洗背、搔癢等專業動作，純熟之後再學習八卦步、七星步、剪步走、黏腳走等步法。鼓鑼組雖然只是在一旁伴奏，但也要抓準節拍和打擊力量，和獅隊合作無間，才能完美的表現出力與美的和諧感。



▲參與社區的廟宇活動。

參與演出 成為社區大亮點

三貂獅隊每年都會參加農曆三月十六日的媽祖繞境，不管是單獅、雙獅，還是多獅的表演，都是社區演出的亮點，雖然澳底國小是偏遠的海角學校，

學生中豪和恩宇都覺得舞獅動作很帥氣，所有動作中，「翻獅」讓他們覺得最有挑戰性，從三年級加入到現在高年級，總算漸入佳境；鼓鑼組的學生采頤和子樺覺得「密鼓」最困難，因為要抓好節奏和輕重，練了四個月才達到教練的要求。學生在學習三貂獅的過程慢慢發展自我潛能，也培養對文化、技藝和家鄉的熱愛！

▲三貂獅隊默契絕佳。



▲教練調整學生舞獅動作。



▲學生勤練步法。



▲對學生的演出，當地民眾也在旁鼓勵。

NBA 隊友弱 靠自己 哈登連創多項紀錄

報導／吳啟綜 圖／美聯社

美國職籃 NBA 休士頓火箭隊「大鬍子」哈登不斷創造紀錄，他連續二十八場得分超過三十分，在 NBA 歷史上排第三名，一月共攻下六百一十分，成了自一九八七年三月「籃球大帝」喬丹後，第一個單月總得分突破六百分大關的球員。

火箭隊這一季傷兵不斷，先發五員中，後衛保羅、艾瑞克戈登和中鋒卡佩拉陸續成為傷兵，在



▲喬丹曾單月得分破六百分。

沒有這幾個得力幫手的情況下，哈登只能獨撐大梁，沒想到他攻勢更猛烈，靠個人切入上籃及招牌的後撤步投籃，不斷創造紀錄，成為聯盟得分王。

哈登一月表現精采，單月總得分達六百分，還有一百個籃板與一百次助攻，成為聯盟史上第四個有這樣優秀成績的人。他一月有八場的得分超過四十分，其中三場破五十分，對戰尼克隊時獲六十一分，創下生涯得分紀錄，他一月平均每場得分四十三點六分，居史上單月第七高，而前六名紀錄都由湖人隊傳奇中鋒張伯倫締造。火箭隊由於哈登大爆發，雖然處於大批傷兵的劣勢，一月仍繳出九勝六敗的佳績。

「連續得分超過三十分」紀錄，哈登目前已是二十八場，在歷史上排

名第三，前兩名紀錄都由張伯倫創下。哈登這一季目前投進兩百五十四顆三分球，是全聯盟最多，未來還有二十八場比賽，如果能再投進一百四十九顆，就可突破金州勇士隊「咖哩小子」柯瑞三年前設下的「柯瑞障礙」——四百零二顆三分球，改寫 NBA 紀錄。

柯瑞本季初受傷缺賽十一場，截至目前仍投進兩百二十一顆三分球，締造連七季至少投進兩百顆三分球的紀錄，是 NBA 第一人。未來，柯瑞仍可挑戰隊友「浪花弟」湯普森單場十四顆三分球的紀錄，以及傳奇射手艾倫保持的生涯兩千九百七十三顆三分紀錄。柯瑞現在已累積兩千三百四十七顆三分球，排 NBA 第三，第二名是前溜馬隊射手米勒的兩千五百六十顆。



▲哈登（左）的後撤步獨步 NBA。



獨行俠隊唐西奇



勇士隊柯瑞

後撤步威力大 風行 NBA

哈登的招牌動作「後撤步三分投籃」獨步 NBA，柯瑞、唐西奇等球星爭相模仿，唐西奇日前還秀一段先背後運球一次，再後撤步投籃的視訊，展現「人球合一」境界，被 NBA 上傳到官方社群網站，引起球迷討論。

什麼是「後撤步」？選手進攻投籃前，腳步向前，做出準備切入的動作，再突然將腳步後縮，儘可能拉開與防守者的距離，以創造良好的投籃視野。想把這招做好，中距離投籃絕對要夠準，夠穩。很多選手腳步後縮以後，投籃無力，或失去重心，因此，想施展後撤步，必須不斷練習落地踩穩的那一下。

哈登的後撤步非常詭異，每次防守者都知道他就要後撤步投籃了，卻根本沒時間跳起來封蓋他，而他的出手點又高，即使防守者時間掌握得不錯，跳起來後也會被哈登騙到一次三分犯規，讓人懊惱不已。目前哈登每場可以獲得十一點九次罰球，居聯盟第一。

哈登的後撤步投籃雖已熟練到爐火純青的地步，但日前對爵士隊時，他踩了兩個後撤步，挪到三分線外出手，引發「走步」爭議，當時裁判沒吹哨。幾天後，柯瑞對國王隊時，重現哈登雙重後撤步三分球，裁判立即吹哨判柯瑞走步違例，柯瑞很生氣，在胸前比出十三（哈登的球衣背號）的手勢，暗諷「號」的動作，哈登做同樣的動作，哈登做「就沒事」。官方裁判事後檢視影片，證實哈登「雙重後撤步」是漏吹的走步違例。

哈登的後撤步非常詭異，每次防守者都知道他就要後撤步投籃了，卻根本沒時間跳起來封蓋他，而他的出手點又高，即使防守者時間掌握得不錯，跳起來後也會被哈登騙到一次三分犯規，讓人懊惱不已。目前哈登每場可以獲得十一點九次罰球，居聯盟第一。

哈登的後撤步投籃雖已熟練到爐火純青的地步，但日前對爵士隊時，他踩了兩個後撤步，挪到三分線外出手，引發「走步」爭議，當時裁判沒吹哨。幾天後，柯瑞對國王隊時，重現哈登雙重後撤步三分球，裁判立即吹哨判柯瑞走步違例，柯瑞很生氣，在胸前比出十三（哈登的球衣背號）的手勢，暗諷「號」的動作，哈登做同樣的動作，哈登做「就沒事」。官方裁判事後檢視影片，證實哈登「雙重後撤步」是漏吹的走步違例。

熱中微米世界

陳俊堯樂當細菌代言人



▲陳俊堯從國中開始就很喜歡細菌，現在則投入科普創作，希望能傳遞正確的科學知識。

報導／楊惠芳

攝影／陳壁銘

花蓮慈濟大學生命科學系助理教授陳俊堯，對肉眼看不見的微米世界特別有興趣，每天都在探聽細菌的愛恨情仇，他最大的志向就是讓更多人喜歡細菌。因此，他不但在部落格寫文章，也在《國語日報》寫專欄，以淺顯易懂的方式，將細菌的多元面貌介紹給學童，並將這些內容結集成《值得認識的38個細菌好朋友》，這本書不但受到學童歡迎，更連連得獎。

人生真的是充滿意外，陳俊堯說，學理科的他，

從來沒有想過會得到文學類的獎項，而且還是第一次寫書就獲獎。《值得認識的38個細菌好朋友》不但榮獲二〇一九年臺北國際書展大獎兒童及青少年類首獎，還榮獲Openbook好書獎最佳青少年圖書肯定。

以簡單文字圖畫把科學變有趣

《值得認識的38個細菌好朋友》原在《國語日報》科學版連載，陳俊堯用淺白文字，介紹三十八種對人類有益的細菌，並把細菌寫成擁有特異功能的厲害角色，希望藉此讓學童減少對細菌的恐懼。繪

者FOREST還用漫畫手法，把細菌擬人化，並簡化文字知識，拉近與讀者間的距離。

陳俊堯說，寫這本書的最大挑戰，就是將科學家都知道的事，用口語化的方式「講」給學童聽。他在書中常舉一些生活上的例子，幫助讀者理解，但有時也會「卡關」，幸好有國語日報社的編輯群幫忙，讓創作過程更順利。

另外，FOREST也幫了大忙，為了更貼近小讀者，他往往把細菌畫得像可愛的小惡魔。

描繪細菌好朋友 破除負面印象

自稱「細菌人」的陳俊堯是從何時開始對細菌產生興趣的呢？他表示，記得國中時上實驗課，他第一次從顯微鏡裡看到許多不同的微生物在水裡游來游去，開啟了他對微生物的興趣。

一般人對細菌的印象大多是負面的，但地球如果少了細菌，人類是無法生存的。例如：如果少了微生物分解屍體，你可以想像這世界的樣子嗎？還有納豆、酸奶等發酵食品，都需要細菌才能製成，以前的祖先，就知道如何利用細菌進行食品加工，讓食物變得美味又健康。

陳俊堯目前與妻子何翰蕻一起在花蓮慈濟大學任教，他有空時，會帶著家人一起到花蓮的鄉野採集細菌。陳俊堯表示，世界上的細菌有百萬種，但真正對人類有害的比例非常小，尤其是在現代科技的輔助下，科學家更可以利用不同細菌的特性來幫助人類。例如：人吃進肉毒桿菌會中毒死亡，但醫生卻可以利用它製成注射劑，用來消除皺紋，變成

美容聖品。

為傳遞科學新知 投入科普寫作

很多人都覺得科學艱深難懂，甚至從高中後，就與生物劃清界線，但其實生活離不開科學。陳俊堯

說，他想教導學生正確的科學觀念，但現在坊間的科學故事，很多都是他小時候讀過的，他才驚覺原來科學家沒有寫新的科普故事。陳俊堯目前正在規畫寫科普書給高中生看，也希望以自己的經驗，鼓勵更多科學家將科學變有趣，投入科普寫作行列。



▲陳俊堯（左圖）創作的《值得認識的38個細菌好朋友》獲獎連連，不但獲得臺北國際書展大獎兒童及青少年類首獎，他（上圖左二）也獲得二〇一八年Openbook大獎肯定。