



矽谷通訊

Silicon Valley Chinese School

P.O. Box 700762, San Jose, CA 95170-0762

E-mail: svcschool@yahoo.com

Web: <http://www.svcs-us.org>

董事長：寇惠風

校長：蔣美燕

出版及發行：矽谷中文學校 二〇一〇年一月十五日(每逢星期五上課日出版) SV09 No. 16

Current Events/Activities

- 01/08 - 01/22 Chinese SATII Preparation test registration
- 01/15 Report card goes home
- 01/31 (Sun) Academic contest (1:30pm-4:30pm)
- 02/07 (Sun) Chinese New Year Celebration Party (9:00am-3:00pm)
- 02/19 Mid-Year break (No School)

一、校長的話：

~ 節錄自盧希鵬的

"樂在工作！過程比結果重要"

"許多時候我們喜歡「成敗論英雄」，以一件事情的結果來論定好壞，卻沒想到人的運氣有好有壞。許多時候，「過程」可能比「結果」重要。放低標準，減少壓力，反而能讓人們專心在方法過程的提升上面。...過程提升了就是一種進步，也是一種快樂。...有位哲學家說：「人生最痛苦的有兩件事，第一件痛苦的事是想要的得不著，第二件痛苦則是一旦你得到了，卻發現那不是你真真正想要的。」如果達到或達不到都是一件不快樂的事，那麼為什麼不降低標準，讓人們把精力花在體驗生命的過程上。.....許多時候，人生無法規劃，努力做好你現在的工作而且去享受它，機會會自己找上你的。"

欣賞全文，請上網：

<http://www.cw.com.tw/article/index.jsp?id=38109>

學術比賽在即，好文章與大家分享。古人說：「是非成敗轉頭空」，一次的成與敗在長遠的人生路上，經常是被遺忘的。可是努力的汗水、挫折的面對、收獲的喜悅，卻點點滴滴塑造了人格，定位了自己。凡走過必留下痕跡，預祝矽谷的孩子們：人人有收獲，個個是贏家！

二、訓導組報告：

2010年1月22日校區輪值家長名單：

陳鳳瑤(5-2) 孔繁誠(7-4) 簡秋權(3-1) 唐立信(10-3) 林章惠(10-3) 顏漢珊(10-3) 邱雅慧(9-3)。請輪值家長于6:55pm準時到辦公室Room114報到，並確實執行服務工作。

三、教務處報告：

全美中文學校聯合會將於三月十二日〈週五〉7:00 pm-9:00 pm 在本校 Room 202 舉行 SAT II 中文模擬考試，本校將於一月八日至一月二十二日在辦公室接受報名，詳情可至學校網站或向辦公室副校長詢問。

四、文化班消息

大家新年好! 本校文化班除了提供同學在上課前學習中華文藝的機會外，也在中文課上課時段提供家長一些文化和健身的活動。本學年度上學期文化班已近尾聲，謝謝家長們熱烈支持，踴躍參加。現開始接受下學期課程報名，共上課十二週 (1/29, 2/5, 26, 3/5, 12, 19, 26, 4/2, 9, 23, 30, 5/7) 排舞 加一堂課 5/14。

想要報名的家長請於1/15至辦公室報名，此外，舊生有優先權，請與班代或老師報告。名額有限，額滿為止，若有特別狀況，請洽鄔嗣莉 (408) 887-2435。

以下是文化班各項課程的上課時間及教室：

課程	時間	地點	老師	學費
兒童書法	6:00 - 6:55pm	Art Room73	吳碧玉	\$80
兒童國畫	6:00 - 6:55pm	Art Room73	詹明芬	\$80
成人國畫	7:05 - 8:30pm	Art Room73	詹明芬	\$100
太極拳 Beginner	7:05 - 7:55pm	Dance Room-Cover	曾暉鴻	\$100
太極拳 Intermediate	8:00 - 8:50pm	Dance Room-Cover	曾暉鴻	\$100
排舞 Beginner	7:05 - 7:55pm	Cafe	許樹貞 張永華	\$50
排舞 Intermediate	8:00 - 8:45pm	Cafe	許樹貞 張永華	\$50
排舞 Both Beg & Int	7:05- 8:50pm	Cafe	許樹貞 張永華	\$80

太極拳教學內容介紹

(1) 太極拳

太極拳是中華民族的文化瑰寶、其原理法則來自”易經”、凡手腳屈伸、步法進退、身移腰轉、呼吸吐納、皆合乎身理自然、動作優美順暢如行雲流水、多練太極拳可以增強體力、穩定腰腿、身體自然保持平衡又有活力。

二十四式太極拳、是由楊家傳統拳架簡化而成、易學好練、初學者可依此入門、培養興趣再循序深造、步入太極堂奧、請大家用心的體會。

(2) 華陀五禽戲

華陀五禽戲是一種仿效自然界中各種鳥獸的運動形態及生性特點、作為保健強身防治疾病的導引吐納術。

它是由三國時代的神醫華佗所創、留傳至今已1800多年了、內容完整練法簡便、五禽乃指虎、鹿、熊、猿、鳥五種動物、禮記正義篇謂：“兩足而羽謂之禽、四足而毛謂之獸、鳥不可言獸、獸亦可言禽”所以禽是鳥獸之總稱、五禽戲包含虎的撲按抓拿、鹿的探首遠眺、熊的舉步沉穩、猿的縱跳攀登、鳥的悠然自在、於每一個展轉揉動的姿勢動作中、內以呼吸調息、吐故納新強化內臟、外仿熊經鳥伸俯仰開合鬆弛筋骨、式式都含有心靜、體鬆、神聚、氣和、意寧的特性。

常練五禽戲對身心保健、卻病延年有一定的功效、請大家用心體會。

五、社區活動

臺灣大學中國文學系「國際學生學士班」招生中
申請時間：2010年1月1日起至3月15日（5月17日放榜、9月中開學）

請見「國際事務處」及「國際學生學士班」網頁
http://www.oia.ntu.edu.tw/degree/admission/index_en.asp (線上申請)

http://www.cl.ntu.edu.tw/main/recruit/NTU_International/index.html

“跳東西 Mix & Match” --林向秀舞團2010跨國合作灣區首演

演出時間：2010年2月5日 (Friday) 8:00PM, 2月6日 (Saturday) 3:00PM, 8:00PM

演出地點：San Jose State University, Spartan Complex 219

<http://www.wretch.cc/blog/lindance>

Chinese For Fun 學藝比賽

庫市中文教育委員會 主辦

Cupertino Area Chinese Language Education Committee (CACLEC)

報名組別：

卡拉OK: 高中組和初中組

中文打字: Chinese I, Chinese II, Chinese III and Chinese IV/AP

比賽日期：2010年2月27日星期六

比賽地點：Homestead High School

報名費用：每項 \$2

報名截止日期：2010年2月10日

報名表格會EMAIL給個班班代。

2009-2010 下學期歷史文化課/書法課行事曆

週次	日期	書法課 7:00-7:50 (Room 73) 吳老師	歷史文化課 6:00-6:50 (Room 205) 陳志美老師	歷史文化課 6:00-6:50 (Room 609) 程凌雲老師	歷史文化課 7:00-7:50 (Room 609) 程凌雲老師	歷史文化課 8:00-8:50 (Room 609) 程凌雲老師
一	1/22		6-1	8-1	12	高級班
二	1/29	高級班	6-2	8-2	10-1	10-2
三	2/5	7-1	6-3	8-3	10-3	11-1
四	2/12	7-2	7-1	8-4	11-2	12
五	2/26	7-3	7-2	9-1	高級班	10-1
六	3/5	7-4	7-3	9-2	10-2	10-3
七	3/12	6-1	7-4	9-3	11-1	11-2
八	3/19	6-2	6-1	8-1		
九	3/26	6-3	6-2	8-2	12	高級班
十	4/2	5-1	6-3	8-3	10-1	10-2
十一	4/9	5-2	7-1	8-4	10-3	11-1/11-2
十二	4/23	5-3	7-2	9-1	高級班	10-1
十三	4/30	4-1	7-3	9-2	10-2	10-3
十四	5/7	4-2	7-4	9-3	11-1/11-2	高級班
十五	5/14					
十六	5/21					