新北市中和區光復國小輔導刊物
New Taipei City Kuangfu Elementary School

第 145 期

發行日期：110 年 1 月
發 行 人：張明賢
編　　輯：林玫君、傅心怡、林惠雯、吳佳蓁、黃瓊玉
地　　址：新北市中和區光環路二段 1 號
電　　話：（02）32348654
傳　　真：（02）32348663
網　　址：https://www.kfes.ntpc.edu.tw/
美編設計：睿瀅視覺設計

親師交流道 NEWSLETTER

生命極光 復現色彩



珍愛生命 活出光彩

輔導主任　林玫君

幼兒園的孩子們，收成了一個月前種植的空心菜，也帶回了日光農場裡的蝸牛，蝸牛爬呀爬！肚子餓了就吃了放在旁邊的圖畫作品，原來蝸牛也吃紙？於是這位不速之客成為孩子們的朋友，開始觀察牠吃什麼？要怎麼洗澡？最後，帶蝸牛去散步，回到牠原來的家！這段與蝸牛相遇的日子，我們看見不同的物種，無法對話，卻擁有尊重與接納，這是生命教育的開始！

生命教育特色學校

學校榮獲「教育部 109 年生命教育特色學校」殊榮，這幾年在全校師生的努力之下，配合學校願景「人文心、光復情、勤學習、能力行」，以「認識自我、探索社群、理解尊重、關懷實踐」為目標，希望每個孩子都能找到屬於自己獨一無二的存在感，散發生命的光熱，活出精彩的生命。

發展獨特的生命　肯定自己

認識自己、愛護自己、保護自己、肯定自己都是屬於生命教育的一環，除了老師在課程中協助引導學生外，學校也辦理各項輔導工作，幫忙學生適應學校生活，例如，專輔老師入班宣導、性騷擾 / 性侵害防治宣導活動、預防家庭暴力紫絲帶學習單活動、高年級學生生理衛生講座等等，希望透過綿密的輔導課程安排，讓孩子學習與自己對話。

每個孩子都是獨特的，學校提供多元展能舞台，如，每月一次小藝人展演、班級下課快閃、期末社團成果發表會、跨校聯合音樂會等，校內外空間皆是孩子們的舞台，讓孩子肯認生命自我價值。

瞭解生命的意義　關懷他人

在融合教育的趨勢下，班班幾乎都有特教生，如何與不同的個體相處，是所有學生需面對的，學校每年度都辦理特殊教育體驗活動，一到六年級學生針對不同的障礙類別分別體驗這些孩子們在學習上或適應上的困難，透過特教體驗，孩子們學會尊重他人，最後能主動關懷，並給予協助。此外，為表揚具愛心且平日熱心協助班上身心障礙學生的小朋友，學校會透過兒童朝會公開表揚。藉由愛心小天使的事蹟與模範，讓小朋友學習如何用愛心與包容去關懷身旁的身心障礙同學。

愛與關懷無國界，因應 2019 年底全世界因為新型冠狀病毒所帶來的大災難，本校針對此議題融合各領域進行課程設計～「守護生命、疫期努力」，期望學生能透過各種討論了解身為地球村的一份子可以做那些活動！此外，學生也積極實踐服務學習，例如，六年級擔任愛心服務隊、安得烈食物銀行合作食物一日捐、募集發票、管樂團及舞蹈團社區才藝表演等等。學生透過參與不同的活動，來體驗生命的價值。

培養生命的關懷　珍惜環境

美國文學家愛默生曾說：「人的一生就是進行嘗試，嘗試的越多，生活就越美好。」為了讓學生有不一樣的體驗，學校申請經費，在頂樓一處設置日光農場，發展食農教育，食農教育是一種強調讓學習者經由親自參與農產品從生產、處理，至烹調之完整過程，發展出簡單的耕食技能，並能夠瞭解食物來源，培養選擇食物的能力及正確的飲食知識，學習對食物、生產者和環境的尊重與感恩。

學校每學年度皆辦理「生命教育書展」活動，每年設計不同主題，透過主題書導讀，引導學生反思生命的可貴。今年辦理主題為「生態之謎」，藉由陳列不同的動、植物探索生命的可貴，讓學生反思如何對於大自然的維護與愛惜。

學校在規劃與推動生命教育相關議題和活動時，從「自己」出發，擴展到對他人和對世界萬物的關懷，並結合各項內外部資源，展現光復國小多元、熱情、具有生命力的校園特色。相信在全校親師生的攜手努力下，光復的孩子都能為生命譜出美好的色彩！




感謝管樂團家長熱情的支援

豐盛生命 精彩樂章

光復國小管樂團後援會顧問 游玉琳

光復國小管樂團榮獲新北市 109 年度管樂比賽特優第一名，這群神奇寶貝們完成了不可能的任務。沒有人能想到兩年前還是墊底的隊伍，竟然可以創造奇蹟。

我一直思索著社團可以為孩子帶來什麼？

這群孩子們週一、四放學後，以及二、五早自修都在團室內勤奮的練習，賽前的假日還加強練習了好幾次，乍看之下樂團的練習花掉了一些他們寫功課、補習、遊戲的時間，值得嗎？陪孩子在社團的時候，我問過自己不下十次這樣的問題。在樂團陪伴孩子這麼多年，我看見社團的孩子學習到的不只是音樂上的技能，更是團隊、紀律、耐心、毅力、全力以赴、克服困難，這些都是更重要的心理素質。學長姐到了六年級，或者成為了首席，他們的任務就不只是成就自己，更要學習貢獻他人和團隊。

比賽的前日，指揮陳順發老師說：「孩子不要想著比賽，不要想著特優。要想著怎樣做出最美好的音樂，感動自己、感動別人。」比賽當天，我看到小樂手和老師之間充滿了信任、默契十足，家長們也體驗到這份無比深厚的情感，無一不是眼眶泛淚。

我記得樂團有個孩子平日練習時都是個小皮蛋，但是，是位極有天分的孩子，有一次他因為演奏得太好了，指揮老師打從心裡真誠的稱讚：「你演奏得真的好棒。」那個孩子睜大了眼睛認真的問了三次：「老師，你說的是真的嗎？你是真心的嗎？」這個畫面我一生都不會忘記。這個孩子真正的收到肯定與讚賞，是他生命的一個重要禮物。這樣的社團生活有苦有甜，點點滴滴充滿了寶貴的回憶。

我的教授曾跟我說：「美感的教育一等一的重要，因為有美感，做人才會優雅。」樂團的生活，不只是音樂技能的培養，更是生命教育的一環。這次孩子創造了歷史，更是親、師、生共同合作所創造的成果。不只是孩子在成長，參與的家長也共同經歷了一個重要的里程碑，親子之間因為有了共同的目標，有了共同的話題而更加緊密連結。我相信這次參與比賽的小樂手打了美好的一仗，豐盛了自己的生命，演奏了精采的樂章。


到宜蘭縣冬山國小進行校際交流


平時認真的練習


參加新北市 109 學年度音樂比賽


擔任大型活動開幕表演團體

生命教育從生活做起

專輔教師
黃瓊玉

前陣子自殺事件的新聞頻傳，使大眾意識到台灣的升學環境壓力大，過於注重專門知識的培養，忽略了對生命的關懷與體悟，以致於面對與生存有關聯的議題時，因感受到困頓，且缺乏人生觀與價值觀的意義理解，而扭曲生命存在的價值，以為考試、工作、生活是生命的全部，一旦壓力過大就選擇逃避。

生命必經生、老、病、死的歷程。面對這些人生的課題，選擇接受或是逃避，取決於個人面對生命議題時的高度與廣度。生命教育應從「愛」開始，以珍惜自己、尊重他人、感恩萬物為目標。

孩子要學習喜歡自己，同時能尊重不一樣的生命，表現出同理心，進一步要學會愛物惜物，與自然環境共存。家長可以運用繪本親子共讀，引領孩子認識愛；設計體驗遊戲，培養同理心；鼓勵孩子日行一善，透過行動表現關愛他人的行為；帶著孩子接觸大自然，認識生命呈現出不同的美麗面貌，對大自然的力量心存敬畏與感恩。

生命意義的探索可用生活中的事件或是自然界的生物盛衰做為題材，例如：親人離世、媽媽懷孕、栽種植物的成長觀察和飼養寵物的照顧歷程等經驗。把握機會和孩子討論生和死，讓孩子知道這些都是自然現象，生命終會有消逝的一天，重要的是如何把握當下，珍惜所擁有的一切。

經驗到人生的困難，反映的是生命渺小與脆弱的一面，透過生命教育讓我們能看到生命的偉大與韌性之處。生命教育是一種從小到大的全人教育，想培養出具有正確人生觀的個體，就先讓孩子對身邊的人事物感到興趣吧！



挑戰生命與愛同行

光譜班教師
林芯羽



教育部 109 年度推動生命教育議題融入課程，透過系列活動讓學生體驗與實踐生命，活動的核心理念為「愛己 • 愛人 • 愛地球」。

「愛己」是期待同學們一起愛自己，關心自己，活出自己生命的價值；「愛己」之外，也要「愛人」，每個人都可以幫助他人，協助孩子設立服務目標，共同達成，這就是一種生命教育；個體從家庭到學習環境中都會接觸到不同群體，我們要學習在群體中欣賞、包容個別差異並尊重自己與他人的權利，是特殊教育中不斷實踐的重要課題。因此，生命教育的主要目的在協助學童認識生命、珍惜生命、欣賞生命、尊重生命，教育課程以欣賞、觀察、體驗、參觀與實作、配合講述進行教學。以新北市為例：新北市每年都會辦理「特教生挑戰日」，透過趣味活動帶領學生嘗試不一樣的挑戰，利用舞動肢體解放特教孩子的身心，並結合防疫舞，讓特教孩子舞動起來並培養正確防疫觀念。而光復國小光譜班學生體驗的活動除了挑戰防疫舞外，特教老師們個別為肢體協調不足的孩子設計飛盤擲準、好運疊疊樂，在練習過程中發現孩子們遇到困難時，並沒有因此放棄或有過度情緒表現，展現互助合作的「愛人」精神，從中也能展現「愛己」的價值；陪伴特殊需求孩子成長的漫長道路上，老師與家長在陪伴部分是不可或缺的一環，須付出更多心力，以愛心耐心支持每一位孩子，讓他們在成長過程獲得更多鼓勵與協助，雖是艱鉅挑戰，但孩子的快樂成長，終究還是一段難忘的美好回憶。

生命教育是「心」的教育，期待透過不同生命教育活動，帶領我們的學子擁有豐富的生命經驗。讓我成為身障者與其家庭的貴人，讓我們一起用「心」傳愛久久，讓校園與社會充滿溫暖與愛，讓我們懂得愛惜自己的生命，進而愛護他人、愛護地球的生態環境。

與食物相遇的可能



總務主任　蔡佳雯

科技越來越進步，我們面對的學生是數位原住民，不需行萬里路就能讀萬卷書，孩子們離土地越來越遠，對環境越來越陌生，面對劇烈的氣候變遷調適困難，日益惡化的生態系統是自然對人類作為的反撲，要尋回失落的環節，談何容易。走在校園中，偶會發現學生丟棄的水果或餐點，正因食物得之容易，不易愛惜，「惜食」成為必須指導的課題。

民以食為天，國以農為本，唯有將食農教育落實於課程，讓學生有親近土地的機會，才能感受土地的溫暖，關心在這片土地生存的人事物，理解所有的食物都是來自許多人的努力，進而感謝生產食物的人們，就如同作家陳之藩所說：「無論什麼事，得之於人者太多，出之於己者太少。因為需要感謝的人太多了，就感謝天罷。」

我們利用學校頂樓的空間，建立了日光農場，發展了「食農四季」主題教學計畫，分別是「春青蔥、夏艾草、秋地瓜、冬蘿蔔」，體驗汗滴禾下土的辛苦，解決種植過程中遇到的問題，例如：農作物被鳥吃了怎麼辦？葉子上有蟲怎麼處理？為什麼我種的菜長不好？不會做蘿蔔糕，可以請教誰呢？這些問題沒有標準答案，只有自己嘗試過，才能學會選擇與決定。

從看到菜蟲會尖叫，後來才知道是紋白蝶的幼蟲，第一次挖到雞母蟲的驚奇，後來就自動的放回土中，那是蟄伏著，等待春日到來金龜子幼蟲。如果請蚓菜共生區裡的蚯蚓幫忙，是不是可以省下有機肥料的支出？如何用 microbit 溼度檢測器測量決定要不要澆水，才不會浪費水資源？種植過程中與不同的物種相遇，發現土地賦予的生命力是如此豐富有趣，到農場去成為孩子們期待的事情，可以相互分享自己的發現。

今年配合雙語亮點實驗學校計畫，食農課程加入雙語元素，教師發現中外文化對蔬菜料理方式不同，我們喜歡熱炒，西方國家則偏好冷食，從國際教育觀點切入，我們介紹了英語綠繪本，欣賞各國不同的飲食習慣，外師和學生利用農場收成的蔬菜製作生菜沙拉，色香味俱全，讓原本不愛吃青菜的孩子們都爭著把菜吃光，享受從「農場到餐桌」的成就感。

每個季節有不同的植物開花、結果，園裡的昆蟲們忙著找食物，當種子不小心掉落泥土後又開始發芽，那是植物的生生世世，不同的生命，擁有各自的精彩，歡迎大家光臨農場！



日光小農社團食農英語繪本導讀



外師介紹製作生菜沙拉需準備的食材

利用自己種植的蔬菜製作健康沙拉



把自己種的有機蔬菜帶回家和家人分享



到日光農場採收珠蔥，烹調成美味的蔥蛋！

主題書展 生態之謎

109 年度 10-11 月學校圖書館的主題書展以「生命教育」為主軸，辦理「生態之謎」主題活動。主題書展專區中，除了展示與生態、動物、植物相關的書籍外，還有實體的動植物，包括水生動物及許多香草植物，讓孩子近距離的觀察、嗅聞，可以更真實的親近生物。此外，也感謝志工林進先生提供珍貴的植物收藏品，讓孩子認識多樣化的植物。活動設計透過學習單及密碼盤，引導孩子從提示中去解謎，讓孩子知道世界上已經有很多動物絕種，而這些絕種動物的消失，「人類」對生態的破壞，是最大的「主因」。最後，讓孩子具體提出如何愛護生態及環境的方法。這是一場引導孩子尊重生命價值觀且很有意義的活動呢！





閱推老師講解任務



學生操作旋轉密碼盤





閱推老師介紹香草植物



恭喜抽到獎項的學生獲得香草植物



小朋友閱讀書籍及欣賞植物



介紹 2018 年已經絕種的動物

我可以如何愛護生態及環境呢？

一年 2 班 19 號鄭幫云

我可以減少紙製餐具和免洗筷的消耗，可降低森林的砍伐量，減少攝取肉食，支持再生能源。

三年 11 班 24 號劉晞軒

不亂砍樹，去動物園時不拿食物餵動物，不亂丟垃圾，不亂採野花野草，少吹冷氣，不捉弄小動物。

六年 1 班 24 號邱筱涵

不砍樹，多用環保的物品，不污染海洋，愛護地球

愛心服務隊

愛與關懷 永不止息

為了協助一年級導師處理級務，及協助一年級新生早日適應學校生活，學校安排六年級的學長學姐擔任愛心服務隊隊員，在剛開學前十週中的早自修、午休及放學時段，協助班級導師幫忙可愛的一年級小朋友，例如協助早自習班務、中午分發飯菜、放學帶路隊……等等。透過這樣的服務學習，六年級愛心服務隊同學們分享不同的體會與感受。感謝他們為一年級的小朋友提供服務與照顧哦！



愛心服務隊接受頒獎



進行愛心服務隊的培訓

六年 1 班 吳苡漩

我很榮幸可以當愛心服務隊，可以為自己的學弟妹服務很開心，這是個很好的體驗，讓我感受到爸媽照顧子女的辛苦，從此我要知恩、惜福。

六年 2 班 陳玟甄

這段時間在服務一年級時，讓我體會到當老師的辛苦，謝謝老師讓我去服務一年級，也讓我和一年級的同學變成了朋友。

六年 3 班 陳亮蓁

這十週服務的時間裡，我每當看到一年級的小朋友在我們的幫助後臉上那滿足的微笑，就會感到很溫暖，因此這十週的時間對我來說非常短暫。

六年 3 班 蘇雨蓁

短短的十週一瞬間就過了，雖然時間短暫，但能體會到老師帶著一群活潑好動小孩辛苦的模樣，讓我想起以前的我。

六年 4 班 朱宥潔

升上六年級，我的責任又大了些，就是擔任愛心服務隊。踏進一年級教室，我就覺得小弟弟小妹妹好可愛哦！雖然，每天都相當疲累，但看到他們慢慢成長，適應學校生活，我真替他們開心。最後一週服務時，他們也用注音寫了許多小卡片感謝我們，雖然僅僅十週小小的協助，對我來說，卻是大大的收穫。

六年 5 班 洪聖哲

在當愛心服務的過程中，我體會到了父母的辛苦，每次都要幫忙他們雖然有一點累，但是只要能夠幫助到別人，我就已經滿足了。這次我很榮幸的能夠當上愛心服務隊。

六年 6 班 洪欣惠

服務的這段期間，一年級的學弟妹常跟我分享自己在學校發生的事，如：被稱讚、得到獎卡等等，雖然十個星期過得飛快，但學弟妹見到我也會像以前一樣，大聲叫姐姐好！我很慶幸，我來愛心服務隊，見到這群可愛的學弟妹！

六年 7 班 蔡定宸

以前的六年級是我的榜樣，現在我是一年級的榜樣，我在這十週內學到了很多事情，我也認識了一年七班的同學們，祝你們今後學業能夠更進步，也希望你們以後可以成為一個好學生。

六年 8 班 羅翊芳

看到小朋友從很多事情都無法自理，到後來他們也逐漸學會要如何打菜、點作業等，就覺得很有成就感，當中也謝謝老師的指導、使我們進步，留下不凡的回憶。

六年 9 班 張芸溱

我覺得一年九班的小朋友很可愛又活潑，有時候我還會有點想念他們，這次服務他們讓我學到要怎麼照顧弟弟、妹妹，我希望畢業以後能再見到一年九班。



協助零時體育活動

協助分發午餐飯菜



協助帶路隊



如何預防流感

護理師 劉晏蓉





一 **每年接種流感疫苗**：為預防流感最有效的方式，尤其是免疫力較差的長者、幼兒與慢性病患者等高危險族群及學童與醫護人員等高傳播族群。本校已於 109 年 10 月 30 日完成校園流感疫苗集中施打，**當天若因發燒或無意願接種等原因，未能於學校完成接種，可持「流感疫苗補接種提醒通知單」至校外施打，如貴子弟已於校外完成接種，請務必將接種回條繳回至健康中心完成紀錄。**



二 維持手部清潔：保持經常洗手習慣，使用肥皂和清水確實洗手，在沒有辦法濕洗手的地方，可以利用酒精性乾洗手進行手部清潔，

三 **注意呼吸道衛生及咳嗽禮節**：如有呼吸道症狀，請戴上醫療口罩並保持良好之衛生習慣。

四 有流感症狀**需立即就醫**，如經醫師確診為流感，請依醫囑服用藥物並於家中休養，也請務必通知導師。

一、四年級健康檢查



本校於 109 年 10 月辦理一、四年級健康檢查。檢查結果可作為學生健康自我管理的依據，並提供教師作為安排學生學習活動之參考，亦可透過檢查早期發現、早期治療，以維護學生健康。









反毒宣導講座

毒品型態百百種，現在的毒品包裝相當「精緻」，常常「以假亂真」，會讓孩子以為是零食餅乾。學校特地辦理反毒增能知識教育宣導，邀請臺灣無毒協會新北分會楊孫典老師來教導五年級孩子認識毒品及毒品的危害，提醒孩子不要吃來路不明的食物，並懂得如何拒絕毒品的誘惑，創造一個無毒友善安全的校園。











附幼寶貝 活力健康GO!

本校幼兒園在 109 年 11 月中旬辦理「桃園活力健康農場」戶外教育活動，體驗不同的學習活動，例如認識昆蟲及欣賞可愛動物、探索月桃迷宮、搗抹茶麻糬及 DIY 活動、三合院古早童玩 PK 賽體驗等等，可愛的小寶貝們除了能動手體驗外，還能親近大自然。小寶貝們從歡樂的體驗過程中瞭解我們要愛護動物與環境哦！


打陀螺


我們是小動物


竹節蟲體驗


餵羊初體驗


搗麻糬體驗

榮譽榜

本校學生參加全國「2020 校園無影腳～ 10 人 11 腳競速大對決」，榮獲 31 腳極限組第一名，感謝賴淑娟老師、陳盈惠老師、林育君老師指導，感謝家長會支持。

四年 2 班駱侑萱和四年 8 班郭恆嘉同學參加第 14 屆聯合盃全國作文大賽－新北市區賽，獲得中年級組佳作，感謝余冠宏老師、楊秀娟老師指導。

本校直笛團榮獲 109 學年度新北市學生音樂比賽直笛合奏中二區優等，感謝鄭安妮老師、林佳瑩老師指導。

五年 5 班黃竑勳同學參加 109 年度全國語文競賽閩語字音字形國小學生組，榮獲特優，感謝張寶明老師指導。

三年 10 班趙偲宇同學榮獲 109 學年度全國學生美術比賽水墨類國小中年級組佳作。

許俊良老師、丁旗老師、劉博皇老師指導田徑隊參加「新北市 109 學年度雙和區六年級田徑對抗賽暨國民中小學班際大隊接力競賽」獲得佳績。

五年 2 班吳冠儒、金伍恩、五年 8 班黃裕翔三位同學參加新北科學嘉年華勇闖賽恩斯島 -- 科普趣味擂台賽，勇奪第一殊榮。

二年 1 班陳奕璁同學獲中華民國第 51 屆世界兒童畫展獲佳作獎。

五年 3 班黃宥恩同學參加「全國北區 A(4) 游泳錦標賽」獲得佳績。

二年 6 班蕭奕中同學參加「新北市 109 年游泳區域性對抗賽暨榮富盃游泳邀請賽」，獲得佳績。

二年 3 班許晨翔同學寫作獲國語日報刊登，獲得小作家證書一紙。

特別感謝

感謝六年級學生家長
廖經錁先生捐贈警衛背心一批