

發行日期：110 年 4 月
發行人：張明賢
編輯：林玟君、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：睿濤視覺設計

親師交流道

NEWSLETTER

品德星光 復現精彩

好品德好未來 培養有品有德的好兒童

學務主任黃雅慧

好品德是送給學生最好的禮物，如何透過系統化的教學與多元活動，讓學童從做中學、體會品德核心價值的意涵，進而真正落實在孩子生活中，成為一種習慣、一種內化的品格，是我們持續努力的目標。期許透過校園品德教育的推動，能積極培養學生正向人格發展，讓學生整合素養學習，正向回饋家庭社會，實踐「自發」、「互動」、「共好」的理念。

本校在全體師生共同努力下，榮獲「新北市 108 年度品德教育特色學校市級績優」之殊榮，茲分述本校品德教育推動方向如下：

(一) 市訂十二品德核心價值

本市訂定品德核心價值，包含「1 月尊重、2 月誠信、3 月正義、4 月孝悌、5 月感恩、6 月反省、7 月自主、8 月助人、9 月公德、10 月合作、11 月責任、12 月關懷」等 12 個品德核心價值，本校據此發展校本行為準則。

(二) 結合學校願景落實品德教育

本校結合學校願景「人文心、光復情、勤學習、能力行」，以「知善」、「愛善」與「行善」為主軸，以市訂行為準則為基礎，依據本校學生需求，分別訂定校本低、中、高年級學生行為準則。

(三) 學生朝會宣導品德中心德目

透過每週學生朝會時間宣導每月品德中心德目主題，透過戲劇、影片、繪本等方式宣導每月的品德教育核心價值及行為準則，落實品德教育宣導。

(四) 班級品德星光樹立典範學習

每月由班級依據品德教育行為準則推選班級品德星光與品德群星代表，獲選學生頒發徽章一枚，於全校學生朝會公開表揚，鼓勵大家向典範學習。藉由樹立楷模，見賢思齊，正向引導，讓良善的行為受到肯定，進而影響他人，願意同行，一起實踐。

(五) 品德教育聯絡簿落實生活教育

各班導師利用品德教育聯絡簿進行品德教育宣導與教學，並安排每學期定期檢閱，以了解各班品德教育推動情形。

(六) 學生自治服務團隊

成立學生服務團隊，如自治市、環保衛生隊、愛心服務隊、童軍團……等，培養學生服務精神與責任感。

(七) 每月召開班級會議落實班級公約

各班級每月利用班會時間指導學生討論本月中心德目，討論共同承諾之公約與信條，並選出每月品德之星接受表揚。期培養學生自省與自律能力，樹立楷模，營造有序校園。

(八) 品德教育時光廊

於校園走道設置品德教育時光廊 (Character Education Time Corridor)，公告本校品德教育核心價值，營造校園境教之氛圍。

(九) 食農遇上品德，提供適性教育

搭配日光農場種植與品德教育聯絡簿進行教學，品德教育概念可放入其中隨時指導，配合「食農家族」擔任代言人，深化品德教育對於學生的影響。

(十) 光復好兒童，找出優點與亮點

為培養學生的成就感和榮譽心，鼓勵優良行為表現，本校推動「光復好兒童」、「光復大台柱」等全校性榮譽獎勵制度。透過正向行為的增強，鼓勵學生展現優點與亮點。

品德教育推動有成，有賴於全體教師的齊心努力與家長們的用心配合，共同營造友善校園的溫馨環境。期許光復每位學生都能成為十二顆品德星光—如星閃耀、如光燦爛，做個有品有德的好兒童，迎接光明正向的好未來！

因為有伴 談合作 所以勇敢

林育君老師

每當早自習及午休，體育館總會傳來「一二」、「一二」的吶喊聲，即使已是全市30人31腳比賽常勝軍，他們仍把握每次練習機會，腳帶反覆拆綁，用力拉緊夥伴，繼續整齊劃一的向前跑。

這群小選手們從四年級開始訓練，107學年度更榮獲新北市校際30人31腳冠軍，因疫情關係，新北市連續兩年停辦比賽，長時間的努力失去了目標，陳盈惠老師得知高雄市全國賽會如期舉辦，提出勇闖全國賽的想法，讓孩子們對比賽又重新燃起了希望。

得到學校及家長會的大力支持後，緊接著的是一連串艱辛的訓練，但孩子們鬥志激昂。起初練習狀況並不理想，訓練暫停了半年多，加上新生加入及身高差異大等問題，導致訓練時腳步不齊、排面凌亂及跌倒情況發生，出現相互責怪、團隊凝聚力差，像一盤散沙的情形。當孩子們互相指責時，總教練賴淑娟老師會不斷告訴孩子們：「團體戰個人技巧是其次，身高較高的人

如果沒有注意自己的速度，身形較小的夥伴會感到吃力，所以相互抓緊，注意夥伴的狀況，隨時調整速度，所有人一起安全抵達終點才是最重要的。」一次次提醒跟領悟後，後來彼此間互相關照、打氣，團隊練習狀況漸入佳境，往挑戰全國賽夢想前進。

比賽現場因為中間隊員起步慢了，在排面與腳步凌亂不堪的過程中抵達終點，只能把握最後一次機會。緊張時刻，聽到孩子們相互鼓勵，第二次上場前，團隊向心力凝聚，反敗為勝，獲全國冠軍。這一路走來，最讓人感動的是孩子的成長。想起淑娟老師常對孩子們說：「抓緊夥伴！30人是生命共同體。」這些課本沒教的事，以比賽為名，傳達給每一個孩子：單打獨鬥的時代已經過去，未來世界所需要的是「合作」的能力。透過活動，體會合作的重要，同時學習相互理解、互助尊重，與十二年國教中培養學生「自發」、「互動」、「共好」的理念，不謀而合。



10人11腳比賽



10人11腳比賽



30人31腳極限組比賽



30人31腳極限組榮獲第一名

光復國小幼童軍 幸福一日捐

捐愛心，送幸福

呂佳霖（幼童軍副團長）

每年的 12 月是我們光復幼童軍的大日子，因這個月我們有許多感恩服務行動，其中的「愛要即食 - 幸福一日捐」募集膳食活動，是我們一起為「安得烈食物銀行」所籌募。猶記得在 2020 年 12 月是我們連續第七年為安得烈募集膳食，巧合的是每年到了這天，總是會遇上寒流或風雨來襲，著實感受到上天考驗我們的毅力。我們的童軍夥伴，絲毫不受任何影響，熱忱依舊、笑容不減為每位到場獻上物資的家長、學童以及師長們，點收各項物資，以便中午讓專車運送，後續可以分配至各個需要的家庭。光復幼童軍很幸運，每次各項大大小小活動，都有光復國小的師長支援及相挺，讓幼童軍募集物資可以持續進行與幫助更多家庭。感謝有您，有您真好。

檢查物資有否過期

發揮愛心共襄盛舉

李怡瑩（幼童軍副團長）

記得女兒讀一年級的時候，有一天她拿張單子回來跟我說：「媽媽，我們學校有食物捐，可以幫助有需要的人喔！」看到女兒年紀這麼小卻有一顆願意幫助他人的心當然要支持她，所以我們就買了些指定的食物讓女兒帶去學校。一直到女兒三年級加入幼童軍後，我加入一起服務才知道這是很棒很有意義的活動。第一次參加食物捐時，早上 7 點就看到幼童軍的服務員在川堂做前置作業，一切準備得差不多後桌子就定位，就有孩子們陸續大包小包的把物資拿來捐贈，有的是爸爸、媽媽帶著孩子來的，有的是班級老師帶著全班的孩子們一起來捐物資，從幼兒園、各年級到各處室，光復國小上上下下全員動起來響應這食物捐的活動，真的讓人很感動。善良的心及幫助他人的善良種子我們要在孩子們還小的時候就種入到他們的心裡，透過這樣的活動，讓孩子們知道在這社會上有些人是需要幫忙的，知道自己是很幸福的，在我們能力所及的範圍去幫助需要幫助的人，把愛和幸福一直傳遞出去到每個人的心中。

大排長龍捐助物資

蔡依珊（幼童軍副團長）

那是學校成立幼童軍的第二年，在孩子期待了一年後，懵懂的和孩子一起踏入了童軍的園地，這一路走來不只孩子收穫良多，自己也很開心和童軍的相遇，期待著能和孩子們一同學習和成長。陪伴著孩子們參與了「安得烈食物銀行」的食物募捐活動，不只透過捐贈食物來付出自己小小的心意，還能參與兒童朝會的宣傳活動，了解到一個活動舉辦前的預備工作；在整理捐贈物資的過程中，也認識了食物保存期限等等的觀念，一個小小的服務行動其實能體驗到不少東西呢！這些日子以來深深的感受到，想看到孩子認真投入的神情，自己也要樂在其中啊！

分裝物資

整理物資



真心關懷

高年級

親愛的小朋友：每個人都會因為挫折而失去信心，面對失去信心的人，適時的關懷可以讓他們重新獲得自信，積極面對生活。你曾經如何做到「關懷」周遭的人？分享你怎麼做到關懷的經驗和方法。



502 丁芊毓

如果在公車或捷運上看到有較年長的人受傷和孕婦就要主動讓座給他們，有一次我在公車上看到受傷的人，我就主動讓座給他。

504 陳芊羽

班上來了一位新同學，我會帶著他認識校園環境；同學受傷時我會主動關心他，還會帶他去健康中心擦藥；同學心情不好時我會關心他，並且問他發生什麼事。同學有挫折和困難時，我們要有關懷的心去關懷周遭的人，陪伴他們，讓他們能突破困難和解決問題。

505 林恩

我會關懷別人，我會幫拿重物的人背包包；會和學習比較慢的小孩互動；會鼓勵沒有自信的同學。我願意關懷，因為我知道世界上還有許多人需要真正的關懷。

507 杜苡誠

我曾經關懷過一隻走路一拐一拐的貓，幫助牠趕走一些丟牠石頭的小孩。

602 顏巧妮

我們班上有一個同學，他聽力方面有一點障礙，我們跟他說話時，需要大聲一點才聽得到，而且不能從他背後拍他，因為他動作比較大一點，站在後面可能會被撞到。我們可以在說話時說大聲一點，在教他的時候需要多一點耐心，他們並沒有不一樣，我們能做到，他們也可以，說不定，他們能做到，我們還不一定可以呢！

603 陳亮堯

四年級時，我們班上轉來了一位轉學生，他是日本人，剛轉來時，他對我們班非常陌生，因為語言不同而煩惱，於是我便主動幫助他，每次下課時我會教他上一節老師所教的，如果遇到連我都不會的題目時，我會找一些好朋友來一起研究該如何解題，因此他和大家的感情越來越好，也不再對身邊的一切感到陌生了。

604 張荷淨

在人生中，一定會遇到幾次的挫折，我們要懂得如何去關心因為挫折而失去信心的人。通常失去信心的人都會害怕被他人嘲笑，害怕再次失敗，所以我們要鼓勵他們，讓他們勇敢踏出這一步，若他還是無法克服心中的恐懼，我們可以慢慢地陪伴他，例如：和他聊聊心事，關心他的身體健康，讓他感受到被關心，進而產生自信，不再為了挫折而煩惱，願意敞開心房。

605 陳欣怡

世界上有許許多多的弱勢孩童，天天面臨著窮苦的壓力，猶如頭上堆著一朵朵的烏雲，他們卻很無奈，只能等待旁人伸出援手，用愛的神奇魔力把大片烏雲吹走，才能撥雲見日，看見希望的光芒。小時候，我有數不盡的衣裳，有些是和父母親一起去買的，有些則是朋友穿不下的舊衣服，可是久而久之，衣服對我來說就像照了縮小燈，一轉眼就縮小了，於是，媽媽讓我把這些衣服重複利用，捐助給貧困的小孩。有時候，美好的彩虹和溫暖的微風是人們製造出來的，每個世上的一分子，只需要捐出一份資源，幸福和和平的力量，就能填滿世界的每個角落。

608 劉明宇

我的外公在前兩年中風，醫生跟他說要復健才會慢慢有改善，可是外公年紀大了，有時候心態卻像小孩子一樣，跟他說復健就是要多動，但是他怎麼樣也不肯動，這時候我想起舅舅說的「老人孩子性」，就是說老人家個性像小孩子，所以外公應該是想要引起我們的注意來關心他，這時對外公說話就要像哄小孩一樣，輕聲細語地跟他說，這樣他才會接受我們的建議去復健。

609 沈沛妤

面對失去信心的人，不只是行動上的關懷，心理應該也要關心他。有時候關懷不只有問「你還好嗎？」「事情很快就過去了」而已，而是要陪他聊天，聽他訴說他的心路歷程，默默的用行動支持他，有時必須讓那個人自己靜一靜，如果太常和他說話，他應該也會覺得很煩吧！



你關懷從我做起

邀請家長分享如何引導孩子關懷周遭的人、動物、環境的經驗或方法。

502 游延華的家長 吳珮芸

在街上看到老婆婆過馬路，我會以身作則帶婆婆過馬路，並且告訴孩子當我們有能力為別人付出時不要吝嗇，但要量力而為！我想大人們只要能以身作則，好好教導孩子們付出真心幫助，關懷別人，這世界會變得更好！

504 陳萱頤的家長 陳韋璇

我會告訴孩子：你喜歡開心的笑臉？還是皺眉的哭臉？我想應該都是開心的笑臉吧！以身邊的家人來說，媽媽可能喝茶時不小心打翻了杯子，水灑了出來，你看見了跑去拿抹布，幫忙把水擦乾，我相信，媽媽會給你一個微笑，並跟你說聲謝謝。這或許是微不足道的事，但會注意到別人的需求，這是關懷他人，也才會注意到事情的問題點，進而去解決。也因為微笑和感謝會激發人正向的能量，更能培養出成功者。

505 張博勛的家長 徐湘芸

有時看到路上有明顯特殊疾病的人，會告訴小孩不要盯著對方看，不要用手指著對方，因為這樣會讓對方覺得不舒服，有時這種也是對別人體貼的一種方式。

506 溫子儀的家長 游秋淵

曾經跟孩子分享自己小學時，班上同學被排擠而沒有人與他同組做活動，我便邀請其他同學一起與他同組，讓孩子知道同理心與關懷他人的重要性。我也會帶著孩子一同去動物之家，教導他們領養代替購買的觀念，拒絕棄養！

507 龔恆毅的家長 龔福氣

開車停等紅綠燈時，有時會遇到辛苦在路上派發海報傳單的人，若他們派發到自己時，會特意地搖下車窗，並收取海報，主要是教導小孩能體諒別人的辛苦以及將心比心；在路上看到街頭藝人辛苦賣力的表演時，若自己口袋有些零錢，也會讓小孩去投給零錢及鼓勵。這些雖然只是小小的舉動，但卻會讓他人感受到愛，也希望小孩能培養同理心，讓這個社會少一點自私，而多一點關懷！

602 黃詠程的家長 吳淑玉

在孩子還小的時候，常常會遇到他食物吃不完的時候，當下會告訴他，這個世界上的某些角落，有許多小朋友沒有飯吃，沒有鞋穿，所以我們一定要心懷感恩，珍惜自己擁有的一切。

603 葉弘羿的家長 周卉宣

我覺得培養小孩關懷社會、人文環境應從閱讀開始。有豐富的知識看法及作法才會更寬廣。希望孩子能加強閱讀課外書籍，也要從家庭教育灌輸他們正確的人生觀，怎樣的社會就有怎樣的公民。

607 吳昀真的家長 曾義婷

從小就教導孩子要常主動關心家裡的阿公和阿嬤，要常和他們聊天，分享快樂的事情給阿公和阿嬤聽。在學校時，要多幫忙老師和同學，多關心身邊的人，盡自己一點力量幫忙別人，別人快樂，自己也會很快樂。對待小動物也是一樣，愛小動物就要好好照顧牠，不可欺負動物，更不可拋棄牠。對我們生活的環境，教導孩子不可亂丟垃圾，不可亂踩花草樹木，自己帶來的垃圾，一定要自己帶走。從小讓孩子養成這些習慣，讓他們做一個懂得愛和關懷的人。

608 林育安的家長 林碧慧

助人為快樂之本，關心自己也關心別人，當別人需要幫助時，適時去協助。例如：從小到大時，會把太小或不能穿的衣服，拿給有需要的小朋友穿，包括玩的玩具，雖然有些不捨，但想到有些小朋友更需要時，我們還是會割愛送給他們，我想這也是一種助人為快樂之本吧！

609 黃靖硯的家長 楊亭君

我喜歡與我的孩子一同看電影，透過寫實的劇情去經歷別人截然不同的生命故事，從中討論、學習如何擁有一顆關懷他人的心。像是「再見了，可魯！」這部家喻戶曉的作品，刻劃出導盲犬和盲人之間的溫暖情誼，深深觸動了我們。孩子在感動中潛移默化，會主動想幫忙比自己弱小的人，也懂得要愛護動物，進而培養出柔軟善良的心。

609 張書綺的家長 張庭彰

小時候的家裡並不富裕，但媽媽總是看到別人的需求，給予鄰居物質幫助，獲得鄰里的一致好評。從小在媽媽的身教之中，感受到媽媽愛人的心，因此我們成為長壽里的志工，荒野保護協會的會員，共同為了熱愛的環境而努力。

因稿件眾多，中、低年級獲選文章於下期刊登。



對於有困難的同儕之關懷與尊重

光譜班教師 張文娟

人與人之間最美的互動便是人會互相的關懷與幫助，所以當看到本校許多優秀的孩子寫的特教宣導 - 體驗活動的學習單，讓我看到很多孩子懂得關懷且幫助有困難的同儕，因此假若在關懷同儕需要幫助前能先考慮到尊重對方的部分，同時將關懷及尊重都做到時，那是人與人之間最完美的互動，人人都需要被尊重，若只思考幫助同儕然後突然的幫助，反而會嚇到他們或沒有真正幫助他們的需求，因此要如何在關懷與尊重下幫助他們呢？例如：若看到視障者、肢體障礙者顯現猶豫需要幫忙時，千萬不可以直接拉他們或接觸他們，在幫助他們前，請先在視障者、肢體障礙者旁邊詢問：「請問您需要幫忙嗎？」，若他們需要幫忙，他們會告訴我們他們的需求。對於聽障者若想幫忙他們，記得一定要站在他們的

正前方且在交談距離裡詢問他們：「請問您需要幫忙嗎？」，若遇到他們說話大聲或是用手語交談，我們需要多一些體諒及關懷而不是好奇地看著他們。而對於情緒行為障礙的人，我們能做的就是包容他們沒有辦法控制自己的情緒，對於注意力不足(ADD)的同學，當他們上課漏聽或漏抄需要詢問我們或借抄，我們千萬不要覺得他們很煩，提醒他們或借抄就是我們最好的關懷與尊重。因此當我們想關懷且幫助同儕前記得要尊重同儕並先問：「請問您需要幫忙嗎？」。



有愛無礙 讓愛飛揚

在生活中，我們會遇到有些小朋友因為一些身上無法克服的原因，而導致他們在學習、生活適應或與其他人互動上有困難。每年學校會安排每一位同學親身體驗這些小朋友可能面臨到的不便，同理他們的需求，進而從心關懷，瞭解協助方式，也希望每個小朋友能反思珍惜自己擁有的一切，知足感恩～

優秀學習單作品
特教宣導體驗活動



104 許之綺



210 黃嘉儀



301 陳珉婕



403 袁紫瑄



508 林宣余



608 吳苡榛

自我保護 從身體自主權開始

專輔教師 黃瓊玉

身為父母親，都希望能保護孩子平安健康成長，隨著孩子年紀越大，教導孩子學習自我保護顯得越加重要。自我保護就從建立身體自主權開始，身體自主權是一個人對自己身心管理與主張的權利和能力。

首先，建立身體界線的觀念，運用紅黃綠燈來分級身體界限。綠燈是朋友間的互動可以碰觸的部位，例如：雙手；黃燈是熟悉的朋友會偶爾碰觸的，例如：手臂、肩膀；紅燈是穿泳衣會遮起來的身體部位，即使是家人也不能隨意觸摸。

其次，教導保護與管理身體的態度，沒有人能隨意碰觸自己的身體，同時要尊重別人的身體界限。

最後，練習拒絕越線的行為，讓孩子學會當自己與他人有不舒服的身體接觸時，就要嚴肅要求對方停止，並且告訴信任的大人尋求協助。

從小認識身體自主權可以讓孩子知道身體屬於自己的，也有保護自己身體的義務，才能在意識到身體界線被侵犯時，即時表達不舒服或是拒絕，也學習相互尊重彼此的身體。

性騷擾防制～做自己身體的主人

我們每個人都擁有自己的身體自主權，當遇到其他別人碰觸到自己的身體但覺得不舒服時、被取笑娘娘腔時、看到不雅的圖畫讓人很不舒服時，能勇敢說「不」，學習自我保護，做自己身體的主人！



110 葉芊樂



201 吳昀珊



310 洪靖閔



407 胡蕙如



502 黃湘慈



604 王建淮

身體動一動 健康 GO GO GO

運動的好處很多，幼兒園積極推廣新式健康操「新北健康 follow me」，課程架構也會以運動為主題，引導寶貝們進行各式各樣不同型態的運動方式，不僅孩子喜歡運動，更將運動風氣推廣到家庭。

棕熊班 - 自製繪本 - 從頭動到腳



花鹿班 - 一起變成氣球傘小花



紅豬班 - 練習拍小皮球



黃蜂班 - 九宮格投球

紫蝶班 - 足球大賽

榮 譽 榜

- ★二年 6 班蕭奕中參加「2021 XPORTS 盃分齡游泳邀請賽」，榮獲兩項榮耀：7-8 歲男子組 50 公尺蝶式項目第 3 名、50 公尺自由式項目第 6 名。
- ★六年 8 班龔悅庭、六年 9 班張瑋宸參加「2021 第 32 屆亞洲盃國際音樂大賽」，獲得四手聯彈類，兒童高年級組第一名。
- ★六年 8 班江宸瑄投稿國語日報獲刊登，獲國語日報小作家榮譽。
- ★新北市 109 學年度雙和區五年級田徑對抗賽暨國民中小學班際大隊接力競賽，本校五年 3 班徐亦捷獲得女童乙組鉛球第 1 名；五年 6 班吳迦暘獲得男童乙組 60 公尺第 1 名、100 公尺第 1 名；五年 5 班簡念宸、五年 8 班林昀翰、五 6 藍鈞宥、五 6 吳迦暘獲得男童乙組 4*100 公尺接力第 2 名。
- ★109 年度友善校園四格漫畫比賽，本校學生六年 7 班許珈瑄榮獲性別平等教育類優選，六年 2 班林泳進榮獲人權法治教育類佳作，六年 5 班陳品仲榮獲品德教育類佳作。

優等



六年 7 班許珈瑄
主題：性別平等教育

佳作



六年 2 班林泳進
主題：人權法治教育

佳作



六年 5 班陳品仲
主題：品德教育