



晴園

實踐新力量 從心出發



新北市板橋區實踐國民小學發行
Shijian Elementary School, Banqiao
District, New Taipei City

發行人：梁榮富
編輯：傅心怡、趙奕穎、廖佑翎、姚岑亭
刊頭繪製：502 林好棻
校址：新北市板橋區實踐路 93 巷 51 號
電話：(02)29531233
學校網址：<https://www.sjps.ntpc.edu.tw/>
經費來源：實踐國小家長會
美編設計：睿澄視覺設計

第 43 期

111 年 11 月

新北市板橋區實踐國民小學

活出寬闊的生命 獨一無二

輔導主任 傅心怡

這幾年，全世界無預期的經歷了漫長的 COVID-19 疫情黑暗期，為防堵病毒四處流竄，每個國家將國門封鎖，頃刻間，原本多元流動、喧囂多采的世界變得寂靜無聲，直到今年年底，疫情才終於日漸明朗，透出一道曙光。

病毒的肆虐，讓許多人失去生命或健康，不少家庭被病毒踐踏得支離破碎，人們因為失去親人而悲泣，這些「無常」所呈現的是：平常我們所習以為常的「如常」——如常上學、如常生活——原來是如此的難能可貴！同時間也讓人覺察到生命的脆弱與其所能發揮的高貴價值，大自然猝不及防的為人類上了一堂震撼人心的生命教育課程。

每一次像這樣的天災人禍發生，都會讓人警覺生命教育的推展是多麼的重要！它不像一般學科能用立即性的分數評量學習成就，卻是打造個人生命韌性和強度非常重要的課程，能讓自己在每一次面對大大小小的挫折時，除了被負面情緒吞噬外，隱約中還能多一份內斂的沉潛，去沉澱思考，並做出正確的判斷。

生命教育月 豐富活動規劃

學校向來對於孩子的生命教育課程不遺餘力，除了配合十二年課綱的課程目標，將它融入各學科，著重於啟發孩子生命的潛能外，更將 10 月訂為生命教育月，舉辦各類型的生命教育相關活動，讓孩子跳脫教科書，有更多面向的學習與體悟。

★ 多樣化社團 發展多元展能

為了啟發孩子的多元智能，學校更成立了高達近二十個不同類型的社團，如 STEAM 夢工坊、管樂團、科學實驗、多元球類、寫作班、創意積木……等，讓孩子在課餘時間，也能接觸多樣化的活動，多元試探，以激發孩子的潛能，打造多元發展的學習環境。

★ 特教專班適才適性 打造有愛校園

校內更針對不同需求的孩子，設有集特班、資源班及資優班等特教專班，提供不同類型的師資、教材和教學資源，幫助大家更有效的學習。而兼容並蓄的校園環境，更讓孩子有機會與各式各樣的生命接觸，培養接納、尊重與包容的寬大胸懷。

★ 境教身教言教 關懷服務至上

校園裡除了志工全年無休，為全校師生服務之外，各處室間總能互助合作、相互補位，此外，家長會的委員們也總是積極支援學校活動，主動給予孩子們需要的協助。在這裡，「生命貴在為他人服務的情操」不是一種口號，是扎扎实實落實在生活中的身教和境教。

列夫托爾斯泰曾經說過：「人生的價值，並不是用時間，而是用深度去衡量的。」我們無法預知自己生命的長度，但卻可以決定它的寬度和深度。相信實踐的每個孩子，都能活出屬於自己開闊深邃的人生！獨一無二！



藝文課程融入生命教育



推廣母語日



資優班上課情形



直排輪社團老師指導技巧



辦理美好關係與家庭經營講座

迎新活動

每個學年度開學之初的迎新活動，是學校的重頭戲，師長們用心的布置校門前的廣場，迎接剛升上小一、忐忑不安的小小新鮮人及滿懷期待的新生家長。校門口除了不能免俗地擺放了聰明門及勤學門，讓孩子們與父母一同拍照留念，為這歷史性的一刻打卡、留下見證之外，更派出活力十足的吉祥虎，在校門口迎接所有的大孩子、小孩子，迎向嶄新的生命旅程！

校長、家長會長一同歡迎新生及家長加入實踐國小！

學長帶新生到教室！跟我走！

勤學門、聰明門，過了這兩個門，我就升上小學一年級了！

和虎年吉祥物一起在勤學門拍照留念。

迎新活動順利完成了！感謝所有師長及學長姊的幫忙！

愛的接力與傳承

愛心服務隊服務訓練！輔導主任信心喊話！

愛心服務隊大合照

學用品太多拿不動，服務隊一起幫忙。

學長帶著新生一起迎接新生活！

小一新生的環境很重要！服務隊，出動！

人間的美，美在愛與關懷。每一年開學初，校園裡，都有一群默默付出、為小一新生服務的愛心服務隊。這一群愛心服務隊是由高年級學生所組成，他們奉獻自己的時間和心力，穿梭在校園和一年級教室間，盡力協助一年級各班導師和小一新生，處理各項繁雜的班級事務，同時也讓一張張原本緊張不安的稚嫩小臉龐，慢慢綻放出笑顏。這就是校園裡美好的「愛的傳承」！

愛心服務隊心得

六1 陳禹樟

能陪伴他們成長我非常開心，他們開心我也很快樂，希望他們都能健健康康的。

六2 廖翊喬

很開心能在兩個月內當他們的姐姐，也希望每個月都能去班上服務。

六3 王茹靈

小朋友很可愛，老師會讓我們提早回教室，我很開心能幫忙一年三班。

六4 李彥融

雖然我有時候太忙無法去，但只要一走進 101 教室，一年級的小朋友們還是會熱情的迎接我。

六5 陳沛帆

我覺得一年級老師真的很辛苦，我很謝謝老師，這期間讓我學到了很多事情，我想對老師說：「辛苦了！」

教師節敬師活動

3

九月是一個充滿愛與感恩的月份，孩子們透過一連串的敬師活動，對老師們表達自己內心滿滿的感謝和祝福。今年教師節，學校特別表揚了六位資深優良教師：在教育界奉獻滿 10 年的劉惠萍老師，奉獻滿 20 年的林育如老師、楊嘉芳老師、蘇家賢老師，以及奉獻滿 30 年的王佩香老師和鄭家昌老師，他們把自己的青春歲月全部奉獻給教育，真的很偉大。除了他們以外，校內還有許多默默付出、盡心盡力的好老師，他們就如同學生在學校的父母，對學生的愛從不求回報。此刻，就讓孩子們把話變成畫，來表達對老師的愛與感恩！



103 郭喬甯



107 廖書緯



108 王穎柔



201 詹詠甯



205 顏立涵



206 黃香螢



301 鄭詩璇



302 楊芷晴



307 許維育



401 李映彤



403 糠慧千



406 蕭守鈞



501 曹雨曦



503 駱亭妮



505 賴品蓉



601 劉品樂



603 方浩寧



604 彭彥誌

有獎徵答活動！
由校長為我們抽
出幸運兒

服務 10 年優良教師
- 劉惠萍老師

服務 20 年優良教師
- 楊嘉芳老師

服務 20 年優良教師
- 林育如老師

服務 20 年優良教師
- 蘇家賢老師

服務 30 年優良教師
- 王佩香老師

服務 30 年優良教師
- 鄭家昌老師

一起欣賞大家心目中的老師吧！

認識各國教師節的慶祝活動

小一新生 家長的期許

父母的愛是天地間最偉大的愛，如高山雄偉，似江河壯麗。自從母親懷胎之時，父母就開始愛著我們，到我們呱呱墜地，來到這個世界，他們更是無微不至的照顧我們，直到永遠。小學一年級，是孩子求學階段中一個重要的里程碑，也是一個嶄新的開始，就讓我們來看看小一新生父母對孩子的殷殷叮嚀與期待。

一年1班 學生：陸昱亨 家長：陸慈宏

恭喜你進入小學，相信你已發現小學和幼兒園不同，每天的校園都有新的事物出現，比如課本上新的知識，或體育場新的運動。新東西有些你很快能上手，有些要花些時間熟悉。除了學習新事物，爸爸更希望你學會碰到擅長的項目，可以幫助不會的同學；碰到不擅長的項目，能了解自己的情緒和累積處理經驗。看到你成功，爸爸會替你鼓掌；也會陪你苦吞失敗，然後一起想想怎麼了。不管成功或失敗，都是你走過的痕跡，都會組成未來的你，願你活在當下。

一年6班 學生：林秉呈 家長：林玉婷

親愛的寶貝：

轉眼間你已升上國小了，雖然是單親家庭，但是媽媽把所有的愛都給你，希望你快快樂樂、平安長大，在學業上能快樂學習。加油！秉呈寶貝！

一年3班 學生：邱晨翔 家長：邱筱晴

翔翔寶貝，媽咪最愛的寶貝～

當我第一次抱著你在懷裡喝ㄋㄟㄋㄟ的時候，我就覺得你是一個很漂亮的孩子，跟一般人說的剛出生的小孩都像外星人不同。看著濃眉大眼的你，安安靜靜地躺在我懷裡，是一個很乖、很漂亮的孩子。自從你剛滿一歲時，媽媽的肚子裡有了妹妹，你就是一個貼心的孩子，從不會要求要討抱，只黏著爸爸。妹妹出生後，你也真的像一個哥哥一樣，會懂得照顧妹妹、禮讓妹妹，雖然你們也才差一歲，但在我眼裡，你們可都是我的心肝寶貝。

寶貝翔，你很棒、很獨立、很善良，也很會照顧妹妹。當你跟妹妹一起上幼兒園的時候，你會牽著妹妹的手進校園；當妹妹不敢自己一個人去廁所的時候，你會站在廁所門口等她；當你有好吃的糖果餅乾的時候，你會懂得分享給哥哥和妹妹。

而一轉眼，你上小學一年級了，是真的長大了。雖然不捨，但還是要習慣看著你的背影讓你去飛翔。希望你別忘了，轉個身，媽媽我還是在家裡等著你，而且一直一直很愛、很愛你。

一年2班 學生：解詠喆 家長：解睿凱

假日的午後，妳說有點無聊，我牽著妳的手，去賣場逛逛。妳說有一件印著愛莎的洋裝，它實在太漂亮，要我買下它。我問，為何不選隔壁彩虹小馬？

妳說，愛莎她美麗又善良。

我問，長大後妳是否美麗又善良？妳問我有沒有帶皮夾？

帶愛莎回家，妳等不及穿上，妳問我要如何，才能有魔法？

我們並著肩，慢慢進入夢鄉，睜開眼妳又長大，這就是魔法。

我問，妳是比較愛我還是愛莎？妳說，愛莎她勇敢又堅強。

我問，長大後妳是否勇敢又堅強？妳說我們再去買安娜。

我問，妳能否用魔法冰凍住時光？妳說，愛莎身邊總是有安娜。

我問，妳能否用魔法慢一點長大？妳說，會永遠在我身旁。

妳說，我就是妳的安娜。

好多年以後，當我白髮蒼蒼，那件愛莎洋裝，已不知去向。

當年的愛莎，變得美麗又善良，就算我不在身旁，勇敢又堅強。

妳是否會記得，妳的安娜？



一年4班 學生：張岑 家長：張哲源

可愛貼心的岑：

很幸運能在實踐國小附幼就讀兩年，讓妳熟悉學校環境，再加上哥哥也在同校，讓妳心裡不孤單。對於剛升上小一的妳，似乎很駕輕就熟，頗有初生之犢不畏虎之姿，爸媽感到很放心。

當然學校也沒有像老虎這樣可怕，妳遇到親和力十足的校長，還有耐心熱情的老師們，更有可愛有趣的同學們，相信上學是件讓妳充滿期待的事。以前載妳上課，妳總是拖拖拉拉，不情願地被催促著，而現在可以跟得上哥哥的腳步，跟我快樂地說再見，頭也不回地一溜煙就進校園。

龍應台曾說：「所謂父女母子一場，只不過意味著，你和他的緣分就是今生今世不斷地在目送他的背影漸行漸遠。」親愛的寶貝女兒，前面學習的路很長，期待妳健康長大，快樂學習，爸媽會是妳永遠的後盾，是妳回頭一望，我們仍在原處看著妳，為妳加油。

一年5班 學生：陳亭伊 家長：詹文儀

還記得剛開學那兩週，妳每天擔心自己找不到教室，站在校門口就是不進校園，媽媽每天要請小天使、警衛伯伯或導護老師幫忙帶妳去教室。現在入學40天了，妳每天都跟我說上學好開心、好好玩！一下說，國語課上到紙飛機時，竟然可以到教室外面玩紙飛機耶！一下說，英文課教的歌妳已經學會了，要唱歌媽咪聽；一下說，體育課妳照老師教的方法，終於可以成功丟10顆以上的球了！每天每天總是聽到妳快樂地分享豐富的校園生活，媽媽真的很開心妳喜歡妳的學校新生活。

一年7班 學生：劉紀謙 家長：劉冠廷

彷彿昨日還依依不捨送你去幼兒園，沒想到今天你已經換上小學運動服，開心地去面對全新的小一生活。學校是團體生活，是要讓你學習規矩的，不是你想怎樣就怎樣，每天都要按表操課，每天都有不同的知識要去學習。小學是人生基礎中最重要的階段，相對的，也是你最快樂的階段，你可以認識許多好朋友，一起玩、一起大笑。

除了要好好珍惜這些朋友外，爸爸也希望你能夠學習如何和朋友相處，並不是所有人都要配合你的脾氣；當然學校課業很重要，上課專心聽課，下課好好去玩，這是學生的天職，爸爸也希望你能從中找到自己的興趣、自己的喜好與目標，並且朝著自己的梦想邁進。

讀書很重要，但是能夠快樂學習更重要，在求學過程中少不了壓力與挫折、傷心與難過，家人永遠是你的依靠、你的依賴，我們永遠在你的身旁。

一年8班 學生：徐伯元 家長：徐煒昀

元元：

今年對你來說是你人生中轉變最大的一年，一個不注意，你就從一個小寶寶長成了一個一年級的小朋友了，而且還是一個內心異常成熟的小朋友。平時話多的你也因為這陣子的轉變讓你話少了許多，對爸爸媽媽索求的愛也越來越多；本來每天都很開心的你，充滿笑容的你，臉上也多了許多其他的表情。

爸爸想告訴你：這個就是成長。當你的年紀越來越大，世界往往就不如你剛出生，有爸爸、媽媽的保護時那樣單純，這些都是人生必經的過程。

爸爸要叮囑你：越是不如意的日子，你就越要開心認真地去過每一天。當你全身充滿正能量，也會帶給身邊的人滿滿的幸福感，這個幸福感是可以傳遞給身邊的所有人，最後這將是豐富你人生的最大養分。不要被挫折打敗，只要時刻記得，爸媽及你所有的家人永遠都是愛著你的，爸爸祝你在接下來的日子，每天都可以開心的過、健康的過。最近真是辛苦你了，我最愛的小寶貝！

最愛你的爸爸、媽媽



10月有進行二年級生命教育宣講，透過繪本「愛穿裙子的阿旺」與二年級的孩子討論多元文化在服裝上的展現，希望繪本內的插圖鬆動低年級孩子對於性別刻板看法。其實，在台灣原住民的傳統服飾也可以從中看見不同族群和文化對美的展現。

故事中的阿旺來自不丹，身穿格子長袍，當地人稱之為「果」的服飾，可能在低年級的孩子眼中是裙子，但孩子們都理解別人和我們不一樣時，要以尊重包容取代嘲笑和攻擊。尤其故事中阿旺被嘲笑的情節出現時，實踐的孩子們甚至會義憤填膺的表達要幫助阿旺伸張正義。

希望透過這場宣講，讓低年級的孩子也能認識不同文化不同服飾的展現，體認到不一樣也很棒！

你會想跟穿裙子的阿旺做朋友嗎？」二年級的孩子這麼回答：

二1 張誼晴

因為我覺得男生、女生都沒有分別，他只是穿他國家的衣服而已，我一定會和他做朋友。

二2 劉恩助

我覺得阿旺很善良，所以我要當他的朋友。

二3 何樂

因為我們要尊重不同國家的文化，不應該嘲笑他。

二4 王芷囡

我會跟他做朋友，因為每個國家的衣服都不一樣，所以不能嘲笑別人。

二5 張庭甄

我會和他做朋友，因為不管他穿什麼還是一樣的。

二6 吳楚藏

我會和他做朋友，因為他雖然穿裙子，但是當他受欺負時，就可以馬上幫助他，並且安慰他、當他的朋友，他也會更信任我，讓他人知道他不孤單。

保腦宣導校園巡迴講座



腦幹是我們人體的生命中樞，雖然成人腦部的重量大約只有三磅，但它卻是我們體內功能最重要的器官，它的功能包括記憶、解決問題、語言、空間思維及情感，而大腦也負責控制身體的活動。既然我們都知道腦部是如此重要，當然也要好好學習如何保護我們的腦部囉！

三1 廖逸妍

我覺得當植物人好辛苦，我發現創世基金會的人非常貼心，因為植物人感冒的時候，他們會主動幫忙餵藥。基金會原來是愛心單位，以後我也可以幫忙捐發票，還可以捐錢。

三2 吳軒甫

今天的保腦宣導活動讓我認識了什麼是植物人和怎麼照顧頭腦。老師跟我們說：「騎機車要戴安全帽、不能超載。」植物人就是還能呼吸，但沒有辦法自己吃飯、喝水、洗澡等……。我們可以捐發票給植物人，有一句話叫做：順手捐發票，救救植物人。

三4 孫芷綺

聽完了保腦宣導，我學到：即使只是很短的一段路，騎車也要戴安全帽；另外還有要順手捐發票、救救植物人。在植物人的眼裡，一分一秒都很慢，但是有了大家的愛心，我相信植物人也會很感謝大家的幫忙。



感謝創世基金會的志工到學校分享



認真聽講、積極回答



原來這是植物人上廁所的方式



戴安全帽好重要

三5 黃于恩

我要保護好我的頭腦，以免變成植物人。我覺得植物人好可憐，什麼都不能做，不像我們一樣可以去遊樂園玩，所以我長大以後要加入照顧他們的行列。

三3 陳羽瑋

今天我們聽保腦宣導，我學到了怎麼照顧植物人、保護自己的安全，讓我知道要有愛心、要保護自己的安全，就可以開開心心的出門、平平安安的回家。這次讓我學到好多知識。

三6 蔡樂蓉

我學到要保護好頭，而且要戴好安全帽，頭部才不會受到太大的損傷。而且我還學到不可以嘲笑植物人，因為變成那樣也不是他們自願的。

三7 許庭睿

今天來的人讓我知道要怎麼保護自己的頭腦，還有大腦構造、植物人的生理狀況、植物人的不便、解決方法和常見在植物人身上的管子，而且還有介紹馬路安全。我覺得可以學到很多知識，希望學校可以多辦這類活動。

幼兒園生命教育的學習

一起合作

同儕互動

國家生日

動作協調成長

互動遊戲

一起接受挑戰

幼兒園主任 李翠華

學習照顧

生命教育由自己為出發點的學習，一切都是自然形成，沒有束縛的，在哪一個階段做什麼事，都是因成熟而水到渠成，生命的美好就在於它的自然，生命教育在生命中的色彩是每個人成長的足跡。

幼兒園的生命教育在幼兒有以下學習的方向：

- 一、我與家人** 幼兒本身的情緒學習，獲得正確的情緒抒發與表達、接納自己，喜歡自己、肯定自己、保護自己、關愛家人；勇敢不怕難的勇氣，凡事正向的態度、學習自主管理等。
- 二、我與他人** 與同儕的互助、合作、關懷，年幼的時候扎根的基礎很是重要。
- 三、我與社會** 關心自己周遭的環境，愛惜社區與鄰里間的互動，對幼兒來說雖然很抽象，透過實際的參訪與經驗，增加對社會的觀察力，學習尊重他人與文化多元的生活，懂得尊重生命。
- 四、我與自然** 愛惜大自然、愛護大自然，珍惜自然的資源……。

生命教育的範圍很廣，在幼兒園就分分秒秒的爭取時間要給予更多生命教育中的體驗。沒有捷徑可以取代生命教育的學習。老師們總是以有趣的方式進行，如種植、飼養、愛護、關懷……留下學習的痕跡。

不要小看幼兒的學習，單純如白紙，讀寫算在幼兒園之後，到大學研究所有寫不完的功課，生命的學習無法替代生命教育中的生命的延伸，在幼兒園生命教育的學習，是不容忽視的。



學習烹調



合作協調



找出一樣的顏色



角色扮演



社會觀察



拜訪校長

會長交接授證典禮

愛心與熱情兼具的家長會一直以來都是學校強力的後盾！新舊任會長交接授證典禮當天，許多貴賓及家長委員親臨現場，大家捐錢又出力，期能支援學校的大小活動，給實踐的孩子一個豐富的童年！



校長逐一介紹重要來賓



新舊任會長歡喜交接印信



簽到處人潮絡繹不絕



新任會長高嘉萱接下重責大任



許多貴賓親臨現場



家長會圓滿大合照

探訪鶯歌陶博館 & 陶瓷老街

學務主任 周俊華

配合一年一度的新北市環保小局長計畫補助經費，規劃一趟環境教育研習，利用週三下午半天的時間，學校同仁們踏著愉快輕盈的腳步，一起探訪新北陶瓷之鄉。

天空實在很作美，原本上午還下著雨，待中午出發前天氣就放晴了！一到陶博館看到的是一座簡約、自然、灰色清水模形式的建築，一片片偌大透明的玻璃，呈現視覺的穿透感，連結內外的環境，頓時讓空間延伸出變化的美感。

為把握時間，深入探訪陶博館，老師們分成兩組跟著導覽員，走讀起館內各項陳設與作品。從燒窯、練土、塑形、上釉、彩繪、貼花到燒製，無不讓人覺得充滿了驚奇，不得不讚嘆前人的智慧。期間穿插著導覽員風趣生動的解說，著實讓人印象深刻。就連鶯歌地名由來的傳說，在導覽員娓娓道來下，也別有一番傳奇與敬畏。

參訪完陶博館，緊接著來到陶瓷老街，先嘗嘗口感綿密的古早味豆花，再漫步在雅致的老街上，沿路欣賞老街的風采與店家各式各樣的陶瓷與藝品，令人目不暇給。

這次時間雖有些短暫，然也讓人體會到陶藝與生活的密不可分，而老街的營造亦是兼顧環境的永續與發展，也是此行的收穫。聯合國自 2015 年宣佈了「永續發展目標」(SDGs)，希望下一代也能享有現在的環境與資源。期盼生活在台灣的我們，也能跟上世界的腳步，為地球盡一份心力。



賀! 本校輔導刊物《晴園》榮獲 110 學年度執行友善校園學生事務與輔導工作各級學校優良學生事務與輔導刊物報紙型評選優等

賀! 本校志工林英雪 榮獲新北市政府 111 年度金志獎 - 金心獎
本校志工莊宜靜、陳淑瑛 榮獲新北市 111 年度學校資深優良志工

賀! 本校教師林宜臻 參加 111 學年度新北市語文競賽市賽作文教師組榮獲優勝
六 3 伍杞島 參加布農族語朗讀榮獲第一名

賀! 二 3 黃芷彤 參加 111 年度廉政播音員比賽徵件榮獲低年級組第三名

賀! 六 1 劉品樂 榮獲安琪盃菁英圍棋賽四段組第五名

賀! 本校幼兒園榮獲新北市 111 年度幼兒園基礎評鑑，六大向度全數通過

賀! 六 2 林郁勛 參加 2022 國家藝術聯盟華夏獎書法比賽，榮獲決賽特選
第十七屆全國國小兒童書法比賽，榮獲高年級佳作獎

新北市 111 學年度中區學生美術比賽

班級	姓名	獎 項
三 7	蔡予安	漫畫類 - 國小中年級組第二名
五 2	林妤蓁	繪畫類 - 國小高年級組第三名
三 6	蔡榮蓉	繪畫類 - 國小中年級組佳作
五 2	李語晴	平面設計類 - 國小高年級組佳作

2022 台北文化盃音樂大賽

班級	姓名	獎 項
六 3	黃于芯	法國號國小高年級組第二名
五 1	高巧恩	單簧管國小中年級組甲等
畢業校友	李芙伊	鋼琴國小六年級組組甲等

家長會帳戶

戶名：新北市板橋區實踐國民小學家長會

帳號：92802-01-010576-3

新北市板橋區農會



感謝您對學校與家長會的支持愛護，與我們一同攜手成就實踐的孩子。

如蒙惠助捐款，可於總務處現場捐贈，或匯入家長會帳戶。收據可開個人或公司，報稅時可抵免所得。

相關問題請洽幹事吳湘筠 (line ID/ 手機：0931046853，電話：2953-1233#145)