



新北市私立及人小學  
CHI-JEN PRIMARY SCHOOL

# 及人心播

希望讓  
無受限



68

■ 推己及人

■ 品德為先

■ 五育並進

■ 多元展能

推己及人教育心



人文素養  
技藝才育



2020年01月號

[www.cjps.ntpc.edu.tw](http://www.cjps.ntpc.edu.tw)

# CONTENTS | 目次

## 68 及人心橋



## 新北市私立及人小學

發行人／管世樑

編輯委員／張政義、陳俊良、關光輝

總編輯／張雅惠

編輯小組／劉慧宜、吳雅琛、賴惠亭、林惠恩

徐慧芸、方月娟、杜逸玲、顏絹純

楊嘉容、陳佳君、尉遲佩君

封面封底設計／呂依芳、鍾悠儀

校址／新北市永和區文化路 172 號

電話／(02)2921-2145

網址／www.cjps.ntpc.edu.tw

發行日期／中華民國 109 年 1 月 15 日

承印／佳洲數位設計印刷有限公司

美編／吳秀華

電話／(02)2243-3221

### 校長的話

感恩回饋——快樂泉源

文◎管世樑 校長 /3

### 繽紛校園

歡慶耶誕、喜迎新年	/4
國際閱讀教育	/4
母語日	/4
推己及人·愛心捐款	/5
預防一氧化碳中毒宣導	/5
行憲紀念日宣導	/5
幼童軍敬老活動	/5

### 教學心得

快樂學習有方法	文◎徐慧芸 老師 /6
My First Semester At Chi-Jen	文◎Teacher Boyd Wilson /7

### 親職交流

當孩子的心靈捕手	文◎盧映仔 老師 /8
三年級的新世界	文◎家長/許玉珊 /9
愛之語——用孩子最喜歡的方式愛她	文◎家長/黃明慧 /10
優質陪伴，與孩子一起成長	文◎家長/劉雅敏 /11

### 學習園地


探涉活動	文◎三忠/王韻婷 /12
我的學校	文◎三孝/陳可芸 /12
日本旅遊	文◎三仁/賴柏學 /12
我最喜歡的動物	文◎三愛/陳愷臻 /12
充實的知性之旅	文◎三信/鄧若淳 /13
上臺的經驗	文◎三義/楊哲亮 /13
栽種綠豆的體會	文◎三和/徐士紘 /13
My Winter Vacation	文◎五孝/張心睿 /14
My Summer Vacation	文◎五信/吳忻瑜 /14
My Favorite Star	文◎五愛/蔡茗語 /14
My Day at the Amusement Park	文◎五愛/陳威丞 /14
My Favorite Food	文◎五信/王乃翊 /14

### 榮耀分享

### 學生美術作品

# 感恩回饋—— 快樂泉源

管世樑 校長



歲末，及人「兒童自治市」團隊本諸「推己及人」的創校精神，號召愛心捐款，師生們以一己之力，踴躍捐輸，為凜冽嚴冬帶來滿滿溫情。「兒童自治市」募集的愛心捐款，這次將分送永和區公所急難救助專戶、財團法人新北市私立台灣天主教安老院、財團法人台灣世界展望會、財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會、中華社會福利聯合勸募協會，我們希望透過這樣的行動，讓孩子學習感恩，回饋社會。

及人孩子的品格，是及人所有教育的基礎。我們為了陶塑孩子的優良品格倫理，除了每週品格德目、楷模示範、童軍教育、自治活動、社區服務，讓孩子學習團結合作、負責盡職、自主自律、主動積極、愛護環境之外，愛心捐助是我們在培養孩子關懷行善、感恩回饋的重要行動，讓孩子經由感恩而發揮愛心，積極實踐，以孕育正確的人生價值觀與積極服務的生活態度，奠定孩子立足社會的優質基礎。

愛心捐助發揮「老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼」的理念，是及人孩子學習感恩，回饋社會的良善行為。由於關懷年老者的善行，在本校已行之有年；本校故董事長史冊光女士於五十年代起即開始每年捐助永和區愛心專戶，台灣天主教安老院、永和中興安養院，協助孤苦無依老人們的醫療照顧、文康活動及安寧服務等，照護院內長者身、心、靈的需要，不遺餘力。直至今日，及人孩子們也傳承發揚「推己及人」的立校精神，每年透過兒童自治市組織，由小市長與市政委員們對全校發起募款活動，動員全體師

生力量，省下自己的零用錢，積少成多，捐助永和區公所急難救助專戶及相關社會福利機構。這一造福老弱、回饋社會的善舉，給貧困老人們帶來無限溫暖，並在潛移默化中引導孩子們享受照顧長者的喜樂，善盡養老、敬老及愛老的社會責任。

此外，我們引領孩子承續發揚「推己及人」的創校精神，自民國九十五年開始，透過財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會與財團法人台灣世界展望會認養貧童。一至六年級每班曾各認養一位家境清寒的兒童，對象擴及海內、外。孩子懷抱愛心，希望幫助其他兒童及其家庭有機會改變貧窮現狀，進而開展未來。認養貧童期間，孩子們會與認養的兒童以書信往來，增進溝通的機會，互相表達對生活、課業的關心、鼓勵和感謝。而及人的孩子們也在這份有意義的活動中學習當一位快樂的認養人。由於長年行善，及人的孩子在耳濡目染下，逐漸學會感恩惜福與幫助他人，樂意省下零用錢捐助偏鄉兒童、捐助自己的愛髮嘉惠弱勢癌童……。孩子在校園中的善行義舉，讓感恩的愛苗成林，也讓孩子們在喜樂中成長茁壯。

及人孩子的感恩回饋，是學習的快樂泉源，也是及人給孩子最好的禮物。我們讓孩子學會「飲水思源」，在感恩中可以包容、知足、善解、惜福，明白「心中有了別人，別人心中才會有了自己」的道理，感恩的回饋讓孩子的過去有了意義，為孩子的今天帶來和善，也為孩子的明天創造一個快樂的願景。

歡慶耶誕、喜迎新年

2019年12月18、19日，耶誕英語歌曲比賽熱烈展開，各班以活力四射的熱舞、輕歌曼舞的姿態，演繹出快樂的英語歌聲，優異的表現讓人激賞。12月20日的頒獎暨慶祝耶誕活動，孩子在多元文化的體驗中，快樂學習；活動在合唱團、直笛團的合聲中，譜出歡欣樂章。全校師生齊聚一堂，共同迎接2020新年到來。



國際閱讀教育

2019年12月6日的國際閱讀教育活動，全校師生在六年愛班清晰、傳神的分享中，了解緬甸的飲食特色、信仰文化及生活習慣。



母語日

2019年12月13日，二年信班以閩南語歌謠唱出「箸」的特徵及功用。在繽紛的道具及開心的歌唱中，介紹吃的相關問候語，活潑生動，趣味橫生。



推己及人 · 愛心捐款

市政團隊於歲末秉持「推己及人」的創校精神，號召全校師生辦理愛心捐款，捐助弱勢團體，讓孩子從關懷助人的過程中，感恩惜福，以一己之力，踴躍捐輸，發揮愛心，溫情滿滿。



108 學年度冬令愛心捐款統計表及捐助單位明細表

年級	班級 金額	受捐助單位								合計
		忠	孝	仁	愛	信	義	和	平	
一		12,638	16,309	6,000	8,481	23,730	11,205	11,141	20,369	109,873
二		8,200	5,860	5,750	12,800	6,071	6,340	5,556		50,577
三		9,765	4,500	5,600	7,310	7,360	6,700	13,000		54,235
四		6,370	9,395	5,332	6,600	6,010	7,600	2,557		43,864
五		11,125	12,215	6,400	10,140	7,860	10,047			57,787
六		7,968	7,813	5,000	8,215	5,341	8,000	6,303		48,640
教職員捐款										12,200
拾金不昧										2,000
合計										379,176

受捐助單位	金額(元)
永和區公所急難救助專戶	20,000
財團法人新北市私立台灣天主教安老院	50,000
財團法人台灣世界展望會	160,000
財團法人台灣兒童暨家庭扶助基金會	140,000
中華社會福利聯合勸募協會	9,176

預防一氧化碳中毒宣導

2019年12月16日，時值寒冬，學務處進行預防一氧化碳中毒宣導，了解一氧化碳如何產生、對人體造成的影響，培養孩子的安全意識與習慣。



行憲紀念日宣導

2019年12月23日，市政團隊說明行憲紀念日的意義及由來，認識憲政體制，體悟民主的重要性，落實公民教育。



幼童軍敬老活動

12月24日本校幼童軍至「永和民權托老中心」，進行敬老活動，在歡樂的音樂聲中，發揮「老吾老以及人之老」的精神，共度聖誕佳節。



# 快樂學習有方法

徐慧芸 老師



洪蘭教授說：「學習原本就不是件快樂的事，真正的快樂，是來自於學會之後得到的成就感。」身為小學老師，也是兩個小學生的母親，我和所有家長一樣，都希望孩子能快樂學習；卻也擔心過度強調學習而忽略快樂。但洪蘭教授的一席話，更加堅定我在教學路上的堅持：「今日對孩子的用心與要求，是為了讓孩子日後因學習有成而快樂！」

## 低年級——重視閱讀能力與良好學習習慣的養成

孩子初入小學，除了適應新環境外，最重要的事，莫過於培養良好的學習與閱讀習慣。大量廣泛的閱讀，可以增加視野，培養對語文的感受力；無形中增加知識，擴大孩子對世界的認知。而更顯著的益處，便是促使孩子的識字量增加，對於各領域的學習，都會有很大的助益。

從就讀小學那一刻起，孩子們在適應團體生活之餘，也開始認識「學習知識」是怎麼一回事。看似基礎的課程，如注音符號、數字加減，孩子們要面對的，是從具體到抽象的知識轉化過程；加上第二語言——英語是孩子與國際接軌的必要橋梁。因此，養成每天按時完成作業、複習學習的內容，是必要的學習任務。

在此階段，家長除了叮嚀孩子盡量在有限時間內完成作業及複習外，另一件可以協助的事，便是每天陪著孩子讀一本繪本書籍。此時，不但可讓孩子喜歡閱讀，更可讓孩子每天與家長一起整理學用品、分享學習生活，有助於增進親子關係，建立良好的學習習慣。

## 中年級——學習方法及讀書態度的形成

升上中年級後，各學科的知識性增加，許多家長和孩子也會發現學習內容已加深、加廣，課程內容需要花費心思理解、記憶並歸納整理；各種表格及心智圖的運用，可以使孩子在學習上達事半功倍之效。為此，陪伴孩子找到適合自己的讀書方法，並養成積極學習、主動複習的態度，才能使孩子的成績維持穩定水準。沒有適當的引導，孩子是不會一夜長大的；並非孩子升上中年級之後，就知道該怎麼讀書、提升理解，尋求解

決之道。師長的引導勉勵，是中年級學生養成學習方法及讀書態度的重要開端，理解並深化知識的脈絡，進而使之內化的過程，需要家長繼續從旁要求、協助與提醒。

## 高年級——從容應對學習挑戰，主動、廣泛並大量汲取知識

孩子在低年級樹立規律的生活常規，養成良好的學習習慣；中年級找到有效的學習方法及正確的學習態度。高年級的孩子呢？便是有能力去發現，有自信去探索；主動積極的面對與解決問題。除了學習領域的內容，孩子更要像海綿一樣，從閱讀中大量獲取新知、擴展視野，厚實組織理解及批判思考的能力，準備迎接中學以後劃分精緻、難度更高的學習階段。此時，家長除了全力支持孩子廣泛汲取新知與新聞之外，更重要的是陪伴孩子學習判斷資訊的正確性及合宜性。陪伴，是童年最好的禮物，有家長的陪伴與從中指導，當孩子具備了自主求知與解決問題的能力後，學習將會是不斷的「闖關」與「過關」，學習的快樂便來自於每一次闖關成功後的成就感。

在及人擔任低年級導師十餘年，我總是在第一次的親師座談會中告訴家長：「孩子是親師合作的最大受益者。」小從孩子對學校生活的適應，大至孩子行為與學業成績的表現，皆與親師合作的程度有著極大的正相關。孩子的學習展現，非一蹴可幾；孩子的成長，非一夕可成。孩子們能否獲致深化學習後的快樂，在人生道路上實踐終身的「快樂學習」，有賴於親師生三方一起努力、共同成就孩子的未來。



# My First Semester At Chi-Jen

Teacher Boyd Wilson

When I first heard there was a position at Chi-Jen Elementary School I jumped at the opportunity. Having taught in Yonghe and Zhonghe for many years, I had noticed over time that the students of this school had particularly good attitudes and work ethic. I have to say I've had a wonderful time in my first semester here at Chi-Jen!

While it is challenging to engage students in another language, when you succeed in creating a comfortable environment that makes students want to participate it is a very rewarding feeling. This reward makes me excited to come into class every day and create fun lessons to brighten a student's day.

At the start of the school year, my biggest challenge was adjusting my teaching style to the size of the classes and the overall numbers of students I would teach. With roughly 1000 individual students to teach each week, it seems impossible to get to know them. However over the first few weeks the classes quickly warmed up to me and confidently put forward their best efforts in a foreign language so I could see many aspects of their personalities shine through the language barrier.

The younger classes are a joy to teach as they are very open to jump in and try new things. They pick up on everything very quickly and are not shy to chant, dance or sing. Their strong imagination makes them comfortable with silliness and trying to use what little English they have to come up with a creative idea to share with the class. While their excitement and enthusiasm makes the classes very fun to teach, it is also a fine line to balance control of classroom behavior, as they do not understand being scolded in another language. With a few simple rules and attention grabbers, they know how to keep focused in class.

The older students are a different challenge, but also enjoyable to teach. They are getting to the age where they are self-conscious and

thinking critically about things around them. They do not easily participate in class and may disengage or test boundaries. Because of that this age is extra rewarding when you earn their trust and see them break out of their comfort zone to participate. While it is harder to get them to open up, once they do class becomes very interesting as they share more detailed thoughts and perspectives on the lessons and the world.

These first months have flown by quickly and I've really gotten to know so many students. I'm excited to see how much more I can build my relationships with the students over the next semester. As an English instructor of course my goal is to teach the language, but the most rewarding aspect of this position is encouraging the students to have the confidence to try new things and seeing them practice and improve themselves over time. I can't wait to see how much more we can accomplish in the next semester.



鼓勵孩子學習外語是一件有挑戰性的事，低年級孩子在課堂上不吝展現興奮、熱情，再加上吸引注意力的技巧，使其上課得以專注。取得高年級孩子的信任後，他們願意表達細膩的觀點與看法，突破學習上的舒適圈。身為外籍英語教師，我最有成就感的是促使孩子自信面對挑戰，持續練習而進步不已。

# 當孩子的心靈捕手

盧映仔 老師



(圖中人物非領袖營學生)

- A 同學：「我好想當班長！為什麼同學都不選我？」
- B 同學：「我是老師的小幫手，因此我看到不守規矩的同學，就要好好糾正他們。」
- C 同學：「我敢做、敢說，如果不喜歡某個同學，我會直接告訴他！」
- D 同學：「班上有位同學數學好厲害，我要怎麼做才能像他一樣？」
- E 同學：「為什麼同學討厭我？我要怎麼做才可以被同學喜歡？」
- F 同學：「我十八般武藝都在行，我覺得自己一定是個人氣王！」

這些是孩子在校園中常遇到的情況，身為師長的我們，若能在適當的時機給予適度的引導，便可讓孩子找到與同儕的相處之道，有效改善孩子的人際關係。以下，就讓我們一起走入這六個孩子的內心世界，成為他們的心靈捕手。

A 同學渴望當班長，希望可以得到老師讚賞的眼光，他更想讓同學認同他的價值與貢獻，因而常出現許多「引人注意」的表現，這些行為樣態讓他成為勇於展現的人；卻忘記同理他人的感受。在校園中，很多孩子會像 A 同學一樣，期望班上同學認同自己的能力，但是事情總有一體兩面，當孩子花太多心思在自我的表現上，就會忽略對方的心情。經過大家的建言後，聰明的 A 發現：「若想要得到同學的認同，就要用同學可以接受的方式與人互動，而不是一昧的表現自我。」

B 同學在以往的學習經驗中，發現主動幫忙，會讓長輩開心，自己也變得更有自信。因此，B 同學覺得自己在學校時應該主動幫老師管理班上的秩序，一定會令老師很開心。其實很多孩子都希望可以討師長歡心，但可能會因小失大，忘了自己身為學生的本分，影響了自己跟同學間的關係而不自覺。在幾次的討論後，B 同學轉而思考：「與同學相處時，是否也可以成為一位願意與人合作、熱心助人的人呢？」

C 同學因為家庭因素，心裡總是渴望獲得同學與老師的關愛，期望自己有存在於這世界的價值與意義。因此，C 同學非常願意幫助同學，也常不吝惜說出對他人的好惡與評價，並認為此舉可以加深同學對自己的好感。長此以往，反而得

到負面的效果。現今的 C 同學已逐漸明瞭並常反思：「直白的話語可能會讓同學受傷，如何做才能真誠的面對自己？怎麼說才能得到關注卻又不傷害他人？」

D 同學與 E 同學在人際關係中的困擾，與前面三位同學截然不同。他們希望自己表現得更好，在與同儕相處的過程中看到自己不足的一面，也發現自己可以努力的方向，但仍無所適從。在領袖營這個小團體成員的共同激盪下，他們找到了建立自己價值與能力的方法；此時師長可以給予支持，鼓勵他們努力向上的心態，陪他們一起看到自己努力的成果。

相較於其他尚在了解自我的孩子，F 同學已找到自己的能力與興趣，他認真的為自己的專長努力，常有自信的在同儕間展現自己。他認為自己努力的成果，能讓同學更喜歡他。事實的確如此，班上同學常會欣賞、羨慕表現優異的 F 同學，希求自己有天也可以像他一樣發光發熱；同時也希望 F 同學可以關注、提攜與鼓勵他們，在教學相長下，彼此得以更上一層樓。由此可知，孩子會因為同儕的砥礪與鼓勵，讓自己更勇於實現夢想；同儕提供的心理支持與團體凝聚力，會讓孩子在努力的過程中不再感到孤單。

以上六位同學的心聲，是每個孩子在進入小學階段後，與同儕相處時可能都會面對的情況。上述的討論是領袖營孩子淬煉出的寶貴思維，值得我們一起與孩子共同討論與思辨。在這個團體中，我們要追求的目標是讓孩子在過程中更懂得認識自己、尊重他人，而非在言談之間否定孩子勇於思考的初心。

學校裡每學期進行的領袖營，就是致力於讓孩子藉由有趣的活動來覺察自己內心的想法，挖掘潛意識裡的期望。過程中，孩子會將想法具體寫下、畫出並分享；讓這些原本只在腦中盤旋的聲音，轉化成可以被看到、討論與接納的獨特之作。我們發現孩子開始瞭解自己真實的個性、優缺點與期望，也較能深入探討自己在團體中的角色定位。調整自己的交友方法，學習面對人際衝突時該如何應對，孩子愈能夠體察自己的人際關係，知道該怎麼調整自己，以達成自己的心靈期望。





## 三年級的新世界

家長 / 許玉珊

時光荏苒，還記得紫桐剛進入及人小學的青澀模樣以及如何學習獨立自主的過程。當時對孩子的耳提面命言猶在耳，小一新鮮人的往事歷歷在目，如今的她已經是三年級的學生了！三年級是小學生涯的轉捩點，是培養主動學習、情緒控管及養成堅定意志能力的時期，更是影響未來學習的關鍵期。

憶起紫桐剛升上三年級的第一天，她帶著既期待又緊張的心情上學，讓我們明顯感覺到她的不同。從生活作息來說，上學的時間較低年級早，放學的時間也較低年級晚，在學校的學習時間變長了。相較以往，抄寫的回家功課變少，但需要深入思考的內容增加；因此，孩子要主動複習課程、自我預習的時間也變多。換言之，孩子已從被動的學習轉為主動。

這些轉變讓紫桐逐漸意識到自己需要更成熟，需展現獨立自主的一面，才能從容面對三年級的課業。此時，身為父母的我們，在孩子尚未適應且不知所措的情況下，更顯重要。在我們家，紫桐的父親是孩子成長中最好的夥伴，他扮演著亦師亦友的角色，對孩子們極有耐心。因此，當紫桐不知該如何調整自己的步伐時，他會採取鼓勵的方式增加孩子的自信心，也以傾聽的方式了解孩子內心的想法，給予正確的引導與支持；漸漸的，紫桐自然而然的順利跨過升上三年級的過渡與適應的時期。

三年級是國小學習階段，承先啟後的一個的關鍵期，除了家人的陪伴與支持，更重要的是學校裡班級導師的循循善誘與堅定引領。紫桐很幸運，遇到非常認真、有耐心和愛心的老師；在老師認真、努力及專業的帶領下，孩子有大幅的進步，生理和心理上也有了明顯的成長。老師用心

的發掘紫桐的專長，善用她的優勢去提升孩子的整體能力，並賦予孩子責任，以養成認真負責的學習態度。

三年級的學校生活與學習的課題，真的跟低年級大不同，身為家長的我們要陪伴孩子，一起把握黃金期，讓孩子們擁有良好的生活習慣，養成預習、複習功課的好習慣，使孩子更獨立自主，為自己的行為負責。最重要的是提升孩子的閱讀習慣，在閱讀中不但能學習新知，也能使語言及寫作能力向前躍進。打開一本書，如同打開一個新的世界，孩子的視野可以更寬闊；我們相信當孩子擁有學習與生活能力後，就可以順暢的在人生的道路上雲程發軔、扶搖直上。

作者為三忠 / 劉紫桐 媽媽



# 愛之語—— 用孩子最喜歡的方式愛她

家長 / 黃明慧



從孩子出生的那一刻起，我才開始學習如何當媽媽，偏偏當父母沒有教科書，只能靠自己領悟跟體會。每個人都很愛孩子，也都期待當一位稱職的家長；因此，我認真的看了很多親子教養書籍、參加共學團體和親子講座……，期望自己能成為一位好母親。

某次的講座，講師開頭就問：「你愛孩子嗎？」在場的人都嘆喟的笑了：「當然愛啊！」講師接著問：「孩子覺得你愛他嗎？」大家抿嘴瞪眼的想著：「應該覺得我很愛他吧！」我們辛苦的工作養家，給孩子衣食無缺的生活，讓孩子到好的學校讀書，安排各式各樣的才藝活動，假日安排出遊聚餐，假期還要進行外宿旅行……，這番的苦心經營，難道不足以說明對孩子的愛嗎？

回想著從孩子進入小學，伴隨著越來越繁重的課業，親子衝突也日漸頻繁，「愛」似乎被生活中的一切瑣事弄模糊了。直到那次的講座，我認識了「愛之語」，一家三口開始做線上測驗，找到每個人的愛之語後，我開始調整愛的方式，用孩子最喜歡被愛的方式來愛她。

愛之語將愛的語言分成五種：「肯定的言語、真心的禮物、服務的行動、精心的時刻與身體的接觸」。簡單的說，肯定的言語是稱讚或鼓勵；真心的禮物就是實質的物品；服務的行動可以是煮一頓料理、分攤家務事或為對方服務；營造精心時刻，可以把專注力放在對方身上，一起從事喜歡的活動；身體的接觸可以藉由牽手、擁抱讓孩子感受到關愛。

做完測驗後我驚訝的發現，原來女兒最喜歡被愛的方式是「肯定的言語」和「精心的時刻」，爸爸的愛之語是「肯定的言語」，我的測驗結果則是「精心的時刻」。我們的共通點就是要彼此稱讚或鼓勵，並安排精心的時刻。原來，在愛孩

子的路上，我一直背道而馳，用自以為是的愛去愛孩子，殊不知每個人都想要被愛的語言環繞，難怪我一直覺得力不從心。這時的我終於豁然開朗，彷彿得到心靈上的解脫。此後，每週五晚上就是我們家的精心時刻，買了喜歡的外食，全家一起輕鬆用餐、聽音樂、聊天，享受一個愜意的夜晚。之後，舉凡任何節日或需要慶祝的事，我們都不放過共享的機會，例如生日時出國旅行、飯店用餐、遊樂園一日遊、看場電影……；慶祝孩子考完期中考，我們就買滷味、鹽酥雞、零食、飲料，在吃吃喝喝中肯定孩子的努力，期待下次的評量；倘若孩子在平日的晚上八點前完成功課，就可以跟爸爸牽手出去散步半小時，是不是很甜蜜呢？

調整了愛孩子的方式後，最大的收穫便是孩子能感受到爸媽滿滿的愛，我們之間「愛的存摺」裡的回憶越來越多、越來越甜美，即使有小衝突也能很快化解，家裡少了衝突、多了歡笑聲。原來，讓孩子覺得她被充分的愛著，是那麼容易的事。

作者為三孝 / 陳可芸 媽媽





# 優質陪伴，與孩子一起成長

家長 / 劉雅敏

套一句老話：「有了孩子後，我才開始學習如何當媽媽。」很多人都說第一胎照書養，第二胎照豬養，我也是如此。身為職業婦女的我，常常因工作和小孩而蠟燭兩頭燒，常在面對孩子時表現出不耐煩的樣子，事後心中總是愧疚不已，擔心因自己帶著負面情緒陪伴孩子，孩子的內心會感到壓抑與焦慮。

當孩子在襁褓時期，我總是擔心她有沒有吃好、睡飽？生長曲線是不是在適當的範圍內？隨著孩子長大，煩惱的事情不減反增。記得恩汝九個月時，我便讓她在托嬰中心接受照顧，第一次短暫的離開父母和熟悉的家，獨自面對新環境和其他人，對孩子來說不是容易的事。第一週時，她總是哭腫著雙眼跟我道別，當下的我捨不得，卻只能慢慢放手，讓孩子學習獨立。當下的我告訴自己，雖然我們不能時時刻刻陪伴在孩子身邊，但是我們必定給她滿滿的愛和足夠的安全感，讓她有勇氣能面對一切。

進入幼兒園後，她第一天就可以開心的坐上娃娃車，跟家人說再見。回到家中總是樂於跟我分享在學校發生的事，跳著老師教的舞步；說著老師教的英文，這些舉動讓我暫時放下心中的大石，喜悅的感受孩子在學校的快樂。看似是容易的事，但其實是我早已未雨綢繆，事先反覆和孩子多次溝通，因此她能夠很快的適應新環境。

上了小學後，我擔心的事更多了。不論是課業或人際關係，在在都是父母心中的擔憂。恩汝是個外向、熱情、喜歡幫助別人又具有正義感的小女孩；這樣的她有時卻讓我擔心，怕她和同儕相處時，會因此而受傷。我常跟她說：「要先學會保護自己、愛自己、懂得察言觀色並把應該做的事做好，才有更多的能力去幫助別人。」為的就是怕她過於直接，忽略別人的感受，造成人際關係不佳；或是為了幫助別人，而忘了自己也是學生，有應盡的本分。

升上三年級後，課業壓力比一、二年級更重了些。剛開始的我有些焦慮，常思考著該如何協助孩子適應不同的學習狀態。幾經琢磨後，我求助於老師，老師總是給予我滿滿的正能量，肯定孩子在校的表現及我們對孩子的用心。因此，我除了指導恩汝配合老師教學的步驟外，更要求自己孩子的學習路上給予優質的陪伴。陪伴孩子一起複習功課、閱讀課外讀物、運動……，跟孩子討論如何規劃及善用時間，養成「今日事，今日畢」的好習慣。看著孩子的日漸進步、成長，我相信孩子的適應能力會越來越好。

世上最幸福的事，莫過於陪伴孩子成長，父母溫暖貼心的親子互動是給孩子最好的禮物。父母是孩子的第一位老師，用心陪伴孩子成長，是為人父母的重要責任。耐心的陪伴與用心的教育，對孩子的個性與生活習慣的養成具有關鍵性的影響。我很開心和孩子之間有這些美好的相處經驗，更希望孩子在一個有愛且快樂的環境下學習、長大，在優質的陪伴下，給予孩子幸福的童年。

作者為三仁 / 劉恩汝 媽媽



## 探涉活動

三忠 / 王韻婷

假日前，媽媽幫我報名了校外童軍團的探涉活動，我帶著好奇心，參加了這次活動。這天是個晴空萬里的好天氣，一到集合地點，我就看到了好多的植物和各式各樣的裝置物品——空中倒立的車子、鐵製的馬車，真是五花八門。

綠油油的山坡上有奔跑、玩球的小孩，也有野餐的人們正在吃著美味可口的三明治。他們享受美食和嘻笑玩鬧的情景，把這個漂亮的環境變得更溫馨、更有趣。

集合完畢，老狼帶我們四處走走，開始了探險遊戲。主持人給我們一張闖關卡、一張尋寶地圖和一個信封，信封裡裝著半木科果實，也裝著引導我們過關成功的錦囊妙計。

大家帶著冒險的心情，興奮的出發了。我們看著地圖和線索一一突破難關，終於來到最後一個關卡。我突發奇想的提出了一個主意，得到大家的稱讚後，我們驚喜的闖關成功。

這個時候，我們的肚子開始咕嚕咕嚕的叫著，原來是午餐時間來臨了。我們享用著團長準備的披薩與好喝的養樂多，再開開心心的拍照，留下了探涉活動中最美好的回憶。

## 我的學校

三孝 / 陳可芸

我的學校是一個可以讓我專心讀書、快樂學習和開心玩樂的地方，那就是及人小學。

我的學校在永和區的文化路上，雖然校園和操場不大，但是我們的遊樂設備很新穎、很齊全，還有超棒的圖書館呢！在圖書館裡，不但可以借到各種書籍，還有舒適的閱讀區，因此，我最喜歡跟同學在下課時間去圖書館，享受寧靜的時光。

我的學校裡常常舉辦特別的活動，例如：園遊會、大樹下音樂會、英語歌曲比賽……，包羅萬象。只要有比賽的活動，大家都會想要得名，總是全力以赴，認真的表演。最特別的是，學校每年都會安排高空彈跳，讓我們成為空中飛人呢！

進入及人小學已經三年了，這裡充滿著我跟同學一起努力的汗水、全班得獎的光芒與榮耀，這些都是我們美好的回憶，謝謝及人讓我擁有美好的童年時光。

## 日本旅遊

三仁 / 賴柏學

暑假時，我和全家人一起去日本玩，第一站就來到京都。到達京都飯店，我和弟弟帶著既好奇又期待的心情走進房間，想一看它的廬山真面目。一打開房門，眼前出現讓我興奮不已的景象，上下舖的床和可以泡澡的浴缸，正好能讓我們消除一天的疲勞。

第二天，我們搭乘新幹線列車去京都鐵道博物館。博物館裡展示著日本歷年來所研發的火車，讓遊客可以了解火車的內部構造和體驗駕駛的樂趣。

終於到了第三天，我們準備搭車前往大阪市。到飯店放完行李後，就出發去我所期待的親子館。親子館裡有很多設施，可以讓我們體驗各種職業；其中，讓我最難忘的就是當郵差。這個體驗讓我發現可以將寄信人重要的訊息及物件送給當事人，是一件很了不起的事。這令我回想起二年級的某一節課，老師給大家一個任務，就是親筆寫信給家人，再把信件投入郵箱。那時的我雖然不太清楚送信的程序，但家人收到信時的開心表情，我到現在都還記得呢！

每次的家庭旅遊，家人都會安排不同的城市，除了可以了解到各地的文化特色與風俗民情外，旅途中所發生的點點滴滴，也都烙印在我的腦海裡，是我們全家人共同的回憶，讓我們的感情更加深厚。

## 我最喜歡的動物

三愛 / 陳愷臻

我最喜歡的動物是小白兔，牠有一雙水汪汪的眼睛、一對長長的耳朵、短短的前腳和強壯的後腿。牠最可愛的地方就是毛茸茸的身體，圓滾滾的小尾巴，看起來就像一團棉花糖，令人好想將牠抱在懷中，捨不得放下。

小白兔最喜歡吃的食物就是蔬菜，牠喜歡的蔬菜有很多種，紅蘿蔔、高麗菜……，都是牠的最愛。牠喜歡住在溫暖又舒服的環境，最好是一個可以讓牠盡情奔跑、跳躍的空間，想必牠是位溫柔的運動高手。

除了小白兔以外，各種小動物都很可愛，需要我們的照顧，所以我不希望有人欺負或拋棄牠們。每次，當我看到新聞裡有虐待小動物的事件時，就會覺得難過不已。我認為，養動物的人應該好好愛惜牠們，善待牠們，不要隨意拋棄牠們，動物也是有生命的。

希望所有的小動物都跟我最喜歡的小白兔一樣，可以遇到好主人，用心對牠們。我也要像小白兔一樣，當個讓人喜歡的小孩。

## 充實的知性之旅

三信 / 鄒若淳

快樂學習日那天，我帶著愉快的心情來到學校；因為今天是要去臺北市立天文館的日子。老師事先已經交代了許多注意事項，並介紹了今天的主要行程，令我非常期待。

搭上交通車，不一會兒就到了天文館。老師帶我們走進一道像太空艙的門，接著進入了開著冷氣的天文館。上午的行程是觀看宇宙劇場，我們看了黃道十二星座的介紹，聽了神祕的希臘神話故事，還從中學習到星座知識，真是有趣。對了，我們也在大大的黑幕上找到了許多以前只有「聽說」過的星星和星座。

中午用完餐後，老師帶著我們從休息區回到大廳，進行下午參觀常設展的行程。導覽員跟我們講解了八大行星和隕石的形成過程，我們更近距離的看到了龍捲風的形成景象，真的是太奇妙了。其中讓我印象最深刻的，就是導覽員說明太空人一天的生活；我真的很難想像太空人生活在太空中時，吃飯、睡覺甚至是上廁所都要在無重力的狀態下進行，所以太空人常常會有便秘的問題，想到都覺得不可思議。

導覽結束之後，老師帶著全班去參觀太陽系的常設展，還拍了全班的大合照。今天的最後一個行程，就是進到兒童遊戲區裡玩耍。老師指導我們把白球鞋、紅背包擺放整齊之後，大家就迫不及待的進入遊戲區，裡面所有的遊樂設施和書籍都跟天文有關，讓我們玩得不亦樂乎。各種益智遊戲中，同學們最喜歡的就是星座配對和跟著升空的小火箭繞場一周了！在這裡，大家玩得滿頭大汗，開心得不得了。

時間過得很快，今天的校外教學在老師的帶領及導覽員的解說下畫上句點，很高興能學到這麼多知識，這真是一趟滿載而歸的知性之旅。

## 上臺的經驗

三義 / 楊哲亮

有一天英文老師說：「一年一度的英語歌唱比賽要開始了。」話一說完，只聽到全班同學哀鴻遍野的聲音；但老師絲毫不理會我們的心情，冷酷的發下歌詞，要同學們回家練習。我只好默默的收起歌詞，調整心情、準備應戰。

回家寫完功課後，我播放英文歌曲準備練習。一聽到輕快又美妙的旋律，便讓我不由自主的跟著扭動了起來。雖然，我還沒有記熟歌詞，卻輕易的記起了旋律。原來，靠著旋律也能讓我學會唱歌、學習英文，我心想：「練唱英文歌並沒有想像中的難啊！」

到了比賽當天，我突然覺得很緊張，心臟「撲通、撲通」的狂跳，雙腳止不住的發抖。終於輪到我們上場了，四周圍了一大群家長，只聽見相機「ㄅㄚㄅㄚ、ㄅㄚㄅㄚ」的響個不停，彷彿我們全是大明星。上台前，我閉上雙眼，在心中為自己加油，然後充滿自信的走上舞台，看著台下的觀眾，聽著悅耳的旋律，唱出我們熟悉的歌詞，這時的我已融入在表演中，所有的緊張早已消失得無影無蹤了。我大聲的唱著聖誕歌曲，看到同學賣力演出的樣子，讓我好感動，也將這段時間練習的辛苦忘得一乾二淨。我真的喜歡這樣的表演和感覺，這樣的活動讓我不斷的學習與成長。

等其他班級表演完後，就是公佈成績的時候了。雖然……，我們沒有得到最佳表演獎；但經由這次的英語歌唱比賽讓我學習到，上臺不能緊張要放輕鬆，唱歌要大聲，舞蹈動作要明確、整齊。下次，只要我們能做到這些評審的建議，冠軍就是我們的囉！

## 栽種綠豆的體會

三和 / 徐士紘

某個週末，我和家人吃完媽媽準備的豐盛晚餐，跟著哥哥、姊姊收拾碗盤後，大家吃著飯後水果、喝茶閒聊。哥哥說著飼養倉鼠的有趣經驗，我接著分享第一次栽種綠豆的深刻回憶。

低年級生活課時，老師說：「世界上有著各式各樣的動植物，包羅萬象。我們可以從細小的地方觀察，就可以發現許多的生命起源，並看見這些生命一點一滴的成長經過。」說著、說著，老師一邊發下小小的、圓圓的綠色豆子，要我們先在布丁盒裡放入泥土、埋入綠豆後，每天上午按時澆水。

果然，不出五天，有人的布丁盒裡冒出了白白的嫩芽，大家都欣喜若狂！但也有人的布丁盒裡，始終是一堆泥土。我才知道，做許多事情都有一定的方法、程序與步驟，原來幫綠豆按時澆水不是雕蟲小技，是很重要的步驟，是輕忽不得的事。

我很感謝學校安排了非常充實的各種課程，這就像是種綠豆時所需要的各種養分，讓綠豆隨著時間，一點一滴的默默長大，也像學校與老師對我的栽培一樣。可能我現在還是小小的樹苗，但是希望以後會成為一棵茁壯的大樹，為校爭光，也為社會貢獻出自己的一份力量。

### My Winter Vacation

Avia (五孝/張心睿)

Let me tell you about my favorite winter vacation! I had a great winter vacation last year. It was amazing! I went to Japan with my family. I went there in January and it was freezing. I went to Shirakawago, we stayed there for a week. It was fun. During the day, we bought clothes and boots. We also built a snowman! We made a hat, a nose, two eyes, a mouth, and two hands for it. It was so cute! In the evening, we ate the most delicious steak in the world. It was tender but not too salty. It was so tasty that I could eat two pieces of steak! It was the best winter vacation ever!

### My Summer Vacation

Rain (五信/吳忻瑜)

I had a great summer vacation this year. My family and I went to Taitung. We were there for three days. We stayed in a comfortable hotel. There were lots of things that we could do. We flew in a hot air balloon at six o'clock in the morning. We saw beautiful mountains and beaches. It was very hot when the fire made the balloon go up. When I looked down, I was so scared because the balloon was very high. We did hot spring at night before we went to bed. The vacation was really cool! I am looking forward to the next summer vacation!

### My Favorite Star

Lindy (五愛/蔡茗語)

My favorite star is Taylor Swift. She is a singer from the U.S.A. She is now famous all over the world. Taylor Swift is stylish and beautiful. She knows how to sing very well. She is also known to have a good singing voice. She has many hit songs. Her most famous song is "Shake It Off" and "Me". She is also very friendly to her fans. Furthermore, she wins many awards. I am a big fan of Taylor Swift!

### My Day at the Amusement Park

Derek (五愛/陳威丞)

I love amusement parks. Last Saturday, my family went to an amusement park. We spent the whole day at the park. My brother and I rode the bumper cars, the water slides, and Viking ship. My favorite ride was the bumper cars. I rode it once. It was a little shocking but very fun. At the amusement park, there are many delicious snacks to eat. We ate fried chicken, French fries, and ice cream. I had a great day! I can't wait to go again!

### My Favorite Food

Nick (五信/王乃翊)

Out of all the foods, curry is my favorite food. Curry is an Indian dish. It's made with curry sauce, pepper, salt, and different toppings. You can eat it with a lot of water. It might be spicy. I eat it at least once a month. I usually eat it at the restaurant or at home. I like the normal curry. When I am hungry, I can eat a whole plate of curry. I will always love to eat curry!

❖ 本校參加 108 年度友善校園學生事務與輔導工作「海報設計暨四格漫畫比賽」成績優異  
性別平等教育四格漫畫特優 五信 / 曾沛瑋 品德教育海報設計優選 六義 / 鄧宗翰

❖ 108 學年度校內英語單字拼樂競賽得獎學生

二忠 / 廖挺鈞	二忠 / 邱涵靖	二忠 / 詹承諺	二仁 / 李牧涵	二愛 / 曾子瀚	二愛 / 林紹楷	二愛 / 賴泓維
二愛 / 鄭靖璇	二信 / 富楷文	二信 / 杜軒彤	二義 / 林晉安	二義 / 朱以倫	二義 / 周佑丞	二義 / 辜品維
三忠 / 郭奕廷	三忠 / 王睿澤	三孝 / 陳家羚	三仁 / 胡珈瑀	三仁 / 陳奕瑾	三仁 / 陳豈安	三信 / 鄭鈺霏
三義 / 李宥葳	三義 / 蔡和叡	三義 / 謝昀軒	三義 / 張宇翔	三和 / 郭恩實	三和 / 陳昱鈞	三和 / 白沁玟
四忠 / 李侑熹	四忠 / 許子瑞	四忠 / 柯雅時	四忠 / 呂家穎	四仁 / 鄭喬鴻	四仁 / 梁子睿	四愛 / 曾伯伍
四愛 / 張絜甯	四信 / 張宏禎	四信 / 連昱綸	四義 / 林柏瑜	四義 / 楊雅涵	四義 / 何嘉峻	四和 / 陳俊亦
五忠 / 林品亨	五孝 / 王思云	五仁 / 陳鴻友	五愛 / 賴敬宇	五愛 / 翁廷鈞	五愛 / 石麒麟	五愛 / 梁紘濤
五愛 / 蔡茗語	五愛 / 曾稟坤	五信 / 郭雲從	五義 / 許劭弘	五義 / 許薇妮	六忠 / 劉宥妤	六忠 / 林藤恩
六孝 / 章博森	六孝 / 陳亮妍	六孝 / 洪英珊	六孝 / 謝宜家	六孝 / 張晉嘉	六仁 / 施惟齡	六仁 / 王博玄
六仁 / 石祐任	六仁 / 沈子甯	六愛 / 林家萱	六義 / 黃資頤	六義 / 鄧宗翰		

❖ 108 學年度第一學期班際跳繩比賽各班獲獎學生

一忠 / 林昀立	一忠 / 王詠翔	一忠 / 劉冠沂	一孝 / 張晉軒	一孝 / 吳忻霖	一仁 / 林將洵	一仁 / 應昀恩
一愛 / 林哲霆	一愛 / 林妘珊	一信 / 張駿璟	一信 / 賴柏亨	一信 / 陳怡瑾	一義 / 吳彥廷	一義 / 張庭薰
一和 / 張 顯	一和 / 謝姍余	一平 / 曹書瑋	一平 / 鄭楚霏	二忠 / 邱述麟	二忠 / 李柔穎	二孝 / 劉軒甫
二孝 / 劉奕岑	二仁 / 顏炫宇	二仁 / 吳佳沛	二愛 / 李 揚	二愛 / 黃沛妍	二信 / 富楷文	二信 / 黃晴蔚
二義 / 辜品維	二義 / 蕭若昀	二和 / 方立旭	二和 / 李芯彤	三忠 / 林翊瑋	三忠 / 沈靖容	三孝 / 曾培善
三孝 / 曾怡甄	三仁 / 賴柏學	三仁 / 陳奕瑾	三愛 / 余瑞哲	三愛 / 陳元婷	三信 / 黃繹豪	三信 / 陳思涵
三義 / 蔡和叡	三義 / 邱品菲	三和 / 莊永晨	三和 / 白沁玟	四忠 / 李奕樵	四忠 / 劉昀芯	四孝 / 朱宣羽
四孝 / 陳奕安	四孝 / 楊妮蓁	四仁 / 韋宥臣	四仁 / 蔡沛玟	四愛 / 梁洵翔	四愛 / 傅先秀	四信 / 林恩賦
四信 / 呂羽茜	四義 / 程宥睿	四義 / 楊雅涵	四和 / 盧彥豪	四和 / 陳宥霓	五忠 / 吳祐霖	五忠 / 郭宸瑾
五孝 / 李泱慶	五孝 / 陳妍庭	五仁 / 柴力瑋	五仁 / 林子晴	五愛 / 王家杰	五愛 / 許宸芸	五信 / 姜睿桓
五信 / 吳忻瑜	五義 / 許劭弘	五義 / 王禹童	六忠 / 邱崇源	六忠 / 郭芊瑩	六孝 / 章博森	六孝 / 梁意昕
六仁 / 陳宇琛	六仁 / 許舒媛	六愛 / 鄭宇翔	六愛 / 蕭睿琳	六信 / 李宜璟	六信 / 張煒筑	六義 / 陳以理
六義 / 陳湘均	六和 / 張 量	六和 / 粘家語				

❖ 12 月榮譽獎章獲獎學生

二仁 / 胡家齊	四忠 / 陳玟翰	四孝 / 呂芊豫	四仁 / 陳玥彤	四仁 / 郭怡伶	四仁 / 林侑潔	四仁 / 李昀臻
四仁 / 王婕妤	四愛 / 張儷馨	五忠 / 楊少承	六孝 / 黃婕安	六孝 / 謝宜家	六孝 / 劉佩辰	六孝 / 梁意昕
六孝 / 陳亮妍	六孝 / 趙子喬	六愛 / 李宇盛	六義 / 林慶璇	六和 / 周孟潔		

❖ 108 學年度第一學期閱讀王獲獎學生

一年級	一忠 / 黃于嘉	一忠 / 鍾沛璇	一忠 / 趙有邦	一忠 / 徐丞希	一忠 / 劉冠沂
二年級	二忠 / 葉與丞	二忠 / 王禹程	二孝 / 劉軒甫	二仁 / 吳子熠	二愛 / 許建文
三年級	三仁 / 黃琳涓	三仁 / 傅淳羲	三仁 / 溫凱翔	三仁 / 黃貫鈞	三義 / 黃靖恩
四年級	四愛 / 許維晟	四愛 / 宋芷瑜	四信 / 鍾昀叡	四義 / 溫宸平	四和 / 戴辰叡
五年級	五忠 / 莊永語	五仁 / 林雨墨	五仁 / 林品言	五義 / 趙子萱	五義 / 廖楷丞
六年級	六孝 / 黃婕安	六仁 / 林聿喬	六愛 / 詹博智	六信 / 吳佩諄	六和 / 雷定宇

❖ 一孝陳篤坤參加 108 年國手盃全國心算數學英文拼字大賽中華民國國手選拔賽榮獲心算比賽一年級組季軍

❖ 六孝張芷瑜參加 108 學年度新北市中小學滑輪溜冰錦標賽競速溜冰組榮獲高年級女子組 1000M 爭先賽第二名

❖ 五義廖楷丞參加 108 學年度新北市中小學滑輪溜冰錦標賽競速溜冰組榮獲高年級女子組 200M 計時賽第六名

❖ 六愛張伯旭參加 108 學年度新北市中小學滑輪溜冰錦標賽競速溜冰組榮獲高年級男子組 200M 計時賽第六名

❖ 二仁顏炫宇榮獲 2019 卓越盃數學全國競賽二年級組銅質獎

❖ 六孝吳宥德榮獲 2019 卓越盃數學全國競賽六年級組銅質獎

❖ 五忠吳祐霖參加新北市第二十九屆國中、國小書法比賽榮獲國小高年級組入選



二和 / 朱新田  
流動的向日葵



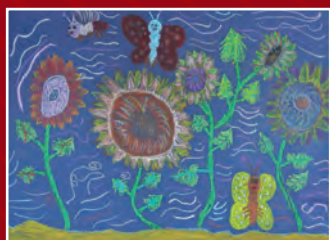
四忠 / 李媿蓉  
對稱之美



四信 / 孫晴暄  
對稱之美



四義 / 蔡甯宇  
對稱之美



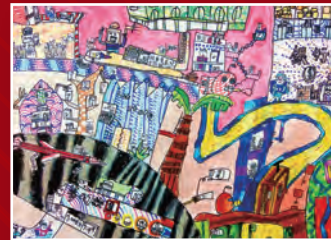
二義 / 吳孟真  
流動的向日葵



三忠 / 王沛涵  
立體聖誕樹



三和 / 白沁玟  
立體聖誕樹



三義 / 謝昊呈  
夢幻校園



二和 / 游蓁溱  
流動的向日葵



六愛 / 徐慈好  
我的谿山行旅圖



六愛 / 李柚晴  
我的谿山行旅圖



六愛 / 陳榆喬  
我的谿山行旅圖