

臺北市廚餘處理示範學校

文·圖片提供 / 高于婷 (大佳國小衛生組長)

從餐桌到餐桌的奇幻體驗



▲廚餘尖兵製作堆肥回饋小田園。

自從臺北市政府推動田園城市政策以來，不僅是農業教育的創新，更是社區與學校合作的重要實踐。校園空間轉變為生機勃勃的菜圃，學生和教師透過實際的農事操作，深度體驗農作種植、照顧和收成的過程。不僅學生學會農作物的生長週期，還培養了對自然的關懷與尊重，進而形成分享與療癒的能力。

大佳國小不僅僅在校內開闢小田園種植農作物，更善用自設廚房，將小田園中的作物收成後作為營養午餐的食材。當學生發現前一天還在操場旁邊見到的香菜，今天卻變成營養午餐的湯品配菜，無疑給了他們一個驚喜。這樣的轉變除了增加對食物來源的認識，

於將物端上餐桌。大佳國小更希望將永續的精神融入每個環節。透過與廚餘協會合作，運用廚餘發酵桶將營養午餐的廚餘製作堆肥，學生將廚餘拌入木屑以進行發酵，再將熟成的堆肥回饋到小田園。這樣一來，學生不僅了解農作物的種植與收成，還學會如何將廚餘轉化為寶貴資源，形成一個可持續的循環體系。

對於自設廚房的學校來說，廚餘常常是一個頭痛問題。雖然透過源頭減量、課程教學的輔導與珍食分享等方式，希望能有效降低熟廚餘的量，但生廚餘卻幾乎無法避免。因此，隨著時間的推移，如何有效

處理這些廚餘成為新的挑戰。透過廚餘堆肥的方式，不僅解決廚餘的困擾，還讓學生在實際操作中體會到食物的價值，學會如何珍惜資源。

這段從餐桌到餐桌的奇幻旅程，學生經歷了一系列環環相扣的教育過程。他們不僅學會了如何在土地上耕作，更在飲食中反思每天的浪費，明白如何將資源再利用。學生感受到變廢為寶的滿足，並進一步培養環保意識，成為有責任感的社會公民，關心環境，珍惜資源，從而共同創造出更加美好的生活環境，讓「從餐桌到餐桌」的循環變成生活的一部分，持續延續下去。



▶學生採收種植的萵苣。

從田園到餐桌一起種植一起分享收成時，孩子們將親手栽種的蔬果帶回教室製作簡單料理。當香氣四溢時，一名孩子驚呼：「自己種的番茄真

「老師，這小種子什麼時候會發芽啊？」孩子們好奇的問。教師微笑回應：「這需要耐心，就像我們一樣要慢慢長大！」在澆水、施肥中，孩子們感受到生命的奇妙成長，體會陽光、水分和土壤的重要。當果實成熟時，收成的喜悅讓孩子們真切理解生命的價值。

四季皆為學習場域 食農教育根據季節安排活動：春季播種、夏季照料、秋季收成、冬季認識土地的休養。隨著四季更迭，孩子們體驗自然的節奏。親子田園活動安排家長和孩子攜手耕種，從土地到餐桌的實踐，不僅增進親子聯繫，也增添家庭的溫馨回憶。活動結束時，一位家長感慨道：「沒想到種菜這麼辛苦，原來我們每一口食物都

有背後的故事！」始於餐桌提問 隨著學習的累積，孩子們在餐桌上開始發問：「這是哪裡來的？」「是誰種的？」這些提問顯示出其對食物的珍惜和感恩。教師微笑回應：「這些菜就像我們種的一樣，是農夫們一點一滴栽培出來的呢！」食農教育的種子已悄然在孩子心中發芽，帶來同理心、責任感與感恩之情。

從小田園到餐桌的學習體驗，將成為孩子心中珍貴的記憶，陪伴他們面對未來的挑戰。

第一屆國家食農教育傑出貢獻獎入圍學校 城中一畝田 都市綠手指的探險

文·圖片提供 / 蕭淑芬 (中正幼兒園園長)

在城市或校園的一隅，有一片小田園，帶領親師生走進這裡，開啟了食農教育之旅。這片田園不僅是蔬果的栽培地，更是孩子們觸摸泥土、播下種子、學習珍惜食物的起點。



▶學生觸摸土地，感受植物生長。

小黑熊的碎花裙 成為我喜歡的自己

文·圖片提供 / 李盈萱 (金華國小教師)



小黑熊的碎花裙插圖。

我們在童年時，都希望自己成為受歡迎且被人喜歡，但是我們有成為自己喜歡的自己嗎？當我喜歡的自己與被人喜歡的自己不同時，我想成為哪一個自己？

教師看到學生有這樣的為難，如果成為我喜歡的自己，但是同學卻不接納怎麼辦？不是要成為被人喜歡的自己才能交到朋友？我一定要和同學一起穿相同風格的服裝嗎？這一系列的問號，縈繞在教師心中，為了這些努力想要成為喜歡自己的學生，教師設計了相關的教學活動。學生最喜歡聽故事了，於是教師自編了〈小黑熊的碎花裙〉這則故事。

小黑熊在上一所學校受到霸凌，所以轉學到動物小學，認識了班上同學小白兔和小獅子等人，故事自此拉開了序幕。在故事中融入校園常見的臺灣變樹，將臺灣變樹比喻成心胸寬大的樹，能兼容並蓄不同的顏色，卻又顯得如此調和，讓學生學習包容接納與自己不同外表風格的其他人，也鼓勵學生勇敢做自己，做出屬於自己的嘗試與選擇。



學生利用垃圾袋共同設計創意服裝。

教師觀察到班上學生能同理故事中的小黑熊，體認到小黑熊雖然只是男生，但是他穿碎花裙背後的深層意義所在，他是為了懷念去世的母親，因為他的母親愛穿碎花裙。學生在課程學習後，也表達了男生穿裙子一點也不丟臉的想法，教師再補充板橋高中的男裙週和臺灣大學的男裙日，表達的理念就是擁抱不一樣的人，並成為為自己喜歡的自己！

陶冶良好品德 從述說故事開始

文·圖片提供 / 陶玉 (志清國小學務主任)

在處理學生紛爭的過程中，發現在少子女化的趨勢下，學生常以自我中心的視角待人接物，較難虛心傾聽與接受他人建議，若再伴隨無禮的言行，人際衝突一觸即發。然而，謙虛和禮貌的態度並非與生俱來，而是需要長時間的學習方能養成。

平日筆者常藉由兒童朝會進行小故事宣導，以提升學生的品德素養。為了讓學生體會謙虛和禮貌的重要，決定自編「謙虛有禮」的品德小故事，期望學生透過閱讀及聆聽，能夠深刻

認識謙虛是一種內隱的涵養，禮貌則是外在的表現，藉由謙虛有禮的態度，可以促進和諧美好的人際互動。在《邁向和平之「鹿的祕訣」》中，有四隻極大的噴火龍兄弟、喜

歡騙人的狐狸及黑心的獵人，這四頭鹿因著各自不同的品德涵養，導致結局有天壤之別，僅主角斑佳因在待人接物時展現謙虛有禮的態度，最終完成了任務，同時也受到其他動物的愛戴。

未來筆者將秉持藉由故事人物來塑造品德楷模的理念，撰寫更多的品德小故事，同時也嘗試帶領學生一同思考並鼓勵創作，建立良好的品德價值觀與習得實踐策略，共同將良善的品德態度向外擴散去。



▲志清國小學務主任陶玉分享品德小故事。

113 年度「品德教育易起來——創意書籤」特優作品

文·圖片提供 / 南門國小

畫面、布局、色彩 打造獨創品德書籤

臺北市為鼓勵兒童參與及發揮藝術設計與創作能力，擴大及延伸品德教育宣揚功能及提升建立學生優良品行，乃委託南門國小於一一三年度辦理「品德教育易起來——創意書籤」徵選比賽，期許透過書籤徵選過程，促使學生發揮創意，深切體認品德教育的核心價值，並身體力行自然流露於生活中，進而達成全人教育發展。

中年級特優



▲賞識感恩組
邱亮昀
(健康國小)

評語
作者將賞識及感恩畫面以強烈的色彩表現，搭配特殊的構圖與風格，用愛心為意象，以雙手環抱方式擁抱感恩及幸福，別緻討喜。



▲孝親尊長組
王品淳 (東園國小)

評語
作者在一個畫面中同時呈現「百善孝為先」、「孝親尊長」的五个好行為和態度，值得嘉許。



▲接納包容組
黃尚恩 (大理國小)

評語
作者的接納包容品德創意書籤，以原住民的「我們都是一家人」為主軸，畫面熱鬧可愛。



▲尊重生命組
王軍翔
(西松國小)

評語
作者將犀牛、鹿、黑熊、烏龜、穿山甲等五種動物以擬人化的方式呈現，呼籲大家要尊重生命，做動物的守護者，很有力道與說服力。



▲愛護環境組
黃郁涵 (天母國小)

評語
作者利用綠色系統一調性，進行整張畫面的布局，並將愛護環境主題凸顯出來。圖片上方以小女孩天真無邪的笑容呼應主題，闡述愛惜地球的企盼。



▲主動積極組
余穎萱 (福德國小)

評語
作品內容豐富多元，且能切合主題，分割方式柔化了邊界，更顯自然巧妙，人物及背景賓主分明，配色清爽，讓人對呈現的主題一目了然。



▲團隊合作組
路孟維 (志清國小)

評語
作品運用S形構成，畫面穩定，人物創作富有張力，色彩豐富有趣，不僅將運動中的團隊合作完整表達出來，也呈現科學研究要團隊合作的意象。



▲自主自律組
陳映璇 (光仁國小)

評語
作者巧妙的交替使用色鉛筆和彩色筆繪圖，將自己在生活中自主和自律的生活態度用繪畫展現，構圖畫面平衡穩重，細緻認真。

高年級特優

2024年總統教育獎得主

黃韻安自在自立 探索無礙傳播幸福

文·圖片提供/黃韻安(天母國中學生)、黃韻安家長、黃己娥(天母國中教師)

賴清德總統(左)頒發總統教育獎給天母國中學生黃韻安(右)。



成長心路歷程

就讀臺北市天母國中的黃韻安，罹患骨骼生長板遲緩，領有重度身心障礙證明。她不畏逆境，勤奮向學，運用所學的電腦繪圖技能，幫助班級設計班服及園遊會的打賣單。韻安從小在外表和別人不同，生活作息也因復健時間及體力限制而有異。在四歲左右，開始穿矯正支架，才能保持行走的安全及穩定。在成長過程中，不適合在操場上走走跳跳，但所謂「路不轉，人轉」，韻安從小學起就對資訊、電腦類別的事物感興趣，當時寒暑假有參與Scratch、Canva等軟體學習。上國中時，已經熟練電腦打字的速度及介面，以及平板手寫的操作，把許多科目的內容整理，錯題本電子化，減輕平時外出看書的重量負擔。手部肌耐力不足也不再是學習、考試的阻礙。

課業之餘，韻安也領悟到為目標努力是生活動力很重要的來源，增進溝通能力能讓生活更舒適自在。韻安很享受探索外語文法構造、造詞法則的過程，自學英文、日文和德文，通過臺北市英語精英優鑑定、德語B1檢定、日語N4檢定、TOEIC金色證書

等，語言表現優異，在學習中獲得成就感與自信。未來願望

短期而言，韻安會盡最大努力準備會考。複習時重拾記憶、整合知識的過程雖然辛苦，卻也很令人滿足。韻安也希望最終能為這三年來的學習畫下美好的句點，並能順利錄取適合自己的學校，繼續探索未來發展的可能性。長期來看，韻安想要找到一份身體可以負荷，能充分發揮、鑽研專業的工作，照顧自己並回饋曾經陪伴她成長的親友，把擁有足夠資源的幸福延續下去。

師長期許

肢體的疾病雖然限制韻安的活動及體能，但她不以此為礙，反而更了解要充分發揮自己專業的長處，在學科表現、術藝學習及電腦資訊上都頗具專長。此外，韻安對待家人、同儕或師長，都能謹恪情義之善。在AI逐漸取代人力的時代，更顯出溝通能力、自律與回饋的重要性，希望韻安能善用這些特質，成為具有人文高度專業的領導人才，帶給周邊的人溫暖，也貢獻於社會。

113年度臺北市教育關懷獎得主

陳湘穎克服逆境 無聲世界樂觀前行

文·圖片提供/陳湘穎(士東國小學生)、陳湘穎家長、陳思穎(士東國小輔導組長)



▲陳湘穎(左)在112學年度聽障國語文競賽獲得作文第一名。

成長心路歷程

臺北市士東國小學生陳湘穎是一位先天性聽神經變化的重度聽障生，面臨溝通和理解的挑戰，但在家人、教師的幫助下，她把阻力化為助力，積極參與各種活動與比賽，豐富學習和人生。在聽障語文競賽中，獲得作文組第一名，她深刻體會到文字的力量。她喜歡在繪畫世界裡自由翱翔，長期投稿春天畫展，曾獲得金、銀、銅等佳績。體育也是湘穎熱愛的領域，尤其地板滾球和疊杯都曾獲得得獎紀錄，她堅信只要努力，就能克服困難。一一一三年暑假，湘穎經歷了母親的離世，承受巨大的悲傷與孤獨，但她沒有放棄學習和對生命的熱愛。因為母親生前陪伴她走過許多比賽，這些經歷增強了她的自信，也將在未來持續支持她。湘穎希望用自己的故事鼓勵更多的人，告訴他們即使遭遇困難，也要努力向前。

未來願望

湘穎未來希望當攝影師，她從小就很喜歡拿起畫筆，畫出心裡感受，因為湘穎媽媽生前喜歡用相機拍下生活中的點點滴滴和美好的事物，所以湘穎也想用相機代替畫筆，拍出世界變化多端的每一瞬間。湘穎有一雙敏銳的眼睛，能看見這個世界既迷人又奇妙的小角落，想與大家分享內心感受及快樂。

師長期許

湘穎是堅強的孩子，不論遇到任何挫折都努力克服。在班上人緣很好，她總是笑容滿面，而且對待同學真誠，很樂意幫助同學，與同學分享資源。在學習部分，湘穎喜愛閱讀，只要自習時間，總是看到她安靜的在座位上閱讀。語文和藝術部分是她的強項，她的創作總是讓人眼睛為之一亮。湘穎，老師非常的佩服妳，佩服妳的堅強與樂觀，佩服妳在逆境中積極樂觀面對一切。湘穎，加油！努力向前跑吧！帶著勇氣，妳一定會到達夢想的所在！



▲陳湘穎(右)與母親參與地板滾球比賽獲得第一名。

陽明山國小農事體驗課 實踐資源循環

文·圖片提供 / 李哲文 (陽明山國小教務主任)

▶落葉堆肥室上方設網，雨淋日晒增加腐化效果。



陽明山國小位於國家公園旁，校內擁有豐富的生態資源。學校推展小田園和綠屋頂教學活動，結合彈性學習課程，規畫多樣的農事體驗課程。從低年級開始，學生便學習觀察校園植物，以及進行種豆觀察；中年級則進一步學習認識香草植物、種植蔬菜，並觀察植物生長情形，還會動手製作香草餅乾和柑橘類清潔劑；高年級則種植山藥、製作山藥料理，同時學習如何推廣與行銷山藥料理。

關於植栽的施肥需求，師生利用校園環境中掃除的落葉和雜草，將這些自然資源轉化為肥料，實踐資源循環的概念。學校設有兩種堆肥區：一個是

當落葉與雜草經過一段時間的腐化後，教師會定期翻攪堆肥區，也會安排時間讓學生體驗操作，目的是讓這些落葉與雜草充分分解。最終，這些堆肥會轉化為有機肥料，學生將學習如何取用這些自製肥料，並施加於自己栽種的蔬菜和水果植物上，促進植物健康成長。除了植物堆肥外，這學期本校也嘗試用動物糞便堆肥，校

用水泥搭建的大型落葉堆肥室，另一個是用木材建成的小型雜草堆肥箱。落葉堆肥室主要放置學生清理校園時收集的落葉和小枯枝；而雜草堆肥箱則用來存放學生照顧菜園時拔除的雜草。由於葉片結構的關係，落葉的腐化過程較長，而雜草則會較快分解，這樣的安排讓學生能觀察不同植物的腐化速度，學習自然分解的過程。

這項活動不僅教導學生如何善用自然資源，還使他們理解資源循環再利用的重要性。透過親身參與，學生不僅獲得環境知識，還能在照顧植物的過程中獲得成就感。這是學校教育中一項寶貴的學習經驗，幫助學生將理論與實踐結合，培養他們對自然環境的尊重與愛護。

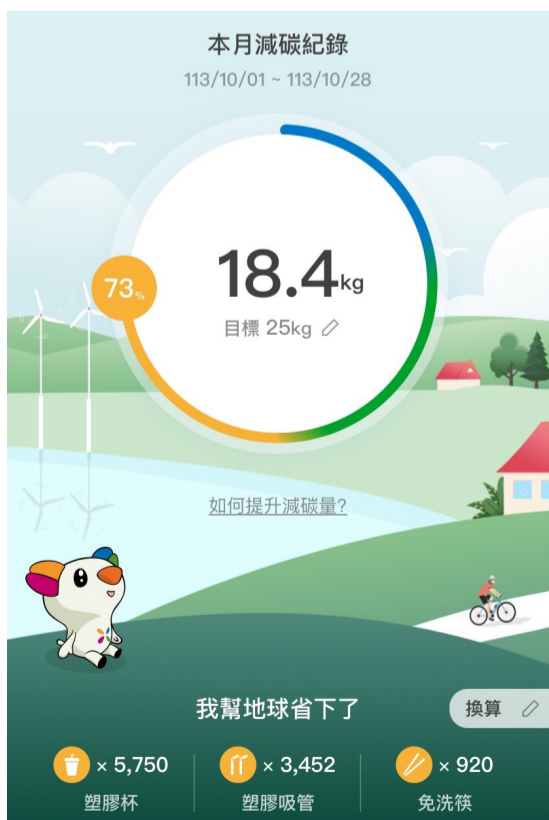
長在課程的創新與實驗過程中，嘗試指導四年級學生觀察校園裡的獨角仙，也教導照顧昆蟲的方法，期間清理出的昆蟲糞便就會拿來當肥料，又是另一個資源再利用的好方法。



學生觀察落葉堆肥箱內的生態。

小改變大影響 你低碳了嗎？

文·圖片提供 / 黃美月 (臺北市學校環境教育中心執行秘書)



▲低碳上學計畫透過App可以計算自己減少了多少碳排放量。

你有聽過「淨零排放」這個日益熱門的詞語嗎？它與我們經常討論的「氣候變遷」息息相關。由於人類活動排放了大量二氧化碳，我們的生活環境正遭受嚴重影響。比如，夏季變得更加酷熱。科學家的研究指出，二〇二三年是地球歷史上最熱的一年，而今年二〇二四年極有可能打破二〇二三年的紀錄，又變成更熱的一年！因此，我們每個人都必須努力實現「淨零排放」，也就是最大限度的減少二氧化碳的排放，進而保護我們的地球。

從這學期開始，臺北市推動一項雖然稍微麻煩，卻對地球非常有益的環境行動——「低碳上學計畫」，只要選擇步行，搭乘大眾交通工具，選擇低碳運具或與家人共乘前往學校，就能減少二氧化碳排放。以步行為例，每走一公里就能減少約零點一一公斤。

除了減少碳排放，步行上學還能帶來更多好處，每天多走些路，能夠提高體力，有助於上課時精神更為集中，學習效果更好。此外，在上學途中，還可以發現更多生活中的小樂趣，留意那些平時未曾注意的美好風景，重新關注我們的日常生活空間。

參加「低碳上學計畫」活動，可以一起計算自己每天減少了多少碳排放量，隨著這個數字的增加，我們會發現自己不僅在保護地球，也可以讓每天的上學之路變得更加有趣。

地球是我們唯一的家園，每一個微小的改變，都能為它帶來巨大的影響，讓我們一起行動，為地球的永續未來努力吧！

享受數位時代休閒 從自律開始

文·圖片提供 / 林玫伶 (清華大學客座助理教授)



▲孩子玩電動，須學會自律。

以下這篇文章，寫給數位時代的小孩看，也適合大人看。

每週六，爸媽因為工作，會把我「寄放」在阿公、阿媽家，這是我最快樂的時光，因為可以自由玩電動！

阿公常抱怨：「久久才來一次，也不陪阿公聊天。」我告訴阿公，爸媽限制我們玩電動，好不容易脫離管轄，當然要大玩特玩啊！阿媽時不時會來提醒我：「再玩十分鐘就好。」我只要說好，時間一到仍繼續賴皮，阿媽也捨不得罵我。

有次我正玩得興高采烈，爸媽竟然提前出現了，他們皺著眉頭，我心想這下完了，以後連阿公家這條自由之路都被封鎖了。

阿公見狀要我們都坐下來，然後對我說：「這是你爭取玩電動的唯一機會，告訴爸媽，打電動有哪些好處？」我剛開始不敢說，看爸媽臉色還行，我便鼓起勇氣說：「打電動可以訓練反應、放鬆心情、享受過關的成就感，還和同學有聊天話題。」

阿公轉頭問爸媽：「打電動有那麼

多好處，你們擔心什麼？」爸媽說，擔心功課退步、網路成癮、眼睛出問題，加上坐著不動也不健康。

阿公接著問：「如果這小子不會讓這些擔心發生，你們就同意他玩電動嗎？」爸媽點點頭。

阿公拍拍我肩膀，問：「你要做哪些保證，才能讓爸媽不擔心？」

我想了想，我保證做完功課才玩，每次玩不超過三十分鐘，平常一天玩一次，假日玩兩次，玩完就去運動。

阿媽在一旁把我說的話一一記在紙上，爸媽也同意。我簽過名後，就成了白紙黑字的保證書。我這才發現，其實這些都是爸媽平常管我的話呀！

文章中，主角在阿公的幫助下，與父母就打電動進行對話。他不僅學會表達自己的想法，還在過程中理解了父母的擔憂，並提出具體承諾來緩解顧慮。

規範上網遊戲的時間是有必要的，但也常常造成許多親子衝突。文章的例子提醒我們兩件事：

一、以溝通建立信任：遇到分歧時，坦誠對話有助理解彼此立場。主角與父母的約定讓他享受遊戲同時也讓父母放心，這種比單純禁止或放任更有效。

二、責任與自律的重要：主角最終意識到，自己對於父母的擔憂應該負責，並為玩電動設定合理的限制，這種自律的態度正是取得自由的前提。

AI時代的校園新方程式 智慧學習 × 品德教育 = 未來人才

文·圖片提供 / 蔡明佑 (東門國小主任)

當AI融入教育之中，我們更應思考：如何將品德教育與AI技術相結合，讓科技為學生的全面成長服務？

AI如何改變校園？在個別化學習方面，AI可以根據學生的學習習慣與能力，制定個別化學習計畫。透過學習管理系統，能分析學生弱點並提供專屬練習題，幫助學生有效提升學習成效。

在智慧校園管理方面，AI技術還能優化校園運作，例如利用人臉辨識進行學生出勤紀錄，或透過數據分析學校的用電情況，協助學校建立節能的管理模式。在互動式教學方面，在AI輔助下，教學方式變得更加互動。例如，虛擬助教可以幫助回答學生的問題，VR和AR技術則讓學習內容更加生動活潑，激發學生的興趣。

我們不能忽視品德教育的重要性。AI本身是中立的，但它的设计與應用深受人類價值觀的影響。如果缺乏品德思考，AI使用可能導致不公平或倫理問題。我們需要學會如何負責任地使用AI，同時理解AI的局限性，避免盲目信任技術。



▲傳統的遊樂設施與AI學習站並存，展現了動態而有趣的校園場景。

學校應如何結合AI與品德？以下提出四項參考：

一、設計AI倫理課程：開設與AI相關的課程，討論基本原理、應用場景及其可能帶來的倫理問題。例如，讓學生思考：「AI是否應該完全取代人類的某些工作？」「如何避免AI決策產生偏見？」透過這些討論，學生可以學會批判性思考與提升問題解決能力。

二、融入學校教育活動：舉辦相關活動，例如AI科學展、機器人競賽，或讓學生設計能解決社會問題的AI應用程式。融入品德主題，引導學生學會用科技解決實際問題，並考慮對社會造成哪些影響。

三、引導學生正確使用AI：強調使用科技時應考量公平性、隱私及責任。例如，鼓勵學生在使用AI生成內容時，要負責任的註明來源，並避免侵犯他人的智慧財產權。

四、建立品德榜樣：教師以身作則，展示如何在科技應用中保持應有的尊重與價值。學生也應在日常學習行為中實踐品德，例如在使用AI完成作業時避免一味的抄襲。

AI為教育帶來新的機遇，透過AI、校園與品德的結合，我們可以培養出具備創造力與責任感的下一代。他們將不僅是AI的使用者，更是擁有良好品德的世界公民，為建設更加和諧、公平的社會貢獻自己的力量。