



頭湖報

發行人：陳承賢 策畫：侯莉琪 主編：林瑋竣 編輯群：李雪碧、鄭伊琳、盧宛君
校址：24462 新北市林口區民權路 101 號 電話：02-26080766 發行單位：頭湖國小

本期主題：

數位不迷惘，學習樂成長

焦點人物

1 版 成長的美好

活動集錦

2 版 快樂的果實

主題報導

3 版 樂趣的園地

學輔專欄

4 版 幸福的方法



國際教育姐妹校 丸森町館矢間小学校

校長 / 陳承賢

為了因應國際化和全球化的趨勢，以及落實 12 年國教中培養學生「多元文化與國際理解」的核心素養，教育部推動國際教育培養中、小學生具有國際化的知識和技能，期待學生運用所學，在全球環境中自在學習、工作。

國際教育能促進學科學習和激發孩子們探索的樂趣。國際教育並不屬於任一領域和議題，卻可以融入各學科教學中，並能促進學科學習。老師們可以議題為中心，根據各種不同教育階段，設計發展不同程度的跨領域國際課程，進行深度學習。

為了促成頭湖國際文化交流課程，我們已先由教育局督學媒合丸森町館矢間小学校，並於 9 月底寄出學校文化盒，校長更於 11 月中親赴日本宮城縣仙台市丸森町，與館矢間小学校 Takeshi Suzuki（鈴木 健）校長簽訂姐妹校交流 MOU，二校將進行多元化的國際文化交流，互相探討台日二國文化。這學期二校學生的交流將先以自我介紹卡片寄送、學校生活影片介紹的方式進行。令人振奮的消息，在 12 月中旬館矢間小学校的藤森良子老師也會造訪頭湖國小，與六年級學生相見歡。

快樂 是最重要的小事

圖書館主任 / 許聿文

什麼是你每天一拿在手邊，就再也不願意放下的生活用品？除了手機以外，應該就是陪你大塊朵頤的筷子了吧！筷子造型簡單，卻是最多人使用的餐具。你知道筷子一開始並不是用來夾食物的嗎？早期韓國皇室利用銀筷子，測試食物有沒有被下毒。生活中看似稀鬆平常的生活瑣事，其實都可以在歷史脈絡中找到演進的腳步。女生修飾腿型必備的「高跟鞋」，一開始是專門為男性打造的軍用品。到了十六世紀的歐洲，高跟鞋的鞋跟高低變成貴族地位的象徵。鞋跟越高，地位越高，而且男女皆如此。在吳宜蓉老師的筆下，平凡無奇的日常都鮮活起來，都有屬於自己的生命歷程。逢年過節拜拜必備的乖乖餅乾，有發現包裝上的乖乖都戴著一頂大帽子嗎？乖乖上市於西元一九六八年，那年奧運會剛好在墨西哥舉辦，當時人人瘋奧運，於是就把墨西哥帽放在乖乖的頭上，演變成我們現在熟悉的乖乖。翻閱書頁之間，很多以前不知道的事情，突然都知道了，而且趣味十足。當你和同學分享，他們會眼睛一亮的說「哇！你好厲害呀！」，這樣的稱讚，會讓你的學校生活添加快樂的元素喔。



在網路世界 兼顧學習成長與獲得快樂

資訊老師 / 林鈺茹

在這個數位時代，網路已是我們生活中習以為常的一部分。對於國小生來說，如何在網路世界中兼顧學習成長與獲得快樂，是一個非常重要的課題。

網路世界對學生來說是一個娛樂的好地方。在完成學習任務後，我們可利用網路來放鬆自己。但如果只拿來放鬆就太可惜了。網路是一個巨大的知識寶庫。我們能利用網路來查資料、觀看教育影片、參加線上課程，甚至與你還能主動積極的和世界各地的專家交流。以增加我們的知識面。例如：當我們對某個科學現象感到好奇時，可在網路上找到相關的科學教育文章與影片，讓我們更深入地了解這個現象。

所以，我要介紹幾個非常有用的學習平台：

1. 均一教育平台：免費的線上學習資源的平台，涵蓋了數學、自然、電腦科學、語文等不同的科目。均一的特色是「個性化學習」，學生可根據自己的學習進度和需求，挑選適合自己的學習內容，如此可更有效地提升學習效果，而且均一在每次任務結束後，都還有抽大頭照的活動，趕快去收集吧！
2. 因才網：因才網是一個專注於個性化學習的平台，提供了豐富的學習資源和個性化學習計劃。因才網的特色在於它的智能化和個性化，學生可以根據自己的學習需求和興趣，選擇不同難度的練習題或是學習內容，因此在學習的過程中不會感到枯燥，可更有效地提升學習效果。
3. CoolEnglish：這是一個專為學習英語而設計的線上平台，提供各種課程和教學輔助工具，涵蓋聽、說、讀、寫等基本功能，還有翻譯、詞彙、文法等內容，全部免費。CoolEnglish 的特色在於它的互動性，學生可通過遊戲和測驗來學習英語，這樣不僅能提高學習效果，還能讓學習變得更加有趣。比如說，學生可以參加單字比賽，挑戰自己的記憶力和反應速度，這樣在玩樂中就能學到很多新單字。
4. Pagamo 是一個結合遊戲與學習的平台。學生可以在這裡進行各種學科的學習，並通過遊戲的方式來鞏固所學知識。Pagamo 的特色在於它的互動性和趣味性，以侵占領地的方式，如果學生想要擴展領地的話，學生可在遊戲中通過答題挑戰自己，並與同學們競賽，這樣不僅能提高學習效果，還能讓學習變得更加有趣。



然而，在享受網路帶來的便利和快樂的同時，我們也要注意合理使用網路。制定一個合理的時間表，確保學習和休息的時間。同時，我們要學會辨別網路上的信息，避免受到不良信息的影響。最後，我們應該保持與家人和朋友的溝通，分享我們在網路上的收穫和快樂。

總結來說，在網路世界中兼顧學習成長與獲得快樂並不是一件難事。通過使用像均一、因才網、CoolEnglish 和 Pagamo 這樣的學習工具，學生們可以在享受學習樂趣的同時，不斷提升自己的知識和技能。希望每一位同學都能在網路世界中找到屬於自己的學習樂園！



家長會長 / 徐沛清

育兒過程總是充滿挑戰與感動，深刻體悟到父母的關愛與信任是親情的基石，支持與鼓勵是孩子的導航燈，聆聽與理解如同給予溫暖的擁抱。

品德是一個人行為和價值觀的核心，和學業都是孩子成長中不可或缺的部分。培養孩子成為有愛心、有責任感和誠實正直的人，支持並鼓勵他們在學業上的努力。

家庭是孩子品德建立的起點，父母應以身作則，成為孩子心中的良師益友；而學校是他們學習知識與成長的重要場所，也是學會合作、尊重他人的地方。家長和老師們應共同努力，為孩子創造一個充滿愛與智慧的成長環境。

作為家長會長，我深知家校合作的重要性。家校互助與理解，攜手同行，才能真正幫助孩子全面成長。

讓我們一起努力，期望孩子們的未來能夠綻放光芒。



幼兒園校慶運動會

幼兒園主任 / 林家菱

今年幼兒園的每個小朋友都化身為可愛的小怪獸，為大家帶來精彩的表演。長頸鹿班是擁有好奇眼神的「大眼怪」；大象班是全身毛茸茸的「毛怪」；獅子班則是有胖胖圓圓身體的「龍貓怪」，多個可愛有趣的小怪獸聚集，吸引了在場所有的目光。

除了愛跳舞的小怪獸表演，親子的趣味競賽「球球夾夾樂」，讓孩子與家長們一同合作，用棒子將球夾起來並快速跑到終點，過程中充滿了歡笑和互相鼓勵的加油聲，增進了親子間的默契與感情，這份快樂和回憶將永遠珍藏在每個人的心中。

獅子班 - 龍貓怪



大象班 - 毛怪



長頸鹿班 - 大眼怪

努力後的果實

602 林亮羽

從前的我，是多麼的不愛運動、討厭運動，即使父母再三勸告，我也總是一笑置之。升上高年級後，我遇到了傅宇老師和昱侃老師，他們不僅改變了我的運動習慣，更是改變了我對每一場體育競賽的態度。

剛升上五年級，老師就帶領著我們馬不停蹄的訓練體能、耐力及跑步的技巧，起初我對訓練感到既枯燥又無聊，但是看到老師不厭其煩的指導我們，感受到同學為了目標而奮戰的決心，讓我拋下以往的想法，感受運動帶給我的喜悅和成就感。漸漸的，我愛上了運動，開始努力的付出，為班上爭取最高榮譽。



因為我們的努力，我們班在連續兩年運動會的大隊接力中都獲得了冠軍，也代表學校參加「新莊區大隊接力競賽」，獲得了第三名的佳績。這一切都是因為我們的努力所結出的果實！

在比賽背後無庸置疑的，就是大家的努力，我們每個人就像是一株植物，汗水是我們的養分，唯有不斷付出，才能結出更大、更飽滿的果實。相信只要我們班繼續努力的付出，一定能激盪出更多更燦爛的火花，結出更多更飽滿的果實！

新北市 113 學年度新莊分區中小學班際大隊接力第 3 名
(代表新莊區參加下學期的新北市市賽)
破紀錄全校大隊紀錄 5 分 19 秒 "28

導師的話

602 導師 何傳宇

跑步是在學校環境中最容易實施的運動，全班持之以恆的慢跑，不僅能加強同學的體能以及耐力，一點一滴的進步更能讓學生從中得到成就感，倘若再結合運動會的大隊接力，彼此的訓練及合作，一來能凝聚班級的向心力，二來也能在潛移默化中習得運動家精神，一舉數得的好處，大家一起來吧！



活力頭湖 Keep Shining

體育組長 / 劉人萍

頭湖國小於今年迎來第 14 週年校慶，以「活力頭湖、Keep Shining」為主題，希望頭湖學子延續歷年來的樂觀開朗、朝氣蓬勃，展現充沛活力，綻放耀眼光芒。本次運動會籌備過程中波折重重，原定個人賽因颱風打亂期中考行程而延期，天氣變化莫測讓選手與裁判隨時處於備戰狀態。此外，沙坑因紅火蟻蹤跡而無法使用，跳遠項目特地借用林口國中場地才順利完成，比賽當日選手與裁判一同步行前往，彷彿參加了一場別開生面的林口半日遠足。儘管如此，各年級的表演及團體競賽仍在烈日與細雨間持續練習，師生們迎難而上，展現出高度的合作精神。

運動會前夕又逢颱風來襲，險些改期，令人揪心。幸好天公作美，活動終於如期舉行。首先由童軍團精神抖擻的旗舞為活動揭開序幕；接著，沿襲歷屆的傳統，不論是學年整齊劃一的大會舞表演，或是各班創意進場的裝扮與口號，處處呈現巧思與用心；田徑個人賽與大隊接力皆有打破大會紀錄的佳績，贏得全場喝采！即使當日天氣晴雨不定，甚至霧茫茫一片，但大家隨機應變、互相體諒配合，終於順利圓滿落幕。在這次的運動會中，全體師生用汗水與努力詮釋了運動家精神，無論勝負，專注於挑戰自我、突破極限，每一次比賽都是勇氣與毅力的展現。

此外，新任家長會長徐沛清及志工隊長鄭淑玲帶領的團隊，在運動會中展現創新的活力與團隊印象。家長會除了偕同校長共跳三振舞為學生加油打氣外，還偕同志工隊共同參與五年級學生趣味競賽「黃金右腳保齡球，全倒吧！」，親師生一起同樂，為活動掀起另一波高潮。運動會的圓滿成功，離不開每位師生、家長、志工的辛勤付出。感謝所有人的努力，讓今年的運動會成為充滿健康、活力與感動的校園盛會，也為頭湖國小的成長歷程留下了難忘的回憶！



紀錄金榜

405 賴靖蓀

紀錄金榜 立定跳遠 202 公分 破紀錄

我是四年五班的賴靖蓀，很開心我能在頭湖國小破立定跳遠紀錄，我有這樣的好成績，都要感謝我們班的體育老師林冠綸老師，體育老師都細心的教我很多技巧和方法要如何立定跳遠才不會犯規，而且還能跳得很遠。我也要感謝爸爸和媽媽把我生出來並且有很好的運動細胞。

未來我希望我上高年級時可以一直破學校的紀錄和代表學校去參加比賽為頭湖國小爭光。

602 紀錄金榜大隊紀錄 5 分 19 秒 "28



405 摩根迪恩

紀錄金榜 男子 60M 賽跑 19"13 破紀錄

我是摩根迪恩，我很喜歡運動，喜歡吃咖哩，我感謝爸爸媽媽辛苦教我運動，讓我能比賽中得到好成績。希望未來的我能成為一位出色的運動員，也希望我在五年級的在運動上也同樣有好表現。我和運動就像要最好的朋友，常常運動、跑步和訓練。希望未來也有機會為學校爭光。

606 陳迦恩

紀錄金榜 女子 100 公尺賽跑 14"30 破紀錄

我是六年六班的陳迦恩，很開心在畢業前最後一次的運動會打破學校女子組一百公尺大會紀錄，我相信這會是我國小最美的回憶之一。

我很感謝羽球隊的教練每天細心的教導和訓練我們，讓我在體能和速度都能有顯著的提升。我也感謝田徑隊的教練每次練習都細心的教導我跑步技巧，讓我可以跑出這樣的紀錄。當然我更謝謝愛我的爸媽，讓我能參加羽球隊，每天都有充分的運動，因為校隊體能訓練來提升我的速度和體能，希望日後的我能夠一直熱愛運動堅持不懈的訓練，讓我的成績再破紀錄！破紀錄需要不斷的嘗試與堅持，希望學弟妹們可以一起努力，為學校爭取更多榮譽。



教師節 感恩餐車

105 導師 / 徐昱

九月二十八日，是至聖先師孔子的誕辰，也是一年一度的教師節。在這個屬於老師的節日裡，頭湖國小的老師們如往常一般，早起到校準備、認真每一堂的授課與陪伴。

在最特別的一天，有著最平凡的作息，叮嚀聯絡簿與作業的繳交，上課時打地鼠般提醒學生專心看黑板，並撿起地上那顆已經被主人用尺切到不成形狀的橡皮擦，下課時調解著「絕交」第十次的閨蜜，然後順手攔住走廊奔跑的同學，耳邊穿插著孩子們熱情的各式告狀與生活分享，正如同過去的364天一般。

這平凡的一天，卻有著最特別的溫暖，輔導室與家長會特地找來瓦克咖啡，清新雅致的小餐車開進了校園，一杯杯咖啡與鬆餅，也暖進了老師們的心裡，嘴裡喝著咖啡，耳邊聽著孩子們說聲「祝老師教師節快樂」，這個教師節，真好！



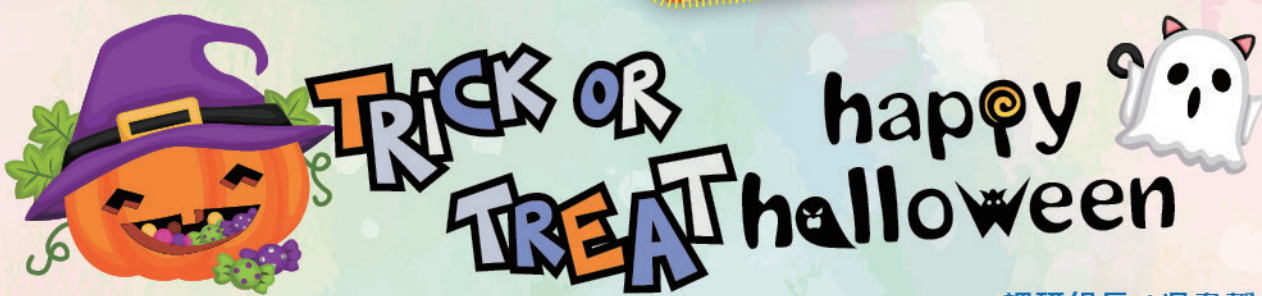
低年級萬聖節歌唱處室討糖活動



中年級萬聖節歌唱處室討糖活動



穿堂萬聖節活動



10月是頭湖孩子們期待的萬聖節活動！今年活動主題是「腦筋急轉彎」，英語老師化身電影中不同的角色，介紹顏色和情緒的詞彙，孩子與家長也在家發揮巧思，一起設計了獨一無二的服裝，穿戴著自家創意又有趣的裝扮到穿堂一同參與活動。在低、中年級的英語課堂中，我們學習了萬聖節英語歌曲，並到各處室進行討糖活動，裝扮越恐怖、歌聲越嚇人，才能拿到糖果喔！英語老師介紹了萬聖節單字，同時進行手作及烘培活動，三年級自製蜘蛛棒棒糖、四年級特製各種鬼怪熱塑片鑰匙圈、五及六年級完成了精緻的鬼鬼棉花糖巧克力。在圖書館還有找出萬聖節故事中的英文單字就能討糖呢！這一系列有吃有玩又有學習的活動，實際體驗了萬聖節的文化習俗，我們頭湖的孩子不搗蛋，是十足的創意家唷！

課研組長 / 吳章靜



圖書館萬聖節活動



三年級蜘蛛棒棒糖



六年級鬼鬼棉花糖巧克力



五年級鬼鬼棉花糖巧克力



四年級熱塑片鑰匙圈

中華民國童軍第十二次全國大露營

幼童軍團團長 / 黃立德

這次帶領頭湖國小的幼童軍參加台南走馬瀨農場的四天三夜全國大露營，讓我深刻感受到孩子們的成長與蛻變。從第一天的陌生與不安，到最後一天的自信與成就，孩子們展現出無比的韌性與潛力。

在活動中，他們學會透過團體挑戰活動，深刻體會到團結合作的重要性。無論是互相鼓勵完成任務，還是一起面對困難，他們都展現出強大的團隊精神。晚上的精彩表演中，孩子們勇敢地站上舞台，克服緊張，讓觀眾看到他們的創意與努力，贏得滿堂喝采。

這四天三夜，不僅是孩子們的成長旅程，也是我作為團長的一次學習經驗。看到他們在歡笑與汗水中茁壯，讓我更加相信童軍的精神。期待未來，孩子們能將這份經驗轉化為人生的養分，勇敢面對每一次挑戰。

幼童軍團副團長 / 鍾慧龍

露營能讓人遠離城市喧囂、親近大自然，許多人在這樣的活動中，不僅放鬆身心，還獲得新的體驗。童軍露營不但是要讓參加的學員能有相關體驗，更重要的是要讓所有夥伴能在活動中學習團隊合作、挑戰自我、建立友誼。而第12次全國大露營（全12）就在眾人的期待中來臨。

帶領童軍活動多年，這是第一次參與全國性的活動，期待的心情不言而喻。活動內容除了與童軍活動有關的學習之外，府城的采風活動更讓所有參與的小狼們對於古都的歷史有更深一層的認識。不論是歷史悠久古蹟景點、雕梁畫棟的傳統建築、驚奇的巷弄小道、獨特的劍獅文化，還是那傳承多年的美味小吃，都讓小狼們驚艷萬分。尤其是那一天兩萬八千步的路程，更是讓人印象深刻。

整個活動內容多采多姿，雖然因為天氣的因素，使得國際之夜與閉幕典禮無法參加。但是，在這四天三夜的活動中，小狼們與其他校團的孩子從陌生到熟悉到團結合作，最後還互留聯繫方式，真是令人欣喜。

此次全國大露營讓人體會到參與童軍活動的快樂、感受自然美好並與夥伴們建立起深厚的友情。不管未來孩子們的成就與發展，相信這次的活動將帶給他們一段值得珍惜的記憶，也讓我們一起期待全13的到來。





生命教育

輔導組長 / 鄭伊琳

現在的我「幸福」嗎？透過看、聽、轉、牽、走五個口訣帶你走向正向的思考，正是本次自殺防治講座傳達的概念。想一想我們是否正在徬徨的道路上，左看看、右看看，但是卻不知道要往哪個方向走？記得停下腳步，仔細的「看」看路況，靜下心「聽」——「聽」心中的想法，發現此路不通，就「轉」個方向，「牽」起手，尋求協助，「走」出徬徨，邁向光明的之路。

生活中，無論是大人抑或是兒童，有時候芝麻小事會如同一張蜘蛛大網，困住我們，想逃也逃不掉，用力掙扎只會越陷越深，若是適時尋求協助，就能掙脫那糾纏不休的大網，所以千萬不能輕忽那小小的不愉快，小心溫水煮青蛙般的深陷泥淖而不自覺。

記得一件事：你並不孤單！需要的時候，尋求身邊親朋好友的支持、社會的資源，說出心聲並不是丟臉的事，反而可能成為你的解藥喔！



數位不迷惘，學習樂成長 擺脫腦腐 提升閱讀力

301 導師 / 陳淑純

2024 年底，英國牛津大學出版社將「Brain rot」（大腦腐蝕）選為年度詞彙，描述因過度接觸網路瑣碎資訊而導致智力或心理狀態衰退的現象。為免腦腐，應降低漫無目的的網路瀏覽，而把時間投入有目的、有意義的數位學習。

「新北市親師生平台」整合教育部、新北市、雲端資源，有五花八門的學習內容，例如耳熟能詳的 PaGaMo、均一、酷英、國語日報雲閱讀、字音字形網等資源，還有 Hami 書城有各年級閱讀書單和電子書服務、中英文雜誌等。平臺應有盡有，是大人小孩流連網路的好去處。

寒假自主學習想要提升語文能力，可先嘗試以下網站：

一、學習吧：從國語能力到雙語專區，都有各年級可以學習的內容。例如「你不可不知的語文知識」包括漢字結構和標點符號等基礎知識；「成語故事」包含故事典故影片、朗讀練習、小測驗和生字學習。「唐詩精選」從看影片到讀詩詞、詞語和理解練習等。假期挖寶挖不完。（從新北親師生平台登入）

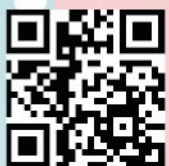
二、識字金銀島遊戲島嶼（<https://pair3.nknu.edu.tw/>）

「遊戲島嶼」以識字量為起點，將識字策略化為遊戲，讓孩子運用字音、部首、字形、成語等識字學習技能，以闖關的方式，激發學習動力，寓教於樂，提升識字能力。遊戲關卡如「冰原尋蹤」、「森林冒險」、「決戰金銀島」等，從字音字形擴充到詞彙運用，適合低中年級學童。

三、數位讀寫網（<https://eliteracy.twnread.org.tw/>）

從基礎讀寫、深度讀寫到數位探究，循序漸進又各自獨立，適合小學中高年級到中學。生。「基礎讀寫」的練習關卡在增強中文字詞讀寫的基本能力；例如「句句實言」練習句子重組；「長話短說」培養文章關鍵字的判讀；「讀出滋味」則培養推論能力。「深度讀寫」是在閱讀多文本短文後，回答跨領域的問題，訓練學生判斷、理解非線性但多連結的文本，例如「多文本題組」和「國際閱讀評量」等，有歷史、文化、人物等九大類難易度各異的主題。（免登入即可練習，建議從新北親師生平台登入）

語文學習從字、詞、句、段到篇章，除了學校國語課之外，輔以自主學習相得益彰，尤其學習網站有檢核和回應機制，能提升思考和判斷力，促進閱讀理解能力。親子懂得選擇質優的數位內容，能避免不知不覺中「腦腐」了。



識字金銀島遊戲島嶼



數位讀寫網

親子講座 數位教養

吉靜如少年調查保護官

親職組長 / 林瑋竣

現在的孩子，從小生活在數位資訊爆炸的時代，成長的過程中，除了和最親近的父母接觸最多外，或許還有平板、手機這類的『數位保母』陪著他們長大。近幾年常常聽到很多親子衝突原因來自於於手機的使用，而同學間共同話的題也是圍繞於虛擬的數位世界，可見正確數位教養的養成是當前迫切問題之一。

目前在基隆地方法院任職的吉靜如保護官，大家都叫他吉官，短短二小時的演講讓我受益良多，我歸納出講座中一些內容與大家分享。

吉官談到我們無法避免孩子在未來的日子中會在網路世界會遭遇什麼難題，有可能是人際衝突、詐騙、霸凌……甚至是引誘犯罪，但我們可以讓孩子有能力分辨哪些是危險的。希望孩子除了能夠遠離危險外，更要有能正確求助的能力。吉官因此建議對於數位能力與數位知識養成，應該是採漸進式的方式而不是完全阻絕，當然更不該是全然的放任。在漸進式過程中父母陪伴角色是最重要。首先能耐心地聆聽孩子數位需求，而給予孩子有限度滿足。更重要的是與孩子事前約定，讓孩子在使用數位裝置的過程中能遵守約定，經由這樣的過程讓孩子明白法律界線、了解人際互動利害關係……等，進而養成各種數位時代應具備的能力，因此，父母正確而有彈性陪伴才是最重要。

引用於吉官的文章中的一句：『數位時代中的每個孩子都有機會觸法，預防關鍵在於家長的觀察及引導！』希望每一位家長能讓孩子能正確使用數位工具，並且遠離各種數位陷阱。



親職教育

手機、平板對孩子 與孩子學習

資訊老師暨家長 / 林冠倫

您知道嗎？我們的孩子已經是「數位原生代」囉！隨著科技日新月異，數位學習早已成為孩子學習的新常態。頭湖國小在陳承賢校長的帶領下，積極推動數位教學，並榮獲新北市 113 年度資訊有功學校的殊榮，可見數位學習在教育現場的重要性。

孩子怎麼看數位學習？

根據我們學校 112 學年度六年級學生的問卷調查，學生最喜歡用 PaGamO 這個遊戲學習平台來複習功課，覺得用遊戲的方式學習真的很有趣！而且，認為在上課時使用平板能讓上課變得更有趣，學習效果也更好。當然，學生自己了解長時間使用電子產品可能會影響視力，也會是家長們擔心的因素。

數位時代，家長怎麼做？

數位工具已經成為我們生活的一部分，身為家長，我們要如何引導孩子正確使用這些工具呢？

◆**一起玩學習**：我們可以和孩子一起上網找資料、利用學習平台完成有趣的寒暑假作業，不僅可以增進親子感情，也能讓孩子更喜歡學習。

◆**設定時間**：幫孩子安排固定的上網時間，並提醒他們注意姿勢，養成良好的使用習慣。

◆**網路安全很重要**：網路世界就像一個大森林，有許多有趣的事物，但也有一些危險。我們要教孩子如何分辨真假訊息、保護個人資料，避免被壞人欺騙。

113 年 12 月號親子天下雜誌《2025 教育教養關鍵 100》指出每個時代的父母都有不同的挑戰，我們正面臨一〇八課綱的落實、AI 時代的來臨、資訊素養與認知等問題。教育部 113 年 8 月出版《家長數位學習知能指引》強調了親子共同成長的重要性，並指出家長作為孩子學習推手的關鍵影響力。大家可以透過新北市親師生平台進入 Hami 書城瀏覽本篇雜誌，也可以下載教育部「中小學數位教學指引 3.0 版」或許能幫助您客觀看待趨勢帶來的轉變，並找到行動方向。

以下好書推薦，更希望能在數位時代創造親師生三贏的關係

◆《AI 塑造的學習未來》

教育現場的智慧觀點。這本書是由新北市三十多位經驗豐富、充滿熱情的教育工作者，從幼兒園到高中第一線的老師、校長，以及新北教育團隊，親自述說他們在教育現場的點點滴滴，與學生互動過程中的驚喜與挑戰，並記錄下新北 AI 科技教育的諸多亮點與突破性成果。

◆《數位公民素養課》

線上交友、色情陷阱、保護個資，從孩子到大人必備的網民生活須知。這本書會教您如何保護孩子在網路上的安全，讓孩子成為一個聰明的網路使用者。

◆《哆啦 A 夢學習大進擊 4：手機平板智慧通》

適合學生閱讀，也適合面對孩子手機成癮、網路交友、社群媒體等各種問題正在煩惱教養平衡的您。

總結

數位時代充滿了無限可能，但同時也存在著許多挑戰。我們一同陪伴孩子成長，教導他們正確使用數位工具，就能幫助他們在這個快速變化的世界找到自己的位置，並且安全地探索數位學習的樂趣！