

改变萌芽之始：1950 年代至今的校园运动 展览介绍

引言

与同学一起排队领取牛奶，
在食堂旁边的水沟刷牙。
拧干抹布把教室打扫干净，
播下种子让校园绿意盎然。
存够钱购买邮票增加积蓄，
关心与分享是我们生活的方式。

以上新加坡校园运动的画面，对您来说或许并不陌生。

新加坡的国家发展与塑造国家认同感的核心，是通过各项大规模“运动”倡导改变以及塑造价值观来改善生活，让来自不同背景的国人拥有共同的社会语言与生活方式。在 1958 至 1995 年建国早期的数十年里，新加坡推出约 200 项全国运动，其中不乏在校园中推行的运动，旨在从小培养孩子的良好习惯与意识。

为纪念新加坡建国 60 周年，本展览回顾 1950 年代自治时期至今的校园运动，重温多方面改善学生健康福祉、创造更清洁绿化的环境，以及塑造良好习惯和价值观的倡议。通过这些集体努力，老师与教育伙伴在孩子们的生活中播下变革的种子，推动新加坡进步，将其发展成如今每个国人珍爱的家园。

SG60 活动



呈献机构：



支持单位：



健康与福祉

1950 至 1960 年代，新加坡摆脱殖民统治，迈向自治独立。当时生活环境普遍恶劣和不卫生，尤其是人口过度密集的市区。校园健康运动聚焦于基本需求：牛奶补充营养、接种疫苗防止传染病、刷牙保持口腔卫生。教师参与准备和派发牛奶，以及示范正确的刷牙方法。

1970 年代，随着新加坡日渐富裕，运动的重点转向倡导健康生活以及教导学生别使用有毒害的物品。近年来，运动的重点更全面，涵盖网络安全与心理健康。教师在这数十年来扮演关爱学生的关键角色，培养他们的思考能力，引导他们做出明智决定，并提供坚定的支持。

每日一杯牛奶

早在 1930 年代，医疗保健官员 J.W. Scharf 医生发起试点计划，为营养不良的学童提供牛奶，显著改善了他们的健康与学习表现。1957 年，世界粮食计划署扩大牛奶供应范围，为约 3 万名小学生提供由小麦、大豆混合物和脱脂奶粉制成的饮料，以补充蛋白质与维生素的摄取。

最初，只有部分学生在学校获得牛奶。1974 年的“校园牛奶计划”让所有小学生都能以优惠价格购买包装牛奶，以改善营养和培养健康饮食习惯。随着孩童肥胖率上升，当局降低牛奶脂肪含量，先后提供水解牛奶和低脂牛奶。1988 年政府重新评估了这项计划，最终停办了该计划。

	<p>拉丁马士学校的学生排队喝一杯牛奶 1952 年 10 月 29 日 新闻及艺术部收藏，新加坡国家档案馆提供</p>
	<p>在教育部“校园牛奶计划”下，立化小学的学生领取以优惠价格购买的牛奶 1974 年 4 月 18 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>



“校园牛奶计划”提供水解牛奶给东陵小学的学生饮用
1986 年 4 月 21 日
新闻及艺术部收藏，新加坡国家档案馆提供

我们必须为上学前没吃早餐的学生准备牛奶。政府提供大袋的奶粉，我们必须准备热水，加入奶粉搅拌均匀，然后分发给孩子们，让他们喝完牛奶才进教室。

Nanda Bandara 女士
1960 年代女教师
口述历史访谈，新加坡国家档案馆
档案编号：004583

第一次喝奶粉冲泡的牛奶时，我差点吐出来。隔天，我带一小包糖加入牛奶，才勉强喝得下去。

喝了几个月的牛奶、鱼肝油并摄入各种维生素后，我的脸颊鼓了起来，腰也看不到了。……甘榜里的孩子们后来看到我都唱打油诗：

*Fatty, fatty bom-bom.
Malam, malam churi jagong.*

第一句中的“bom-bom”是指我走路时地动山摇的声响，第二句则说我每晚偷玉米吃才导致如此肥胖。

Josephine Chia
1950 年代的小学生
摘自《椰壳下的青蛙》 (*Frog Under a Coconut Shell*)

我记得……我们必须排队领取一杯从大搪瓷锅里盛出来的牛奶喝，而且要在老师面前喝完（以防有些学生不喜欢喝而把它倒掉）。我爱喝（香草味的）牛奶，当时真期待喝到牛奶的日子。

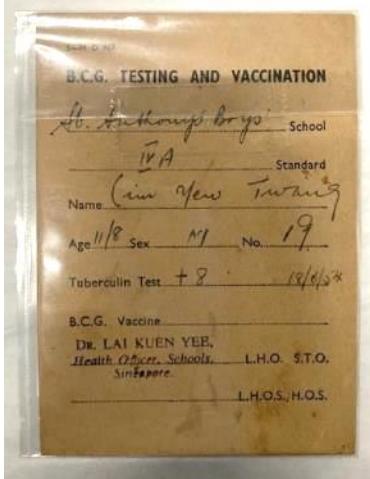
Wong Lee Pin
1970 年代的小学生
“新忆工程”投稿作品

火针与苦药水

1951 年，新加坡殖民地政府试行卡介苗接种计划，以抵抗是当时头号致命疾病的肺结核。接种卡介苗 (BCG) 俗称“火针”，因为当时的针头需要火焰消毒。

1956 至 1972 年，新加坡总共施打超过 100 万剂疫苗，保护 90% 以上的婴幼儿和小学生以及 75% 以上的中学生。2023 年，两岁幼儿的疫苗接种率上升至 97.6%。2001 年，由于证据显示 12 岁或 16 岁没必要接种追加剂而取消卡介苗接种计划，让见证新加坡几代学生成长的痛楚体验从此画上句号。

沙宾脊髓灰质炎疫苗与卡介苗疫苗不同，是口服的一小匙液体，由于味道苦涩而有时会加入糖浆。该疫苗于 1958 年首次在新加坡大规模使用，并于 1962 年再度倡导后成为儿童接种的一种常规疫苗。到 1975 年，大部分人口已经完成接种，新加坡也于 2000 年正式宣布消灭脊髓灰质炎。如今，婴儿必须接种疫苗，并在小学五年级接种追加剂。

	<p>Lim Yew Twang 的卡介苗检测与疫苗接种证书 1954 年 6 月 18 日 教育部文物中心收藏</p>
	<p>圣婴女校的学生排队接种卡介苗 1951 年 6 月 5 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>一名男童在如切儿童社会中心接种卡介苗 1951 年 9 月 14 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>

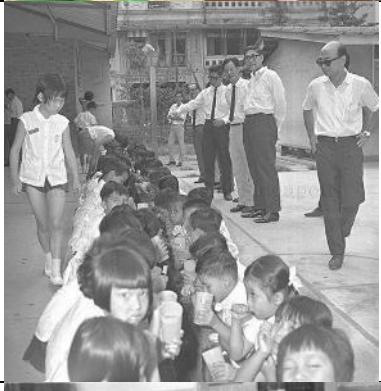
	<p>一名男童在林亚炳路的一间诊所内等待口服沙宾疫苗 1958年10月21日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>一名男童在林亚炳路的一间诊所内口服沙宾疫苗 1958年10月21日 新闻及艺术部收藏，新加坡国家档案馆提供</p>
<p>接种疫苗的当天早上，……虽然取消上课，但没人笑得出来。在排队等候时，有些同学开始掐或拍打手臂内侧。 “这样会让疫苗印记变大，就不用接种卡介苗了。”有同学解释道。</p>	<p style="text-align: right;">Jaime Koh 1989年小六学生 摘自《新加坡童年：过去与现在的故事》 (<i>Singapore Childhood: Our Stories Then and Now</i>)</p>
<p>……我们会分辨真正的疫苗印记和自己造成的印记。孩子们当时会用尽一切办法让自己变得“正常”，包括拍打和拧捏自己以刺激疫苗印记，让自己不需要接种疫苗。</p>	<p style="text-align: right;">Uma Rajan 医生 学校卫生服务署长，1991至1998年 摘自《新加坡童年：过去与现在的故事》 (<i>Singapore Childhood: Our Stories Then and Now</i>)</p>

我们是如此刷牙

1969年起，所有小学推行强制刷牙，培养学生每天刷牙的习惯，并提高牙齿健康的意识。当时，超过半数的小学生根本不刷牙。而在那些有刷牙的学生当中，75%用错方法，像拉小提琴般横着刷！

为配合“牙齿健康运动”，约2680名教师接受培训，以便在学校休息结束时督促学生正确刷牙。每名学生只需花2角5分便可购买一支牙刷和一个漱口杯。截至1969年底，439所小学共有36万7735名学生参加刷牙活动。

如今，虽然学校已不再强制刷牙，但牙齿健康仍然重要，7至18岁的学生可在学校牙科诊所免费获得基本牙科护理。

	为配合牙齿健康运动，提供给学生的牙刷与漱口杯 1990年代 教育部文物中心收藏
	直落亚逸小学启动刷牙运动，时任卫生部长蔡善进（右二）到场监督 1969年2月4日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。
	公立励德学校的学生沿着水沟刷牙 1970年代 何振玉收藏，新加坡国家档案馆提供



停在学校内的流动牙科诊所

学生在流动牙科诊所检查牙齿

1971年5月24日

新闻及艺术部收藏，新加坡国家档案馆提供

教师向幼稚班孩童示范刷牙技巧

1973年2月8日

来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。

幼稚班孩童观察牙齿模型，学习刷牙

2002年10月23日

来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。

烈日当空，我们的头上下晃动

沿着狭长的水沟

我们蹲着，我们漱口

我们吐水，我们嬉笑

毫无疑问，并不雅观

但是哟

我们就是如此刷牙

这就是 80 年代风格

Serena Ho

1980 年代的小学生
摘自亚洲新闻台纪录片《全国性运动》
(*Campaign Nation*)

跟有毒害的物品说不

自 1995 年起，学校每年 6 月都分发白绿色丝带，以支持反嗜毒运动。在 1970 和 1980 年代，由于青少年犯罪率显著增加，政府展开多项运动打击吸毒、嗅强力胶以及吸烟。

多年来，这些运动凸显学校与家庭在价值观教育中所扮演的重要角色。反毒品、反吸烟与反电子烟等相关信息陆续纳入体育、科学以及品格与公民教育等科目。

	<p>劝导学生远离毒品的宣传海报 1977 年 新加坡肃毒协会提供</p>
	<p>漫画超人也出现在反吸烟运动中，提醒学生警惕尼古丁（Nick O' Teen 谐音）的诱惑 1983 年 卫生部收藏，新加坡国家档案馆提供</p>

	<p>以漫画超人为主、针对 10 至 12 岁儿童的反吸烟宣传海报 1983 年 卫生部收藏，新加坡国家档案馆提供</p>
	<p>小学四年级学生的反毒品大使活动册子 2024 年 中央肃毒局提供 这本册子旨在帮助学生理解毒品的危害，增强他们抗拒毒品影响与诱惑的能力。</p>

迈向健康生活和饮食

到了 1980 年代，营养不良在新加坡已不普遍，但肥胖和缺乏运动的生活方式所引发的健康问题却日益增多。为此，政府推出多项运动来倡导运动与健康饮食。

1993 年，为配合全国健康生活运动，当局推出“全体儿童齐动日”（All Children Exercise Simultaneously Day）活动，让小学至初级学院学生随着新加坡体操运动的配乐一起运动。2016 年，约 2 万名中学与初级学院学生参与“以步伐代表学校”（Rep with Steps）校际比赛，这项活动配合全国健步大挑战，对学生日均步数最高的学校进行奖励。

除了积极生活方式，学校也使用视觉工具如“我的健康餐盘”来鼓励学生养成均衡饮食习惯。健康饮食运动与学校食堂管制措施相辅相成，包括 1980 年代禁止食堂售卖糖果和零食，以及 2011 年推行的“学校健康膳食计划”。这些举措确保学生在膳食中减少脂肪、糖分和盐分的摄入，并增加全麦、水果和蔬菜的摄入。

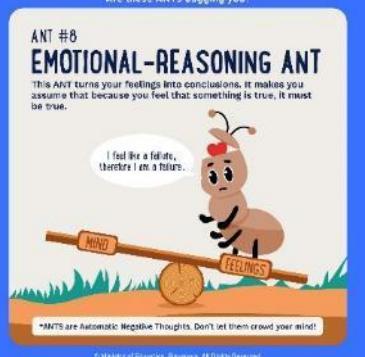
	<p>全体儿童齐动日，学生参与新加坡体操运动 1993 年 新加坡国家图书馆收藏，卫生部提供</p>
	<p>林景中学的学生与卫生部政务部长徐芳达一起在“以步伐代表学校”启动仪式上做体操 2016 年 3 月 1 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>“我的健康餐盘”小学宣传海报——以图像为主的均衡膳食指南 2023 年 保健促进局提供</p>
<p>你必须树立健康饮食的榜样，否则学生会觉得这全是空话。他们会看我是否以身作则。</p>	<p>E.S. Luke 女士 马西岭小学教师 摘自《海峡时报》，1992 年 4 月 6 日</p>

全面健康

随着社交媒体在近十多年来兴起以及社会对心理健康的日益关注，照顾孩子也变得更加全面。这不仅包括满足孩子的物质需求，也涵盖网络与心理健康。

2009 年，全国学校启动网络健康大使计划，倡导良好上网习惯，并鼓励学生推广优良实践以及培养积极的同伴影响文化。自 2021 年起，全国学校和高等院校都已落实心理健康的同伴支持机制，以鼓励学生在朋友有需要时伸出援手。

网络与心理健康也在 2021 年被纳入品格与公民教育课程。介绍网络健康的课堂时间增加一倍，以培养学生成为有批判性、辨别力和负责任的网络用户。更新的品格与公民教育课程也包括心理健康教育，旨在加强学生坚韧品格和心理健康，提供实用资源来帮助他们识别陷入困境的迹象并及时寻求援助。

	<p>维新小学的学生在新的网络健康计划下承诺促进负责任的上网行为 2014年2月12日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>辅华小学网络健康大使设计的宣传海报 2022年 辅华小学提供</p>
	<p>教育部学生发展课程司设计的网络健康教育海报 2021年</p>
	<p>教育部通讯与沟通组织司设计的课堂对话提示卡，配合初中品格与公民教育科目中的心理健康章节 2021年</p>



影视展亭 - 健康与福祉

	<p>我喜欢喝牛奶 (00:46) 1980 年代 教育部档案，新加坡国家档案馆提供</p> <p>视频展示学生在课间休息时排队喝牛奶，歌词阐述喝牛奶的益处。</p>
	<p>卡介苗日记 (01:41) 2020 年 新加坡国家博物馆提供</p> <p>这段轻松的视频收录新加坡人接种卡介苗的回忆，展示“火针”留下不可磨灭的印记。视频取自新加坡国家博物馆策划的《每个人身体力行》数码展览，探讨新加坡公共卫生危机和应对措施的历史。</p>



学校里 (02:20)
1980 年代
教育部档案, 新加坡国家档案馆提供

这段中文教学视频示范正确的刷牙技巧, 同时教导学生如何写“齿”。



新加坡体操运动 (01:31)
1994 年 7 月 11 日
卫生部档案, 新加坡国家档案馆提供

这段音乐视频介绍新加坡体操运动, 这套低强度有氧运动由 15 个动作组成, 适合 7 至 70 岁的人群, 于 1993 年配合全国健康生活运动推出。

清洁与绿化

绿化新加坡的愿景自 1960 年代就不断发展，先是从“花园城市”到“花园中的城市”，再到目前的“大自然城市”。为支持这一发展过程，教师以身作则，带领学生拿起扫把、抹布和锄头参与其中。

最初以规章制度为主的运动，逐渐扩展为融入日常生活的环保意识，其中最重要的是“清洁与绿化新加坡”的全年运动。学生如今也可以在学校里通过食用园艺园、太阳能板和生物分解器等设施学习可持续发展理念。2021 年，教育部推出生态永续计划（Eco Stewardship Programme）来鼓励学生终身为环保付诸实践。教师也继续启发学生，言传身教，引导下一代积极主动地爱护地球。

打造绿色城市

1963 年，时任总理李光耀带头展开首届植树运动，开始新加坡转变为“大自然中的城市”的历程。这项运动旨在增加降雨量和改善生活环境，目标是每年种植 1 万棵树，包括在学校和公共场所种植 5000 棵树。1966 至 1968 年间在校园里种植了 6500 棵树，茂盛的树冠为学校和邻近社区遮荫。

1967 年，李光耀总理提出新愿景，要在三年内让新加坡成为“美丽花园城市，繁花似锦，绿树成荫，整洁而且尽量没有垃圾”。全国立即响应，到 1970 年已种植超过 5 万 5000 棵树。隔年，“植树日”正式诞生，52 所学校在首届植树日活动中种植约 592 棵树，此后植树日在每年 11 月的第一个星期日举行。

50 年来，全岛共种植超过 700 万棵树，学校积极倡导“百万树木运动”，响应再多种植 100 万棵树的目标，将新加坡打造成“大自然中的城市”。在教育部的生态永续计划下，一些学校也开辟食用园艺园和垂直花园。2030 年新加坡绿色发展蓝图是一项全国共同推进可持续发展计划，百万树木运动和生态永续计划是其中的重要环节。



学生在校际植树与园艺比赛优胜者圣约瑟修院学校的校园里打理花园

1968 年 10 月 4 日

来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。

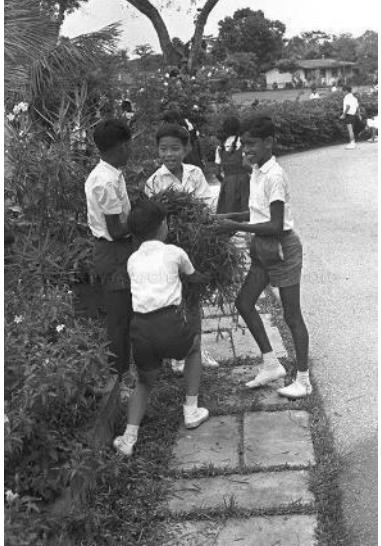
	<p>思励中学的学生准备把水植蔬菜收成赠送给食堂摊贩 2024 年 思励中学提供</p>
	<p>圣安德烈学校的小学六年级学生参与校园植树活动 1971 年 11 月 4 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>军港中学的学生为庆祝 65 周年校庆植树，配合国家公园局的“百万树木运动” 2022 年 军港中学提供</p>
<p>今年，新加坡的校园面貌突然发生变化，而且变化非常显著。 原本单调的草地与泥泞地几乎转变成天堂乐园，有手工栽植的花园、盛开的灌木、枝叶茂盛的大树、寂静的岩石花园与翠绿青葱的植物。</p> <p style="text-align: right;">《海峡时报》 1968 年 10 月 20 日</p>	
	<p>圣安德烈中学的 Charlene Tan 女士带领“绿色使者”学生团体，推动种植可食用植物等项目 2024 年 10 月 29 日 圣安德烈中学提供</p> <p>我最大的成就是启发学生关注贡献于社会，而不仅是注重考试成绩。 Charlene Tan 女士 圣安德烈中学教师 摘自教育部网站 Schoolbag.edu.sg</p>

全体动员参与清洁劳动

1958 年的“保持城市清洁运动”是新加坡最早发起的美化环境运动之一。10 年后，“保持新加坡清洁运动”正式启动，旨在改善生活环境，并促进发展工业与旅游业。学生和教师一同拿起扫把和抹布，积极清理校园与邻近社区。

1990 年，“保持新加坡清洁运动”与“花园城市运动”合并为“清洁与绿化周”，每年 11 月的首个星期日举行。这项新的运动采用更全面的方式，从之前依赖自上而下的规章制度，转向塑造公众环保意识与价值观、环境守护精神以及社会责任感。2007 年，这项运动演变为全年的“清洁与绿化新加坡”活动，倡导具环保意识的生活方式。

时至今日，学校仍然通过每日清洁活动来培养学生的环境主人翁意识。2014 年启动的保持新加坡清洁运动由学生主导并获得学校支持，旨在强化品格与公民教育课程中所传达的责任与关爱价值观。为深化学习成果，全国小学至初级学院于 2016 年推行每日 5 至 10 分钟的清理校园例行活动。

	<p>师资训练学院的学生和教职员打扫校园，配合启动“保持新加坡清洁运动” 1968 年 10 月 1 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>信立小学在配合“保持新加坡清洁与无污染运动”的校际比赛中赢得最清洁小学荣誉，图中该校的学生正在除草 1971 年 10 月 25 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>

	<p>蔡厝港政府华文小学的教师带头参与“保持校园清洁运动” 1970 年代 蔡厝港政府华文小学收藏，新加坡国家档案馆提供</p>
	<p>为配合“保持新加坡清洁与无污染运动”，学生清理麦波申的空地。 1971 年 10 月 3 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>裕廊初级学院的学生在“清洁与绿化周”清理小贩中心 2003 年 11 月 3 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>醒南小学在每日清洁值勤中互相帮忙 2016 年 2 月 25 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>保持校园整洁，学生在擦拭课室里的桌子——五十年如一日的校园清洁劳动 1970 年代 蔡厝港政府华文小学收藏，新加坡国家档案馆提供</p>

	<p>2024 年 圣婴女校（客洛）提供</p>
	<p>“清洁与绿化新加坡”的中学宣传海报 2016 年 国家环境局提供</p> <p>开朗活泼的“绿色队长”（Captain Green）于 1990 年亮相，是青蛙形象的清洁与绿化运动大使。他的目标是激励新加坡人通过采取清洁、绿色以及可持续的生活方式来关爱和保护环境。</p> <p>请上网 cgs.gov.sg 了解更多关于清洁与绿化新加坡运动的信息。</p>
<p>我的女儿开始在用过晚餐后问妈妈如何清洗汤匙、叉子和盘子.....我意识到学校在教导学生重视清洁这方面做得很好。</p>	<p>Ong Boon Leong 醒南小学 9 岁学生 Annissa Ong 的父亲 摘自《Today》2016 年 2 月 25 日</p>

用手劳动

“用手劳动运动”虽然形式上是清洁与绿化校园，但目标却跟环境相关的运动不同。这项运动于 1976 年启动，旨在扭转当时国人随着生活水平提高而倾向追求“干净而体面的工作”的心态。由于本地人不愿从事体力劳动，导致更加依赖外籍劳工，尽管当时也有不少失业的新加坡人可以从事这些职务。

通过动员政治领袖、校长和教师，“用手劳动运动”号召学生“弄脏”双手，参与校园改善项目，以培养勤劳的美德。这项运动的精神持续至今，通过学校的“保持新加坡清洁运动”和日常清理学校环境，鼓励学生更加主动和负责任。

	<p>李光耀总理与立道小学的学生参与“用手劳动运动”，一起拖地 1976年6月6日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>盲人学校的学生响应“用手劳动运动”，擦拭课室里的桌子 1976年5月28日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>华中初级学院的学生在“用手劳动运动”期间美化校园环境 1976年7月3日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>女皇道中学的学生在“用手劳动运动”期间清洁实验室的电灯和窗户 1979年 女皇道中学提供</p>
<p>我们必须坚守勤劳的传统美德。弄脏双手、挥汗劳动、弄脏衣服，不仅有益身心，也对我国经济有益。</p> <p style="text-align: right;">李光耀总理</p>	

《New Nation》

1976 年 5 月 7 日

……在一所学校里，一位富裕家长认为让儿子弄脏双手不体面，便慷慨地提出派佣人代替儿子完成获分配的任务！

《海峡时报》

1976 年 6 月 5 日

以我的学校来说，开始洗厕所，由我带领学生，我自己先去洗。我告诉他们，洗厕所应该是一种光荣的工作。我们几个人来做工，大家都享受到一个干净、明亮的场所，为什么不好呢？

张建昭

淡申公立新民学校校长，1971 至 1987 年

口述历史访谈，新加坡国家档案馆

档案编号：000687



英华学校展开“用手劳动运动”

1976 年

英华学校（小学部）提供

用你的双手，跟朋友一起，
不要害羞，尝试一下。

清扫地面，清洗大门，
使用扫帚，打扫房间。

擦洗窗户，掸拂枕头，
擦拭额前汗，做有用之人。

Adrian Chong Soon

1976 年英华学校（小学部）六年级学生

摘自《英华校刊》第 45 期

减少浪费

由于水是宝贵的资源，学校都会教导学生如何节省用水。新加坡首项省水运动是由公用事业局（现为 PUB——新加坡的国家水务管理机构）于 1971 年发起的，当时我国经历长期干旱以及可能实施配给供水。随后，这项运动配合学校的保护水资源讲座与课程，继续提倡将“节省用水”培养成日常生活习惯。

现在，学校继续支持这项年度省水运动。自 2021 年，一些学校在每年三月展开“省水星期三”活动，举办有关水资源可持续发展的活动和对话会。自 114 所学校的 3 万 4000 名学生于 2023 年参与了模拟制水演习。

过去十年来，除了保护宝贵资源，学校也积极展开减少浪费食物的活动。慈善机构善粮社（Food from the Heart）发起“空盘零剩食运动”，让学生认识到浪费食物对环境和社会的影响，并提倡吃完餐盘中的食物。5 所学校参与 2013 年首次推出的活动，2024 年增至 67 所。

2024 年，食物垃圾占新加坡垃圾总量的 11%，平均每年 75 万公吨。一所拥有 1300 名师生的学校，每天可产生 30 至 55 公斤的食物垃圾！除了教育学生别浪费食物以外，更多的学校也开始使用生物分解器将食物垃圾转化为绿地堆肥。

	<p>制水期间，多人在共用水龙头排队等待取水。</p> <p>1960 年代 公用事业局提供</p>
	<p>公用事业局推出省水大象 Bobo 以及卡通角色 Willie 和 Lulu，一起在宣传卡通里推广节省用水</p> <p>1970 年代 公用事业局提供</p>
	<p>光华学校和丹绒加东女校的学生在制水演习中在用水分配点取水。</p> <p>2023 年 3 月 8 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>派发给学校的省水宣传海报</p> <p>2023 年 公用事业局提供</p> <p>这张海报分享实用的省水贴士，主角是公用事业局分别于 2005 年和 2020 年推出的水滴形状大使“活力水”（Water Wally）和“欣丽水”（Water Sally）。他们俩通过节省用水和保持水道清洁来传播水资源可持续发展的信息。</p>



在幼儿园进行四小时制水演习活动中，一名孩童小心翼翼地将水倒在同学的手上

2017年3月15日

来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。

除了节省用水，学校也强调整节约电的重要性。以下是一名学生在1979年写的诗，提醒读者节约用电：

关掉电源，省电又省钱！
电流宝贵，千万别浪费；
善用金钱，
别浪费在电力上。

浪费电流，你必定后悔！
父母担忧，一定责备你。
国家也蒙受损失，
务必熄灭多余的灯。

别浪费电，我再说一遍，
关掉电源，省电又省钱！

Lim Him Chuan

1979年合乐小学五年级学生

摘自《The Havelock Harvest》（合乐小学校刊），第2卷第3期



在提倡减少浪费食物的“空盘零剩食运动”中，光华学校的学生在吃完食物后获得一枚“*I am a Food Hero*（我是空盘小英雄）”贴纸。

2023年

光华学校和善粮社提供

	<p>立才中学的学生把食堂摊位的厨余投入食物分解器，为学校的绿地制作堆肥 2024 年 立才中学提供</p>
	<p>洛阳景中学的食品与营养教师 Nurzatushuhadah Bte Mohamed Razif 女士利用蔬菜垃圾和蛋壳制成肥料，用于校园的农场，并减少食物浪费。 2024 年 10 月 29 日 洛阳景中学提供</p> <p>我告诉学生们，如果每人都能坚持采取小行动，汇集起来就能为环境发挥巨大的作用。</p> <p style="text-align: right;">Nurzatushuhadah 女士 洛阳景中学教师 摘自教育部网站 Schoolbag.edu.sg</p>

影视展亭——清洁与绿化

	<p><i>Berita Singapura: Planting Trees</i> (新加坡新闻：植树) (02:00) 1964 年 2 月 27 日 文化部档案，新加坡国家档案馆提供</p> <p>视频记录新加坡早期的植树运动，展示社会事务部长奥斯曼渥和公众一起种植树苗，为岛国增添绿荫、保持凉爽。</p>
	<p><i>Berita Singapura: Maintaining Cleanliness</i> (新加坡新闻：保持清洁) (01:49) 1965 年 文化部档案，新加坡国家档案馆提供</p> <p>视频列出随意乱丢垃圾的各种危害，劝导观众将垃圾丢入垃圾桶，维持新加坡的卫生、整洁与健康。</p>



德明中学的食用园艺园（00:48）

2024 年

教育部网站 [Schoolbag.edu.sg](https://www.schoolbag.edu.sg)

在这段短视频中，德明中学的学生向教育部长陈振声示范如何从学校的食用园艺园里采摘蔬菜。



湾景小学推广减少食物浪费（00:34）

2024 年

教育部网站 [Schoolbag.edu.sg](https://www.schoolbag.edu.sg)

在视频中，湾景小学的五年级学生 Nur Shafeeka 分享如何通过“空盘零剩食挑战”来减少浪费食物。

生活习惯与价值观

新加坡建国初期，倡导生活习惯与价值观的运动主要着重于生存。当时聚焦宣导公路安全以减少交通事故伤亡，也提倡储蓄从小培养节俭美德，为国家发展提供资金。

随着新加坡在 1970 年代后期逐渐欣欣向荣，这些运动的范围也扩大至提升社会环境与生活品质。许多运动旨在强调礼貌、关怀与分享的美德，也塑造语言使用习惯以改善学生的成绩。至今，学校仍旧延续这些努力，教育工作者始终坚定不移地履行使命，以革新的方式培养学生，也以此为国家的未来作出贡献。

公路安全第一

公路安全园是新加坡数代人美好校园日子的共同回忆，孩童在这里扮演脚踏车骑士、驾车人士或行人，穿梭在交通灯和微型建筑围绕的道路上学习交通规则。

新加坡首个交通游戏是由蚬壳公司于 1958 年举办。三年后，“公路安全第一”主题游乐场在加冷公园开幕，在短短五个月内吸引来自 200 所学校的 3 万多名学生。1966 年，我国首次展开公路礼貌运动，与学校的其他宣传运动联合加强学生的交通安全教育。当时，新加坡的交通意外死亡率在亚洲排名第三。

1970 年代，由于当时约三分之一的行人伤亡者年龄不满 15 岁，儿童公路安全问题日益受到关注。虽然加冷的“公路安全第一”公园已在 1965 年关闭，但设有交通灯和路标的小型交通游戏从 1977 年引入小学。1981 年，教育部、交通警察和一些公共机构与私营组织在东海岸建造一个崭新的公路安全园。

自 1996 年起，新加坡学校周围开始实施“学校安全区”计划，规定更低车速限制并设置明显路标。在安全区内，家长、教师以及其他教职员经常担任交通督导员，确保学生和驾车人士正确使用公路。如今，学校继续通过体育课程推行公路安全教育，尤其是针对小学低年级学生。

	<p>孩童在加冷公园参与蚬壳公司的交通游戏 1962 年 8 月 25 日 新闻及艺术部收藏，新加坡国家档案馆提供</p>
---	---

	<p>在剑桥小学举办的微型交通游戏中，交通警员向一名女生讲解公路标志 1979年9月24日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>学生在东海岸公路安全园里扮演不同的公路使用者和交通指挥员的角色 1986年7月20日 新闻及艺术部收藏，新加坡国家档案馆提供</p>
	<p>在新加坡交通游戏 65 周年纪念活动中，通讯及新闻部长兼内政部第二部长杨莉明女士挥旗示意驾驶卡丁车的孩童出发 2023年11月10日 新加坡警察部队和新加坡公路安全理事会提供</p>
	<p>2024 年新加坡公路安全月的横幅，内容是全新公路安全大使斑马先生一家（于 2011 年推出）向孩童提倡安全过马路的良好习惯 2024 年 新加坡警察部队和新加坡公路安全理事会提供</p>

储蓄以备不时之需

新加坡在 1969 年和邮政储蓄银行（Post Office Savings Bank, POSB）合作推出全国学校储蓄运动，培养学生节俭的美德。学生可以直接存入现金，或购买每张 1 角钱的邮票，贴在可收集总值 2 元的邮票的储蓄卡上作为储蓄存款。

学生的储蓄款额从活动开始的 120 万元增加至 1977 年的 550 万元，为新加坡的经济发展提供投资资金。1983 年，这项运动在中断四年后重新启动。一年内，超过 4 万名 5 至 19 岁的用户在邮政储蓄银行开设新账户。

这项标志性运动于 2015 年配合新加坡建国 50 周年庆典再度推出。邮票面值为 5 角钱，每张储蓄卡可收集 20 张邮票，总金额 10 元。为了与时代接轨，储蓄银行也推出新的手机游戏应用程序“Smiley Town”，提供省钱贴士和帮助学生记录储蓄款额。在教师和学校书店的支持下，新加坡全部 190 所小学都参与这项运动，总共售出约 20 万张邮票，完成超过 5000 张储蓄卡。

	<p>邮政储蓄银行全国学校储蓄运动邮票储蓄卡 1970 年代 教育部文物中心收藏</p>
	<p>邮政储蓄银行的广告以松鼠 Smiley 为主角，它因储存食物以备不时之需的习性，于 1983 年成为学校储蓄运动的大使 1985 年 新加坡国家图书馆收藏，储蓄银行提供</p>
	<p>更生小学的学生排队开设邮政储蓄银行账户 1983 年 4 月 28 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>配合庆祝 SG50，美雅小学的学生手持邮票储蓄卡与大使松鼠 Smiley 一同参与重启全国学校储蓄运动 2015 年 1 月 23 日 来源：《海峡时报》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>

那时候老师每天还要忙着卖邮票。学生每一天节省五分或者一毛的零用钱就去买邮票来储蓄。我们常常尽量劝他们把红包钱、压岁钱储蓄起来，将来读书的时候可以用，有急需的时候也可以用。

冯月桂女士

南华小学校长，1981至2003年

口述历史访谈，新加坡国家档案馆

档案编号：003385

共建优雅亲切的社会

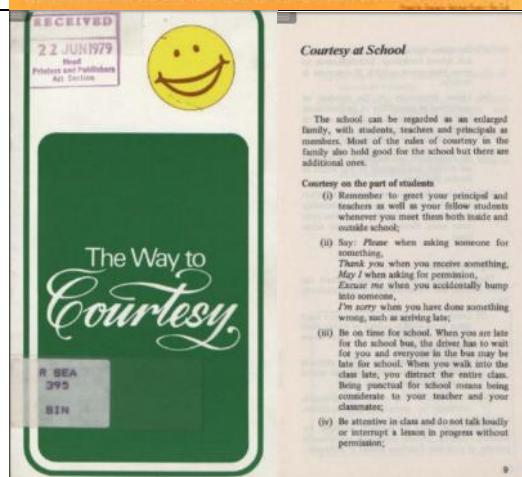
“全国礼貌运动”于1979年6月1日正式启动，它源自新加坡旅游促进局在一年前呼吁国人对游客更有礼貌的运动。当时，李光耀总理意识到礼貌的重要性，并把它提升为全国运动，旨在营造令人愉悦的社会环境，让新加坡人学会礼让和为他人着想。

这项运动也引发教育界的深刻反思。教育工作者意识到必须以身作则，才能教导学生有礼貌。学校通过周会演讲支持这项运动，并举办作文、海报和标语创作比赛，掀起学习热潮。2001年，全国礼貌运动正式并入“新加坡行善运动”，至今仍在幼儿园和小学积极推行。

学校也和公益金合作，强调关爱与分享的价值观，公益金于1983年成立，目的是为社会服务机构筹集资金。许多在1980至1990年代成长的新加坡人都对公益金的粉红色亲善大使“爱心小象”（Sharity）记忆犹新。如今，“爱心小象”和其他运动大使仍不时出现在小学的品格与公民教育课程中，鼓励小学生展现同理心和关爱他人。

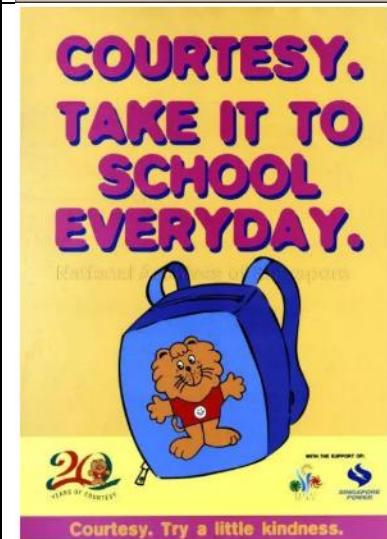
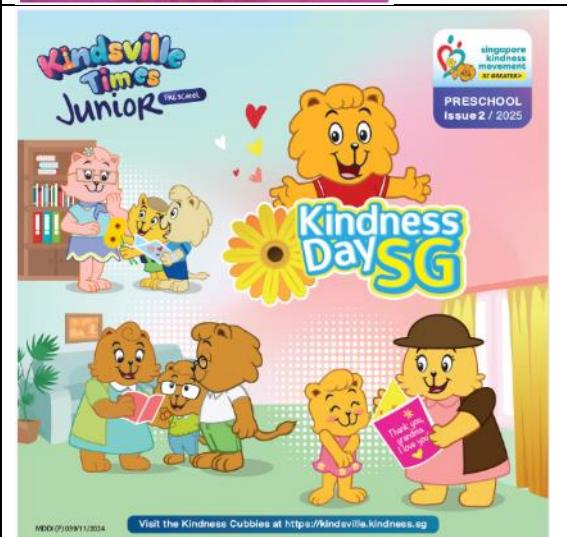


全国礼貌运动在一所中学全面展开
1979年
文化部收藏品，新加坡国家档案馆提供



《礼貌之道》（封面和部分页面）
1979年
新加坡国家图书馆收藏，文化、社区及青年部提供

这本手册由文化部在全国礼貌运动启动时推出，指导学生和教师如何有礼貌，让新加坡成为更优雅宜居的国家。

<p>(v) Do queue up at the bus stop, tuckshop and school bookshop. You will come to your turn more quickly if everyone is considerate.</p> <p>(vi) Listen attentively to the speaker or performer at assemblies or performances held in or outside school. It is rude to whistle, yell or stamp your feet or talk when someone is performing or speaking;</p> <p>(vii) Be considerate and helpful to those who are weaker, handicapped or less bright in stature than you.</p> <p>(viii) Do cheer for your team when it wins but remember that it is good sportsmanship to cheer the winning side even when your team loses. Never boo or jeer the other team.</p> <p>Example by teachers</p> <p>There are many ways in which teachers can show concern and consideration for their students, e.g.:</p> <ul style="list-style-type: none"> (i) Greet your students whenever you meet them in or outside school or return their greetings. Address them by their name whenever possible. (ii) Avoid casting aspersions on any student because of their socio-economic status or criticizing their parents; (iii) Be punctual for class, appointments, meetings or extra-curricular activities. <p>Teachers can also set a good example by showing courtesy towards colleagues and towards parents of students. Teachers should in particular:</p>	<p>(i) Avoid criticizing their colleagues before students;</p> <p>(ii) Be kind, helpful, patient and friendly to parents of students;</p> <p>(iii) Acknowledge or respond to parents' arrival or complaints promptly and tactfully;</p> <p>(iv) Be punctual in appointments with parents;</p> <p>(v) Treat all parents with equal courtesy regardless of their language, race, religion or socio-economic status.</p>	
 <p>COURTESY. TAKE IT TO SCHOOL EVERYDAY.</p> <p>National Day Observance Committee</p> <p>20 YEARS OF CIVICETIES</p> <p>With the support of:</p> <p>Singapore Power</p> <p>Courtesy. Try a little kindness.</p>		<p>全国礼貌运动宣传海报 1998年 通讯及新闻部收藏，新加坡国家档案馆提供</p> <p>1982年，“新雅狮子”取代原本的笑脸标志，成为礼貌运动大使，以避免公众误解礼貌仅和微笑有关。</p>
 <p>Kindsville Times Junior</p> <p>PRESCHOOL ISSUE 2 / 2025</p> <p>Visit the Kindness Cubbies at https://kindsville.kindness.sg</p>		<p>《Kindsville Times Junior》第2期 2025年 新加坡行善运动提供</p> <p>这份季刊教导学前孩童友善对待身旁的人，并且心存感激。新加坡行善运动也出版针对不同小学阶段的类似教育资源。</p>

	<p>教育部政务部长施迪（左）在“爱心小象”爱心大奖（Sharity Heart Award）颁奖典礼上庆祝“爱心小象”（Sharity）的生日</p> <p>1993 年 10 月 1 日</p> <p>新闻及艺术部收藏，新加坡国家档案馆提供</p> <p>1984 年，公益金大使“爱心小象”（Sharity）正式亮相，其英文名字结合“分享”（share）与“慈善”（charity），旨在鼓励孩童关怀他人、乐于分享。</p>
	<p>“爱心小象”（Sharity）探访蒙福小学低年级学生</p> <p>2018 年 1 月 2 日</p> <p>国家福利理事会提供</p>
	<p>孩童通过全国礼貌运动学习，学校就能将良好礼貌行为带到他们家中，并影响他们的哥哥姐姐，因为这些哥哥姐姐属于在更艰苦的六十年代成长的一代人。</p> <p style="text-align: right;">李光耀总理 《海峡时报》 1979 年 6 月 2 日</p>

塑造语言习惯

在 1979 年 9 月全国“讲华语运动”展开之前，“讲学校语言运动”（Speak Your School Languages）于当年 7 月启动，在 12 所中小学试点展开两个月。这项运动的最初目的是鼓励华族学生以华语沟通，而不是用方言。

隔年，这项运动推广到所有学校，重点也扩展至其他语言。学校可灵活地根据学生的语言概况推行这项运动。在为期 3 到 4 星期的运动中，学校可以专注于英语或母语，有些学校甚至规定特定的日子只讲英语或母语。学校也通过举办多种活动，如：讲故事、游戏、辩论、戏剧和诗歌朗诵等，营造活跃的语言学习氛围。

如今，各个官方语言都有各自的推广运动：讲正确英语运动（2000 年）、讲华语运动（1979 年）、马来语文与文化活动月（1988 年）和淡米尔语文化节（2007 年）。此外，每年也颁发优秀语言教师奖，表彰老师激发学生热爱语言和营造丰富学习环境。

	<p>女皇道中学为“讲学校语言运动”设计的宣传海报 1980 年 女皇道中学提供</p>
	<p>淡滨尼小学在“讲学校语言运动”期间为四年级学生举办英语问答活动 1980 年 8 月 22 日 淡滨尼小学收藏，新加坡国家档案馆提供</p>
	<p>远景小学为“讲正确英语运动”设计的教学海报 2021 年 远景小学提供</p>
	<p>湖畔小学的学生在马来语文与文化活动月活动中表演马来传统歌谣（Dikir Barat）。 2008 年 7 月 13 日 来源：马来语《每日新闻》，新报业媒体有限公司版权所有，经许可重印。</p>
	<p>实践表演艺术学院（现改名为实践剧场）的学生在“讲华语运动”30 周年庆典上表演传统华族快板 2009 年 3 月 17 日 新闻、通讯及艺术部收藏，新加坡国家档案馆提供</p>



小学五年级学生在乌马布拉娃淡米尔语言中心主办的淡米尔语文化节活动中学习传统手工艺
2025 年
乌马布拉娃淡米尔语言中心提供

影视展亭——生活习惯与价值观



斑马先生公路安全卡通片：第 1 集——过马路安全准则（01:05）
2018 年
新加坡公路安全理事会提供

这部卡通片由南洋理工学院互动与数码媒体系制作，由新加坡公路安全理事会、新加坡警察部队和蚬壳公司联合制作，旨在培养儿童良好的公路安全习惯。



《Make Courtesy Our Way Of Life》生活处处讲礼貌（01:37）
1980 年
新加坡国家图书馆收藏，John James de Souza 和文化、社区及青年部提供

这段曲子是由 John James de Souza（教育部课外活动中心音乐导师）作曲与填词。



“爱心小象”时间到了（It's Charity Time）（02:09）
2017 年
公益金提供

这首歌曲于 1990 年首次发布，教导人们关爱与分享的重要性。

《大家说华语》（讲华语运动主题曲）

《大家说华语》（讲华语运动主题曲）（01:33）
约 1983 年

	<p>新闻、通讯及艺术部档案，新加坡国家档案馆提供</p> <p>这首歌曲配合讲华语运动推出，并在学校教唱，鼓励新加坡华人以华语交流来促进沟通和推动国家进步。</p>
	<p>乐赛小学在马来语文与文化活动月创作的视频（02:49）</p> <p>2024 年 乐赛小学提供</p> <p>在这段配合马来语文与文化活动月而创作的视频中，小学生分享新加坡国歌中常读错的马来词的正确发音。</p>

结语

1950 年代至今，新加坡学校展开的各项运动具有多元化的目标，旨在引导我们在学生时代和在往后的人生中照顾好自己、关爱他人以及保护环境。这些运动深刻地影响我们的生活方式，也塑造新加坡人的共同回忆，更宣导正确的价值观，灌输坚韧、创新、尊重、和谐、平等、善良与关爱等集体精神。

回顾这些运动，难免会想起教师和教育伙伴带领我们踊跃参与其中，积极改变我们的生活。新加坡有今天的成就，该归功于教师的使命感和进取精神。

从撒下种子、萌芽至丰硕成果，薪火相传，我们必能承前启后、继往开来，为未来新世代不遗余力地努力。您对更美好的新加坡抱有什么样的希望和梦想？大家又如何各展所能，齐心协力为建设更美好的未来作出贡献？让我们以坚定的意志和集体努力，继续在这片国土散播种子，让种子萌芽、茁壮成长，在我们的家园创造具深远意义的丰硕成果。

SG60 活动



呈献机构:



支持单位:



致谢

教育部文物中心谨向以下机构和人士表示感谢：

英华学校（小学部）
中央肃毒局
教育部品格及公民教育处
圣婴女校（客落）
立才中学
教育部通讯与沟通组织司
公益金
教育部课程规划与发展司
德明中学
教育部教育科技司
辅华小学
教育部指导处
保健促进局
John James de Souza
光华学校
洛阳景中学
文化、社区及青年部
卫生部
新加坡国家档案馆
国家福利理事会
国家环境局
国家图书馆管理局
新加坡国家博物馆
军港中学
远景小学
思励中学
储蓄银行（POSB）
PUB——新加坡的国家水务管理机构
湾景小学
女皇道中学
乐赛小学
新加坡肃毒协会
新加坡行善运动
新加坡警察部队
新报业媒体
新加坡公路安全理事会
圣安德烈中学
乌马布拉娃淡米尔语言中心

由于部分早期资料缺乏记录，未能查明某些版权持有人。若有本展览的更多相关信息，请联系教育部文物中心。