

# 目錄

# Contents

一、實施計畫	01
二、校長室報告(黃峻宏校長)	02
1. 專題講座資料	03
三、教務處工作報告(許暉東主任)	04
四、學務處工作報告(王維強主任)	08
1. 多元入學超額比序說明	12
2. 上下學交通路線圖	15
3. 緊急傷病處理要點	18
五、總務處工作報告(洪誌忱主任)	20
六、家長會相關業務	21
七、輔導室工作報告(鐘崑榕主任)	22
1. 特殊教育學生家庭支持服務實施計畫	27
2. 忠孝志工報名表	30
八、各處室連絡電話	封底



感謝您熱心的參與





# 臺南市立忠孝國民中學 112 學年度第一學期 親師座談暨班親會實施計劃

- 一、依據：1. 教育部「推動教育優先區——推展親職教育活動」實施計畫  
2. 教育部「友善校園」學生事務與輔導年度工作計畫  
3. 『忠孝願景』及輔導處重點輔導工作計畫  
4. 本校生涯發展教育實施計畫
- 二、主旨：1. 透過校長與各處室主任之校務概況簡介，讓家長知悉校務整體運作情況與學校願景。  
2. 提供家長與家長之間、教師與家長之間多向溝通的機會，以促進親師相互了解合作，提升親職教育功能。
- 三、時間：112 年 9 月 15 日（星期五）晚上 17：30～21：30。
- 四、內容：1. 校務簡介  
2. 專題講座：  
    (1) 臺南區高中升學制度說明(臺南區高級中等學校免試入學制度)  
    (2) 忠孝國中會考素養試題準備策略  
3. 親師座談：各班教室  
4. 忠孝國中班親會學生自主學習實施計畫
- 五、主辦：輔導室。  
    協辦：教務處、學務處、總務處、家長委員會、志工團
- 六、參加人員：1. 全校學生及家長 2. 全校教職員
- 七、活動流程表：

日期	時間	活動項目	主持人	地點	
9 月 15 日 星 期 五	17：30~18：30	準備工作	總務處、志工、各班導師	大門及側門、川堂	
	18：30~18：50	報 到	各組長、教師與志工	學務處玄關	
	18:50~19:50	1. 校務簡介	黃峻宏校長/各處室主任	黃峻宏校長	4F 演藝廳
		2. 專題講座： (1) 臺南區高中升學制度說明(臺南區高級中等學校免試入學制度) (2) 忠孝國中會考素養試題準備策略			
	19:50~20:00	引導家長至各班教室	各班服務同學	各班教室	
	20:00~21:10	分班座談	各班導師	各班教室	
21:10~21:30	場地整理	衛生組、導師及各班服務同學	校園各地點		

## 挺孩子的忠孝、愛孩子的學校 - 給家長的一封信

各位敬愛的家長：

對於正在面對的十二年國教，您跟上脈動了嗎？

您也察覺到：您的孩子，正一日一日地在生理上、心理上細微地改變著嗎？

您與孩子討論過：孩子的未來想從事甚麼嗎？您與孩子都知道：在國中階段需要做些甚麼準備嗎？

謝謝您相信挺孩子的忠孝國中，將孩子託付給這所愛孩子的學校。忠孝國中以「尊重關懷」、「創造思考」、「自我發展」為願景，更以「有品忠孝」、「樂活忠孝」、「希望忠孝」、「智慧忠孝」為發展策略，期待讓孩子看見未來，也請您與我們一同陪伴孩子、樂見孩子的成長！

### 有品忠孝

- 一、深化的品德教育，讓孩子成為有品的未來公民。
- 二、內化的尊重態度，讓孩子學會尊重自己和他人。
- 三、良好的生活教育，讓孩子習得好態度而受信賴。

### 樂活忠孝

- 一、提升學生體適能，培養良好健全的體魄，以迎接未來的挑戰。
- 二、身心靈正向健康，本校具專業輔導師資，陪伴孩子面對問題。
- 三、生活之中尋美感，培養學生重視生活中情境，落實美感教育。

### 希望忠孝

- 一、學術技職一樣好，協助學術性高的學生、培育適合技職的孩子。
- 二、因應十二年國教，協助家長更了解細節，帶領學生找自己方向。
- 三、多元發展揚長才，繼續精進多元性團隊，幫助孩子適性化成長。

### 智慧忠孝

- 一、教學專業保學力，持續發展專業教學，落實提升學生學力。
- 二、教師知能現專業，推動領域專業對話，教學成長造福學子。
- 三、美力閱讀接國際，藉由閱讀深植學力，生活雙語接軌國際。

親愛的家長們，我們的孩子已邁入高齡化與快速變遷的「十二年國教時代」，孩子們需要「新素養」才能承擔社會責任與變遷需求：

**語文素養：**學生藉由聽說讀寫理解並運用與社會發展及價值相關的平面資訊，從中建構知識，並運用建構知識涵養參與學校與社會生活。

**科學素養：**運用科學知識提出問題、作出實證導向結論，用以參與生活。

**數位素養：**瞭解、接觸、運用並整合現代科技載具進行問題解決與溝通。

**美學素養：**具備基本的互動、自省、與關懷，琢磨出自身的內涵。

親愛的家長們，您做好準備陪伴孩子面對未來挑戰了嗎？讓忠孝國中陪伴您與孩子，一起走過學習與成長，最關鍵的國中三年！

臺南市立忠孝國中校長 黃峻宏 敬上

# 112 學年度第一學期班親會 之 校長有話說……

## 一、適性，適誰的性？

(跟孩子聊過類似的議題嗎?)

## 二、學生，學什麼？

(課本以外、生活之內)

## 三、學校，教什麼？

(會考？不會考?)

## 四、素養，怎麼考？

(「背多分」的失控國度)

## 五、素養，怎麼教？

(忠孝國中會考素養試題準備策略)

## 六、臺南區高中升學制度說明

(臺南區高級中等學校免試入學制度)

# 教務處報告：

## 壹、特色教學說明

### 一、適性教學·拔尖扶弱·加強實力

因應教育部「國中小學常態編班」政策，本校採取配套措施如下：一、二、三年級分別以抽離式資優課程彌補常態編班可能有的缺失，特別進行課程之加深與加廣。

#### (一)一、二年級抽離式卓越社團目標：

學習如何學習：循序漸進的全方位課程設計，帶領孩子學習如何學習，以培養出 108 課綱所強調「自發」、「互動」、「共好」的「終身學習者」。

留下學習軌跡：從國一開始陪伴與協助孩子累積學習歷程，探索與發展個人特色，開始留下升大學所需之「學習歷程記錄」相關資料。

培養競賽人才：掌握新世代職涯需求，協助孩子奠定研究與表達能力，並獲得參加語文、科展、獨立研究等各項競賽的入場券。

課程內容包含：閱讀理解與作文寫作策略、STEM 科學歷程、科學與實驗操作、微型獨立研究訓練、戶外走讀等。

(二)三年級 301~310 以二年級的 6 次段考的平均成績排序，錄取有資格入班學生編成兩班以最精銳的師資協助學生做會考的準備，也會利用寒暑假及平常週六加開複習課程，並於空檔期間舉辦會考衝刺營隊，全力衝刺會考精熟的目標，已於暑假開始進行複習課程，並聘請名講師進行營隊訓練，112 年暑假就曾邀請長億高中簡鈺珣老師舉辦辦理兩天的閱讀寫作工作坊。

(三)補救教學：一、二年級補救教學編班人數為 6-12 位，以篩選測驗國、英、數三科後 25% 學業低落後者學生為優先報名，每班以 12 人為原則，經費由教育部全額補助，家長不需再繳額外的費用。課程內容：國文、英語、數學補救教學。

### 二、建構全英語學習環境，推廣國際交流，培養全球競合力，奠定競爭力。

#### (一)外師課程

二年級利用自修課（每週一節），採自費全面參加方式，由家長會聘請外籍老師（美、加口音，且具有國外教師資歷）到校上課，以實際面對外籍老師，增強英語交談及聽、說、讀、寫能力，充分落實生活化英語教學，採小班精緻教學方式（一班再依程度，分成二小組，由兩位外籍老師上課）。

## (二) 英語彈性課程

**一年級**每週加開一節校本統整性課程-接軌國際「府食皆是」，透過國際溝通語言(英語)來探究府城在地飲食特色，並能將府城飲食文化透過設計鄰近市場探查、食譜設計，認識並尊重地方文化，了解與欣賞本國特有的飲食特色，並進而利用語言工具傳播在地特色。並透過了解基本餐桌飲食禮儀，並且認識他國餐桌文化並能尊重其差異;初步了解餐飲事業經營方式與消費行為，透過跨領域知能整合，期待培養忠孝學子國際涵養與競合力。

**二年級**於彈性課程，每週加開一節校本統整性課程-「食尚玩家」，探究非洲、美洲、大洋洲的飲食特有風俗及特色，並學習各國節慶特殊食物及相關文化，認識並尊重不同族群。

**三年級**於彈性課程，每週加開一節校本統整性課程-「其食有事」，談討世界糧食短缺的問題及平常生活中浪費食物的狀況，並且了解健康食物的定義。

## (三) 定期舉辦各項英語競賽：

- |                              |                |
|------------------------------|----------------|
| A.一、二年級英語單字王 Spelling Bee 比賽 | B.一、二年級英語說故事比賽 |
| C.二、三年級英語演講比賽                | D.一年級英語動唱比賽    |

## (四) 沉浸式英聽環境：

學校自本學年度起，固定在周五早修時，一、二年級聽大家說英語，三年級進行英聽訓練，周一、四、五中午加撥放教育部 ICRT，希望透過沉浸式的英聽環境，增加學生聽力，增進雙語能力。

## 三、加強閱讀能力訓練，以提高學習興趣，增廣知識視野，厚植會考能力。

- (一)一、三年級於彈性課程中，因應 12 年國教新課綱，忠孝教師團隊研發出校本統整性課程悅讀恆好-「府城甜蜜日常」及三年級-「府城地景」，並獲得臺南市教育局大力推薦。課程設計理念透過府城在地飲食文學文本探討，探究府城人文風土、飲食特色，連結學生自身生活經驗，透過摹寫創作，並善用資訊媒體將學習成果於課堂中報告分享，同時設計走讀路線，實際走訪文本景點，以期擴展學生閱讀之廣度及學習深度。並從台南人好吃甜的飲食習慣，以台南飲品為出發點，實際走訪店家，透過設計府城飲品新口味與宣傳文宣，展現在地飲品特色。透過強化跨領域知能整合與生活運用能力，期待滿足更多忠孝學生多元的學習需求，達到新課綱「自發、互動、共好」的目的。



# 忠孝國中

課程名稱	實施時間	學習主題名稱	內容概述	內容實際所涉領域
悅讀 恆好	七上	府城甜蜜日常	透過府城在地飲食文學文本探討，探究府城人文風土、飲食特色，連結學生自身生活經驗，透過摹寫創作，並善用資訊媒體將學習成果於課堂中報告分享，同時設計走讀路線，實際走訪文本景點，以期擴展學生閱讀之廣度及學習深度。	國語文、社會、科技
	七下	府城甜食有新味	從台南人好吃甜的飲食習慣，以台南飲品為出發點，實際走訪店家，透過設計府城飲品新口味與宣傳文宣，展現在地飲品特色。	國語文、社會、科技
	九上	府城地景	從府城地景文學，認識在地人文歷史以及欣賞府城在地民俗風情。透過文學作品對府城有更深入的認知感受，細細品味與分享對生活周遭的府城日常。	國語文、社會
	九下	放眼全世界	過異國文學作品，了解該國社會、歷史或不同種族之文化特色，並且能發現不同時空脈絡中的人類生活問題並進行探究。	國語文、社會、綜合

(二)晨讀活動以兩個主軸雙軌並行：

1. 主題閱讀(一學期四次)：各學習領域(國語、英語文、數學、自然與生活科技、社會、健體、藝文、綜合)各有一篇與該領域主題相關晨讀文章及導讀活動，共計八篇(預計分兩學期實施)，分次於週五晨讀時段進行，此活動主軸以探究文章內容及閱讀策略應用為主要目的。題目依擷取訊息、統整解釋、省思評鑑三面向設計，期能培養十二年國教素養導向的閱讀能力。
  2. 班級寧靜閱讀：每個學生手邊有 1-2 本讀物，進行安靜閱讀活動，此活動以建立學生對閱讀的興趣與習慣為主要目的。
- 112 學年度起每週三早上早修進行晨間閱讀時光，增進學生閱讀能力。

112 學年度第一學期晨讀時間表

週次	練習時間	一、二年級	備註
二	09/06(三)07:30-08:00	寧靜閱讀	
三	09/13(三)07:30-08:00	寧靜閱讀	
四	09/20(三)07:40-08:10	校長主題講座(線上)	
五	09/27(三)07:40-08:10	主題閱讀	
六	10/04(三)07:30-08:00	-----	
七	10/11(三)07:30-08:00	-----	第一次段考
八	10/17(二)07:40-08:10 10/18(三)07:40-08:10	主題閱讀(線上)	



(三)本校圖書館藏書超過 40,000 冊，以打造忠孝圖書館誠品化的優質閱讀環境，每年採買暢銷且適合中學生閱讀之中英文書籍，豐富館內藏書，提供全校師生借閱，且定期舉辦圖書館借閱推廣活動。

#### 四、全面發展科學與資訊教育，培育數理資優人才

(一)已完成建置全校處處可上網的布線，班班有電腦，班班隨時可上網，班班有單槍，教室劇場化。

(二)一、二、三年級每週均開一節電腦課，除教授電腦知能，並著重於網路應用，補助各科教學資源的利用及整合。

(三)落實自然學科教學，有計畫請老師篩選學生並指導參加全市科展、獨立研究及各項校外自然學科與數學競試比賽。

(四)配合市府「生生用平板」政策，推動資訊科技融入學習方式，養成學生成為主動學習者的素養。



[國中會考相關網站]



[國中會考作文樣卷網站]

## 學務處報告：

- 一、本校致力於學生生活教育的落實要求，以正向管教的方式強化並導正學生的行為，維護學生學習權、受教育權、身體自主權及人格發展權，創造校園優良的學習氛圍，期望學生品德與學業兼修。也請家長多留意假日及放學後貴子弟的交友狀況、出入場所，如發現行為出現異常時，多與導師或學務處聯繫，共商對策，事前的預防會比事後的補救輕鬆許多。
- 二、違反校規被懲處者，可於懲處公告【二週後】提出銷過申請，經導師、學務處、輔導處認可表現良好，即可辦理銷過，三年級的同學尤需把握在國中生涯的最後階段，努力表現，聽從老師的指導，希望大家都能順利領取畢業證書。依據「學生成績評量辦法」規定，如獎懲功過相抵後，累積達三大過僅能領取修業證書，故提醒三年級家長，特別關注孩子的表現。
- 三、本校鄰近道路狹小且比鄰住家，懇請家長依照學校規畫的家長接送區進行接送，發揮公德心，勿因一時之便造成他人困擾。上放學交通路線如附件一，請詳閱。放學時，機慢車接送之家長可從崇善路側門進入本校規畫的校內接送區等候學生，再從龍山街後門離開，請家長勿從崇善路側門離開。
- 四、因應教育部要求訂立管理辦法及落實良好之學習環境，本校訂立【手機申請及管理辦法】手機由學務處統一集中保管，學生未依規定辦理而使用者，依校規懲處。特別提醒：請家長勿讓孩子帶貴重之 3C 產品到校，避免遺失。非必要，上學盡量不要攜帶手機到校；並告知孩子正確使用手機之態度，上學時間不應使用手機，如遇特殊情形或突發狀況，可於告知導師後，向學校借用電話。  
**親師合作、善加管理，可杜絕並預防孩子手機成癮。**
- 五、因應十二年國教適性輔導，課內社團選課以線上選社處理，以達適才適性發展與公平原則。學校重視多元性社團發展，成立多樣性社團，提供學生不同的學習管道，進而培養學生的興趣與專長。部分社團因屬性需求須繳交材料費，開課後指導老師將依實際上課情況收費。
- 六、同學到校外進行服務學習，務必慎選合格機構，並留意個人人身安全。市府核可之機構，於本校網頁或台南市十二年國教資訊網 (<http://12basic.tn.edu.tw/>) 查詢，家長同意即可逕行參與核可機構之服務學習，之後填寫時數登記表附上證明影本(驗明正本)繳至學務處。
- 七、台南市十二年國教多元學習表現查詢系統 (<http://jhquery.tn.edu.tw/>) 可查詢個人「多元學習表現」資料，包含獎懲、社團、服務學習、體適能紀錄，多元學習表現總積分、各領域學期成績、缺曠請假紀錄，建議家長與學生共同使用，以掌握學生的在校表現。
- 八、針對學校發出之「學生健康檢查結果通知單」、「傷病處理通知單」、「視力檢查通知單」等單張，請家長務必詳閱並簽名後，由學生交回學校，親師生共同維護子女健康。
- 九、貴子弟在學期間，如有傷病痛情形請至健康中心尋求協助，學校將依相關標準處理流程，給予孩子最妥適的照護，請家長放心！若非緊急狀況，但仍有就醫之必要，礙於校方人力狀

況，學校將聯絡家長自行送醫，若造成不便請多多見諒！

- 十、學校辦理運動會或體育競賽時，考量學生的身體健康及安全，將由學校發給「**身體狀況評估與安全提醒通知單**」，親師共同來為孩子的健康及安全把關。依據教育部函頒「**加強校園運動安全注意要點**」，第九點摘錄：**對於不適劇烈運動之學生，應嚴禁參加比賽。**
- 十一、持續宣導有關學生上放學的行路安全，如騎腳踏車需戴安全帽，不得逆向、併排，勿將腳踏車停放校外，造成用路人或居民困擾等措施；**家長機車接送亦要記得給孩子戴上安全帽**，希望家長多給予孩子關心、要求，孩子的安全，需要親、師、生一起共同努力。
- 十二、新興毒品樣態推陳出新，請注意孩子平日的生活起居，如發現孩子有突然明顯的負向改變或是精神不濟等狀況，請和學校或醫療端聯繫，也提醒孩子勿任意的食用來路不明的食品或是飲料，更不要輕易的飲用被拆封過的飲料或是已經插了吸管的飲品，避免有心人士操弄。
- 十三、相較於去年的疫情，許多與學生相關的比賽與活動，陸陸續續正常辦理，請多鼓勵學生經常瀏覽學校網頁的訊息。如有特殊專長、需要發揮舞台的學生，可隨時洽詢活動組，也歡迎關注與甄選加入學校藝文團隊(直笛團、合唱團、舞蹈團、舞獅隊)。
- 十四、根據體育局來文，「體適能檢測」自本學期開始將由校內體育老師於體育課程中進行，學校將規劃相關的施測期程與進行方式，家長與學生無需再至外面報名奔波，待規劃完成後會再公告週知。
- 十五、今年教育處辦理的一年級學生健康檢查將分**3**階段進行，委請杏仁診所健檢工作團隊到校，**免費**施行健康檢查。

**【醫院的選擇為教育處招標事宜，學校並無選擇與決策權。】**

同意書：請家長務必**親自簽全名**。

依教育處排訂表：

項目	日期	檢查地點	時間
① 尿液篩檢	112.10.03	起床後收檢體，帶到學校繳交。	08：00 至收驗人員抵達
尿液補檢	112.10.17	起床後收檢體，帶到學校繳交。	08：00 至收驗人員抵達
② 理學檢查	112.09.25	一樓社團教室	10：00~16：00
③ 抽血檢查	112.10.20	一樓社團教室	08：00~10：00

每一階段，健康中心均會提前以聯絡簿書面知會學生及家長。

# 懂路權，最安全！

忠孝國中交通安全宣導資料

**行人也要保護自己**

## 人 穿越道路時，應走…

行人穿越道

天橋

行人地下道

距離上述設施100公尺內

不可穿越馬路

在設有行人穿越專用號誌的路口

依號誌指示穿越馬路

行人任意穿越馬路處新臺幣500元罰鍰

## 不停讓加重處罰

### 2023年6月底實施

未停讓視障者	未停讓行人
慢車 罰鍰 600元-1,200元	慢車 罰鍰 300元-1,200元
機車	機車
汽車 罰鍰 2,400元-7,200	汽車 罰鍰 1,200元-6,000元
大型車	大型車

**因不停讓行人而致人受傷或死亡**

- ✓ 應負刑事責任且加重其刑至1/2，且吊銷駕照不得再考領
- ✓ 致人受傷或死亡者，處7,200元以上36,000元以下罰鍰
- ✓ 致人受傷者，吊扣駕駛執照一年；致人重傷或死亡者，吊銷其駕駛執照

# 8/30 開學防疫不鬆懈 校園無蚊最安心

- 1 召開防疫會議 擬定校園熱區地圖，劃分孳清責任分區。
- 2 備妥防疫物資 整備乳塊、防蚊液、漂白水等物資，隨時補充。
- 3 校園全面孳清 開學前全面完成校園環境整理，落實孳清消毒。
- 4 管控師生建康 掌握確診案例並通報，鼓勵生病在家休息，提供線上學習資源。
- 5 自我健康管理 親師生入校前自主量體溫、健康管理，並做好防蚊措施。
- 6 有症狀速就醫 有疑似登革熱症狀，立即就醫並回報學校。
- 7 加強親師宣導 防疫從社區做起，提醒親師生每週定期家戶孳清。
- 8 維持校園整潔 開學後持續落實環境管理，定期回報孳清成果。

## 今日不做 明日後悔

結合社區大眾力量  
澈底清除積水容器

### 盛水容器常刷洗

家戶內盛水容器，不用時倒置；  
使用時請加蓋。



室內容易積水的容器，記得每週  
刷洗！



### 觀賞容器要處理

繁殖水生植物可放入水草或小石頭，  
讓水面不超過石頭的高度。



觀賞用魚缸可養食蚊魚，像孔雀魚、  
大肚魚或台灣鬥魚。

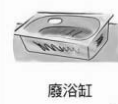
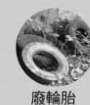


### 戶外積水都清除



### 廢棄容器要運走

廢棄容器，如果無法自行處理，  
要通知清潔隊運走。



# 台南市忠孝國中 多元入學超額比序說明

112.03.03 修正

一、依據【臺南區十二年國民基本教育免試入學超額比序「多元學習表現」採計原則】及【臺南區高級中等學校免試入學作業要點】。

二、十二年國教「超額比序」簡介：並不是所有免試入學的學生都可以一個蘿蔔一個坑平均分配到所有學校。當需求大過供給，A校只釋出600個免試入學名額，卻有800個學生想要來就讀，到底是哪600個學生可以順利進入？這些學生就得依據「免試超額比序積分」來比出順序。人數超過招生額時，依下列同分比序順序依序比較之：

- (1) 總積分（經濟弱勢-低收入戶學生優先錄取） (2) 志願序 (3) 多元學習表現總積分  
(4) 國中教育會考總積分 (5) 會考加註標示 (6) 志願序內之學校序及科別序。

三、臺南區免試入學超額比序項目對照表：**自七上開學日起，至九下開學前一日止**

比序項目	多元學習表現					
	競賽成績	獎勵紀錄	服務學習	社團參與	體適能	語言認證
最高分數	10分	15分	15分	15分	10分	5
最高採計50分(50/70)						
※ 有關「多元學習表現」之計分，不得因同一事由重複採計加分。						

※多元學習表現六個項目內容摘錄自採計原則，另加註本校規定，分項說明如下。

## 四、競賽成績：

※【採計項目】科學展覽、各學科能力競賽、語文類競賽、藝能類競賽、運動類競賽等。

※【採計認定】限國中階段（自七上開學日起，至九下前一日止）

- 除國際發明展外，國際性及全國性競賽項目以教育部公布之參考項目，始予採計。
- 區域性及縣市性競賽以各區公布之參考項目，且由直轄市、(市)政府教育局(處)主辦之競賽，始予採計。

名次 級別	第一名	第二名	第三名	第四名至第八名
	特優	優等	甲等	佳作/入選
國際	10分	9分	8分	7分
全國	7分	6分	5分	4分
區域/縣市	4分	3分	2分	1分

附註說明：

- 區域性競賽比照縣市性競賽計分。
- 團體賽依個人賽積分折半計算。

※請同學務必保管好相關獎狀或證明文件，以利於九下統一辦理認證作業。

## 五、獎勵紀錄：

※【獎懲類別】

獎勵：包括大功、小功及嘉獎三類。

懲罰：包括大過、小過及警告三類。

※【獎懲計分】

國中階段（自七上開學日起，至九下開學前一日止）

功過相抵後，無懲處紀錄者給予基本分3分，相抵後仍有懲處紀錄者給予0分。

獎勵	大功	小功	嘉獎
	加4.5分	加1.5分	加0.5分
懲罰	大過	小過	警告
	扣4.5分	扣1.5分	扣0.5分

## 六、社團參與：

※【計分標準】參加學校於課程內實施之社團，需定期訓練或研習，**每學期滿 16 小時以上**，並經教師評核通過者計 **3 分**，技藝課程亦列為社團採計。

## 七、服務學習：(詳細資訊請至學校網站多元學習專區下載)

※【實施時間】以課餘時間為主，如午休、假日等，且不影響學生學習之受教權為前提。

※【計分原則】採計國中在學階段(自七上開學日起，至九下開學前一日止)服務時數，每小時以 0.3 分計。

※「校內服務學習」包含學校舉辦之服務學習活動、各處室協助志工及各領域教師融入課程等。

\*【行政單位】相關資訊皆公布於學校網站及公布欄(導師辦公室前及學務處)。

\*【教師課程】各領域教師設計融入服務學習課程，由該教師事前提出計畫，並向學務處申請，並由主辦教師或服務對象(承辦人)簽章，最後交由學務處認證。

※「校外服務學習」依「臺南市公私立國民中學校外服務學習機構一覽表」之機構所舉辦的服務學習活動。由服務單位核發證明以利登記。

※非上述機構所辦理之服務學習課程或活動，須由學生(或其代理人)事先向學務處提出申請，留校備查始可採計，由服務機關(構)、法人、經政府立案之人民團體發給服務學習時數證明。



超額比序服務學習機構查詢

※拿到服務時數證明時，應至學務處領取服務時數登記表填寫，並由導師簽名後，以班級為單位，由負責之班級幹部於規定時間送至學務處衛生組審核登錄。

## 八、體適能：【檢測項目】肌耐力、柔軟度、瞬發力、心肺耐力。

※檢測成績以門檻方式計分：以個人同意完成四項檢測為原則，經醫院、學校或體適能檢測站認定無法完成檢測者得擇項檢測，按照計分標準予以計分。

四項均無(或僅一項)達門檻	任兩項達門檻	兩項達 50	兩項達 75	兩項達 85
4	6	8	9	10

※【成績證明】採學校依教育部體適能檢測標準檢測之證明或至合格體適能檢測站檢測之證明，其同學年度之檢測成績擇一採計，檢測成績依教育部體適能網站所記載之成績為準。(有相關活動訊息將公告於學校網站。)

※【採計期限】擇優採計國中在學階段(自七上開學日起，至九下開學前一日止)之檢測成績。

## 九、語言認證：108 學年度始，新增語言認證項目，詳見忠孝官網多元比序專區。

## 十、資料登錄確認：

每學期結束發給個人日常生活表現表，做紙本確認，若有錯誤請向學務處提出更正申請。

## 十一、資料即時查詢：有關學生個人之多元學習表現情形可上網查詢。

臺南市十二年國民基本教育多元學習表現查詢系統

<http://jhquery.tn.edu.tw/tnlogin.aspx> (第一次使用請先註冊帳號)

(日後忘記密碼，請親洽教務處資訊組辦理)



多元學習表現查詢系統

十一、本說明單說明項目若與台南市公佈之相關辦法有差異，以【臺南區十二年國民基本教育免試入學超額比序「多元學習表現」採計原則】及【臺南區高級中等學校免試入學作業要點】為準。若相關辦法有修正，本校得進行修正，並公告實施。

### 臺南區免試入學超額比序項目積分對照表

比序項目		積分換算					最高分數	備註	
1.	志願序	第1志願序學校 12分	第2志願序學校 11分	第3志願序學校 10分	第4志願序學校 9分	第5志願序學校 8分	12分	<p>學生參考國中學生生涯輔導紀錄手冊之生涯發展規劃書，選填志願。</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 每一志願序至多可選填3校為一群組，其志願序積分相同。</li> <li>2. 同一志願序學校如有多科別，選填時視為同一志願序，其志願序積分相同。</li> <li>3. 同一學校第2次選填，視為不同志願序。</li> <li>4. 第6志願序(含)後志願選填以單科為單位，以7分計。</li> </ol>	
2.	多元學習表現	國際賽	第一名 10分	第二名 9分	第三名 8分	第四至八名 7分	最高採計 50分 ( $\frac{50}{70}$ )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.限國中階段(七上至九上五學期)獲得之成績始採計。</li> <li>2.競賽項目：科學展覽、各學科能力競賽、語文類競賽、藝能類競賽、運動類競賽。</li> <li>3.同一性質或同一項目之競賽，僅擇優計分一次。</li> <li>4.<u>本項最高10分</u>。</li> </ol>	
		全國賽	第一名 7分	第二名 6分	第三名 5分	第四至八名 4分			
		縣市賽	第一名 4分	第二名 3分	第三名 2分	第四至八名 1分			
	獎勵紀錄								<ol style="list-style-type: none"> <li>1.由國中依學生表現計算之。</li> <li>2.獎勵紀錄、服務學習、社團參與各項單項最高採計15分。 (嘉獎/警告每支0.5分；小功/小過每支1.5分；大功/大過每支4.5分；服務學習每小時0.3分)</li> <li>3.體適能最高採計10分。</li> <li>4.語言認證最高採計5分。</li> </ol>
	服務學習								
	社團參與								
	體適能								
	語言認證								
3.就近入學		符合10分	不符0分				10分		
4.國中教育會考		<p>會考分數五科加上寫作測驗總積分為36分，每一科A++(7分)、A+(6分)、A(5分)、B++(4分)、B+(3分)、B(2分)、C(1分)。</p> <p>寫作測驗6級分1分、5級分0.8分、4級分0.6分、3級分0.4分、2級分0.2分、1級分0.1分、0級分0分。</p>				36分	多元學習表現採計前五學期，七上至九下開學前一日。		
		參考總分					108		

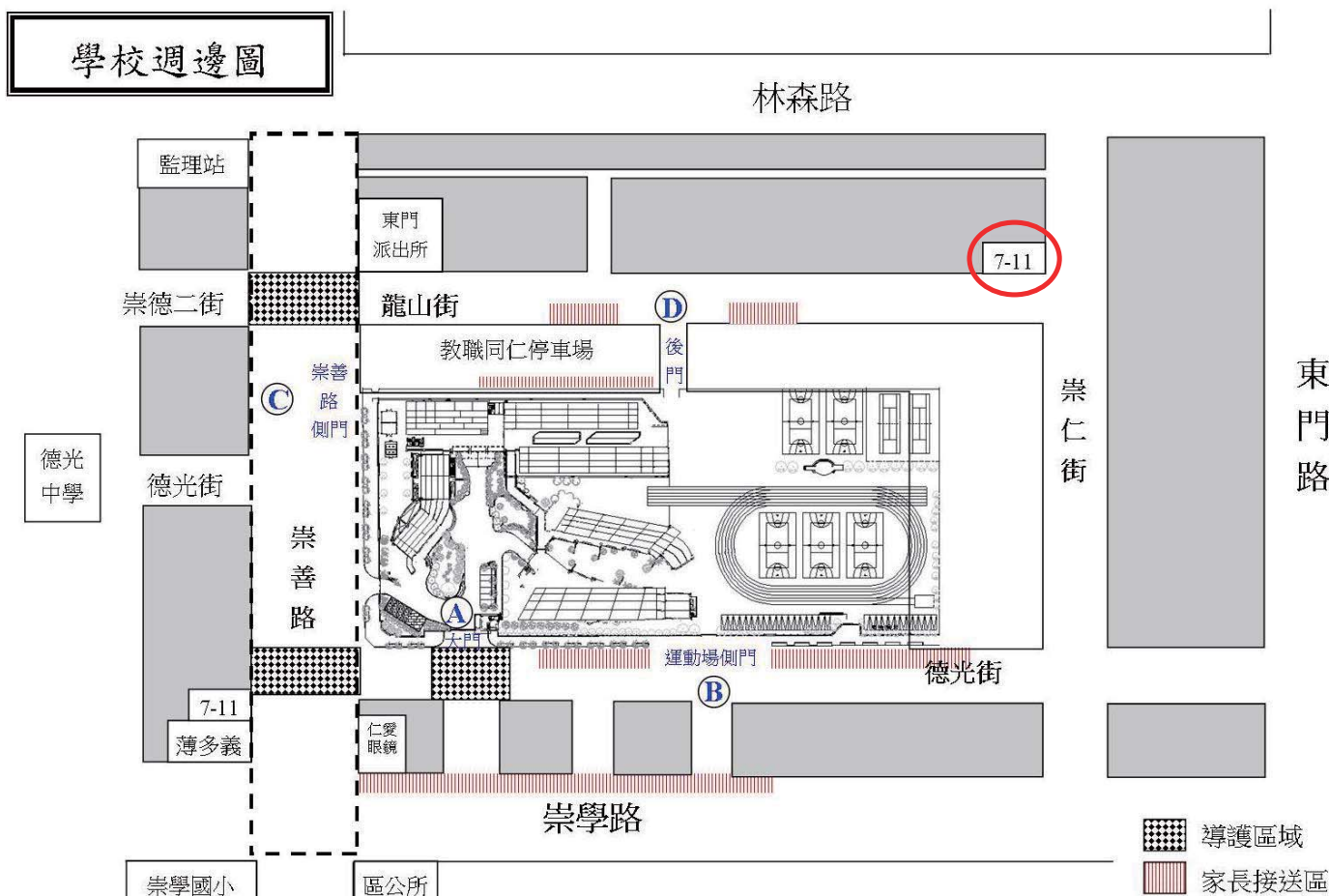


# 上放學交通路線說明

親愛的家長、同學，您好：

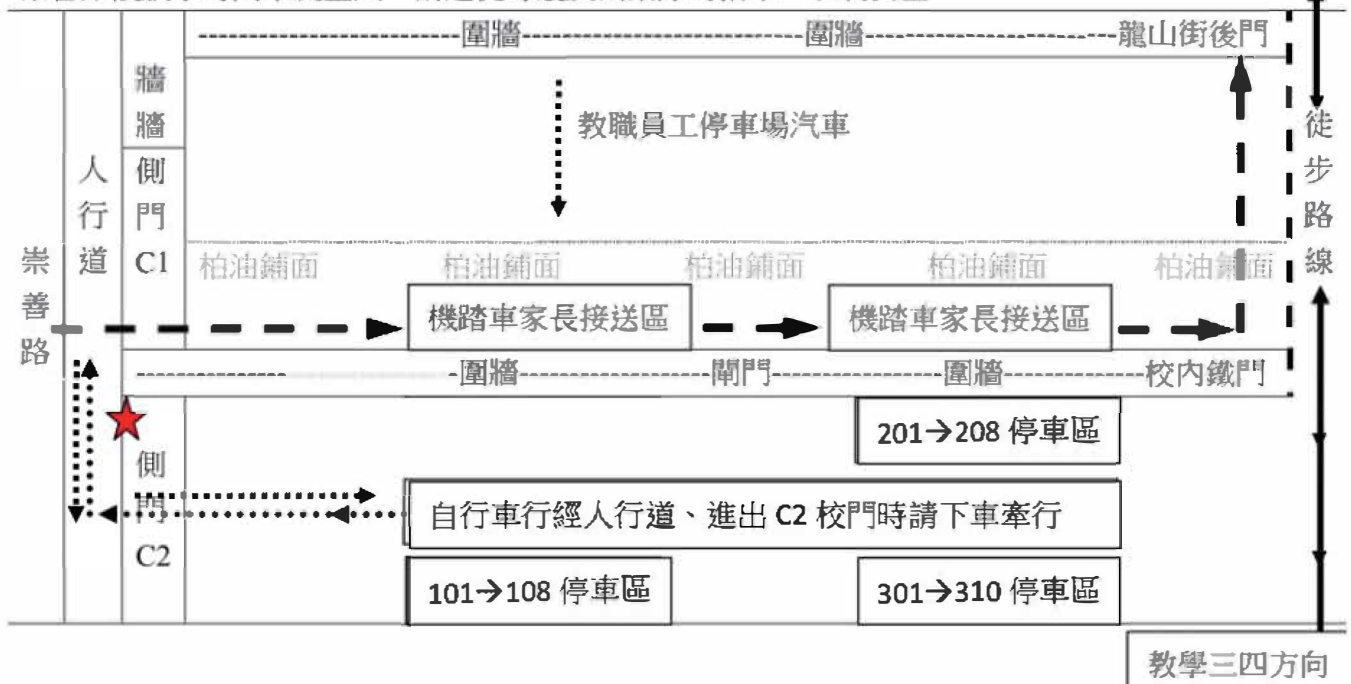
有鑑於本校上放學時段適逢交通尖峰期，容易造成學校周邊路段壅塞。本校重新規劃上放學路線，請各位家長以人車分流的概念來協助配合，避免耽誤自己寶貴的時間，相關路線說明如下：

1. 步行同學一律都由(A)正門以及(D)後門出入
2. 機慢車家長接送請一律從(C1)崇善路進入校內接送專區，再由(D)後門離開；請勿由C1出校門口，避免阻塞或發生危險。
3. 自行車與電動自行車騎士請遵守一般道路之交通規則，帶安全帽、不逆向、不雙載、不蛇行、不飆速，人行道區域及進出校門請下車牽行，一律由(C2)崇善路側門進出。
4. 汽車接送區域規畫在面對學校正門的右側紅線區域(1650-1720 可以臨停接送)，空間不大，嚴禁在住家前以及校門口前停靠等候，以免被拍照檢舉。請家長勿久候避免阻塞，等候時也請熄火勿怠速，維護空氣品質。建議可以跟孩子約定在稍遠處等候，如東門派出所旁銀座日式料理旁、崇仁街7-11、崇學路沿線等較寬廣區域。
5. 上下車時請從右側(靠人行道)進出，並請注意後方用路人。



## 校內教職員停車區暨家長機慢車接送區放大示意圖

崇善路段放學時間車流量大，請遵從導護及糾察隊的指示，以利安全



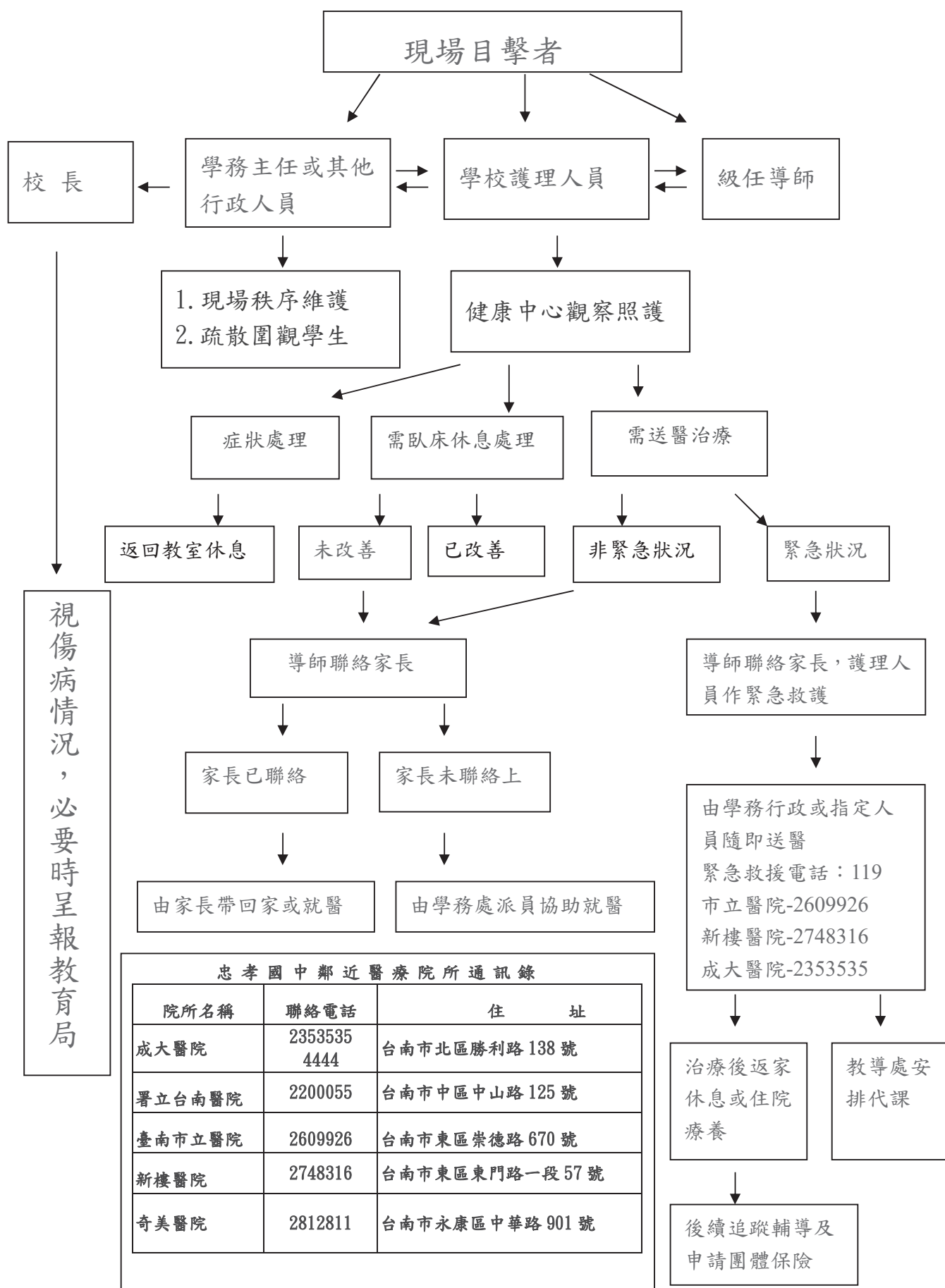
龍山街後門家長機車出口(請減速慢行)



校門口周邊禁止家長臨停接送



# 臺南市立忠孝國民中學校園緊急傷病處理流程



# 健康中心救護之後送處置的優先順序表

嚴重程度	極重度：1 級 危及生命 需立即處理	重度：2 級 緊急 在 30-60 分鐘內 處理完畢	中度：3 級 次緊急 需在 4 小時內 完成醫療處置	輕度：4 級 非緊急 需門診治療	非緊急 簡易護理即可
等待時間	死亡或瀕臨死亡 1. 心搏停止、休克、昏迷、意識不清 2. 急性心肌梗塞 3. 心搏過速或心室顫動 4. 疑為心臟病引起之胸痛 5. 呼吸窘迫、6. 呼吸道阻塞 7. 連續氣喘狀態、8. 癲癇重積狀態 9. 頸（脊椎）骨折 10. 嚴重創傷，如車禍、高處摔下、長骨骨折、骨盆腔骨折 11. 肢體受傷合併神經血管受損 12. 大的開放性傷口、槍傷、刀刺傷等 13. 溺水、14. 重度燒傷、15. 低血糖 16. 對疼痛無反應、17. 無法控制的出血	重傷害或傷殘 1. 呼吸困難 2. 氣喘 3. 骨折 4. 撕裂傷 5. 動物咬傷 6. 眼部灼傷或穿刺傷 7. 中毒 8. 闌尾炎 9. 腸阻塞 10. 腸胃道出血 11. 強暴	需送至校外就醫 1. 脫臼、扭傷 2. 切割傷需縫合 3. 腹部劇痛 4. 單純性骨折 5. 無神經血管受損者	發燒 38 度以上，輕度腹痛、腹瀉、嘔吐、頭痛、昏眩休克徵象等疑似傳染病慢性病急性發作	擦藥、包紮、休息即可繼續上課者。
臨床表徵					
嚴重程度	學校採行之處理流程	1. 供給氧氣、肢體固定或傷病急症處置 2. 撥 119 求援或打電話給距離事故地點最近之責任醫院與急救醫院 3. 啟動校園緊急救護系統 4. 通知家長 5. 指派專人陪同護送就醫 6. 視需要教導專處派人代課	1. 傷病急症處理 2. 啟動校園緊急救護系統 3. 通知家長 4. 由家長自行送醫，必要時或家長無法自行處理時，則需指派專人陪同護送就醫。 5. 視需要教導專處派人代課	1. 簡易傷病急症照護 2. 通知家長接回就醫 3. 如家長未能到校接回，經家長同意後，可派人陪同至附近醫療院所就醫	1. 簡易傷病急症照護 2. 擦藥、包紮、固定或稍事休息後返回教室繼續上課 3. 傷病情況特殊時以通知單、聯絡簿或電話告知家長 4. 不須啟動學校緊急傷病處理流程，亦不須通報，僅須知會導師

# 總務處報告：

## 一、總務處的目標提供安全、妥善、舒適、優質的教學環境。

### (一) 工作重點：『安全』、『衛生』與『開源』、『節流』

- 1、安全：學校各項教學設備及運動、休閒設施，均以師生安全操作與使用為第一優先。隨時掌控、加強門禁管理與校園安全狀況。
- 2、衛生：飲用水設備今年增設 RO 系統並持續定期維護，希望讓同學能飲用安心，另外也要求營養午餐供應商符合各項衛生、營養規定，確實依據 4 章 1Q(吉園圃、CAS、有機農產品、產銷履歷 TGAP 等 4 標章，以及 QRcode 可追溯系統的農產品)，作為食材供應標準。
- 3、開源：積極爭取政府補助經費，執行使用者付費觀念，開闢社會資源。
- 4、節流：有效規劃各項經費，落實省水、省電、省油、省能及節約各項通訊費用，宣導愛惜公物，確實執行班級公物保管制度。

## 二、學校例行業務及目前規劃中的重點工作

### (一) 112 學年度目前已完成並預定業務：

1. 各班教室課桌椅及班級公物整修。
2. 嚴防病媒蚊孳生與防疫部屬，已於 08/24 (四) 進行室內外消毒工作並規劃校區全面噴藥。
3. 水塔已於暑假 8/16(三)清理完畢。
4. 全校飲用水定期水質檢測及保養，7/31(一)完成本年度第 3 季飲水機水質檢驗。
5. 7 月、8 月兩次校園修整樹木及割草作業完成。
6. 冷氣管理部分：班級教室及專科教室皆從早自修至第八節打開電譯，由各班依教育部班級冷氣使用及管理注意事項內容執行。
7. 忠孝館及專科教室吊扇及燈具清洗完畢。
8. 學校太陽能場域安全防護網工程完工(教學一二、行政一、忠孝館)。
9. 幼兒園二歲專班設置教室工程完工。
10. 8/28 (一)、8/29 (二) 新生班級二歲專班多功能教室油漆工程。

### (二) 目前規劃重點工作：

1. 總務處志工主要由一、二年級組成，以學校清潔、活動支援為工作內容。
2. 檢修各樓層損毀之廁所、門板…等，進行修護。
3. 校園樹木、花草之修剪美化。
4. 檢修班級課桌椅及教室公物。

## 家長會報告：

家長會秉持「取之家長，用之學生」的理念，用所募得之資，用於支持學校各項活動，如科展獨立研究、社團活動、各體育團體競賽活動，這些活動也都承蒙家長會的支援而得以成行。而本年重要活動經費茲簡易摘錄如下表所示，也敬邀各位熱心的家長能加入家長委員會，一同支持學校往更優質的道路邁進。

處室	項 目	金額(元)
教務處	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 國語文競賽用具、車資、點心、茶水等相關費用(演說、字音字形、小小解說員)。</li> <li>2. 英語文競賽用具、車資、點心、茶水等相關費用(英語演說、讀劇)。</li> <li>3. 原住民、客語相關比賽費用。</li> <li>4. 科學競賽用具、車資、點心、茶水等等相關費用(科展、獨立研究、手擲機、微電影等)。</li> <li>5. 會考祈福活動、文具用品費用(如祈福供品、文昌筆、夾鏈袋)。</li> <li>6. 新生數理競試、科學運動會、寒假營隊相關活動費用(含學生獎勵、工作費用)。</li> <li>7. 閱讀競賽比賽費用。</li> <li>8. 樂學營活動費用。</li> <li>9. 童軍露營晚會及榮譽班級獎金。</li> </ol>	351,148
學務處	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 藝文團隊(舞蹈、直笛、合唱團、舞龍舞獅)比賽經費(含材料、車資、外聘教師及教練.等)。</li> <li>2. 體育團隊比賽經費(如籃球、躲避球、游泳、跆拳道...等，無法由學校經費支應部分，如遊覽車、遮陽帆布、餐費補助...等)。</li> <li>3. 運動競賽(裁判費用...)</li> <li>4. 相關校園安全費用(如登革熱、交通安全..等)。</li> <li>5. 運動績優及優秀畢業生獎勵生。</li> <li>6. 校慶總錦標、破紀錄獎金。</li> <li>7. 做十六歲活動費用。</li> <li>8. 緊急防疫費用補助。</li> </ol>	386,363
總務處	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 緊急修繕補助。</li> <li>2. 日、夜警假日值班津貼(加班費...等)。</li> <li>3. 總務處學生志工相關獎勵品。</li> </ol>	52,116
輔導室	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師節、母親節、聖誕節..等節慶活動費。</li> <li>2. 身心障礙學生至學習地之車資。</li> <li>3. 技藝競賽表現優良學生。</li> <li>4. 高關懷課程材料補助費。</li> <li>5. 高關懷學生、特殊學生等生活照顧。</li> </ol>	102,736
幼兒園	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 幼兒園冷氣費使用</li> <li>2. 講座講師、訪視來賓、甄試委員、志工媽媽之指導費、禮物、茶水餐點費等</li> <li>3. 探訪學童伴手禮</li> <li>4. 校外教學活動等雜支、車資與保險補助</li> <li>5. 耶誕節、母親節、節慶慶典活動等活動補助</li> <li>6. 教學主題活動費用補助</li> <li>7. 校慶親子運動會-教練團團費、音響、茶水餐點</li> </ol>	10,430
	合計	902,793

孩子的成長

需要您共同的支持!!!

# 輔導室報告：

## 一、適性輔導

為了因應教育部實施十二年國民基本教育，學校需確保國中教學品質，教育部規劃推動「落實國中教學正常化、**適性輔導**及品質提升」方案，；教育部表示，十二年國教是否成功，關鍵之一在於國中端的教育是否落實教學正常化及全人發展五育並重，隨著**免試入學**，**學生生涯發展教育**也是學校輔導工作重要一環，因此，輔導室規劃**多元探索活動**，**協助學生找到其性向與興趣**，進而找尋其最佳之進路選擇，使十二年國教能順利推動。

多數國中畢業生以免試入學方式升讀高中、職校及五專，學生可參考個人的能力、性向、興趣及人格特質等因素，透過體驗活動、社團參與及輔導活動課程安排，提供適性的生涯規劃建議，讓國中生得以適性揚才。

為落實國中生生涯輔導機制，培養學生生涯抉擇能力，並協助教師、家長在輔導學生進行生涯規劃時有所依據，教育部著手設計「**生涯輔導紀錄手冊**」，涵括：**學生的成長軌跡、各項心理測驗結果、學習成果及特殊表現、生涯輔導紀錄等**，並透過生涯發展規劃書，幫助學生在進行進路規劃時有更清晰、明確的步驟和方式。

目前全校每位學生都有一本「**國中生涯發展紀錄手冊**」，記錄孩子在國中生涯中的成長過程，且於每學年結束時，學生會帶「**國中生涯發展紀錄手冊**」回家，建議家長能參考這本手冊的各項紀錄，與您的寶貝聊聊，並聽聽孩子的想法，必要時可與學校老師一起討論，以協助孩子在生涯洪流中，找到適合的航道，讓他們帶著滿滿的祝福，張帆遠颺，過著幸福、美滿、充實又有意義的人生！

**本校推動生涯發展教育內容如下：**

一年級：新生智力測驗、學習適應量表、自我探索課程、輔導活動課介紹職業類科、七年級生涯探索營、職業達人講座、技職講座。

二年級：行為困擾量表、多因素性向測驗、生涯規劃課程、職業試探、技藝職群介紹、高職參訪與實作、輔導活動課介紹職業類科、職業達人講座、技職講座。



三年級：我喜歡做的事、多元進路輔導宣導、技藝教育課程、綜合高中宣導、多元入學博覽會、均質化社區高中職參訪活動。

<http://12basic.tn.edu.tw/> 臺南市教育局十二年國教資訊網






二、辦理「教育優先區計劃」親職講座：

場次	講座資訊	報名表單連結
場次一	(1) 時間：112 年 10 月 21 日 9:00-12:00 (2) 地點：忠孝國中 4 樓演藝廳 (3) 講師：張宇傑心理師 (4) 講題：談情說性-如何與青少年談性問題	 <a href="https://forms.gle/q4yhbMAKteb21LFi8">https://forms.gle/q4yhbMAKteb21LFi8</a> (請於 112.10.18 前完成報名)
場次二	(1) 時間：113 年 3 月 9 日 9:00-12:00 (2) 地點：忠孝國中 4 樓演藝廳 (3) 講師：陳志恆心理師(諮商所心理師、暢銷書作者) (4) 講題：如何陪伴孩子高效學習	 <a href="https://forms.gle/Eu8dXVHVHRqSiMnm7">https://forms.gle/Eu8dXVHVHRqSiMnm7</a> (請於 113.3.05 前完成報名)

三、鑑於社會急遽變遷與開放，青少年的性觀念有所偏差，請家長們能在平日多注意子弟的交友狀況及教導孩子學習尊重異性，學校每學期安排性別平等教育融入課程及宣導活動協助學生建立正確的性別平等觀念。

<a href="https://www.gender.edu.tw/web/index.php/home/index">https://www.gender.edu.tw/web/index.php/home/index</a> 教育部性別平等教育網站	
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------

四、本校志工團敦聘賴月霞小姐擔任團長，每學年會規劃 5~6 次成長課程，內容豐富、實用，歡迎家長踴躍參與。

五、本校教育儲蓄戶捐款資訊如下，感謝家長熱心捐助，由於您的捐助，本校經濟弱勢的學生得以安心就學。


## 忠孝國中 教育儲蓄戶 強力募款中

**1.服務項目：**  
本校經濟弱勢學生之學費、雜費、代收代辦費、餐費或教育相關之生活費用。

**2.目前現況：**  
2021年教育儲蓄戶共支出19317元。每年穩定的支出，但缺乏穩定的收入來源。

**3.可以怎麼做：**  
可以將您的現金交給出納組或透過以下資訊匯款。

戶名：臺南市立忠孝國民中學教育儲蓄戶  
銀行代碼：004. 分行代碼：0093  
公庫名稱：臺灣銀行台南分行  
帳號：009045096192



六、台南市家庭教育中心，家庭諮詢專線：06-4128185。

## 七、輔導園地之好文分享

### 奧運金牌背後的秘密武器：郭婞淳寫九本「勇氣小本本」度過低潮，鼓勵學生勇敢追夢

\* 資料來源:親子天下翻轉教育

[https://flipedu.parenting.com.tw/article/008072?utm\\_source=Flipedu.Webpush&utm\\_medium=referral&utm\\_campaign=cp-w3-media-008072-230220](https://flipedu.parenting.com.tw/article/008072?utm_source=Flipedu.Webpush&utm_medium=referral&utm_campaign=cp-w3-media-008072-230220)

\* 文 王寶莉 2023-02-17 08:46 更新:2023-02-20 15:59

郭婞淳，2020 東奧舉重女子 59 公斤級金牌得主，抓舉、挺舉、總和三項世界紀錄保持者，是走到哪裡都有人會認出的名人。郭婞淳人生的轉折也發生在國中。就讀台東寶桑國中時，遇到的啟蒙教練林尚儀對郭婞淳說：「你可以打籃球、也可以跑田徑，但只有舉重可以讓你站上國際舞台。」

「林尚儀教練的嚴格裡帶有溫暖，」郭婞淳一邊點頭，一邊說著國中時期教練對她的影響。「當時，林教練將信任種子埋在我心裡，每天不斷對我澆水、鼓勵我努力、日復一日，我才能茁壯長大到今天。」郭婞淳紅著眼眶，哽咽說著對林教練當年慧眼識英雄的感激。同時，這也是讓郭婞淳勇敢選擇改變自己的命運時刻。

### 帶金牌現身說法，鼓勵孩子多努力、別放棄

郭婞淳帶著自己的奧運金牌到現場和學生分享奪冠之路，回顧從國中時百般不願選擇舉重，到參加里約奧運承擔全國期待卻失敗、受傷然後繼續堅持，這些歷程都很不容易，都需要勇氣。

「不要只看到成功的人很厲害的那一面，其實背後更多是你沒看到的努力。你們也要加油，不要怕，不要輕易就放棄，要再多相信自己一點。好嗎？」

2016 年的里約奧運曾是她最在意、最緊張的一場比賽，也讓她日有所思夜有所夢，因為全台灣的人都覺得她應該就是要得到冠軍才對，結果自己得失心太重，只得到第三名。那次經驗讓她非常難過。但自認「情緒調整很快」的郭婞淳也與學生分享，因為里約奧運失利，讓她在隔年 2017 世大運上不僅為台灣拿下第一面金牌，更一舉打破世界紀錄。我想所有人都不會忘了那場賽後記者會，郭婞淳哽咽說著：「我相信，那 142 公斤，是全台灣人幫我一起舉起來的」。即使過了多年，重看影片的我還是會感動到落淚。

### 舉重冠軍曾排斥舉重？「要有勇氣，選擇改變自己的命運」

「柔道」是郭婞淳第一個接觸的運動，第一次參加比賽就獲得金牌。「你們知道為什麼我第一名嗎？因為那時候沒人參加比賽啦！後來有人了，所以我就第二名啦～哈哈」。喜愛團隊運動的郭婞淳，國小小時期曾參加田徑、籃球、角力及舉重。因為學校人數不足，籃球隊解散，所以專攻田徑。主攻 100 公尺及 400 公尺接力的郭婞淳，在一次奪牌機會濃厚的重要賽事，竟然眼睜睜看著棒子從自己手中掉落，不但連累隊友，更自責到躲在廁所痛哭不願出來。

擦乾眼淚，連郭婞淳自己也沒有想到，她竟在隔天無心插柳的舉重項目，獲得人生中第一面舉重金牌（全中運）。「但你們以為我就此走上舉重之路嗎？嘿嘿～才沒有耶！那時候角力跟舉重都要穿那種很貼身的衣服，我很害羞耶～我還是最喜歡跑步阿！」結果，沒想到郭婞淳又接連在全國原住民運動會田徑賽上，再次

掉棒跟滑倒。但是她還是很排斥練舉重，當時寒假媽媽幫她跟教練請假四天，結果她整個寒假都不見人影，還因為舉重連學校都不願意去。

教練也很生氣，但因為「實在太想跟隊友一起運動了！」郭焯淳就請同學幫忙跟教練求情，結果教練說「你要練田徑，舉重就要跟著練。」但一直到很後來的一次聊天，郭焯淳才發現當時自己聽錯了，原來教練是要她「二選一，你是要練田徑還是要練舉重。」**「我還是很感謝這段美麗的誤會啦！因為這樣，我才有機會繼續接觸舉重。」**郭焯淳傻笑說著。

## 受傷陷低潮卻從此愛上閱讀「真的真的、可以帶來很大的力量」

從 2010 年（當時 17 歲）獲得新加坡青年奧運舉重項目 53 公斤級銀牌開始，2011 年便以陪練員身分開啟國家隊生活；接著 2011~2013 年可說是郭焯淳的第一個人生巔峰：2012 年倫敦奧運舉重項目 58 公斤級第六名、2013 喀山世界大學運動會 58 公斤級金牌、2013 中國天津東亞運動會 58 公斤級金牌，信誓旦旦覺得 2014 年亞運勝券在握。但人生不會就此一帆風順，就在亞運前四個月訓練時，郭焯淳被 140 公斤槓鈴壓傷右大腿。「好險耶～好險只有 70% 的肌肉斷裂，我的骨頭跟肌腱都沒事。」面對極大嚴重的運動傷害，在郭焯淳眼裡卻有著滿滿的感恩。「其實我在復健過程中並沒有很負面的想法，因為我一心一意就只有想著我要參加亞運。**有目標的時候，雖然會有點徬徨，有時候也會左顧右盼，但你還是會回到你的目標，因為就是想要去達成目標。**右腿受傷時我還是照練左腳跟上半身的肌力阿！完全都沒有休息。」郭焯淳難得嚴肅對著學生說。但也因為這次受傷，讓郭焯淳多了許多獨處自我對話的機會。國家代表隊林敬能教練送給郭焯淳一本書，書裡面的這段話完全詮釋了郭焯淳當時心情：「放聲笑吧！就像從未受傷過一樣。為重返生命而咬牙苦練，生命並非因為悲傷才有意義。若上天執意要藉由患難錘鍊一個人的生命，我選擇笑著迎接這個使命。」

這段話宛如給了郭焯淳恍然大悟的一道光，讓她更有力量、更想往前衝的鬥志。這世間有很多不完美，但它總會因為一些人的存在，變得更加柔軟而明亮。

**也就是從那時候，郭焯淳開始喜歡上閱讀，她會開始去逛書店、買自己想看的書。「真的，它會在你每個遇到不同的階段，可能是一段故事或一句話，帶著你前進。我也不是一開始就喜歡閱讀，然後就看書的。可能你們現在也沒有很喜歡閱讀，但我真的很想跟你們說，閱讀真的真的（握拳）可以帶給你們很大的力量呢！」**

「而當我喜歡閱讀書後，我開始學做筆記，我會把喜歡的句子畫下來，然後整本看完後我會再重翻一次，把剛剛喜歡的句子抄寫下來。**我把它們叫「小本本」，目前已經寫到第九本。有時候，當我又遇到問題或困擾時，就像是廟裡求籤占卜似的，筆記本裡的那句話就是會打動到我。」**郭焯淳分享。

一直到 2014 年受傷與閱讀之前，郭焯淳都自認是一個安靜、默默認真練習的選手。極少說話，即使面對媒體也是記者問一句、她答一句，然後就沒了。她不知道要說什麼，也不懂得用更多的詞彙來表達自己心裡想說的話。「**但是自從我喜歡閱讀後，我開始慢慢地去學習怎麼說話，現在，我可以一個人拿著麥克風站在大家面前一直講話，講到我都覺得自己有點吵了耶！」**郭焯淳回頭看著自己這幾年來的成長與轉變，如同她簡報上的標題寫著：

「人生不會一帆風順，失望、正面、接受（它）。只要調整好心態，逆風也會變順風」。

## 給自己設定階段性目標，「時間樓梯」肯堅持就能一步步往前

郭焯淳很了解眼前這些 7~15 歲的國中小學生心裡在想些什麼。如同她那時也曾逃避練舉重，所以她用過來人的經驗與學生分享。「不要急，慢慢來，先為自己設定一個目標，這目標可大可小，但當目標設定好後，

你就要去想，接下來要怎麼做才能達到這個目標。」讓自己每個時期都有「階段性目標」。不用將目標設定的很高很大，才代表很厲害。郭婞淳用很簡單的例子，說這就像「爬樓梯」一樣，你不可能一步登天，但是你可以有時走一格、有時走兩格，有時候累了還可能會倒退，但是沒關係，你知道你最終的目標就是要走到最上面，不要急，漸漸的，你就會發現其實是有在往上、愈來愈好的。

「走過以後，才會發現只要肯堅持下去，自己內心深處的力量，遠比任何想像中的困難都要強大。」

當郭婞淳開始有了亞奧運的目標，她就不斷的告訴自己這句話。「或許你們可能會覺得很累，覺得自己達不到，但不要放棄，你要讓自己退一步，不要當下就放棄。你要慢慢的去切割你的目標，是不是目標一下子設的大高了？或是再給自己多一點的時間，拉長看待時間階梯，最後你會發現，你是有慢慢的接近目標的。」最終她成功站上 2020 年東京奧運女子 59 公斤級頒獎台，「我等這個時刻好久好久了，但我也不是一天就突然達成的，你們也要給自己多一點的時間，設定好目標，然後一點一點的努力。慢慢堆疊是很重要的態度！」

郭婞淳想對學生說的 3 件事：

**1.要有勇氣選擇改變自己的命運 2.設定階段性目標、時間樓梯 3.閱讀帶來的力量**

八、特殊教育諮詢專線：目前由資料組標靜雯老師協助相關行政業務，另外每位特殊需求學生另安排個案管理人員提供諮詢及服務，家長若有相關問題可以電話聯繫或至學校商談。教師聯繫方式如下：輔導室專線電話：2670495-152、資源班專線電話：2670495-125。

# 特殊教育學生家庭支持服務實施計畫

## 一、依據：

- (一) 特殊教育法第38條、第52條。
- (二) 身心障礙學生支持服務辦法。

## 二、目的：

- (一) 提供本校身心障礙學生家庭支持服務。
- (二) 提供本校特殊教育學生家庭諮詢、輔導、親職教育、轉銜等支持服務。
- (三) 結合家庭、學校及社會資源，提供特殊教育學生整合性服務。

## 三、服務對象：

經臺南市特殊教育學生鑑定及就學輔導會鑑定之特殊教育學生（含身心障礙學生、資賦優異學生、身心障礙資賦優異雙殊學生）及學生家長。

## 四、辦理期程及事項：112學年度(112年8月1日至113年7月31日)

- (一) 開學後二週內提供特殊教育學生家庭支持服務內容並轉告學生家長，並在學校網頁上不定時公告及更新相關訊息，必要時應依據家長之個別需要調整服務內容及方式。
- (二) 於學年度結束，依據教育局公告於線上填報檢核表。

## 五、服務內容：

### (一) 轉銜輔導及服務

- 1、於開學後一個月內，召開訂定個別化教育計畫會議，邀請學校相關人員及家長參加，並視需要邀請學生原安置場所或就讀學校相關人員參加，且個別化教育計畫內容，應符合特殊教育法施行細則第9條規定。
- 2、資賦優異之學生，以協同教學方式，考量資賦優異學生性向、優勢能力、學習特質及特殊教育需求，訂定資賦優異學生個別輔導計畫，必要時得邀請資賦優異學生家長參與。
- 3、召開轉銜會議，邀請家長參加，做成之轉銜服務資料得依家長需求提供家長參考。轉銜服務資料包括學生基本資料、目前能力分析、學生學習紀錄摘要、評量資料、學生與家庭輔導紀錄、專業服務紀錄、福利服務紀錄及未來進路所需協助與輔導建議等項。

### (二) 協助家長申請相關服務

- 1、告知家長相關特殊教育學生各項教育補助及福利服務。

- 2、協助家長申請所需要之教育經費補助或服務，例如：教育輔助器材、適性教材、人力協助、復健服務、交通車或交通費、教育代金補助等。

### (三)家長諮詢服務

- 1、提供特殊教育教師巡迴服務、專業人員服務等專業諮詢服務。
- 2、以多元溝通方式，如聯絡簿、家庭訪問、電話訪問、電子信箱等，提供特殊教育學生家庭有關教養、就學等問題之諮詢。
- 3、提供單一諮詢服務窗口及服務時間表，並視家長（庭）需要隨時提供適切支持服務
- 4、於學校網路連結相關特教服務網頁，並提供家長各教育大學特教中心諮詢專線及其他相關機構之服務電話。

### (四)親職教育

辦理研習或小團體等親職講座課程或戶外教學活動，增進特殊教育之家長相關知能。

### (五)特殊教育相關研習及資訊

利用每學期初親職座談會或其他相關會議以書面資料或口頭方式，提供特殊教育學生家庭有關教育、福利、醫療等機構或措施之相關資訊。包括諮詢、輔導、親職教育等資源服務，必要時應依據家長之個別需要調整服務內容及方式。

### (六)其他行政支持

- 1、學校至少有一名特殊教育學生家長為家長會常務委員或委員，以利特殊教育學生參與學校事務，協助校內推動特殊教育工作。
- 2、成立特殊教育推行委員會並有學生家長代表。
- 3、定期工作檢討：每學年召開特殊教育成效評估檢討會、製作成果、擬定下學年工作計畫等。

## 六、預期效益：

整合學校教育資源與家庭教育支持系統，提供特殊教育學生家長必要之支持，期使特殊教育學生獲得充分的學習，完善的照顧。

## 七、本計畫核准後實施，修正時亦同。

# 忠孝志工團招募



親愛的家長，您好：

首先，感謝您對忠孝國中志工團的支持與關懷，更希望由於您的加入與協助，使得各項校務工作得以順利的推展。您的加入能讓我們為孩子營造一個更安全快樂的成長空間與優質的學習環境！

忠孝的孩子，因為有您而更加安全幸福。即日起，我們竭誠歡迎有意願的家長熱心參與「志工認養」的服務項目，為忠孝這個大家庭奉獻出您的愛心與專才！

※以下為本校志工團相關資訊：

壹、服務組別：

1. 學務處：

(A)交通導護組：協助早晨（7：00～7：30）或下午（16：55～17：15）導護工作。

(B)體育器材組：協助體育器材借用管理。（嚴重缺人，急需您的加入）

2. 教務處：

(C)圖書館志工組：協助書籍借還管理。

3. 總務處：

(D)校園美化組：協助校園美化綠化工作。

4. 輔導處：

(E)美髮義剪組(每月一次)：協助清寒學生整理頭髮。

(F)活動組：協助學校大小型活動。

貳、志工團員權利與義務：

1. 志工意外事故保險：執勤時間由本校負責辦理志工意外保險事宜。

2. 參加志工服務團的各種活動：成長課程及每年一次出遊。

3. 志工得借閱本校圖書室書籍及雜誌。

4. 推舉或被推舉志工服務團之團長或幹部。

5. 服務績優之志工得由本校頒發服務優良感謝狀。

6. 本團之志工應以協助學校，服務學童為原則，不得有下列情事發生：干涉校務、圖利營私、談論政治、傳播宗教、批評攻訐、責備處分、外洩機密、關說請託、造謠生事、起會借貸等事情發生。

## 臺南市忠孝國中志工報名填寫表

志工姓名		性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	原住民	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否
出生年月日	年 月 日	身分證字號			
手機號碼	(0) (手機)	加入日期	年 月 日		
通訊住址					
是否參加過志工基礎訓練	<input type="checkbox"/> 是 (結業日期: 年 月 日) <input type="checkbox"/> 否				
是否參加過志工特殊訓練	<input type="checkbox"/> 是 (結業日期: 年 月 日) <input type="checkbox"/> 否				
舊制紀錄冊號	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 ( ) 字第 ( ) ( ) 號				
紀錄冊號	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 ( ) 號 發給單位 ( )				
是否加入救災志工	<input type="checkbox"/> 是 <input type="checkbox"/> 否				
職業	<input type="checkbox"/> 工商人士 <input type="checkbox"/> 公教人員 <input type="checkbox"/> 退休非公教人員 <input type="checkbox"/> 家管 <input type="checkbox"/> 學生 <input type="checkbox"/> 退休公教人員 <input type="checkbox"/> 其他_____				
學歷	<input type="checkbox"/> 博士 <input type="checkbox"/> 碩士 <input type="checkbox"/> 大學 <input type="checkbox"/> 專科 <input type="checkbox"/> 高中 <input type="checkbox"/> 職校 <input type="checkbox"/> 國中 <input type="checkbox"/> 小學 <input type="checkbox"/> 其他				
專長	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 家電修理 <input type="checkbox"/> 機械 <input type="checkbox"/> 汽車修理 <input type="checkbox"/> 工藝 <input type="checkbox"/> 刻印 <input type="checkbox"/> 印刷 <input type="checkbox"/> 語文 <input type="checkbox"/> 文書事務 <input type="checkbox"/> 編輯 <input type="checkbox"/> 打字 <input type="checkbox"/> 美工 <input type="checkbox"/> 縫紉編織 <input type="checkbox"/> 烹飪 <input type="checkbox"/> 美容美髮 <input type="checkbox"/> 家事服務 <input type="checkbox"/> 護理 <input type="checkbox"/> 手工藝 <input type="checkbox"/> 電腦 <input type="checkbox"/> 攝影 <input type="checkbox"/> 團康 <input type="checkbox"/> 管理 <input type="checkbox"/> 會計 <input type="checkbox"/> 作物栽培 <input type="checkbox"/> 農牧藝 <input type="checkbox"/> 音樂 <input type="checkbox"/> 體育 <input type="checkbox"/> 心理諮商 <input type="checkbox"/> 駕駛 <input type="checkbox"/> 特殊教育 <input type="checkbox"/> 其他_____				
證照	<input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有 師或 _____ 證(如律師或技士證、導遊等)				
服務組別 (請填英文代號， 可複選)		可服務時間			
備註 (請勾選)	<input type="checkbox"/> 子弟目前就讀本校。班級: _____ 子弟姓名: _____ <input type="checkbox"/> 子弟曾就讀本校。畢業年度: _____ 子弟姓名: _____ <input type="checkbox"/> 本校退休或離職的教職員工 <input type="checkbox"/> 社區人士				

請撕下繳回

※填妥後，請貴子弟協助交回輔導室輔導組，謝謝合作！

簽名處: \_\_\_\_\_