

臺南市立建興國民中學

111學年度第二學期

班親會手冊



活動時間 | 112年3月11日 上午

活動地點 | 建興館、各班教室

臺南市立建興國民中學 111 學年度第二學期班親會 程序表

- 一、活動目標：1.加強家庭倫理觀念，強化親職教育功能。
 2.協助學生家長扮演正確父母親的角色，導引青少年身心健全發展。
 3.提供家長正確的教育方法，幫助學生成長。
 4.提供老師、家長、學生未來生涯發展的資訊及選擇。
- 二、主辦單位：學務處。
- 三、協辦單位：教務處、輔導室、總務處、人事室、會計室、家長會。
- 四、活動時間：民國 112 年 3 月 11 日（週六）上午 8：20 至 11：40。
- 五、活動地點：建興館、各班教室。
- 六、參加對象：全校教職員工及家長。
- 七、活動程序表：

時間	活動內容	地 點	主持人/主講	備註
08：00 08：20	教室佈置準備工作	各班教室	學務處 各班導師	
08：20 08：30	講座報到	建興館	接待組	講座相關資訊會在學校網頁公布，供家長參閱。
08:30 08:50	校務工作報告	建興館	陳建和校長 各處室主任	
08:50 09:00	交通安全及反毒宣導	建興館	李明山主任	
09:00 10:30	親職講座	建興館	李依璇心理師	
10:30 10:40	三年級志願選填說明	建興館	楊欣叡組長	
10:40 11:40	班級親師座談會	建興館(三年級)/ 各班教室(一、二年級)	一二三年級各 班導師	請專任教師巡迴任教班級與家長座談
11：40 12：30	導師會報	大會議室	李明山主任	



按讚分享

捷報



本校學生參加「臺南市 111 年度全國語文競賽」，榮獲佳績！

211 李炯毅 榮獲 族語朗讀（太魯閣族）甲等

本校學生參加「臺南市 111 年度語文競賽」，榮獲佳績！

211 李炯毅 榮獲 族語朗讀（太魯閣族）第一名（決賽）

117 李柏諺 榮獲 國語演說第二名（決賽）

306 林品均 榮獲 作文第一名（預賽）、作文第三名（決賽）

311 廖倜榆 榮獲 寫字優勝（預賽）、寫字優勝（決賽）

205 蘇程玟 榮獲 寫字優勝（決賽）

103 張詠筑 榮獲 作文優勝（決賽）

112 張芳瑜 榮獲 作文優勝（決賽）

120 張巧蓁 榮獲 國語朗讀優勝（決賽）

本校學生參加「臺南市 111 學年度『魔法語花一頁書』」，榮獲佳績！

111 郭丞恩、120 王品云、210 馮庭葳 榮獲 國中一般 E 組 佳作

本校學生參加「臺南市 111 年度英語文競賽」，榮獲佳績！

209 顏辰芸 榮獲 說故事 A 組 特優

311 蔡禕姍 榮獲 說故事 B 組 甲等

112 張芳瑜、116 林瑞鵬、117 董沁瑜、117 蔡諾苙、

208 徐愷宏、210 馮庭葳 榮獲 讀者劇場 A1 組 優等

301 柯欣妤、301 潘宥辰、306 鍾欣霓、311 戴鈺凌 榮獲 團體歌唱 A1 組 表現優良

本校學生參加「111 學年度雲嘉南區國中數學競試」，榮獲佳績！

205 蘇程玟 榮獲 金牌獎

303 楊滄佑 榮獲 銅牌獎

309 王泓閔 榮獲 銅牌獎

318 薛渝樺 榮獲 優等獎

205 羅子堯 榮獲 優等獎

306 黃君赫 榮獲 佳作獎

313 楊于敬 榮獲 佳作獎

305 林秋翰 榮獲 佳作獎



按讚分享



本校學生參加「臺南市 111 年公私立國民中學數學競賽」，榮獲佳績！

318 薛渝樺 榮獲 一般組金牌

318 歐翰倫、207 林佑佳、207 宋承翰 榮獲 一般組銀牌

307 許哲瑜、214 林軒毅、104 林育緯、103 李楷宸 榮獲 一般組銅牌

305 林秋翰、316 蘇芷嫻、316 黃宥瑄、304 吳昶佑、315 張語涵、308 徐漢庭、
205 吳淮喆、205 白侑恩、213 呂奕翔、202 鄭奇閔、213 陳品紘、204 曾璟文、
209 吳亭葦、207 林君彥、209 蘇柏翰、208 陳宥寧、217 楊鈺宇、102 林廷侑、
101 楊承翰、119 白又嘉、109 沈祉孝、116 楊悅、112 高振維、109 魏睿成、114 萬喬琳

榮獲 一般組佳作

一般組榮獲共計 1 金 3 銀 4 銅 25 佳作

306 黃君赫、205 方敬宇、117 李柏諺 榮獲 資優組金牌

309 王泓閔、205 羅淳謹、113 胡庭睿、117 林定暘 榮獲 資優組銀牌

317 張立榆、205 蘇程玟、101 褚東耘、117 江予硯 榮獲 資優組銅牌

313 楊于敬、312 黃靖婷、201 洪靖承、214 盧芄恩、214 瞿冠庭、212 黃顛嘉、
205 陳彥程、212 楊定沅、214 郭桂伶、201 康哲鉸、201 林詠心、101 顏揚宸、

109 葉彥彤、101 吳秉恩、120 鄧維喆 榮獲 資優組佳作

資優組榮獲共計 3 金 4 銀 4 銅 15 佳作

教務處工作報告

(一) 教務處四化

1. 行政效率化：成績及獎勵，立即回饋；家長反映，馬上處理。
2. 資訊書面化：分發行事曆，定期考範圍、複習考範圍。
3. 活動趣味化：辦理語文、英語、美術等各項競賽暨童軍露營、母語歌唱比賽等活動。
4. 服務多樣化：代辦校外各項考試或比賽報名、代訂大家說英語雜誌、辦理各項獎學金申請。

(二) 各年級配合閱讀力提升計畫及閱讀心得寫作比賽，以及每個月的主題閱讀推廣活動，鼓勵學生透過文本閱讀提升閱讀力及寫作能力。

(三) 充實教學設備：班班有單槍、實驗室器材更新與充實，以提供多元的教學方式與提升教師教學成效。

(四) 三年級校外大考：

2月23日(星期三下午)~3月17日(星期五)安排臺南一中科學班能力檢定考前衝刺課程

3月11日(星期六)臺南一中科學班科學能力檢定
 3月18、19日(星期六、日)臺南一中科學班實驗實作、口試
 3月28日(星期二)臺南一中科學班放榜
 5月20、21日(星期六、日)國中教育會考
 三年級校內複習考：2月22、23日(星期二、三)和4月20、21日(星期四、五)

感謝家長後援會會長及所有會員的支持，提供【複習考校排前120名】及【進步獎】獎勵，鼓勵國三同學專注學習、全力衝刺大考，期盼在親、師、生的全心投入之下，能有豐碩的成果。請大家一起加油打氣！

- (五) 宣導十二年國教與免試入學一辦理校內宣導活動、最新訊息隨時放置學校網頁，或印製書面資料提供全校師生及家長參閱。
- (六) 提供各項適性輔導課程，因材施教、開發潛能，提升孩子學習力與銜接高中之競爭力。(學習扶助、科菁社團、學藝社團、晚自習)
- (七) 今年國一【新生報到】時間為3月25日(星期六)上午8時至11時，於建興館二樓辦理報到手續，請大家幫忙轉知親朋好友來報到。
- (八) 「建興國中111學年度多元入學重要日程表」、「臺南市112學年度高級中等學校特色招生專業群科甄選入學辦理學校及其名額一覽表」、「臺南區免試入學超額比序項目積分對照表」詳如附件
- (九) 設備組一期盼孩子喜愛閱讀，拓展視野，並爭取敘獎機會喔！

1. **一至二年級晨讀**：從3月7日(星期二)開始實施

年級	一年級	二年級
閱讀內容	閱讀中文箱書	閱讀中文箱書
敘獎方式	於112年6月21日(星期三)前利用晨讀或課餘時間， 主動 撰寫班上閱讀的箱書心得(共2本，可擇一本撰寫)，交給班級導師或國文老師推薦後，每班評選優秀作品三至五篇，繳交的同學可敘嘉獎1支。	

2. **個人閱讀成果活動**：即日起~112年6月21日(星期三)

活動方式：從學校網頁下載個人閱讀學習單和封面，或在興情書苑及教務處領取，一本書籍撰寫一張，並用學校封面裝訂，集滿三篇可敘嘉獎1支，六篇可敘2支，依此類推(內容須經檢核通過)，個人最多以3支嘉獎為限(繳交篇數可大於九篇，另有額外獎勵)，各年級擇撰寫最多篇數且內容優異的五位同學公開表揚。

3. **親子共讀簡札**：即日起~112年6月21日(星期三)

活動方式：

- 一、本手冊內含一學期10篇文章，每個月完成2篇。
- 二、圖書館將於學期末進行檢查和認證。
- 三、學期結束前(112年6月21日)由學生自動繳回教務處，由設備組進行檢核和敘獎(十篇皆完成者敘嘉獎1支)。(完整內容須包含「文章重點線」、「確實回答問題」、「家長意見和簽名」才算認證通過)

4. **第 63 屆臺南市中小學科展報名時程：**

校內收件日期為 **112 年 3 月 10 日(星期五)~3 月 21 日(星期二)**，請將參賽資料繳交至**教務處設備組**。相關的實施計畫及參賽資訊請見學校網頁左側「**近期新知**」中「**臺南市第 63 屆科展相關訊息**」。

孩子快樂學習關鍵 6 步驟！自主學習引導法，給不想逼孩子學習卻也不敢放任的父母 2021/04/04

有沒有快樂學習呢？有些家長會認為有，當然也有些家長認為沒有，認為有的家長，會覺得學習若是結合興趣，就會是一件快樂的事，至於認為沒有的家長，會覺得學習本來就是一件辛苦的事，何來快樂可言呢？

大量和反覆練習後，才能迎接快樂與成就感那麼到底有沒有快樂學習，我們舉個例子說明，大家可以試著回想孩子第一次拿到蠟筆在牆上塗鴉的表情，是不是非常開心，也非常的興奮呢？這時算不算是快樂學習呢？但是，到了幼兒園大班、國小階段時，就會發現大多數的孩子不喜歡寫字，甚至拒絕寫字，覺得寫字是一項非常痛恨的事。當下我們可能會認為是老師不會教，讓孩子在學習過程備感壓力而不快樂；我們也有可能認為是教育體制的健全，壓著孩子喘不過氣來而不快樂。可是有趣的是，當孩子在教室內私下傳紙條，或是談戀愛開始寫情書的時候，孩子對於寫字這件事情，突然變成是一項既甜蜜又開心的事，這時不是只簡簡單單寫幾個字而已，而是寫得密密麻麻，落落長一大串，甚至寫到紙張不夠還會翻面來寫，巴不得把自己一整天的行蹤全部交代的一清二楚。

為什麼孩子一開始拿到蠟筆塗鴉是開心興奮的，但到了大班、國小學習寫字階段卻變得不喜歡呢？又為什麼私下傳紙條、談戀愛寫情書的時候，又轉為很開心呢？那是因為在幼兒園、國小階段，孩子要建構寫字的能力，所以需要大量的練習，讓這項能力可以熟練化；需要反覆的練習，讓這些能力可以生活化，於是當這些能力內在化之後，那麼對於環境的要求自然就可以輕鬆應對，甚至藉由能力的展現，獲得極大的成就感。

所以當孩子在教室內將想法轉為文字（自身的能力），傳遞給他的好朋友（環境的要求），進而讓朋友知道自己的想法（獲得成就感），這一系列的步驟流程，看似簡單，但是假如孩子連字都不會寫，那麼我們自然就看不到後續效應所帶來的成就感。

帶領孩子快樂學習的關鍵 6 步驟

學習的過程，真的有快樂學習嗎？或者，我們應該換個方式問，學習的過程，全程都是快樂的嗎？快樂學習要端看學習的階段而定，如何讓孩子快樂地學習，列出 6 個步驟提供給家長參考：

1. 認知「學習」本是一件辛苦的事

我們都知道天底下沒有不勞而獲的事，獲得各式能力也是如此，尤其是學習所必備的能力更是這樣。例如：要閱讀之前，孩子要學習辨識符號、要記憶文字型態、要認識文字意義、要理解文章內容，這些能力的養成都需要多次的練習才能熟練，所以家長自身要有個概念，許多學習都需要努力才能獲得。

2. 多鼓勵，少責備的支持性學習

學習的初始過程，可能是較辛苦、乏味，家長若可以給予孩子多一些支持與鼓勵，對於孩子的學習動機，自然會有許多加分的作用。然而，孩子學習的過程中，總會有犯錯或做不好的時候，這時家長若能少點責備，對於孩子學習的意願度與持續度，自然也能有提升的作用。試想，若今天遇到一位只要提問就先挨罵的老師，還會有人想再問一次嗎？

3. 找尋孩子的興趣當做學習動機

若是能將孩子的興趣與學習結合，當然是一件最美好的事，可惜並不是每一項學習都是如此。家長可以藉由孩子有興趣的事當作引導的媒介，讓他在學習的過程添加一些目標，也許可以引發積極學習的效果；例如：告訴孩子若把某件事學好，他就可以獲得他想要的東西或想從事的事。

4. 製造讓孩子展現成就的機會

當孩子的學習結果讓人看見、受人推崇，會是一件很有成就的事，所以可以製造機會讓孩子展現成果，讓他知道他完成的事有多了不起，以及獲得他人讚許和肯定，當有了正向的回饋之後，便可進一步促進孩子更積極的後續學習。

5. 鼓勵孩子多嘗試與探索

學習的過程有時需要想像力與創造力！當孩子獲得成就之後，對於學習的意願自然也會增加，這時家長更應鼓勵孩子，在學習的當下進行不同的嘗試與探索，這過程或許會有挫折，但只要孩子能在學習中運用自身能力解決一切，就可以逐步感受學習所帶來的探索樂趣。

6. 家長陪伴孩子一起學習

學習需要夥伴，孩子成長的初期，社會行為能力尚未健全發展，這時家長的陪伴就非常重要，家長除了是孩子的支持者，更是孩子的諮詢者、協助者與引導者，讓孩子在學習的過程中並不孤單，並感受身旁總有人陪伴他，就能勇於學習、不怕挫敗，最後就會慢慢養成樂於學習的習慣。

到底有沒有快樂學習呢？相信是有的，只是並不是所有的學習過程都是快樂的，也許一開始很辛苦，但是當孩子的能力建構、自信心提升、成就感展現之後，以及勇於嘗試學習的動機增加，這時我們就可以確定：孩子的快樂學習正在形成中。 引自蘇文清 <https://www.mombaby.com.tw/articles/16772>

(十)資訊組

1. 學生 OpenID 帳密查詢(多元學習成績查詢)

步驟①：「學校首頁」→「12年國教多元學習查詢系統」



班級classroom登入
本市自主學習專區
本市公播直播課表
教育部線上教學便利包
因材網
學習吧
特一學習平台

校園公告

防疫專區 處室公告 教育宣導 升學資訊 競賽活動 研習進修 人事業務

2021-09-14 **資訊組** 「Scratch比賽AI組快速攻略」線上增能研習活動

2021-09-13 **活動組** 最新集會活動人數上限及體育署游泳池淋浴設施有條件開放等公告

2021-09-11 **生教組** 學生施打嚴重特殊傳染性肺炎 (COVID-19) 疫苗之疫苗假

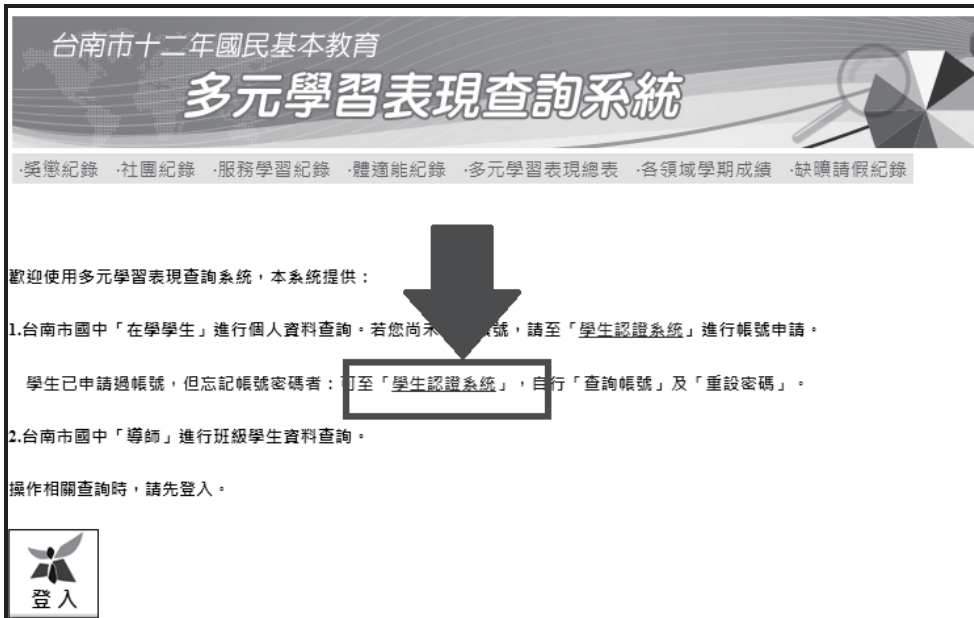
2021-09-11 **生教組** 有關滿12歲至未滿18歲學生接種BNT疫苗，其防疫照顧假申請對象與期間

2021-08-31 **特教組** 高級中等以下學校身心障礙學生線上學習參考指引

2021-08-30 **衛生組** 公告建興國中防範COVID19防疫措施 請大家共同遵守

2021-08-26 **體育組** 臺灣山林登山健行活動新冠病毒防疫自主檢核表

步驟②：點選「學生認證系統」



臺南市十二年國民基本教育
多元學習表現查詢系統

·獎懲紀錄 ·社團紀錄 ·服務學習紀錄 ·體適能紀錄 ·多元學習表現總表 ·各領域學期成績 ·缺曠請假紀錄

歡迎使用多元學習表現查詢系統，本系統提供：

1. 台南市國中「在學學生」進行個人資料查詢，若您尚未申請帳號，請至「學生認證系統」進行帳號申請。
學生已申請過帳號，但忘記帳號密碼者：請至「學生認證系統」，自行「查詢帳號」及「重設密碼」。

2. 台南市國中「導師」進行班級學生資料查詢。

操作相關查詢時，請先登入。

登入

步驟③：填寫基本資料，重設密碼或查詢自己的 OpenID



學生認證系統

首頁：重設認證系統密碼

學生重設認證系統密碼

◎ 請選擇「就讀學校」：

◎ 請輸入「身分證號」：

◎ 請輸入「出生年月日」（共7碼）： (例如：民國99年1月1日出生者，請輸入：「0990101」)

◎ 請輸入「年級班級座號」（共5碼）： (例如：國小1年2班3號，請輸入：「10203」)
(若為國中生，年級部分，1年級請輸入7、2年級請輸入8、3年級請輸入9。所以，國中1年2班3號，請輸入：「70203」)

教孩子上網不迷網

爸媽加油讚👍 (1)

- 🕒 概念篇：小小低頭族愛上網按讚與玩遊戲
- 🕒 注意篇：沒網路就焦躁易怒，小心網路沉迷
- 🕒 影響篇：網路沉迷危害身心健康與人身安全
- 🕒 法寶篇：和孩子訂上網公約，培養多元興趣



相關內容請參考以下連結或是 Qrcode 連結



<https://reurl.cc/rL8g5Z>

3. 學校今年提供學生一線上教學平台：

<https://csjhtn.ailead365.com/auth/login>

①同學可自行線上測驗、練習。

②測驗後，該平臺會針對須加強知識點反饋教學影片

帳號：學號(7碼數字)

密碼：年級+班級+座號+身份證末2碼(共7碼數字)

(範例：三年1班33號同學的身份證字號為A123456789，則其密碼為3013389)

使用教學影片已發佈於各班級之線上教室(google classroom)；歡迎多加利用學校網頁連結 icon 如下：

The screenshot shows the school's website interface. On the left, there is a navigation menu with items like '校長室', '教務處', '學務處', '總務處', '輔導室', '人事室', '會計室', '圖書館', '家長會', and '教師會'. Below this is the '教育行政網路' (Education Administration Network) section with links to various educational resources. The main content area displays several news items dated 2023-02-06. At the bottom, there is a '常用連結' (Common Links) section with a grid of icons. A large black arrow points to a specific icon labeled '線上教學平台連結' (Online Learning Platform Link). The text '箭頭所指圖示' (Arrow points to the icon) is overlaid on the image.

112 學年度臺南區免試入學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	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> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>3.同一學校第2次選填，視為不同志願序。</p> <p>4.第6志願序(含)後志願選填以單科為單位，以7分計。</p>	
2. 多元學習表現	競賽成績	國際第一名 10分	國際第二名 9分	國際第三名 8分	國際第四至八名 7分		最高採計 50分	<p>1.限國中階段(七上至九上五學期)獲得之成績始採計。</p> <p>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。</p> <p>3.同一性質或同一項目之競賽，僅擇優計分一次。</p> <p>4.本項最高10分。</p>	
		全國第一名 7分	全國第二名 6分	全國第三名 5分	全國第四至八名 4分				
		縣市第一名 4分	縣市第二名 3分	縣市第三名 2分	縣市第四至八名 1分				
	獎勵紀錄								<p>1.由國中依學生表現計算之。</p> <p>2.獎勵紀錄、服務學習、社團參與各單項最高採計15分。</p> <p>3.體適能最高採計10分。</p> <p>4.語言認證最高採計5分。</p>
	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	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)。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。					36分			
參考總分							108分		



日期	星期	內容	注意事項
2/16-3/1	四~三	南一中科學班採線上個別報名	有意報考的同學請於期限內完成線上報名及繳費。(非學校統一報名)
2/13-2/23	一~四	藝才班甄選入學術科測驗網路線上報名	有意報考音樂、美術、舞蹈和戲劇班的同學，請至註冊組填寫報名資料，及繳交報名費，應屆畢業生統一由學校辦理報名。
3/1-7	三~二	專業群科(高職)特招甄選入學校內報名收件時間	有意報考專業群科(高職)特招的同學，請事先準備好報名表件。
3/8	三	科學班公布報名資格及直接錄取審查結果	17:00前，報考南一中科學班的同學請注意。3/9公告檢定試場
3/11	六	南一中科學班科學能力檢定	有報考的同學請注意！
3/15	三	科學能力檢定成績查詢	12:00後，公告於南一中科學班網頁
3/16	四	南一中科學班公布進入實驗實作與面試名單	17:00前。欲複查成績者(當天 08:00-12:00)，請自行填寫複查成績申請表，由學生本人或法定代理人交至南一中科學班辦公室。
3/18-19	六~日	南一中科學班實驗實作及面試	有報考的同學請注意！
3/23	四	實驗實作與面試成績查詢	12:00後，公告於南一中科學班網頁
3/24	五	申請實驗實作與面試成績複查	欲複查成績者(當天 08:00-12:00)，請自行填寫複查成績申請表，由學生本人或法定代理人交至南一中科學班辦公室。
3/28	二	南一中科學班放榜	17:00前。
4/5-9	三(午)~日	免試入學第二次志願模擬選填(自行在家操作)	臺南區高級中等學校免試入作業平臺 https://tn.entry.edu.tw ，4/5中午12:00-4/9下午17:00前，請務必注意時間！
4/7	五	南一中科學班正取生報到	09:00-12:00，請記得攜帶相關文件。
4/8	六	藝才班甄選入學-美術班術科測驗	有報考的同學請注意！
4/8-9	六~日	藝才班甄選入學-戲劇班術科測驗	有報考的同學請注意！
4/14	五	領取國中教育會考准考證	由學校統一領取准考證後，暫由教務處註冊組代為保管！
4/17	一	教育會考准考證勘誤申請時間	當天下午17:00以前，向教務處註冊組提出申請。
4/15-16	六~日	藝才班甄選入學-音樂班、舞蹈班術科測驗	有報考的同學請注意！
4/17-20	一~四	免試入學變更就學區校內申請收件時間	欲變更免試入學就學區的同學，請事先準備好申請表及相關文件。
4/22	六	專業群科(高職)特招甄選入學術科測驗	有報考的同學請注意！
5/8-11	一~四	五專優先免試入學校內報名收件時間	有意報名五專優先免試入學的同學，請事先準備好報名表件。
5/19	五	公布教育會考試場分配表	試場開放時間下午15:00-17:00。
5/20-21	六~日	國中教育會考	祝同學們考試順利！5/21下午14:00以後公布參考答案。
5/22	一	公布專業群科(高職)特招甄選入學術科測驗成績	上午09:00公告。
5/30-6/6	二~二	五專優先免試入學志願選填登記系統操作練習	註冊組將彙合有報名的同學，集體操作練習。
6/5-8	一~四	五專聯合免試入學校內報名收件時間	有意報名五專聯合免試入學的同學，請準備好報名表件及報名費。
6/6	二	公布教育會考答對題數與等級對照表	19:00後。
6/8-12	四~一	五專優先免試入學志願選填登記	網址： https://www.jctv.ntut.edu.tw/u5/ ，6/8早上10:00 - 6/12下午17:00前，請務必注意時間！
6/9	五	領取國中教育會考成績單並開放網路成績查詢	欲複查成績者(6/11-6/12)，請自行將成績複查表送至試務主辦學校。
6/9-15	五~四	藝才班聯合分發線上報名登錄	線上報名登錄後，列印報名資料連同報名費，繳交至教務處註冊組！
6/14	三	專業群科(高職)特招甄選入學公告放榜、衝榜	上午09:00，各校放榜方式不同，請參閱簡章。
6/15	四	畢業典禮	(暫訂)
6/15	四	五專優先免試入學網路錄取公告及分發結果查詢	上午09:00起。網址： https://www.jctv.ntut.edu.tw/u5/ 。
6/15	四	專業群科(高職)特招甄選入學報到	上午09:00-12:00。
6/19	一	五專優先免試入學錄取報到及放棄錄取截止	15:00止，各校聯絡資訊，請參閱簡章。
6/21	三	藝才班寄發志願選填通知單	系統寄至考生個人電子郵件信箱。
6/21-25	三(午)~日	免試入學網路選填志願及開放個人序位查詢	臺南區高級中等學校免試入作業平臺 https://tn.entry.edu.tw ，6/21中午12:00-6/25下午17:00前，請務必注意時間！
6/26-30	一~五	藝才班聯合分發線上志願選填登錄	線上志願選填後，列印報名資料連同報名費，交至教務處註冊組！
6/26	一	領取高中職免試入學志願選填確認單及確認簽名	當天請同學務必與家長(監護人)一同到校領取，領取完確認單，當場確認簽名後繳回，未到校領取簽名者，視同放棄高中職免試入學分發。
7/7	五	五專聯合免試入學寄發現場登記分發報到通知單	各招生學校公告參加現場登記分發名單、時間及地點，供學生查閱。7/10請有報名的學生確認是否收到成績暨現場登記分發報到單，若未收到請自行向各招生學校查詢。
7/11	二	高中職免試入學分發結果	上午11:00，請以高中職端的公告為主，務必自行進行查榜確認。
7/11	二	藝才班聯合分發放榜	上午11:00，請以主辦學校的公告為主，務必自行進行查榜確認。
7/12	三	五專聯合免試入學現場登記分發報到	請記得攜帶相關文件。
7/12	三	藝才班聯合分發報到	12:00前，請記得攜帶相關文件。
7/14	五	高中職免試入學報到	上午9:00-11:00，請記得攜帶相關文件。

1.校內報名收件時間，須有資料檢核之工作時間，是故均會提前，如有不便，請見諒。

2.有關教育會考及各管道入學詳細日程，以各招生簡章內容為準，請務必詳閱簡章！

3.有任何升學報考的相關問題，歡迎向註冊組詢問。詢問電話：2139601轉12、2142882。

臺南市112學年度高級中等學校特色招生專業群科甄選入學辦理學校及其名額一覽表

序號	學校	特色班別名稱	招生數	總數	備註
1	臺南高商	廣告設計科	35	140	
		觀光專業科	35		
		國際貿易科	35		
		應用英語科	35		
2	臺南高工	板金科	20	20	
3	家齊高中	餐飲管理科	70	140	
		流行服飾科	35		
		流行服飾科(整體造型特色班)	35		
4	臺南海等	電子科(AI智慧型機器人特色菁英班)	35	47	
		水產養殖科	12		
5	光華高中	多媒體設計科(動漫國際特色班)	46	125	
		餐飲管理科(美食文化特色班)	47		
		幼兒保育科	20		
		流行服飾科	12		
6	長榮女中	美容科	45	135	
		餐飲管理科	45		
		時尚造型科	45		
7	長榮高中	應用英語科	12	24	
		廣告設計科	12		
8	新營高工	模具科	25	95	
		機械科(電腦數值控制加工特色班)	35		
		製圖科	15		
		資訊科	20		
9	北門農工	機械科	12	125	
		土木科	15		
		電子商務科	12		
		食品加工科	35		
		造園科	12		
		畜產保健科	15		
		電子科	12		
		電機科	12		
10	曾文家商	餐飲管理科	35	35	
11	南英商工	應用日語科	25	115	
		餐飲管理科	25		
		汽車科	20		
		電影電視科	20		
		多媒體動畫	25		
12	陽明工商	商業經營科	20	80	
		汽車科	40		
		家具木工科	20		
13	育德工家	飛機修護科	42	54	
		餐飲管理科	12		
14	曾文農工	食品加工科(食品加工技術班)	35	67	
		電機科	14		
		化工科	18		

五專全國優先免試超額比序項目積分對照表

比序項目		積分					單項積分	積分上限	備註	
志願序		第 1-5 志願 26 分	第 6-10 志願 25 分	第 11-15 志願 24 分	第 16-20 志願 23 分	第 21-25 志願 22 分	第 26-30 志願 21 分	26	26	自第 1 個志願起，依志願順序，每 5 志願順序為 1 級別志願序，30 個志願共分 6 個級別。
多元學習表現	競賽	全國第一名得 6 分、第二名得 5 分、第三名得 4 分	全國第二名得 3 分、第三名得 2 分	全國第四名得 3 分、第五名得 2 分	區域及縣(市)第一名得 1 分			7	15	1. 參賽者 4 人以上視為團體，團體參賽依個人賽積分折半計算。 2. 相關競賽得獎應於就學期間取得。 3. 國際性及全國性競賽項目以附錄七(簡章第 152 至 153 頁)所列之項目為限。 4. 同學年度同項競賽擇優一次採計。 5. 區域及縣(市)競賽以縣市政府主辦者為限，且獲獎證明之落款人在縣(市)須為縣(市)長，在直轄市須為市長或其所屬之一級機關首長。
	服務學習	國際科技展、國際會展、國際動得第一名得 6 分、第二名得 5 分						15	15	1. 以同等學力 1、4、5 項身分別報名者，採計其 111 年 5 月 15 日至 112 年 5 月 14 日(含)前取得之服務學習分項目積分。 2. 擔任班級幹部、小老師或社團幹部任滿一學期得 2 分，同一學期同時擔任班級幹部、小老師或社團幹部，仍以 2 分採計。 3. 班級幹部除副班長、副社長，其餘副級幹部皆不採計。 4. 參加校內服務學習課程及活動，或於校外參加志工服務或社區服務，每滿 1 小時得 0.5 分。
	技藝優良	技藝教育課程成績達 90 分以上者得 3 分	技藝教育課程成績達 80 分以上，未滿 90 分者得 2.5 分	技藝教育課程成績達 70 分以上，未滿 80 分者得 1.5 分	技藝教育課程成績達 60 分以上，未滿 70 分者得 1 分			3	3	以單一學期之百分制成績擇優採計。
	弱勢身分	具低收入戶採計 3 分	中低收入戶、直系血親尊親屬支領失業給付及特殊境遇家庭子女身分者採計 1.5 分					3	3	若免試生同時具備 2 種以上資格者僅得擇一計分。
	均衡學習							21	21	每 1 項可採計學習領域「5 學期平均成績」達 60 分以上得 7 分，積分上限為 21 分。
	國、中、教、會、考	「精熟」科目 A ⁺⁺ 每科得 6.4 分、A ⁺ 每科得 6 分、A 每科得 5 分	「基礎」科目 B ⁺⁺ 每科得 4 分、B ⁺ 每科得 3 分、B 每科得 2 分	「待加強」科目 C 每科得 1 分				32	32	1. 國中教育會考國文、數學、英語、自然、社會等 5 科，每科皆精熟且為 A ⁺⁺ 最高可得 32 分。 2. 積分相同時依國文、數學、英語、自然、社會之等級及寫作測驗之級分作為比序項目。
	寫作測驗	6 級分得 1 分	5 級分得 0.8 分	4 級分得 0.6 分	3 級分得 0.4 分	2 級分得 0.2 分	1 級分得 0.1 分	1	1	
合計									101 分	

五專南區聯合免試入學超額比序項目積分對照表

比序項目	層級與積分				積分上限	備註	
	層級						單項積分
	1	2	3	4			
1. 多元學習表現	競賽	全國第一名得6分、第二名得5分、第三名得4分	全國四至六名與區域及縣(市)第一名得3分、區域及縣(市)第二名得2分	區域及縣(市)第三名得1分	7	1. 同學年度同項競賽擇優1次採計。 2. 參賽者4人以上視為團體，團體參賽依個人賽積分折半計算。 3. 相關競賽得獎應於就學期間取得。 4. 國際性及全國性競賽項目以附錄七(簡章第72至73頁)所列之項目為限。 5. 區域及縣(市)競賽以縣市政府主辦者為限，且獲獎證明落款人：縣(市)為縣(市)長，直轄市為市長或其所屬之一級機關首長。	
	服務學習	學校服務表現及校外服務學習			7		
	日常生活現量	無記小過以上處分紀錄，並經獎懲相抵後得1次大功(含以上)者得4分	無記小過以上處分紀錄，並經獎懲相抵後得1次小功(含以上)者得3分	無記小過以上處分紀錄，並經獎懲相抵後得1次嘉獎(含以上)者得2分	獎懲相抵後無任何懲處紀錄者得1分		4
	體適能	體適能檢測成績3項達門檻標準者得6分	體適能檢測成績2項達門檻標準者得4分	體適能檢測成績1項達門檻標準者得2分			6

比序 項目	層級與積分				單項 積分	積分 上限	備註
	層級						
	1	2	3	4			
2.技藝 優良	技藝教育課程成績達 90 分以上者得 3 分	技藝教育課程成績達 80 分以上，未滿 90 分者得 2 分	技藝教育課程成績達 60 分以上，未滿 80 分者得 1 分		3	3	以單一學期之百分制成績擇優採計。
3.弱勢 身分					2	2	1.具低收入戶、中低收入戶、直系血親尊親屬支領失業給付或特殊境遇家庭子女身分者採計 2 分。 2.若學生同時具備 2 種以上資格者僅得擇一計分。
4.均衡 學習					6	6	每 1 項可採計學習領域「5 學期平均成績」達 60 分以上得 2 分，積分上限為 6 分。
5.適性 輔導	「生涯發展規劃書」中「家長意見」、「導師意見」、「輔導教師意見」3 者皆勾選五專者得 3 分	「生涯發展規劃書」中「家長意見」、「導師意見」、「輔導教師意見」任 2 者勾選五專者得 2 分	「生涯發展規劃書」中「家長意見」、「導師意見」、「輔導教師意見」任 1 者勾選五專者得 1 分		3	3	落實學校適性輔導工作並協助學生適性升學。
6.國中 教育會考	「精熟」科目每科得 3 分	「基礎」科目每科得 2 分	「待加強」科目每科得 1 分		15	15	1.國中教育會考國文、英語、數學、自然、社會等 5 科，每科皆精熟最高可得 15 分。 2.積分相同時得依國文、英語、數學、自然、社會之等級及寫作測驗之級分作為比序項目。 3.國中教育會考各科目之比序順序項目由各招生學校自訂，積分相同時依比序順序科目之三等級四標示進行比序，又再相同時，再依寫作測驗級分進行同分比序。
7.其他 (招生學 校自訂)					5	5	1.此項積分比序項目授權各五專學校依學校發展需求訂定之，並確實評估其比序項目操作及國中學生取得本項目之可能性，且其性質不能與前 6 項比序項目相同。 2.此比序項目至少應分為 3 個層級，積分上限為 5 分，其佔總分比重不得超過 1/10，若有加權計分時亦同。
合計						50 分	

學務處親職教育資料

活動組

- 一、活動組本學期業務：班親會、社團活動、母親節卡片製作比賽、臺南市法律達人初賽、臺南市學生音樂比賽、語言認證及競賽審查、歡慶畢業藝文小角落、畢業典禮、及國三畢業紀念冊等等事項。
- 二、本校舞蹈團代表臺南市參加 111 年度全國舞蹈比賽，111 年 3 月 4 日決賽；弦樂團將代表臺南市參加全國音樂比賽，111 年 3 月 9 日決賽。
 ◎弦樂團、鼓舞隊小六新生預計 112 年 4 月 10 日到 4 月 21 日報名；甄選日期預計 112 年 5 月 7 日（星期日）早上開始新生入團測驗；舞蹈團小六新生預計 112 年 4 月 10 日到 4 月 21 日報名，甄選日期 112 年 5 月 20 日（六）。
- 三、本校參加臺南市 111 學年度學生音樂比賽男聲合唱團榮獲「優等」，感謝林淑虹老師指導；女聲合唱團榮獲「優等」，感謝尤智倩老師指導；打擊樂合奏榮獲「優等」，感謝林姿菁老師指導。
- 四、本校舞蹈團參加臺南市 111 學年度學生舞蹈比賽榮獲國中團體民俗舞「特優」，感謝鄭立婷老師指導，將代表臺南市參加全國舞蹈比賽。

年級	班級	座號	姓名	類別名次
3	18	8	陳曉璇	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲琵琶獨奏國中 B 組優等
1	3	9	陳睿妍	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲長笛獨奏國中 B 組優等，代表臺南市參加全國賽
3	9	19	許聿亨	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲長笛獨奏國中 B 組優等
2	17	9	曹詠茵	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲薩克斯風獨奏國中 A 組優等
3	10	19	許容彰	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲薩克斯風獨奏國中 B 組優等
1	20	7	黃文俐	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲箏獨奏國中 B 組優等
3	8	22	徐漢庭	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲樂曲創作或歌曲創作國中 B 組優等，代表臺南市參加全國賽
1	3	29	蔣秉承	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲樂曲創作或歌曲創作國中 B 組優等，代表臺南市參加全國賽
3	18	11	蔣孟璇	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲樂曲創作或歌曲創作國中 A 組優等，代表臺南市參加全國賽
1	9	21	張哲愷	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲法國號獨奏國中 B 組甲等
2	1	4	林芳夙	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲木琴獨奏國中 B 組優等

2	13	7	林芳任	參加 111 學年度臺南市學生音樂比賽個人組，榮獲木琴獨奏國中 B 組優等
---	----	---	-----	---------------------------------------

五、臺南市 111 學年度學生美術比賽成果如下，感謝指導老師及導師們的協助：

類別	班級座號	姓名	名次	題目	指導老師
西畫類	21330	薛稚耀	佳作	草帽	無
西畫類	21010	馮庭葳	佳作	搬戲的璀璨時代	無
書法類	20530	蘇程玟	第二名	錄宋詩二首	無
書法類	21310	高瑄辰	佳作	崔顥詩	無
書法類	31804	吳芄萱	佳作	郭曉東鄭祠探梅	無
平面設計類	11023	陳柏翔	第二名	彈盡良絕	無
平面設計類	11121	陳祈璋	佳作	守護穿山甲	無
平面設計類	20814	蔡承吟	佳作	蔡承吟	無
水墨類	11724	黃靖樸	佳作	與眾不同	無
水墨類	20602	吳亞芸	佳作	勤勞的工作者 -偉大的渺小	無
水墨類	11126	廖暉喆	佳作	九份的繁華之夜	無
水墨類	21307	林芳任	佳作	回憶	無
漫畫類	11123	黃心澤	佳作	青蛙先生的一天	無
版畫類	31106	陳宓妤	第二名	疫發，不可收拾	無

六、臺南市 111 學年度學生舞蹈比賽成果如下，感謝指導老師及導師們的協助：

姓名	班級座號	類別名次
劉又瑜	30312	111 學年度台南市學生舞蹈比賽個人組，榮獲國中古典舞特優
		111 學年度台南市學生舞蹈比賽個人組，榮獲國中現代舞優等

七、重申服務學習注意事項：校外服務學習，請同學先上學校網站”服務學習”欄查詢是否為臺南市或本校認可機構，並於事前至活動組領表(或網路下載列印)，經家長簽章同意後，至學務處登記核章並取得流水號，始完成手續。相關資料(含已登錄完成之服務學習證明書影本)請妥善留存於導師處備查。

請鼓勵您的孩子抱著為人服務的態度，並依照台南市教育局審核通過之服務學習機構，事先向校方申請，踴躍參與服務學習活動；同時校方亦提供多樣的校內、外服務機會(本校生活服務隊急需服務同學)，也請鼓勵您的孩子主動參與服務學習活動。

八、兩公約宣導：請老師們落實「公民與政治權利國際公約及經濟社會文化權利國際公約」之兩公約精神，詳細資訊請參閱以下網站：

法務部人權大步走專區 <http://www.humanrights.moj.gov.tw/mp200.html>

教育部人權教育諮詢暨資源中心 <http://hre.pro.edu.tw/>

九、超額比序項目：

(一)服務學習：只要積極參加，就可以達到規定的時數。

市府教育局認證之服務單位，請學生、家長可自行至

<http://163.26.134.3/12service/12service.aspx> 查詢。

109 年入學的學生(現在三年級的學生)服務學習時數 30 小時(1 小時 0.5 分)

(二)體適能：

1、一、二年級的學生體適能，目前教育局已規劃由各校自行在校內檢測，請各位家長放心，如果還有疑問可以來電詢問。

2、體育老師會隨時加強體適能四項檢測(坐姿體前彎、立定跳遠、屈膝仰臥起坐、男 1600 公尺、女 800 公尺)的體能訓練，但更重要的是請家長督促同學要自主練習。

(三)競賽成績：僅限參加台南市教育局暨直屬單位，公布舉辦之各項競賽項目獲獎後，競賽成績才有認證計算；其餘之校外比賽獲獎僅以鼓勵性做敘獎，但不予認證競賽成績，請家長報名競賽項目時要特別查證。

(四)獎勵紀錄：校內各項比賽(含運動類)得名，及各項表現良好；班級常規表現、參予公務、各科作業表現良好，經導師認同提敘獎。鼓勵大家環保愛地球回收 50 顆電池學校會予以記嘉獎乙次(一學期一次)。

(五)社團活動：務必參加校內社團，不輕易缺席上滿 16 節課。

生教組

一、校園周邊道路～府前路、忠義路於上學、放學時交通非常擁塞，需要所有的家長配合；忠義國小大門校門口左右紅線內上下學有交通局指示牌(在上下學期間)可以暫停放車子；本校校門口左右紅線內請勿停放車子(尤其放學時有檢舉達人在拍照，檢舉紅線停車)，機車更請勿停在校門口左右，以便給孩子一個安全、順暢的路線行走；也請家長多多利用府前路司法博物館的路邊接送孩子。

二、南門路側門開放上學時間(7:00~7:30)，放學時間(16:35~16:50)。

三、為確保放學時段學生的安全，及府前路與忠義路的交通順暢，16:35~16:50 所有車輛一律禁止進入校園，包含本校同仁之車輛，請所有家長配合。

四、學校請導師協助指導學生完成聯絡簿中家庭防毒卡及家庭防災卡的填寫，檢核表請風紀股長於2月25日(星期五)前交回生教組。若有未完成或完成不確實時的學生也請家長協助完成家庭防毒卡及家庭防災卡的填寫。

衛生組

一、廢電池回收 50 顆，有敘嘉獎一支，一學期一次，請貴子女交至衛生組。

二、校園為腸病毒、流感及病毒性腸胃炎等傳染病易感族群之聚集場所，病毒極易透過學生的密切交流，傳播至家庭及社區，請家長落實生病不上學。有關疫情資訊或相關防治措施，可參閱疾管署全球資訊網 (<http://www.cdc.gov.tw>) /傳染病與防疫專題/傳染病介紹/第三類法定傳染病/腸病毒感染併發重症。

三、請鼓勵、督導孩子養成良好的衛生習慣和營養均衡的飲食，配合體育老師的要求多作有益身體健康的運動，並注重體適能項目的自主訓練，必可爭取到更好的體適能成績！

四、登革熱宣導，本校為防治登革熱疫情，已成立登革熱防疫工作小組，每日巡視並遵從教育局各項要求，學務處除了教育宣導，也針對無法立即排水之積水區域(水溝)進行投藥，每日密切觀察該區域之狀況，另外也宣導要求學生可穿著長褲、外套，防疫工作必須大家同心協力才能完成，學校盡其所能加強防疫工作。

五、因防疫期間，黃偉哲市長呼籲大家一起做好自身的衛生清潔工作，勤洗手並做好室內外的清理打掃工作，進出室內空間，需配戴口罩保護自己與他人，讓感染的機會大幅降低。學務處請各位家長如學生有身體不舒服(如發燒、四肢無力，呼吸道症狀不舒服、流鼻水、喉嚨痛、拉肚子等症狀)，請家長電話通知學校，讓孩子在家休息身體好了再到校及請假，讓學校整體受到的疫情衝擊降到最低，以維護全體孩子的健康。

輔導室業務

輔導組

(一)關於生涯發展教育

1. 「生涯發展紀錄手冊」為記錄學生在校的學習狀況及提供適性入學相關資訊，請家長、老師能妥善運用。
2. 即日起展開一二年級「生涯檔案」比賽，收件日為5月23日(二)起至5月26日(五)，歡迎同學參加。

(二)關於技藝教育與升學座談

1. 二年級技藝學程報名時間：即日起至3/28(二)。(上課時間為國三週一下午5-7節)
- 2.

項次	時間	對象	內容	地點
1	4/17 第四節	國三學生與家長(自由參加)	五專說明會	大會議室
2	5/1 第四節	國三學生與家長(自由參加)	技優甄審與實用技能學程說明會	大會議室
3	5/25-5/27	皆可	臺南市技職博覽會	遠東科技大學

(三)關於志工與舊衣回收

感謝志工媽媽們愛心整理回收的舊制服，舊衣採用愛心義賣方式，收入全部存入愛心儲蓄戶，希望學生能充分發揚珍惜資源、愛物惜物及物盡其用的良好美德!二三年級學生若有能回收半成新的學用品，請於學期末捐出(地點輔導室或學務處)，我們將於112-1的班親會辦理二手衣愛心義賣。

(四)關於親職講座

項次	時間	對象	內容	地點	備註
1	5/5(五) 9點至10點30分	志工暨有興趣的家長	正向教養	大會議室	屆時網路公告訊息暨報名

(五)關於求助專線與宣導

1. 如果你遇到暴力討債及經濟問題的困擾請撥：
內政部福利諮詢專線 1957 法律扶助專線 06-2285550
雲嘉南就業服務中心 06-2371218
2. 如果你有任何關於親子溝通、婚姻關係、性別交往、人際關係、自我調適、家庭關係等方面的問題等家庭問題，請撥:4128185(週一至週五 9:00~17:00)
3. 如果你憂鬱，對生命感到沮喪，請撥或上網：
24小時安心專線 0800-788-995(0800-請幫幫-救救我)
生命線:1995 張老師:1980
衛生局心理諮商預約專線 3352982/6377232
天使專線台灣兒童少年自殺防治專線 0800555911(16:00~22:00 全年無休)
台南市衛生局網站:www. tnchb. gov. tw
全國自殺防治中心:www. tspc. doh. gov. tw

4. 如果有性騷、性侵及家暴等問題，請撥：

內政部保護專線 113

關懷 e 起來線上通報系統 (<http://ecare.moi.gov.tw/index.jsp?css=2>)

特教組

(一) 推動資優教育：

1. 辦理資優班家長班親會及 IGP 會議。
2. 辦理田野實查課程。
3. 規劃資優班情意輔導、生涯發展、專題講座等多元課程協助資優生建立自我價值及生涯規劃。
4. 辦理資優生暑假營隊(7月3日至5日)。

(二) 推動資源教育：

1. 辦理資源班家長班親會及 IEP 會議。
2. 辦理資源班戶外教學。
3. 提供適性多元的課程活動，增進學生社會適應能力。
4. 辦理資源班學生轉銜會議。

(三) 辦理 112 學年度資優鑑定。

(四) 身心障礙者權利公約(CRPD)宣導

身心障礙者權利公約(CRPD)是聯合國於 2008 年生效的人權公約，保障身心障礙者各項權利。其八大原則如下：(一)尊重他人、尊重他人自己的決定(二)不歧視(三)充分融入社會(四)尊重每個人的不同之處，接受身心障礙者是人類多元性的一種(五)機會均等(六)無障礙(七)男女平等(八)尊重兒童，保障身心障礙兒童的權利。詳細內容可參考身心障礙者權利公約網站：<https://crpd.sfaa.gov.tw/>

資料組

(一) 依年級實施興趣、性向等心理輔導測驗，幫助學生了解自我，提供師長輔導學生生涯規劃的依據及日後升學就業參考。

(二) 編製學校教育宣導刊物〔明燈〕。

(三) 辦理 4/17 一年級家長職業達人班級講座及 5/18 二年級社區高級中等學校參訪。

(四) 本校教育儲蓄專戶感謝各界踴躍捐款，讓本校學子受到社會善心人士扶助能安心就學，所有收支明細均於教儲戶專網公開徵信，請大家繼續給予支持。

(本帳戶已開通線上轉帳方式捐款，捐款後請來電告知輔導室資料組捐款人轉帳相關資訊及姓名，以便開立收據。)

戶名：臺南市立建興國民中學教育儲蓄戶

金融機構：臺灣銀行臺南分行

帳號：009045096095

代碼：0040093

總務處

- 一、本學期施作工程：中棟歷史建築修復工程。請家長協助叮嚀孩子遠離施工區域，以策安全。
- 二、冷氣使用規範：室內達 28°C 以上或空氣品質 AQI 達紅旗或噪音達 110 分貝以上，方能使用冷氣。冷氣溫度請設定至少 26 度以上，並請搭配電扇增進循環。若室內人數較少時，請配合節能關閉冷氣。
- 三、校園大門上午六點三十分開放，請勿過早到校或太晚離校，請家長與學校配合，共同建立學生自我保護的危機概念，隨時留意人身安全並盡量結伴同行。
- 四、為維護校園安全，家長於上課期間進入校園時，請先向警衛室登記換證。如有需要寄放學生用品，請放置於指定地點，謝謝。
- 五、請家長協助叮嚀孩子在學校或家中，應愛惜資源、配合節約用水用電政策。
- 六、營養午餐：
 - (一)本學期第一次收費至 4 月 30 日結算。
 - (二)每個月午餐菜單配合低碳校園、四省政策，以電子檔方式公布在校網。
 - (三)營養午餐會供應乳飲品。因有保存時間，請提醒學生將領取之乳飲品盡快於 30 分鐘內食用完畢，避免發生品質變化產生問題。若孩子有乳糖不耐症或不喝乳製品者，可改換果汁。
- 七、總務處於 111 學年度繼續提供營養午餐服務志工、校園環境整理、各項活動等多項學生志工活動，歡迎家長持續鼓勵孩子把握校內提供的服務學習機會。
- 八、為維護學生飲食安全並建立友善的教學環境，總務處持續徵求午餐稽查與校園美化之家長志工，請有意願之家長向總務處聯繫。
- 九、感謝各位家長對學校行政業務的支持，若您有意願捐助學生家長會經費，以協助本校順利推動各項活動者，歡迎使用金融機構轉帳匯款。若有疑問可來電洽詢，總務處：
06-2139601 轉 32。
(請以家長本人姓名轉帳匯款，勿使用學生姓名或公司行號，以利查詢。謝謝)

戶名：台南市立建興國民中學學生家長會
帳號：003128008526
金融機構：京城商業銀行台南分行
代碼：0540032

十、辦公室分機號碼：

校長室 10	教務處 12、36	學務處 13、39	輔導室 16、26
總務處 11、31、32	警衛室 22	合作社 25	體育組 27
導師辦公室：一年級：17、28		二年級：18、61	三年級：19、37

放慢腳步，提供有品質的陪伴

文章節錄自 胡展誥 《說不出口的，更需要被聽懂》

星期一的清晨六點五十分，怡安準備出門上班，在玄關處提醒就讀小二的兒子動作快一點，但提醒許多次還不見人影。眼看時間一分一秒經過，直到怡安準備扯開嗓子下最後通牒時，兒子終於穿著歪歪斜斜的制服出現。怡安趕緊拉著兒子踏出家門、跳上汽車，準備出發開啟各自的一天。

車子才剛駛出小巷，天空就下起滂沱大雨，伴隨著大雨而來的是煩人的塞車，怡安掛念著早上一場重要的會議，她必須提早到公司做準備，在這之前還得先把兒子送到學校，但是學校正門最近在施工，所以她必須繞到另一側校門放兒子下車，而這個動作勢必比平常多花十分鐘……，能不能準時到公司呢？走哪一條路會比較順暢？她越想越焦慮。

卡在車陣中動彈不得時，她瞥見一旁的兒子雙眼放空，手上的三明治一口都還沒有動，早上為他沖泡的牛奶麥片顯然也沒帶上車。她順著孩子停滯的雙手往上看第一顆鈕扣塞在第二個洞、制服領子往上翹、嘴邊還有半乾的牙膏泡沫……。她突然想起今天是孩子穿運動服的日子，他怎麼穿制服？這下子怎麼辦？不回去換衣服孩子可能被罵，但回家換衣服的話上班鐵定遲到。就在此時，雨勢變得更猛烈，車陣中的喇叭聲開始此起彼落響起……

對於多數身為上班族的父母親而言，這樣的情境肯定不陌生。想想看：如果你是坐在駕駛座的怡安，這時候會如何反應呢？

請你靜下心回想一下：身為大人，你覺得自己和孩子相處時的品質如何？這裡有十二道題目，是許多子在日常生活中經常會出現的互動情境，我要邀請你勾選出自己與孩子/學生互動時習慣採取的方式：

- ()一、傾向直接幫助孩子解決問題，覺得孩子當下的情緒是多餘的。
- ()二、經常以各種行為表現的結果，作為獎勵或懲罰孩子的主要依據。
- ()三、與孩子吃飯時，習慣一邊看電視、滑手機或回覆訊息。
- ()四、看到孩子，就忍不住想要先叮嚀(或碎念)他某件事情。
- ()五、與孩子相處時，心裡經常想著工作或其他事情。
- ()六、覺得與孩子慢慢討論很沒有效率，直接告訴他方法就好。
- ()七、孩子遇到問題時，擔心他因為無知或單純而受傷，急著想給建議。
- ()八、常常想著「等我完成_____之後,再陪孩子_____」。
- ()九、經常忘記(或取消)與孩子約定的時間或事情。
- ()十、認為當孩子達到某些標準或成就，自己才算是好的父母(或老師)。
- ()十一、問了孩子問題之後，自己卻總是在傾聽的同時做其他事情。
- ()十二、覺得孩子應該先聽你把話說完，才算懂事、有禮貌。

藉由這個測驗，你可以從三個方面來觀察自己：

一、與孩子互動時，重視結果更甚於過程(第一、二、八、十題)。如果你在這幾題打勾，

可以回想一下：自己是否經常急著想要處理問題，却忽略了孩子的情緒感受？是否習慣於論功行賞，以表現結果作為評價的依據？

二、習慣一心多用、在同一時間裡同時處理多件事(第三、五、九、十一題)如果你有勾選這題，請留意自己是否在陪伴孩子時經常呈現分心的狀態。由於你並沒有專注在陪伴對方，可能無法正確理解孩子想要表達的意思，你常常覺得困惑：明明就花時間陪伴孩子，為什麼距離還是很疏離？

三、習慣單向傳遞訊息，缺乏雙向的交流(第四、六、七、十二題)，若你有在這幾題打勾，可以檢視一下，與孩子互動時是否少了讓孩子澄清或表達想法的機會？或者雖然你鼓勵孩子表達，但對於你所不認同價值，總是很快地加以批評或否認，缺少了相互分享與討論的過程？

「著急」讓你的善意大打折扣

我在心理諮商中發現，許多親子衝突往往出現在大人想幫助孩子、為孩子伸出援手的時候。為什麼我們的好意，孩子經常接收不到呢？原因跟「急」有很大的關係，好比說：

- 覺得孩子是無知的，所以急著開啟說教模式，希望教會他某些事。
- 覺得孩子的想法是錯的，所以急著開啟批判模式，要他好好反省。
- 覺得孩子猶豫不決很浪費時間，所以急著逼孩子趕快行動。
- 傳達出「情緒是沒必要的，趕快解決問題才是重點」的態度。
- 覺得遇到問題應該趕緊解決，不要拖拖拉拉。

這些反應可以歸納出一個結論：你只看到「事情」，忽略了最重要的元素——「人」。

雖然你是基於善意想幫助孩子、為他解決問題；但是因為「急」，你的注意力會局限在「解決問題」，卻忽略了關照孩子的感受，也忘了彼此的關係很需要呵護。

有品質的陪伴

有品質的陪伴並沒有包含討好、說教，也沒有急著幫對方解決問題。這意味著你不需要透過送禮物、說道理，也能跟孩子建立起正向的關係。有品質的陪伴就是一次只做一件事，而這件事情就是把注意力全心放在你正在互動的對象身上。

讓我們再次回到一開始的情境。意識到「上班可能會遲到」時，我知道你心裡肯定很焦慮。但即便如此，你依舊可以練習以不同的方式陪伴自己孩子，讓這一段上班的路程變得更有品質。好比說：

- 提醒自己先緩和情緒，才能在車陣中將孩子安送到學校、讓自己盡速抵達公司，避免發生不必要的意外。
- 停等紅燈時，你可以深呼吸幾次，稍稍放鬆僵硬的肩膀與握著方向盤的手指頭，同時思考待會進公司要依序完成的工作、會議上要報告的項目、要提供給主管或同事的資料。雖然你人還沒有到公司，卻已經逐漸進入工作的狀態。
- 既然必須在車上度過這一段時間，你可以與孩子輪流點播各自喜歡的歌，也可以陪孩子聊一聊最喜歡的早餐是什麼？最近認識了哪些朋友？喜歡晴天還是雨天？最近體育課在玩什麼？晚餐想吃什麼？

- 你也可以陪孩子聊一聊穿錯衣服的後果，如果被處罰但家人沒空幫他送衣服到校，那他如何因應呢？下次如何避免穿錯衣服呢？(言下之意是傳達了對他的關心，但不需要為他穿錯衣服的行為負責。)

像這樣，面對令人焦慮的上班路程，你可以選擇以慣性的生氣或指責來因應，也可以練習用不同於以往的方式安頓自己、陪伴孩子。前者可能會讓你帶著怨氣或自責來面對整天的工作；而後者則有機會讓你心情更快平復下來、妥善處理工作，並且期待下班後與孩子開心地相遇。

先理解情緒，再處理事情

不過，我並不是說完全不要幫孩子解決問題。在某些情境中，我們當然還是需要伸出援手。只要在幫他的過程中多留意幾件事，就可以讓你的善意發揮正向的效果：

一、先安撫孩子的心情

慢慢來，比較快。情緒被理解、接納了，就會慢慢穩定下來。情緒穩定之後，注意力才更能專注在思考。關於穩定情緒的方法，你只要上網搜尋就能獲得許多資料。你可以多嘗試，找到你比較順手且實用策略。在這裡提醒你幾個重要的原則：

- **允許孩子暫不回應**：當孩子情緒不穩定的時候，我們的提問可能會讓他更難穩定下來。
- **傳達陪伴的意願**：你不一定能幫他解決問題，但可以讓他知道你願意傾聽，陪伴他一起想想應對的策略。
- **給予等待的邀請**：讓孩子知道他冷靜或想講的時候再告訴你，讓他感受到你尊重他的步調與意願。

二、肯定孩子的努力

無論表現的結果如何，行為過程中所投入的努力，哪怕只是一點點，都是很珍貴的。當一個人覺得自己的努力與付出被你看見，他知道你不只是以結果的好壞來評價他，就會覺得被你接納，認為與你相處是安心且放鬆的。

三、鼓勵孩子表達

表達與傾聽是人們建立關係最重要的方式，沒有一個孩子不想擁有忠實的傾聽者。那些逐漸拒絕說話的孩子，有一大部分是因為長久累積的挫敗經驗：講了也沒有人會專心聽，總是不被理解，甚至被罵。因此，**如果你希望孩子願意對你多說一些，那麼你得先成為一個令人安心的傾聽者**。而你表現出來的好奇(但不是探問隱私的八卦態度)與專注，就是鼓勵孩子說話最好的方式。

慢慢地，陪伴孩子長出生命的厚度

在心理諮商的訓練中，我的師父經常提醒我：「**知識可以轉移，但經驗無法讓渡**。」身為大人，你絕對比孩子擁有更豐富的知識與智慧，但生命中有很多事必須親身經歷後，才能獲得深刻而扎實的學習。好比說擇友、戀愛、選擇科系、學開車、投資理財……等等，無論看過多少相關書籍、聽過多少他人的經驗，都必須親自投入才能獲得深刻的學習。無論你有多麼豐富的人生經驗，都不要急著用來說服孩子。

請記得：一次只做一件事情。認真地聽孩子說話，不要急說教或反駁；真誠地與孩子分享你的經驗，但不要試圖說服或改變他。

面對生命中重要的階段與挑戰，你可以成為孩子的陪伴者，陪他面對生命中的各種挑戰與學習。

◎親子教養好書推薦：

