

台南市立海佃國民中學

114 學年度第一學期親職教育座談會

活 動 資 料



日 期：中華民國 114 年 9 月 20 日

時 間：上午 8:00-12:30

地 點：各班教室

目 錄

壹、校務重點報告

◆教務處	1
◆學務處	9
◆總務處	15
◆輔導室	18

貳、附件

◆親職教育佳文共賞	20
-----------------	----

臺南市立海佃國中 114 學年度第 1 學期 親職教育座談會實施計畫

一、依據：本校 114 學年度生涯發展教育實施計畫。

二、目標：

(一) 激發家長關心子女，幫助子女成功的適應國中生活。

(二) 增進家長親職教育知能，建立良好親子關係，發揮家庭功能。

(三) 推廣親師合作，發揚小班教學精神。

(四) 加強學校與家庭之聯繫、以及家長與家長間關係，增進社區之關懷，建立和諧樂利的社會。

三、主辦單位：輔導室。

四、協辦單位：教務處、學務處、總務處、附設幼兒園、家長會。

五、活動時間：中華民國 114 年 9 月 20 日(六) 上午 08：00 至 12：30。

六、活動地點：本校風雨球場及各班教室。

七、參加對象：本校同仁、七、八、九年級與附幼之學生和家長。

八、活動內容及時間配置：

時 間	活動內容	地 點
08:00 ~ 08:30	報 到	風雨球場
08:30 ~ 09:00	校務報告（含雙向溝通）	風雨球場
09:00 ~ 10:00	適性輔導宣導講座	風雨球場
10:00 ~ 11:30	班親會親師座談	各班教室
11:30 ~ 12:30	場地復原及善後	各場地

教務處報告

壹、本校升學措施說明

一、成立「多元學習」潛能開發班：

開辦不同班別，依據學生特質，適性發展，開發學生潛能。相關班別如下：

(一)、「適性發展」菁英班：

海佃國中「適性發展」菁英班實施辦法

1. 依據：

- (1)臺南市中等學校辦理學生課業輔導及留校自習實施要點—學校得於第八節抽離部份學生，進行適性化的教學。
- (2)臺南市市立高級中等以下學校課後社團活動實施要點—本要點所稱之課後社團活動，指於課後(含晨光時間、假日及寒暑假)實施團體性、系統性之活動課程。學校得依據學生興趣及發展學校特色之需求，辦理各類課後社團活動。課後社團活動包括學藝性社團(如語文類、科學類)、才藝性社團(如音樂類、表演團隊類、視覺藝術類)、體育性社團(如球類、田徑類)。

2. 開班數及人數：七、八、九年級各開一班，每班以 30 人為上限。

3. 入班依據：

- (1)七年級新生：依據菁英班甄試成績，排名前 30 名者有入班資格。未參加本校菁英班考試，但為市長優學獎者或參加其他學校菁英班考試錄取者，亦有入班資格，採外加方式入班。在新生訓練時，由教務處發調查表，詢問參加意願。若有學生不參加，由教務處發調查表，詢問第 31-40 名之參加意願，依序遞補。
- (2)八年級學生(七升八)：在七年級下學期期末考結束後，統計七年級上下學期共六次段考成績，排名前 30 名者有入班資格。在新學期開學後，由教務處發調查表，詢問參加意願。若有學生不參加，再詢問第 31-40 名之參加意願，依序遞補。
- (3)九年級學生(八升九)：在八年級下學期第二次段考結束後，統計八年級上下學期共五次段考成績，排名前 30 名者有入班資格。在放暑假前，由教務處發調查表，詢問參加意願。若有學生不參加，再詢問第 31-40 名之參加意願，依序遞補。

4. 進退場機制：

- (1)以學期為單位，每學期統計一次成績，退步太多，新學期予以退場。若學生在學期中學習態度不佳，經任課老師反應，規勸後仍無效者，得隨時予以退場。
- (2)轉學生就讀本校後，若在學期中要申請進入菁英班，須同時符合以下兩條件：
 - ①就讀原學校之段考成績 PR 值 ≥ 95 。
 - ②轉學到本校後，以本校該年段最近一次的段考科目考卷(B 卷)實施入班考試，若總分高於本校菁英班最後一名學生之總分，則可以外加名額的方式入班。

5. 上課時間：

- (1)學期中：週一～五，第八節。週六早上，第 1-4 節。
- (2)寒暑假：九年級菁英班於寒暑假辦理寒暑假輔導課，寒假 2 週、暑假 4 週。

6. 上課地點：菁英班教室
7. 上課內容：請任課老師自行挑選適合學生程度的教材，加深加廣。
8. 師資：請國文、英文、數學、社會、自然領域，在領域會議中排定各年段的師資。
9. 本辦法呈校長核示後實施。

(二)、週六「多元發展」潛能開發班：

- 1、目的：配合素養導向教學，開設多元學習課程，增進學習視野。
- 2、開班數及人數：七、八年級合開一班為原則。
- 3、上課時間：週六上午(四節課)，本學期共上 10 次。
- 4、入班原則：有心學習者，報名參加。

課程類型	課程內容	節數
學習策略	邀請名作家陳愷儀老師(榮獲九歌兒童文學獎少年小說第三名。吳濁流文學獎-兒童文學首獎)，教導學生作文技巧，解析文本，提升同學的閱讀解析能力。	8 節
戶外教育	和台江社區大學、台江國家公園管理處合作，帶領學生進行戶外踏查，包含認識台江、認識樹種、地理實察…等。	8 節
科學探究	和未來教育中心合作，請老師帶領學生動手做好玩的科學實驗，帶領學生從動手做實驗開始，進而引導孩子提問、思考、探究、論證，激發孩子對科學的求知慾，主動展現學習意願。	24 節

二、實施九年級模擬考：

依據台南市教育局規定，九年級每學期可實施模擬考兩次，相關規劃如下。

(一)、模擬考日期與考試範圍：

次數	日期	範圍
第一次	114/09/09~10	國文、英文、數學、社會：考 1、2 冊；自然：考 1、3 冊
第二次	114/12/23~24	國文、英文、數學、社會、自然：考 1~4 冊
第三次	115/03/03~04	國文、英文、數學、社會、自然：考 1-5 冊
第四次	114/04/21~22	國文、英文、數學、社會、自然：考 1-6 冊

(二)、學生獎勵：模擬考，排名前 20 名，每次發 100 元本校合作社兌換券。

貳、本校畢業生升學情況：

近幾年，本校每年都有畢業生考上台南一中、台南女中的資優班

此升學績效，在安南區的國中是首屈一指

這是本校全體老師及學生一起努力的成果

感謝相信本校，願意將子女送來本校就讀的家長

～就讀海佃國中 是貴子弟最好的選擇～

本校近幾年畢業生報考台南一中、台南女中資優班錄取情況如下：

●108 課綱實施後的榜單(109~114 年)：

114 年錄取台南一中**雙語實驗班**：趙○霖

113 年錄取台南女中**雙語實驗班**：黃○晴

112 年錄取台南女中**數理實驗班**：林○瑄

111 年錄取台南一中**數理資優班**：楊○森；**雙語實驗班**：潘○羽

台南女中**雙語實驗班**：涂○禎、羅○妍

110 年錄取台南女中**雙語實驗班**：林○璇

109 年錄取台南女中**數理資優班**：洪○玲

●108 課綱實施前的榜單(105~108 年)：

108 年錄取台南一中**科學班**：黃○恩；**數理科學教育班**：王○陽、鄭○均

台南女中**科學人文班**：施○臻、李○華、陳○渝

107 年錄取台南一中**數理科學教育班**：王○丞、吳○熙、林○諺、原○毅、
張○豪、郭○廷、謝○嶧

106 年錄取台南一中**數理科學教育班**：方○閔、王○涵、謝○鴻

台南女中**科學人文班**：王○禎、黃○庭、鍾○瑄

105 年錄取台南一中**數理科學教育班**：郭○霆、程○、黃○晨

●105 年之前的榜單，因教務主任換人，資料未交接，無法呈現。以上名單比對自本校考上台南一中及台南女中的學生，及該校歷年來公布的資優班錄取名單。

參、好消息



好消息GOOD NEWS
本校成為教育部核准之**CLIL(學科內容和語言整合)雙語學校**，並引進外師，
每週教授一堂**全英語課程(A++)**。

肆、學生成績查詢系統

1. 段考成績查詢：於每次段考後，在開放查詢的時間內，上網查詢。

帳號：學號。

密碼：第一次登入密碼由學校設定後告知學生，登入後自行修改密碼，忘記密碼請找導師詢問。

網址：<http://163.26.46.193/>

2. 多元表現學習成績查詢：在開放查詢的時間內，上網查詢。

帳號及密碼：台南市教育局配發的 OPEN ID。忘記帳號密碼可至「學生認證系統」，自行「查詢帳號」及「重設密碼」。

網址：<https://jhquery.tn.edu.tw/tnlogin.aspx>

伍、關於九年級免試入學超額比序：

1. 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」第 4 點：「多元學習表現分數採計期間自七上開學日起，至九下開學前一日止」，先予敘明。
2. 查本市國民中小學暨幼兒園 114 學年度行事曆 114 學年度第二學期開學日為 115 年 2 月 11 日。依上開規定，國中九年採計截止日期為 115 年 2 月 10 日。

陸、國中義務教育之畢業門檻：

依據【國民小學及國民中學學生成績評量準則】第 12 條之規定：

- 學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格，發給畢業證書；未符合者，發給修業證明書：
 - 1、出席率及獎懲：學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。
 - 2、領域學習課程成績：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育，八領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。

柒、榮譽榜

在校長的領導及全體教師、學生共同努力下，本校師生參與競賽及相關評鑑，成績亮眼，榮獲佳績！以下為教務處負責的業務，各項成績如下：

一、學校評鑑成績：

- (一)、積極推動英語教育：連續七年在「英語文競賽(說故事、團唱、讀劇)」成績優異-榮獲教育局補助。
- (二)、推動本土教育評鑑：連續六年在「小小解說員競賽」成績優異-榮獲教育局補助。
- (三)、推動本土教育評鑑：連續五年「母語日網站評鑑」榮獲優等。
- (四)、教學正常化評鑑：連續四年榮獲「績優特色學校」。
- (五)、教學卓越發展評鑑-扎根深耕組，連續三年獲獎，「特優」及「優等」。
- (六)、「閱讀磐石學校」甄選，榮獲台南市 106 學年度「國中組」第一名。
- (七)、「補救教學-績優楷模」評選，106 年度榮獲教育部頒發績優教學團隊。

二、多元表現競賽成績

本校學生參與台南市的各項競賽，表現亮眼，榮獲佳績！歷年來的成績如下：

- (一)、國語文競賽：團體成績，連續兩年(104、105)榮獲決賽第二類組第二名，106 年榮獲第三名、108 年榮獲第二名、109 年榮獲第二名、110 年榮獲第一名、112 年榮獲第三名。
- 1、國語字音字形競賽：優勝(104、108、109、112、**113**)。第一名(111)、第二名(111)、第三名(**113**)。
 - 2、國語作文競賽：優勝(104、**113**)、第三名(109)、第一名(110)。
 - 3、國語朗讀：優勝(104、107、108、110、111、112)、第二名(**113**)、第三名(**113**)。
 - 4、國語演說：優勝(103、104)。
 - 5、閩南語朗讀：第一名(107)、第二名(103、106、109、110)、第三名(104、108、111、112、**113**)、優勝(104、110、111、112、**113**)。
 - 6、閩南語演說：第一名(106、108、109、111)、第三名(107、108、110、111、**113**)、優勝(107、110、112)。
 - 7、閩南語字音字形：第一名(105、109、112、**113**)、第二名(104、105、112)、第三名(104、105)、優勝(103、104、110、111)。
 - 8、排灣族朗讀：第一名(107、108、109)。
 - 9、賽考利克泰雅族朗讀：第一名(109、110、112)。
 - 10、賽德克族語朗讀 德鹿谷賽德克語：甲等(111)、第一名(**113**)
 - 11、寫字比賽：第二名(112、**113**)

(二)、英語文競賽：團體成績，連續四年榮獲第一名。

1、讀劇(A1 組)比賽：特優(106、110)、優等(103、104、105、107)、甲等(108、109)、表現優良(111)。

2、說故事比賽：特優(104、105、108、112)、優等(103、106、110、111、113)、甲等(107)、表現優良(102)。

3、團體歌唱比賽：特優(104、105、107)、優等(106、108、112)、甲等(103、109)、表現優良(102)。

(三)、科展競賽：第二名(110、109、113)、第三名(106、107)、佳作(105、108)。

(四)、學生獨立研究競賽：「人文社會組」第二名(103、107)、第三名(103、104、107)。

(午)、小小解說員競賽：團體成績，105 年度榮獲第一名。

1、英語組：第二名(104)、第三名(103、107)。

2、台語組：第一名(109)、第二名(104、105、106、111)、第三名(105、107、111)、佳作(105)。

(六)、微電影比賽：第二名(104)。

(七)、魔法語花一頁書：佳作(103、104、105、107、109、111、112、113)、第二名(106)。

(八)、智慧城市-AI 機器人創意暨全國賽精準打擊組：第二名(112)。

(九)、中小學 SCRATCH 暨 AI 程式設計競賽 AI 迷宮組：第一名(112)。

捌、宣導資料：小心「網路成癮」

請家長留意您的孩子是否有「網路成癮」，並給予適當的協助和引導，就能善用網路，而不被負面影響，海佃國中資訊組，關心您和您的孩子！以下相關資訊供您參考：

☆ 網路成癮有那些症狀？

(一) 強迫性：不能克制上網的衝動；

(二) 戒斷性：不能上網時出現了身心症狀；

(三) 耐受性：上網的慾望越來越不能滿足，所需上網時間越來越長，

(四) 在相關問題上也出現了狀況：比如在 1. 人際問題，2. 健康問題，與 3. 時間管理問題上都受到負面的影響，而造成人際孤立、身體受損、失學與失業等問題。

資料來源：王智弘 (2009)。網路諮商、網路成癮 與網路心理健康。台北：學富文化。

☆ 易造成網路成癮的八大危險因子及其因應之道如下：

1. 缺乏自尊：

自尊較低的學生較可能有網路成癮的危險，特別是在現實生活（包括學校生活或家庭生活）中較得不到自尊的孩子，可能會到網路上找自尊，因此，如何提升孩子在現實生活中的成就感與自尊，創造孩子多元成功管道與建立自我價值的機會，就變成學校與家庭可用以降低網路成癮危險的預防策略。

2. 缺乏社會支持或情感寄託：

人際關係不佳而缺乏社會支持或情感寄託的學生，也就是同儕疏離的孩子，亦較可能有網路成癮的危險，在現實生活中交朋友其實較不容易，在網路上交朋友相對容易多了，因此，在現實生活中缺乏社會支持或情感寄託的孩子，轉而在網路上交朋友、擴展人際關係，以尋求缺乏社會支持或情感寄託是自然的結果，因此，如何創造孩子建立其人際關係的機會、提升孩子人際交往的社交技巧與增進孩子人際溝通與口語表達的能力，以協助其建立平日的、面對面且位於身邊周圍的人際關係與支持系統，就格外的重要。

3. 家庭功能不佳：

過去研究亦顯示家庭功能不佳的學生較可能有網路成癮的危險，因此，健全的家庭組織，家人的互動關係，特別是互動關係的品質，就變成是非常重要的指標，創造良好的家人相處經驗與互動關係顯然是預防孩子網路成癮或者是處理孩子網路成癮的重要關鍵。

4. 生活無聊：

感到生活無聊的孩子成為網路成癮的機會特別大，而感到無聊的可能是學校生活與家庭生活的內容，更可能是其個人的主觀感受經驗，除了學校與家庭可以增加更有具吸引力與有趣的活動與生活內容之外，更重要的要讓孩子感到興趣去投入其中，學校能提供令其感興趣的課內與課外活動，家庭能提供令其願意投入的成員活動與愉快經驗，都是可降低網路成癮問題的重要保護因子，學習活動、人際活動與休閒活動都在其中。其中要特別一提的是無聊感有分「外在無聊感」及「內在無聊感」，前者可藉由提供外在的有趣與具變化性的活動加以因應，後者則需要提供心理輔導與心理諮商的服務來加以協助。

5. 課業挫折：

課業挫折的孩子亦是網路成癮的高危險群，課業挫折包含課業壓力大與學業低成就兩個部份，也就是孩子感到課業挫折可能是課業壓力實在太大了，更可能是其無法因應課業壓力而只能在學業低成就的挫敗經驗中自我放逐，那麼網路很可能是一個絕佳的去處，因此，如何針對個人狀況以對症下藥，降低課業挫折，其作法包括：降低課業壓力、提升課業成就、提供補救教學、改善學習技巧，提供學習諮商、調適情緒經驗等都是可能的協助策略。

6. 神經質：

所謂的神經質是指個人有容易多慮，對他人的評價有過度敏感、緊張不安及情緒化的傾向，具神經質的孩子在現實生活中易感受到威脅感，較不易與他人相處，所以易於投入網路的虛擬世界，因此，要協助這些孩子，心理輔導與心理諮商的服務自不可免，在學校與家庭中營造接納與支持的人際環境對他們而言，特別的重要。

7. 憂鬱：

具有憂鬱情緒傾向的孩子較容易網路成癮，特別是具有憂鬱情緒傾向的孩子除較常出現沮喪的心情之外，也常伴隨著低自尊、缺乏動機、較害怕被拒絕以及較需要獲得他人肯定的

特質，在現實生活較如容易遭遇困境的情況下，網路很容易成為逃離問題的避難所，因此，如同上述，除了心理輔導與心理諮商的服務以協助其處理憂鬱情緒之外，在現實生活（包括家庭與學校）中提供接納與支持的氣氛，並提供健康且愉悅的人際活動與休閒活動是很有幫助的。

8. 焦慮：

具有焦慮情緒傾向的孩子也是較容易網路成癮，其中更明顯的是社交焦慮的孩子較容易出現網路成癮的問題，具有社交焦慮情緒傾向的孩子較害怕與人進行社會互動，較會擔心自己的行為可能失當，也比較缺乏自信，不知道如何與他人交談。因擔心在真實人際關係中受挫，因而選擇到較不具威脅感的網路世界，以展開與他人之間的互動，因此，除了提供給他們心理輔導與心理諮商的服務以協助處理其焦慮情緒，以及建立人際關係的能力之外，教導其學習身心放鬆之相關技巧是有用的協助策略，而在現實生活（包括家庭與學校）中提供接納與支持的氣氛，提供健康且愉悅的人際活動與休閒活動同樣有其功能。

資料來源：王智弘（2011）。青少年網路成癮之危險因子及其因應之道。網護情報，56，A。

學務處報告

各位家長好，不知不覺又是一個新的開始…。為了讓孩子能夠在佃中踏出平實穩定的第一步，幾點建議與心得，向各位家長分享！

(1)健康促進

除了 COVID-19，也必須記取登革熱、非洲豬瘟…等的威脅！學校已完成開學前的校園消毒與檢驗，盼家長安心！但也提醒居家環境的清潔工作不能懈怠，希望孩子能將校園習得的觀念帶回家庭，一同進行防疫工作。

另外，關於疾病預防，除了個人的清潔工作必須做足，也請家長幫忙孩子準備充足的口罩！雖然教育局規定不能強迫健康孩子戴口罩，但某些課程與空間的需要，學校仍會積極培養孩子做好保護自己與他人的戴口罩習慣。

最後，若孩子不幸發燒，則請務必請假在家休養，避免到校造成疫情擴大或群聚感染。另外並請家長務必偕同孩子就醫，確認是否為流行傳染病，以免發生憾事。

健康是一輩子的基礎！保護自己與別人，是必要的學習！配合防疫雖然些許不便，卻是必要的公民素養與責任。我們是成熟的大人，更該給予孩子這樣的觀念！

(2)學校作息

學校到校時間為上午 8 點，比起其他國中較晚，是因為希望學生可以在家，好好與家人用完早餐，不匆忙且安全地到校！但部分同學必須配合家庭時間提早到校，學校也完全歡迎！但請家長務必留意，有些同學過早到學校，甚至早上六點 30 分就到校，雖學校有人員巡邏，但過早到校其實也不甚安全！如果真的必須提早到校，請讓孩子到學務處自修，非四處閒晃或在超商逗留！

離校時間大多為 17 點整，部分同學若在學校或校外逗留，將有巡查老師予以規勸，因此學生到家時間，不應超過 17 點 20 分。若超過這時間，請務必與導師或學務處聯繫，了解學生是否留校，確實掌握孩子安全！若孩子放學時間會到補習班，請保持與補習班老師的互動與聯繫，留意放學至補習班上課這段空檔，孩子的時間規劃及交友狀況！共同關懷、陪伴，順心成長！

了解孩子的作息，培養他們相對正確的良好習慣，是大人的責任！學校會在上放學期間好好關心孩子的狀況，相信貼心的家長們，也會好好留意孩子上學情形與放學時間安排，而不僅僅是接送工具，或交給補習班。孩子的成長，責任無法外包，有家長的陪伴才會完整！

(3)交通安全

感謝社區親師生的努力與成長，佃中成為臺南市交通安全教育特優學校！

感動的是每每接送的家長們，總有條不紊地將車輛停好，戴上安全帽，機車車頭朝外，遵守交通秩序地駕駛，並禮讓路權予孩子……這樣的「以身作則」，對孩子來說是最優秀且直接的教育！學期開始，學校將更著重於孩子「防衛兼備」的交通安全觀念。因為普遍發現，部分孩子只注意「自己」的交通安全，卻常常忽略其他騎士或駕駛人的動作，這樣的習慣常常帶來遺憾！

孩子以後就是社區的一份子，減少交通意外的遺憾，學校責無旁貸。若接獲學校告知您的孩子違規了，教育重於處份，歡迎家長們一同檢視孩子，是不是一位「合格」的單車駕駛人或路人，才能一同讓我們的社區，在上放學時間，更順暢更安全。

我們愛罵髒話，孩子就愛罵；我們使用暴力，孩子就學暴力；我們交通違規，孩子就學著處處違規；我們不懂得禮讓，孩子就沒有禮貌！因為我們做的，孩子都在學……為了自己與孩子，我們應該做好大人的義務，像一個真正的大人！

(4)手機(含智慧型穿戴裝置)使用規定

學校與多數家長立場：手機不是學習的必要物品，不適合帶到學校。若有聯絡的需要，家長可以撥學校電話。但因應放學或補習後，家長方便聯繫孩子，學校仍可透過「向學務處申請」攜帶手機。帶至學校後，則將手機關機交給導師或學務處保管，放學後再領回開機，既不至於造成學習的困擾，更可避免誤用手機而被處罰。

濫用手机或沉迷手遊，多是大人對孩子的溺愛與不管束，我們應該自我反省。若孩子在校使用手機影響學習，屢勸不聽，校方必定嚴格處理，甚至不予銷過的機會，必須謹慎！

(5)網路濫用

資料爆炸的時代，虛擬世界的資訊取得相當容易。若無把關資訊的正確與價值，其實容易造成真實世界的困境，如「無同理心的玩笑」(某高中校慶納粹進場)，以及「無意識的違法」(如 0211 臺南地震假傳照片事件)……等。學校會持續強化孩子對網路資訊的法律常識，包含網路的謾罵、恐嚇、資料違法散播……等。但教育的方向，可以更細緻，我們歡迎家長一同進入孩子的網路世界，您是孩子的監護人，有絕對的法律責任與權利，給予孩子正確使用網路的觀念。任何網路上的「小事」，在真實世界都會成為大事，唯有家庭與學校的配合，適時的機會教育與介入，孩子的網路世界才會存在優勢，否則過多錯誤的資訊，對孩子而言反倒是累贅！

◎寫在建議之後

以本身職位是學務主任，也是兩位孩子家長的身份，與各位家長們一同分享：

孩子還沒有辦法因應上放學的車流量時，我沒有讓他們自己上學，因為很多駕駛者缺乏駕駛水準，且不在乎行人或單車者的路權，我覺得我有必要陪伴他們，遇到三寶的時候教他們如何因應，也避免他們成為馬路三寶！

我常常在孩子放學回家路上「突襲檢查」或「巧然偶遇」，想了解他們放學時間的路上，是否輕狂囂張，讓鄰居觀感不佳，在我面前一個乖小孩，人前卻是個屁孩！也一併了解是否有特殊的交友狀況在放學時間蔓延……若有「損友」先預防避免，若有「不正當交往」，則預先提醒！

我發現放下萬惡的手機與遙控器真的並不困難——每天至少 0.5 小時——陪孩子討論上學的趣事或情緒。因為我覺得人際關係的互動，最重要的啟發點在家庭，多數孩子沉迷網路或沒有禮貌，都是因為不知道如何與人相處……家庭有愛，拒絕科技冷漠絕對是要務！

我每天陪孩子閱讀、檢查、討論功課，最後在聯絡簿簽名，並整理好明天的書包。我發現一開始很累，但習慣之後，再重的課業，每天大約只要 1 小時，就可以輕鬆完成！尤其每天這樣的陪伴，我發現孩子為了有更多的「自主時間」，會在我忙碌時先將功課處理好(當然我不會讓他潦草寫完)……仔細想想，辛苦幾個月換三年的自動自發，很划算！

最後，我絕對不認同「孩子到學校書讀不好沒關係，品格好就好」這樣的話。孩子到學校就是兩件事——「讀書」跟「做人」。所以這兩件事絕對不能偏廢，都要在標準之上！我們應該讓孩子知道，我們要「努力」去做好每一件事，如果努力了仍然沒有好結果，我們可以再好調適！而不是給予一個「沒關係，我可以放棄，爸媽說我好好做人就可以」的免死金牌……。

歡迎您的孩子進入海佃國中，更恭喜各位進階「國中家長」！該煩心的事會越來越多，但只要持續陪伴，絕對都有良善的結果。家長與學校一起努力，一切的問題都不再是問題！

破解網路 涉毒危機

膠原蛋白酵素包裝
毒鳳梨酥
=咖啡包

咖啡包

咖啡包

黑馬、勞力士、
金元寶、愛馬仕
=彩虹菸

常使用短影音平台
除了透過通訊軟體販毒外
現在更利用
短影音APP直播販毒

破解新興毒品招數
1 拆封又重新包裝
2 特殊造型藥丸
3 山寨知名品牌
4 標榜神奇功效

打工族注意

(避免成為販毒的工具)

出國帶貨 應徵外送員要小心
睜大眼睛查明 避免運毒危機



相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：

諮詢專線 **0800-770-885**

(請請你幫幫我)



教育部

Ministry of Education 關心您



廣告

網路奇怪術語 提高警覺小心

留意
短影片

藥頭透過社群軟體
發送短影片，
提供外送上門

網購注意

飛行草、夢境草等
可能都是「墨西哥鼠尾草」
(*Salvia divinorum*)
已列為三級毒品!!

留意
奇怪暗語

新興毒品在網路平台流竄，除了透過通訊軟體販毒外，現在更利用短影音APP直播販毒，看似無害的網路平台，卻充斥者毒品暗號，對於各式奇怪的暗語及不合理金額的物品，小心留意，避免遭受毒害。



相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：

諮詢專線 **0800-770-885**

(請請你幫幫我)



教育部

Ministry of Education 關心您



廣告

you are
THE **NEXT**

你是下一個倒下；還是下一個拒菸者？請選擇！
人生有一連串的選擇，選擇了健康，才有一連串夢想可以實現！



2013無菸生活設計大賽
臺灣·陳慶安

衛生福利部國民健康署 關心您

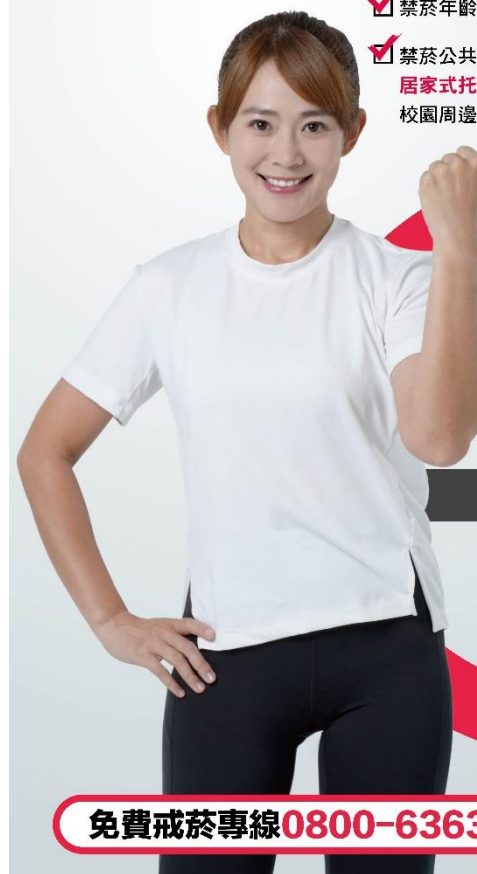
你戒菸，我們戒二手菸
免費戒菸專線：0800-63-63-63



菸害防制法新法施行 保護你我健康

菸害防制法，推動超過25年，
邁向無菸環境，我們每天都在進步

- ✓ 禁菸年齡從18歲**提高到20歲**
- ✓ 禁菸公共場所再擴大，**大專院校、幼兒園、托嬰中心、居家式托育場，室內、外，全面禁菸！**
校園周邊步道及超商騎樓，已公告超過2萬處禁菸場所。



免費戒菸專線**0800-636363**

衛生福利部國民健康署
Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare
經費由國民健康署運用菸品稅捐撥付(公告) (附4)

電子煙

多重危害損健康

危害1 易成癮

有尼古丁，具有高度成癮性，無助於戒菸

危害3 會爆炸

具爆炸危險性，自然爆炸事件頻傳

危害2 易中毒

含高濃度尼古丁，易過量造成中毒

危害4 會致癌

含一級致癌物甲醛、亞硝胺

危害5 來源不明

市售來源不明，易添加大麻、安非他命等毒品



衛生福利部國民健康署
Health Promotion Administration, Ministry of Health and Welfare



新北市政府衛生局 關心您
Department of Health, New Taipei City Government

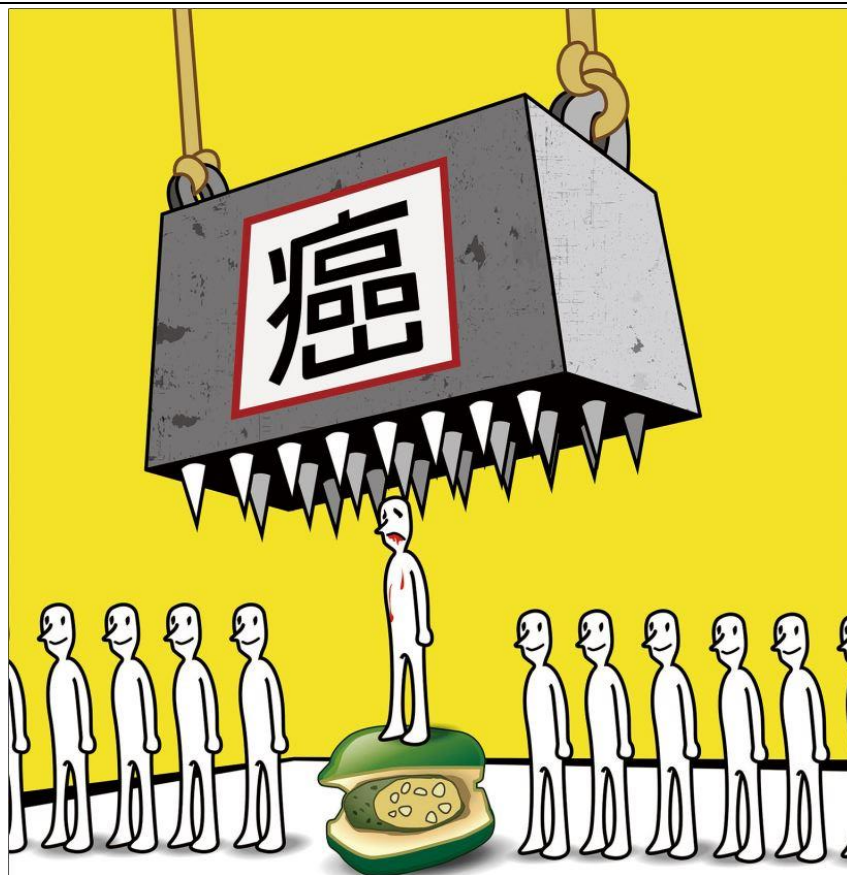
戒就對了!!

Just Quitting

喝的醉醉 撞的碎碎
抽菸傷身 又傷荷包
檳榔本身就是致癌物



屏東縣政府衛生局 關心您 本項經費由菸捐支應 廣告



何必墊高自己患癌的機率%

1. 研究證實即便不含添加物，檳榔子本身即是致癌物。
2. 嚼食檳榔易導致口腔病變，提高牙周病、白斑、紅斑或是口腔癌的發生率。

口腔癌篩檢資格：30歲以上嚼檳(含已戒)或吸菸民眾及18-29歲嚼檳(含已戒)原住民，每2年可至牙科、耳鼻喉科或衛生所免費篩檢1次。



國民健康署與臺南市政府衛生局關心您 經費來自菸品健康福利捐 廣告



不良嗜好	致癌倍率
無不良嗜好	1 倍
嚼檳榔	28 倍
酗酒 + 嚼檳榔	54 倍
吸菸 + 嚼檳榔	89 倍
吸菸 + 嚼檳榔 + 酗酒	123 倍

給家長的一封信《菸害防制》

親愛的家長，您好：

近年興起的新形態菸品-電子菸，在全球吸菸人口逐漸下降時，以科技、時尚之姿問世，更容易讓青少年自覺酷炫而去嘗試，但這類型的菸品大多含有致癌等危險物質，對身體造成的危害更是難以預料。請您常常關心留意孩子的健康，切勿染上抽菸、嚼檳榔、吸毒、飆車行為。若學校發現您的孩子有吸菸情形，將會啟動行政程序即未滿十八歲之學生在校內吸菸時，除依學校獎懲委員會討論後懲處、列管，且立即通知家長，提醒家長學校的後續處理流程，並應參加學校辦理之戒菸教育，無故不參加戒菸教育者，由校方將吸菸名單移交臺南市衛生局裁罰。學生被查獲抽菸時，須接受三小時的戒菸教育（戒菸方法之教導 2 小時、反菸拒菸之宣導 1 小時）。行為人未滿十八歲且未結婚者，並應令其父母或監護人使其到場。無正當理由未依通知接受戒菸教育者，處新台幣 2,000~10,000 元罰鍰，並按次連續處罰；行為人未滿十八歲且未結婚者，處罰其父母或監護人。家長應作為孩子的榜樣，不要在孩子面前吸菸，平時也該關注子女的交友情形，以及在學校內的同儕關係（人際挫折也會讓青少年透過菸、毒來紓壓）；並應確立規範，讓孩子知道哪些行為是絕對不被容許的；其次，要避免孩子接觸易染菸酒毒的環境，亦應要求孩子要有規律的作息，鼓勵其參與健康正向的休閒活動；了解孩子金錢、手機與網路的使用，如與同儕出遊，應確定其行蹤及返家時間，多一分的關心，可以少一分擔心。營造無菸校園、打造健康城市，靠大家一起努力！祝福各位家長身體健康、闔家平安！

海佃國中學務處關心您 中華民國 114 年 9 月 20 日 ---菸害防制宣導系列活動---

總務處

壹、一般業務

本校致力爭取教育資源，提供全新教學環境及完善教學設備。近年學校建設項目：112 年啟用光電停車場、籃球場，113 年完成郡安路、富東路通學步道改建、第一、三期男生廁所改建、設置風雨球場直升機大電扇，114 年完成善群樓、敏學樓及敬業樓地質改良工程、後門無障礙斜坡及車位設立，115 年預定完成一期女廁改建，提供全體師生更優質的學習環境與教育空間。



男廁改建(性別友善廁所)



通學步道

貳、家長會業務

學校校務推動順遂與否，健全的家長會具有舉足輕重的關鍵影響力。感謝家長會捐助經費補助學生參加各項比賽(例如：射箭、空手道、音樂、舞蹈、小小解說員、國語文與英語文競賽)的交通費與餐費，本校同學在各項比賽均榮獲佳績，同時提供獎勵金予獲獎師生，讓得獎者獲得最佳的實質鼓勵。

家長會最主要的功能是協助學校推動各項教學活動，並齊力解決校內的各種困境，家長會於 113 年贊助風雨球場兩台直升機大電扇，解決學生大型集會及辦理活動過於悶熱的環境，使學生的學習品質有效提升，深深感謝！

經年累月以來，公部門對學校經費的補助向來非常有限，但孩子的學習卻不容等待。為了孩子的精進成長、為了教學品質的提升，校長、家長會長與本校教職員工懇請您共同來支持學校，歡迎您加入家長會，共同來為海佃國中盡一份心力。若您因事業繁忙，無暇參與，我們亦歡迎您以愛心捐款方式來支持校務運作。



校長蔡宜興(左)、家長會長莊凱富(右)



風雨球場直升機大電扇

輔導室報告

壹、榮譽榜：

一、 本校師生榮獲 113 學年度全國技藝教育績優人員：

教師組：劉炳男老師 學生組： 906 林宣霓

二、 本校學生參加「臺南市 113 學年度國中技藝教育競賽」，表現優異：

班級	姓名	職群/組別	名次	指導老師
906	曾香寧	餐旅職群/餐飲服務技術	第二名	劉炳男
906	莊芷寧		第四名	
906	詹朝竣	動力職群/汽車基本認識	第二名	李明誠
906	蕭亦洧		第三名	
903	謝東穎		第五名	
906	林宣霓	餐旅職群/飲料調製	第一名	劉炳男
906	黃冠菁		第二名	

貳、重要業務：

一、 輔導工作重點介紹：

三級輔導宣導：請參閱以下架構表，可對學生輔導工作有較清楚的概念。

◎三級輔導簡易架構表：

人員層級	分級	工作內容
教師輔導 (全校所有教師同仁)	初級輔導	針對一般學生及適應困難學生進行一般輔導
輔導諮商 (專、兼輔及認輔教師)	二級輔導	針對瀕臨偏差行為邊緣學生進行較專業之輔導諮商
矯正治療 (外部輔導資源)	三級輔導	針對偏差行為及嚴重適應困難學生進行專業之矯治諮商及身心復健

二、技職教育：

七年級安排校外教學進行自我探索課程，八年級配合社區高中職參訪與實作，進行初步職業試探課程，九年級於合作高職學校進行技藝教育課程，每學期滿表現優良者，頒發合格證書，並鼓勵參加全市國中技藝教育競賽。

三、生涯發展教育：

(一) 生涯發展及適性輔導系列為跨領域、跨處室的全校性活動，每學年訂定全校的生涯發展教育計畫，內含多元豐富的各類體驗課程或活動，以充實師生對於生涯發展教育的基本認知與未來個人生涯規劃的參考依據。

(二) 優質資源推薦

1. 104 工作世界 (網站)：工作職務及科系的彙整介紹。

2. 選技職好好讀有前途 (YouTube 可搜尋到系列影片): 高職職群介紹。
3. 賈伯斯時間 (YouTube 可搜尋到系列影片): 職業從業人員的一天生活影片。
4. VOGUE 雜誌專訪 (YouTube 頻道與紙本刊物): 揭密業界成功人士背後甘苦。

四、志工團運作：

學校上放學期間的街角紅綠燈、校園內外的花草樹木旁、圖書室裡借還書的櫃檯、各項大型活動背後，您會發現一群默默認真工作的身影，這群無私奉獻令人尊敬的大人們，就是學校與孩子最堅強的後盾與助力，也是鼓勵學校不斷向前的動力，竭誠歡迎家長加入海佃國中志工團，成為提供海佃學子更美好生活的推手。

期待您的加入，使校園更加溫暖有朝氣、校務推展更加完善，海佃國中志工團歡迎您！如有意願加入之家長，歡迎洽詢輔導室。

二、活動照片集錦：



顏安秀不當陪讀書僮

一張工作清單 教出自動自發的女兒

許多父母常抱怨，叫小孩看書學習都叫不動，顏安秀女兒的自律，卻讓其他人相當羨慕。她認為關鍵在於，從小讓孩子學會自我管理。

「家長常在問素養怎麼教？到底要教什麼？」顏安秀認為，家長多半也有工作在身，面對孩子沒有在學校的學習，與其緊迫盯人，不如放手讓孩子練習「為自己」做決定，包括規劃時間、安排事情的先後順序等，這正是核心素養當中，首要配備的「自主行動」能力。

最喜歡的事要排在最後做

「讓孩子自己做決定，為自己負責」看似老生常談，實則是從小在生活中的累積。顏安秀平時就會利用時間管理的方式，讓孩子列出工作清單並執行，學習負責。

她指出，時間管理的精神是「先做該做的事，再做喜歡的事」，為了想快點做喜歡的事，會更有動力盡速完成應該要做的事。

例如假日時，她會請女兒列出當天要完成的六件事情，除了自己喜歡做的事情外，還要有「應該做」以及「爸媽希望她幫忙」的事。包括：打掃自己的房間、練習字音字形、做家事等。她會在下午四點跟晚上八點檢核執行度，鼓勵女兒盡速完成才能提早進入最愛的書香世界。

她也會善用姐姐重視榮譽感及愛護家人的心，鼓勵「大帶小」一起做家事，因此，在家不時會聽到顏安秀說：「組長，請帶著你的組員（妹妹）去把地板吸一下。」她笑稱，停課在家期間，最大收穫就是姐姐帶著妹妹一起學習做了很多家事。

「孩子在做時間規劃時，往往會忽略了『休息』。」顏安秀提醒，適當的「留白」很重要，任務塞很滿的結果下，很容易就會放棄那個看似完美的安排。她說，一開始，姐姐會規劃早上十點到十點半練習國字的字音字形，十點半到十一點跟妹妹一起吸地板，但她知道這種計畫難度很高，會從旁建議改用午餐時間劃分，中午前能完成兩項任務，就代表達標，以提高達成率。

先要求完成，再要求品質

「一開始不要太苛求任務的完美。」她提醒，先求在計畫時間內完成，再要求品質，初期做不好沒關係，例如姐妹剛開始幫忙刷馬桶，雖仍能看到污垢，還是要對她們說「謝謝幫忙」，鼓勵下回打掃得更乾淨。

和多數家庭一樣，過去家中嚴格控管 3C 使用時間，現在為了上網課不得不大開放，在考量孩子用眼過度的壓力下，顏安秀不特別再讓孩子用線上學習工具，展開新進度的學習，反而更重視有大人陪伴的實體學習。她添購了電子閱讀器，讓愛看書的大女兒在閱讀小說時，可以將字體及行距放大，同時陪著孩子共讀，一週三至四次，挑選兩篇比較難的素養文章，累積閱讀理解能力。

線上學習將成為未來教育主流，因應這個趨勢，她也建議，家長除了要培養孩子的自我管理能力外，最重要還是多陪伴與引導，把學習變成一件好玩的事。唯有開啟孩子學習興趣的開關，才能如引君入甕般，讓孩子自主遨遊在網路學海裡。

〈2021-08-27，親子天下〉