

# 目 錄

親職教育活動實施計畫.....	P. 1
校長的話.....	P. 2
教務處報告.....	P. 4
學務處報告.....	P. 8
總務處報告.....	P. 14
輔導室報告.....	P. 15



# 臺南市立民德國中 108 學年度第一學期親職教育活動

## 實施計畫

### 一、依據：

- (一) 教育部青少年輔導工作計畫。
- (二) 本校輔導工作實施計畫。
- (三) 本校親職教育實施計畫。

### 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

五、活動時間：中華民國 108 年 9 月 21 日（星期六）早上 8：00- 12：00

六、活動地點：各班教室、民德館

七、參加對象：本校學生及家長、全體教師

八、活動內容及時間配置：

班親會(108 年 9 月 21 日)				
時 間	活動內容	主持人	參與人	地 點
8：00~8：30	報 到	輔導組長	輔導室團隊	民德館 1F
8：30~9：50	校務報告	趙克中校長	各處室主任 全校教師、家長	民德館 2F
8：50~9：50	12 年國民基本教育適性 入學宣導	趙克中校長	全校教師、家長	民德館 2F
9：50~10：10	HPV 痢苗注射宣導	趙克中校長/ 北區衛生所	全校教師、家長	民德館 2F
10：00~12：00	班親會親師座談	各班導師	各班專任老師 家長	各班教室

九、為鼓勵家長關心子女，參加親師活動增進家長、子女及教師三方的互動，凡家長有參加之學生給予優點十個，另外各班協助指引家長的學生，給予服務時數。

# 校長的話

親愛的家長您好：

新學期的開始，首先衷心感謝各位家長能撥冗參與班親會活動，孩子的學習成長過程需要學校、老師、家長共同參與、關心，在愛與關懷中成長的孩子必定會更加健康，更易茁壯。

十二年國教新課綱 108 學年度自國一開始施行，新課綱強調全人教育的精神，以「自發」、「互動」及「共好」為理念，以培養「一個人為適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度」的素養導向為核心。強調學生是自發主動的學習者，學校教育應善誘學生的學習動機與熱情，引導學生身心的開展以及自我與他人、社會、自然的各種互動能力，以「成就每一個孩子—適性揚才、終身學習」為願景。這與愛爾蘭詩人葉慈所說：「教育不是注滿一桶水，而是點燃一把火。」有異曲同工之妙。面對十二年國教的實施，一方面，我們掌握其適性揚才，多元發展，素養導向學習的核心價值，深化生涯輔導，活化學習模式，並經由親師生的溝通及多項輔導策略來引導學生適性之路，成就每一個孩子；另一方面學校也會針對目前升學制度，擬定各項調整因應方式，期盼能盡量減低家長的疑問焦慮與增加孩子的選擇機會。

《親子天下》最近發布了一份台大學生生涯探索調查，調查顯示，近八百位台大學生中，若有第二次機會，僅有 44% 會選擇現在就讀的科系。有近四分之一的學生說不會選現在的科系，近三分之一則說不知道。

另外在調查中顯示，24% 的學生坦言根本沒有時間思考生涯探索的問題，有 28% 的學生希望父母可以在國中小階段，甚至更早就開始帶領自己進行生涯探索，認識自己的興趣。72% 的學生最想告訴現在的國中小生父母要「多聽聽孩子說話，更常和孩子聊天」。也有 63% 的學生建議父母要讓孩子多讀課外書，其他還有參加更多戶外活動，和記得要在生活中留白。

「教育的存在，不是讓每個孩子都拿到很高的分數，教育是要讓每個孩子的天賦伸展到極限。」所以，我們希望能陪伴孩子找到自己的亮點，相信自己，肯定自我，追尋自我的價值與生命的意義。

每天早上我會在校門口迎接孩子到校，因為我期盼每天一大清早，您能安心的看著孩子走入校園，孩子能在健康、安全、溫馨、和諧的學習環境進行學習；每天放學時，孩子則能快樂、充滿信心的回到家中。國中時期的孩子面臨身體與心理的巨大變

化，有稱之為狂飆期，有稱之為叛逆期，也有可能只是青澀的青春期，但不論如何，在這段時間如果有師長及父母願陪著孩子一起走過，多鼓勵少責備，多陪伴少說教，多支持少苛責，每一個孩子就越能充滿自信的面對未來。

品格力是孩子未來生活最重要也最基礎的能力，所以學校從最基本的生活教育與品格教育出發，希望能建構一個「健康、多元、有品、懂愛」的學校，以身教、言教、境教多管齊下，推動「三好」加「三品」教育。所謂「三好」就是存好心、說好話、做好事；「三品」則是人人有品格、事事有品質、生活有品味。好的價值和品格應該是要具體實踐在日常生活，孩子的品格教育和智能的開啟是同樣重要的，相信影響孩子一輩子最深的，不只是他的「專業知識和技能」，更重要的是他對生活及做人處事的態度。

面對 5G 與 AI 時代的來臨，專家推測現今 50% 的工作，未來都將被人工智慧取代，而 65% 孩子未來的工作類型，則是現在尚未出現的，面對產業結構及人類生活形態如此快速而巨大的改變，孩子面對未來更不需隨波逐流追逐熱門，而是要積極充實自我能力，適性發展。所以，我們期盼與您一起『用愛與教育為孩子裝上飛向夢想的翅膀』，陪孩子一起成長，讓他們能更有能力、更有自信、勇敢樂觀的展翅高飛，進而航向健康、幸福的未來。

最後祝福大家 平安喜樂

校長趙克中敬上 2019.09.21

# 教務處

用心(attentive) | 耐心(patience) | 專心(concentrative)

每一項任務都作為追求自我成長的實驗場，每一項工作都全力以赴  
用心作事就會成長，耐心花時間去克服困難，專心學會去融會貫通「觀察、記憶、比較」

## 一、國中教育階段與國小的差異

國中教育	項目	國小教育
45 分鐘	上課時間	40 分鐘
17：00	放學（多數時間）	16：00
無	教室有電話嗎	有
真的有	*會有學生沒畢業嗎	不太會
有	補考機制	有
有	補救教學	有
會考、多元學習表現	升學面	義務教育的銜接
起伏較大	心理層面	尚穩定
非常重視表徵	生理層面	逐漸重視表徵
男生 1600m、女生 800m	體適能（心肺耐力）	男生 800m、女生 800m

## \*二、學生畢業資格規定

(一) 學習期間扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上。

(也就是三年來缺席『200 天』以上，就領不到畢業證書)

(二) 經獎懲抵銷後，「未滿三大過」。

(三)(1)七大領域有「四大領域」以上畢業總平均成績達丙等以上。（適用二、三年級學生）

（平時考與月考各佔 50%）

語文領域（國文、英文）

數學領域

社會領域（歷史、地理、公民）

自然與生活科技（生物、理化）

健康與體育領域（健康教育、體育）

綜合領域（輔導、家政、童軍）

藝術與人文領域（美術、音樂、表藝）

(2)八大領域有「四大領域」以上畢業總平均成績達丙等以上。（適用一年級學生）（平時考與月考各佔 50%）

語文領域（國文、英文）

數學領域

社會領域（歷史、地理、公民）

自然科學領域（生物、理化）

健康與體育領域（健康教育、體育）

綜合領域（輔導、家政、童軍）

藝術與人文領域（美術、音樂、表藝）

自然與生活科技（資訊、生活科技）

\*預警：危險名單轉發家長通知書(家長多留意與鼓勵叮嚀)

\*輔導：教學團隊提供輔導與協助、領域多元評量(學習態度/作業/課堂參與/口語)

### 三、國際教育交流

本校自 99 年起，與澳洲坎培拉 Melrose 中學合作，為推廣國際教育與文化體驗學習，以遊學團與交換學生模式進行實質互訪交流。於每年暑假（七月中後旬～八月中旬，約 14 天）安排至澳洲坎培拉 Melrose 中學學習，深入當地學校各個年級與同年齡的澳洲學生一起上課、運動、生活，徹底融入澳洲文化，體驗異國的教育氣氛，擴展視野。

(#本遊學團參加學生需透過校內遴選機制，預計在學期末辦理)



#### 四、下學期資訊

- (一) 下學期開學日：109 年 2 月 11 日（星期二）
- (二) 教育會考日期：109 年 5 月 16、17 日

#### 五、就讀民德國中的學區戶籍

##### 舊鄰里：

- (一) 北區：成功、成德、長德、和順(28-31 鄰與文賢國中共同學區，餘為民德國中學區)、五福、安民、三德、玉皇(1、2、3 鄰)、興南(與延平國中共同學區)、國姓(1、6-13 鄰與延平國中共同學區，餘為延平國中學區)玉皇(10、11、12、14、15 鄰與延平國中共同學區)、裕民(與文賢國中共同學區)
- (二) 中西區：三合、普濟(與文賢國中共同學區)、協和(與文賢、金城國中共同學區)
- (三) 安南區：溪頂(與安順、延平、海佃共同學區)

##### 新鄰里：

- (一) 北區：成功、福德、華德、成德、和順、長興(1、10 鄰至 15 鄰與延平共同學區，餘為民德學區)、小北(1~5、8 鄰與延平共同學區，餘為延平學區)、北華(1~5、7~14、17~23 鄰)、雙安(1~5、7、8、9、11、12 鄰與文賢共同學區)、立人(5~7、10 鄰語文賢共同學區，餘為民德學區)
- (二) 中西區：兌悅(1~10 鄰與文賢、金城共同學區)、兌悅(11~21 鄰與文賢共同學區)、五條港(9~15 鄰與文賢共同學區)
- (三) 安南區：溪頂(與安順、延平、海佃共同學區)

#建議最好在過年前完成遷入本校學區戶籍手續，請家長持戶口名簿到北區戶政事務所辦理相關手續。

#### 六、臺南區升學資訊

南市 12 年國教教育資訊網  
<http://12basic.tn.edu.tw/index.asp>



#### 七、臺南區免試入學超額比序項目積分對照表（※本表 109 學年度起入學高級中等學校學生適用之）

##### \*同分比序順序：

- (一)總積分→(二)志願序→(三)國中教育會考總積分→(四)多元學習表現總積分→(五) 國中教育會考總積點→(六)會考加註標示

\*資料來源：<http://12basic.tn.edu.tw/news.asp?ItemID=388>

比序項目		積分1	積分2	積分3	積分4	積分5	積分6	最高分數	備註
1. 志願序	志願序	第1志願 序校群  10分	第2志願 序校群  9分	第3志願 序校群  8分	第4志願 序校群  7分	第5志願 序校群  6分	第6志願 (以單科 為單位)  5分	10分	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。 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。 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。 3. 同一學校第2次選填，視為不同志願序。 4. 第6志願序(含)後志願選填以單科為單位，以5分計。 1. 限國中階段(七上至九上五學期)獲得之成績始採計。 2. 競賽項目：科展展覽、各學科能力競賽、語文類競賽、藝能類競賽、運動類競賽。 3. 同一性質或同一項目之競賽，僅擇優計分一次。 4. 本項最高10分。
2. 多元學習表現	競賽成績	國際 第一名 10分 全國 第一名 7分	國際 第二名 9分 全國 第二名 6分	國際 第三名 8分 全國 第三名 5分	國際 第四至八 名7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	1. 嘉獎每次加0.5分，警告每次扣0.5分(功過可相抵；基本分為3分) 2. 採計國中在學階段(自七上開學日起至九下開學前一日止)服務學習時數，每小時以0.3分計，總時數以50小時為上限。 3. 參加學校實施之社團，每學期滿16小時以上者計3分 4. 體適能檢測： <u>仰臥起坐.坐姿體前彎.立定跳遠.心肺耐力：女800男1600</u> 同一次檢測四項均無(或僅一項)達門檻者或二項成績達門檻者，得6分。 同一次檢測任二項成績達百分等級50以上者，得8分。 同一次檢測任二項成績達百分等級75以上者，得9分。 同一次檢測任二項成績達百分等級85以上者，得10分。 5. 語言認證(含英語、本土語(閩南語、客家語、原住民族語))							
	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	後壁高中、白河商工、玉井工商非北區就近入學區
4. 教育會考	精熟 每科6分	基礎 每科4分	待加強 每科2分					30分	總積點36點 A++=7點、A+=6點、 A=5點、B++=4點、 B+=3點、B=2點、C=1點 寫作最高分為1點
參考總分									
100分									

# 學務處

## 生教組：

1. 本學期加強宣導交通安全「安全帽」主題，家長接送孩童上下學請務必戴安全帽。也提醒學生騎腳踏車上學安全帽須帶到車棚，放學時請戴好安全帽再離開車棚牽車出校門。
2. 提醒新生家長，騎車開車接送學生區域可參考《新生始業輔導手冊》P. 58~59 頁。

通勤方式 出入口	步行(接送)		單車		教職員車輛	
	上學	放學	上學	放學	上學	放學
大門(西門路)	○	○	×	×	△	×
前側門(西門路 四段1巷)	△	×	×	×	○	○
後側門(西門路 四段1巷)	○	○	○	○	×	×
後門(民德路、 臨安路口)	○	○	○	○	△	△

○可通行、×禁止通行、△代表不建議通行

學校大門口前為西門路、後門大潤發臨安路，兩個路段有「繪製紅線停止臨時停車」且「上下學時間交通壅塞」，建議家長可跟學生告知多走一段路避開交通壅塞區域。

交通安全教育網站 QR code

內容：校內交通安全會議、學校周圍交通建設改善、時事新聞報導、大台南公車資訊網等。



3. 新聞曾報導有詐騙集團謊稱學生家人或親屬致電告知家長學生在校有發生意外事件或是有不實訊息，請家長如接到電話，第一時間請致電到校確認學生狀況與位置。

4. 新興毒品近年來流入校園年齡層逐漸下降，最常見毒品類別為「K他命」及「MDMA(搖頭丸)」、「FM2」、「神仙水的粉末結晶」、「安非他命」。

毒品包裝日新月異：即溶咖啡包、科學麵包裝、小熊軟糖、梅粉袋裝等

其中 K 他命為國高中端校園常見之毒品，提醒家長在家中有發現以上食品包裝，不是孩子平常食用之品項，請提高警覺。如家長觀察學生生活情況，認為有必要實施尿液檢驗，為了落實尿篩通報機制，經父母或監護人同意，可由學校造冊管理並持續監控尿篩，以進行後續輔導。

## 活動組：

P9 活動組更正審核校外服務學習辦法

### 臺南區免試入學比序項目調整 (109 學年度起入學高級中等學校學生適用)

#### 「多元學習表現」調整前後對照

調整前 比序項目	積分	備註	調整後 比序項目	積分	備註
競賽成績	10		競賽成績	10	
獎勵紀錄	15		獎勵紀錄	15	
服務學習	15		服務學習	15	
社團參與	10	最高採計 50 分	社團參與(修)	15	最高採計 50 分
體適能	10	(50/60)	體適能	10	(50/70)
			語言認證(增)	5	

- ①總分60分提高為70分，仍維持採計50分。  
②增列語言認證，學生可擇優得滿分。  
③將請各校規劃至少一項提升體適能與飲食教育的行動計畫，並納入校長辦學績效檢視項目。

#### 【關於服務學習】

##### 1. 計分原則：

- (1)臺南區高中(含高職)：依據臺南市政府教育局規定，服務學習採計國中在學階段(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 換算成積分。因此本項滿分要達 50 小時。
- (2)南區五專：108 南區五專免試入學超額比序項目亦要求服務學習，計算方式是 8 小時換算成 1 分，積分上限為 7 分，故本項滿分要達 56 小時。
- (3)獎勵方式：學生志工時數超過 50 小時者，每 5 小時可得一支嘉獎，最多 5 支為上限。

##### 3. 校外服務學習(均要「事先」提出校外服務家長同意書)

- (1)務必要「事先」提出校外服務家長同意書，事後再提出學務處得不予認可。
- (2)服務單位查詢方式：依據本市公告「臺南市公私立國民中學校外服務學習機構一覽表」之機構，始得採計。

(臺南市十二年國民基本教育超額比序服務學習機構查詢網址：

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

- (3)其他：未經臺南市公告之校外服務機關須由學校列入所擬具之「民德國中校外服務學習機構一覽表」後(如下表)，留校備查始可採計。

序號	民德國中校外服務學習機構一覽表
1	臺南市各區之「里辦公室」、「區公所」、「戶政事務所」開立之服務證明。
2	「公立圖書館」所開立之服務證明。
3	「公立國中小各行政辦公室」，由教務處或學務處、輔導室、總務處等所開立之服務證明。

## 體育組：

1. 請家長注意，體育組最近會重新調查須檢測同學人數（未滿 10 分），請注意貴子弟要簽名做最後確認（1 年級全部報名），請先避開檢測時間，儘量不要有請假問題，每人原則只團報一次的機會，2、3 年級會依調查須補測人數，再安排梯次給予補測。

2 本學期體適能檢測預定時間及人數預估表如：附件一

請家長加強督促，請同學能利用課餘時間，多從事體能性活動，進而增進體適能檢測通過率。

### ◆108 學年度體適能檢測人數統計表（108.09.09）暫定

日期		檢測人數	班級	學校
1	11/9 (六)	432	民德 101-108 (232 人) 上午	民德 1 年級
			民德 109-115 (204 人) 下午	民德 1 年級
2	11/10 (日)	414	民德 116-120 (147 人) 上午	民德 1 年級
			民德 301-320 (59 人) 上午	民德 3 年級
			民德 201-221 (208 人) 下午	民德 2 年級
3	12/07 (六)	380	成功 (180 人) 上午	成功 1.2.3 年級
			文賢 (200 人) 下午	文賢 1.2.3 年級全部
4	12/08 (日)	320	延平 (160 人) 上午	延平 1.2.3 年級
			民德 (160 人) 下午	民德 1-2-3 年級 (暫定) 第 2 次補測

3. 因目前天氣還是非常炎熱，煩請所有家長，在放假前，都協助宣導水域安全的重要性，以避免意外發生。

4. 體適能成績對照表如附件，說明如下：

(1)「心肺功能」：男生為 1600 公尺跑走，女生為 800 公尺跑走。

(2)四項中任二項達 85th (金牌) 以上者，得 10 分。

(3)四項中任二項達 75th (銀牌) 以上者，得 9 分。

(4)四項中任二項達 50th (銅牌) 以上者，得 8 分。

(5)四項中任二項達中等 (25th)，可得 6 分。

(6)四項中均無 (或僅一項) 達中等 (25th)，得 4 分。

體適能成績對照表 2019

體適能分數		6分(門檻)	8分	9分	10分(滿分)
項目	性別	百分等級	25th	50th	75th
		年齡	<<中等>>	銅牌	銀牌
仰臥起坐	男 生	12	25	30	35
		13	29	33	39
		14	30	35	40
		15	32	37	42
	女 生	12	22	27	31
		13	23	29	33
		14	22	27	32
		15	22	27	33
坐姿體前彎	男 生	12	17	23	29
		13	18	24	30
		14	18	25	31
		15	18	25	32
	女 生	12	23	29	35
		13	24	30	35
		14	23	30	37
		15	25	31	38
立定跳遠	男 生	12	136	155	172
		13	148	170	190
		14	165	185	203
		15	175	195	213
	女 生	12	120	135	150
		13	120	138	155
		14	122	138	155
		15	125	140	158
心肺功能	男 生	13	11 : 16.0	9 : 50.0	8 : 20.0
		14	10 : 59.0	9 : 14.0	7 : 57.0
		15	10 : 19.0	8 : 53.0	7 : 46.0
	女 生	12	5 : 15.0	4 : 44.0	4 : 15.0
		13	5 : 16.0	4 : 43.0	4 : 16.0
		14	5 : 23.0	4 : 49.0	4 : 23.0

## 衛生組：

### 1. 一年級新生健康檢查期程：

日期	工作項目	注意事項
10/8 (二)	尿液篩檢（初檢）	1. 前一天晚上禁服含維他命C的藥品、果汁、可樂等飲料，且睡前須將尿液排乾淨。 2. 女同學如遇月事，當日不必送檢體，統一於10/22 補檢。
10/22 (二)	尿液補檢、複檢	1. 初檢異常者，進行複檢。 2. 初檢因故未檢者，進行補檢。
10/17 (四) 10/18 (五)	抽血檢查	1. 前一晚午夜12點後不可進食（包含水）。 2. 檢查當日將於早上10點前完成抽血，抽血後才可進食、喝水。 3. 請假者須配合他校抽血期程，由家長自行帶往補檢。
10/29 (二) 10/30 (三)	理學檢查	1. 檢查前請做好個人衛生（潔牙、清潔耳道、沐浴） 2. 當天請穿著運動服裝，方便檢查，若天氣寒冷請學生自行添加學校冬季外套，但檢查時仍須暫時脫下。 3. 請盡可能不要缺席，缺席未檢測者需配合他校健檢時間，由家長自行帶往補檢。

### 2. 學生流感疫苗注射

- 今年度流感疫苗施打：時程尚未訂出。

公費流感疫苗供貨廠商反映，因世界衛生組織（WHO）流感疫苗選株會議延遲1個月公布北半球疫苗選株決定，造成全球疫苗生產、供貨時程延後，且各國皆受影響。整體疫苗供貨時程較往年延後，無法依往年時程同步開打。

- 請有意施打流感疫苗的學生，屆時家長簽署施打同意書後繳回，將由學校造冊，並於指定日期在校施打。

- 如有流感確診，煩請家長告知學校導師或是衛生組(分機 22)或是護理師(分機 80)，進行班級衛教和消毒活動以及通報。

- 3. 登革熱防疫宣導： 斑蚊智慧型產卵，產在不易發現的積水，7天後成蚊

# 花腳蚊孳生源 您清除了嗎？

埃及斑蚊、白線斑蚊會傳染登革熱與屈公病，因此要定期每週進行周邊環境檢查跟清理，以杜絕病媒蚊滋生。來看看哪些地方最容易成為病媒蚊孳生源？



花腳蚊(斑蚊)最常躲在哪裡？

Top1. 桶、缸、甕、盆



Top2. 瓶、各式底盤



Top3. 杯、瓶、碗、罐、盒



Top4. 保麗龍、塑膠籃



Top5. 帆布、塑膠布



Top6. 水溝



Top7. 輪胎



## 你可以怎麼做！

- 儲水用的容器，一定要加蓋，避免養蚊子。
  - 暫時不使用的容器，應倒置，避免積水。
  - 每週刷洗花瓶或容器底盤，以清除蚊卵。
  - 廢棄容器，如：廢輪胎、帆布及塑膠布等，清除。
  - 雨後一週就會滋生病媒蚊，要定期檢查環境水溝等。
- ★若有發燒、頭痛、肌肉關節痛、出疹等疑似症狀，應儘速就醫。



衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC

疫情通報及關懷專線：1922 <http://www.cdc.gov.tw>

兩

## 要訣：巡、倒、清、刷

雨後一週為登革熱防治關鍵期

今(2019)年截至9月4日國內累計78例本土登革熱病例，臺南市23例  
(東區9例、中西區4例、南區3例、北區安南區各2例，永康區左鎮區新化區各1例)

# 總務處

- 校舍重建預定進度

1. 校園配置方案(108.10月定案)
2. 教室搬遷:109.2(預計新校舍109.2完工、視使照核發進度調整)
3. 教師辦公室搬遷:109.3~4

- 校園學習環境改善工程正進行

1. 校舍重建工程(1億1千萬元)
2. 校舍重建工程公共藝術
3. 建物耐震詳評計畫(育智樓、育樂樓、育德樓)
4. 育德樓廁所改善工程計畫

- 社會扶助：

教育儲蓄戶：

針對本校經濟弱勢在學學生，家長可導師連絡尋求相關協助，讓學生得以順利就學。

- 家長代表招募：

各項教育活動與修繕設備需求仍是殷切，亟需家長們的全力支援，歡迎大家一起加入家長會成員，預計10/4晚上進行家長會改選，相關事務請洽總務處卓主任。

- 學校午餐：

1. 凡請公假三天、事／病假五天、強制停課可申請學校午餐退費，詳情可洽各班導師或總務處。
2. 教育部校園食材登錄平臺- 安心家長APP 推播訂閱，歡迎加入！

校園食材登錄平臺已啟動，全國各級學校及公設幼兒園 6,036 校全面上線登錄囉~現在更進一步主動提供家長可於手機訂閱學生午餐資訊及相關健康飲食知能：

◆學校午餐：學校午餐即時資訊推播，每日中午 11 點 50 分主動推播學校午餐資訊。  
◆健康小常識：每月第二週及第四週週三下午 3 時推播，包含食品營養、健康飲食教育、生活行為、國民健康及食安闢謠等主題。

◆安裝方法：於Google Play(Android)或APP Store(iOS)搜尋“校園食材”，下載檔案後進行安裝。

# 輔導室

■輔導室團隊--請給予支持與指教（專線：2214649）。

★輔導主任：劉和純主任（分機 88）。

★輔導組長：李維真組長（分機 33，生涯 技藝教育、學生輔導）。

★資料組長：周奕伶組長〈分機 31，學生資料建置，特殊需求業務〉

★藝才美術班業務：黃靖雅老師〈分機 32〉。

★輔導老師：翁若雲老師、楊憶雯老師、陳惠釗老師、黃鳳怡老師。

★資源班老師〈分機 57，特殊需求學生〉：林國基老師、謝依臻老師、林怡君老師。

■重大教育議題推動-

## 1. 生命教育

◆善用社會網絡資源

★家庭教育中心	412-81485	家扶中心	2506782
弱勢家庭緊急生活輔助	2995686	社會局婦女及兒少科	2985085
社會福利諮詢專線	1957	張老師	1980
衛生局心理健康科	(06)3358161	少年隊(24 小時)	2305722
安心專線 (自殺防治與通報)	0800-788-995	天使專線 (兒童少年自殺防治)	0800-555-911
免費心理諮商	06-3352982	法律扶助	2285550
臺南市學生諮商輔導中心	2521083	生命線	2209595

◆活動

◎灌溉正能量~「打氣語」圖文徵選活動(9-10 月)參加者優點 5 支，獲獎者嘉獎乙支。

◎辦理生命教育影片欣賞，宣導自傷憂鬱防治理念與方法(輔導課/9-11 月)

◎辦理「小行大愛食物捐」活動，以孕育學生關懷弱勢人群之心，培育樂於助人的情懷

★【安德烈食物銀行宣導與活動參與(108.10.21—108.10.28)請踴躍參加!】

◎臉部平權活動宣導和體驗(陽光基金會/12 月)

## 2. 性別平等教育

(1) 性侵/性騷(安全意識與高風險預防)：

●加強自我保護安全意識(如網路交友、約會強暴、網路直播)

●性別交往關係複雜與觀念偏差

●教導孩子學會相互尊重，從社會案例中，與孩子討論分享性平事件的法律知識(偷拍私密照)

(2) 校園性平事件：學務處收件，啟動性平會，輔導室介入輔導

### 3. 生涯輔導

#### (一) 技藝課程

本學年技藝課程開設：

學期	1	2	3	4
上學期	慈幼-電機電子	慈幼-食品	南英-動力機械	華德-餐旅
下學期	慈幼-食品	慈幼-商業管理	南英-餐旅	華德-美容美髮

◆為鼓勵認真參與技藝課程學生，若於期末表現良好，予以嘉獎鼓勵

- 全程參與技藝課程，且未有任何違規紀錄：嘉獎乙次
- 擔任技藝課程班長或副班長：嘉獎乙次/或志工服務時數/或優點
- 技藝課程期末成績為該班前六名：第一名 小功乙次

第二、三名 嘉獎兩次

第四、五、六名 嘉獎乙次

◆參加技藝課程優點：

- 參加技藝優良學生入學甄選(以技藝競賽或技藝成績保送高職，選填科系限所學職群)例：107學年度技優表揚暨甄選(315蔡博任→高工電機科)(309蔡謹琪→家齊餐飲科)
- 參加實用技能班分發(以技藝成績申請，選填科系不限所學職群)
- 五專入學加分(一個學期最多3分)

#### (二)生涯發展教育

活動	負責人員	實施對象	日期	資源
三年級技藝課程	合作高職、輔導室	約80名國三學生	9/5中午開訓 9/9正式上課 本學期共17次上課	慈幼：電子、食品 華德：餐旅 南英：動力機械
生涯發展與適性輔導宣導	輔導室	全校家長	9/21 (班親會)	校長-12年國民基本教育適性入學宣導
技職教育成果宣導	輔導室	全校學生、家長	9/21	PPT、海報和文宣
建置生涯手冊和生涯檔案	輔導老師、導師、任課老師	全校學生	9月開始	
三年級升學進路輔導	教務處	三年級學生	9月開始	班週會
生涯發展教育家長手冊	輔導室	有報名的家長	9/21	輔導室 手冊資料
實施心理測驗	輔導室資料組	全校學生	10中旬以後	
技職闖關活動	輔導組	全校師生和家長	校慶期間	華醫、南英、慈幼、華德等

五專、高中、高職參訪	輔導室	三年級有意願 學生優先	依公文 11-12月	社區五專、高中、高 職
生涯小團體	輔導室	報名學生	10月初	專輔老師
專題演講： 追夢高手	輔導室 教務處	三年級 二年級	10/28月 班週會	傑出校友/美術班畢 林宗正分享—機械/ 輔具/設計跨領域結 合
校外教學： 產業觀光	教務處 學務處 輔導室	三年級 二年級 一年級	11/27-29	
社區高級中等學校專 業群科參訪(高職參 訪)	輔導室	二年級全部學 生	12/9下午	合作高職家齊、高 商、海事、南大、光 華、慈幼 南英等
技職探索實作營隊	輔導室	報名學生	寒假	依公文
職業萬花筒採訪、 生涯航海王等	輔導室	全校學生	寒假作業 可敘獎	社區家長
生涯閱讀	輔導室 教務 處	全體學生	整學期	閱讀引薦小書評敘 獎辦法
融入各科教學(期末校 務會議發檢核表)	全體教師	全校學生	全學年	敬請任課老師協助

#### 4. 家庭教育

- ◆108/10/8(二)9:30—10:10 家長志工大會
- ◆108/10/8(二)10:20—11:40 親職講座—談情緒勒索和壓力疏解

主講：衛福部嘉南療養院—杜家興主任

地點：民德館圖書室

歡迎家長踴躍參加！

#### 5. 其它：

- ◆國三同學對於藝術〔美術、音樂、表演〕感興趣的升學進路，12月會先初步調以掌握班級人數，導師會協助之後的聯絡與訊息通知。
- ◆歡迎家長參加志工團的行列，誠懇邀請您加入守護民德人的行列。
- ◆若覺得貴子弟有特殊生的特質，疑似特殊生，應在一二年級時儘快申請鑑定，以免
- ◆服務學習(★彙集資源供全校教學分享與公開展覽使用★)可敘獎鼓勵。

- (1) 愛心小志工(協助服務各班弱勢同學)
- (2) 職業萬花筒小記者(影片與簡報)
- (3) 閱讀引薦小書評 (以文章或影片推薦)
- (4) 美感天使 (600字觀賞藝文活動之後的心得報告)
- (5) 世界之窗旅行家 (自己或親友照片分享與介紹文章)

## ★資訊分享：「優質教養、健康上網」講綱

### 臺南市「優質教養、健康上網」親職教育講座

#### 壹、您對孩子的網路使用情形瞭解嗎？知道您的孩子有下列的情形嗎？

1. 孩子花費過多的時間上網，不敢讓我知道真正上網的時間，還會背著我偷偷上網？
2. 孩子因為過度上網，而影響生活作息、健康、學業成績以及和家人朋友的關係。
3. 孩子因為上網，減少和家人互動、讀書及放棄過去他喜愛的活動時間。
4. 孩子無時無刻都想要上網，即使不讓他上網，他也常常心不在焉，想著網路上的事情。
5. 雖然我告訴孩子應該減少上網時間，但孩子仍無法減少。
6. 孩子也知道上網已帶來許多壞處，但還是無法減少時間。
7. 孩子在考前壓力大、考後要舒壓、心情不好時，就上網來暫時忘掉壓力。
8. 孩子上網的時間越來越長，才會感到滿足
9. 孩子不能上網時，就會坐立不安、發脾氣、心情不穩定、緊張或沮喪。

**溫馨叮嚀：0-2 項一般使用，3-4 項網路沉迷，5 項以上網路成癮危險群。**

#### 貳、四種不同管教方式與網路成癮的相關性

- [溺愛式管教] --- 會滿足孩子使用 3C 產品的需求，但沒有訂定使用規範，孩子比較容易過度使用，沉迷網路。
- [忽略式管教] --- 是既不了解孩子使用 3C 產品的需求，也沒有訂定使用規範，孩子比較容易過度使用，沉迷網路。
- [威權式管教] --- 對孩子訂定使用規範，但不去了解孩子使用 3C 產品的需求，親子關係容易衝突，可能無法有效管教孩子的使用行為，尤其是對青少年，可能因叛逆而過度使用。
- [民主式紀律] --- 會了解孩子的需求，也和孩子溝通討論，訂定使用規範，培養孩子自主管理好習慣，孩子較不易成癮。

## 參、一聽、二規、三動動、四感、五慣、六讚讚！

一、聽：持續傾聽孩子的需求

二、規：訂孩子健康上網規範

三、動動：要孩子每 30 分鐘要起來活動 10 分鐘

四、感：高四感生活（歸屬感、愉悅感、成就感、意義感）

五、慣：培養網路使用的好習慣

- ◆ 人：和父母討論網路交友情形
- ◆ 事：保護自己與他人隱私
- ◆ 時：規定每天網路使用時間上限；每天先做功課再上網
- ◆ 地：睡覺時手機不放床邊，電放在公共區域
- ◆ 物：使用適合年齡遊戲

六、讚讚：多稱讚孩子合理使用 3C 產品的健康上網行為

### 各年齡層 3C 產品教養建議

#### 0-3 歲：建議避免接觸

任何地方、任何時間都不可使用，避免危害幼童眼睛

#### 3-6 歲：一天不超過 1 小時

在家上網、過濾有疑慮網頁，避免使用攜帶型電子產品

#### 6-9 歲：一天不超過 2 小時

平衡上網與運動、社交生活，家長做好監督並以身作則

#### 9-12 歲：一天不超過 2 小時

約定上網規範、關機時間及違反的罰則，每天要有家庭時間

#### 12-18 歲：自主管理

資料提供：亞洲大學柯慧貞  
整理：中央社陳至中

## 肆、臺南市支援網絡：

### 臺南市網路成癮防制資源網絡

