

111學年度 新北市立永平高級中學

# 家長日手冊

【國中部】



## 目錄【國中部】

♥ 家長日活動流程-----	2
♥ 《走心社》白玉美展-駐校藝術家展覽-----	3
♥ 本學期重要行事曆-----	5
♥ 學生生活作息表-----	6
<b>教務處</b>	
♥ 新北市國民小學及國民中學學生成績評量補充規定-----	7
♥ 新北市立永平高級中學學生考試規則-----	9
♥ 國中部成績單各領域內容及成績計算方式說明-----	11
♥ 111 學年度基北區高級中等學校免試入學超額比序項目積分對照-----	12
♥ 國中畢業生升學管道圖-----	14
♥ 111 學年度【基北區】各適性入學管道介紹-----	15
♥ 永平高中 111 學年度各入學管道暨招生名額一覽表-----	16
<b>學務處</b>	
♥ 111 學年度學務處工作重點-----	17
♥ 學生生活常規具體作法-----	20
♥ 學生服裝儀容規定-----	25
♥ 學生校內行動載具使用管理規範-----	27
<b>輔導處</b>	
♥ 生涯夢想領航員-----	28
♥ 親師生合力篇(性別教育平等站、家庭教育補給站、網路安全守護站)---	29
<b>圖書館</b>	
♥ 閱讀魔法：圖書館各項閱讀王名單-----	34
♥ 超讚的 K 書中心-----	35
♥ 新北校園通 & 親師生平台-----	36
<b>好文分享</b>	
♥ 上網不迷「網」-----	37
♥ 青少年愛詭辯、理由一大堆，就是不願意自我負責，怎麼辦？-----	39
♥ 國一新生入學卡卡，怎麼辦？-----	42
<b>總務處</b>	
♥ 永平高中 111 學年度教室分布平面圖-----	44



## 新北市立永平高級中學 111 學年度第 1 學期 家長日

時間：111 年 9 月 24 日（六）

時間	活動項目	地點	活動內容
08:30- 09:00	家長校務座談會	圖書館 5 樓	111 學年度校務重點發展座談會、雙向溝通
09:00- 10:00	親職講座～ 九年級升學講座	圖書館 4 樓	您不可不知的適性輔導-談高中多元入學方案
10:00	親職講座～ 高三升學講座	圖書館 5 樓	111 年大學多元入學管道說明
10:00- 11:30	班級親師座談	各班教室	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 家長：於各班教室簽名。</li> <li>2. 各班導師、任課教師與家長進行雙向溝通。</li> <li>3. 永平高中教育發展基金會運作情形說明。</li> <li>4. 票選班級家長代表，每班推選兩名。</li> <li>5. 各班完成班親會並記錄家長寶貴意見！</li> </ol>
09:00- 14:00	白玉美展	圖書館/ 非凡永平 藝廊	洪士傑創作個展



WALK IN YOUR HEART

# 走心社

洪士傑創作個展

2022/9/5~

2022/9/30

開幕茶會:2022/9/8(四) 12:50

地點:新北市立永平高級中學圖書館一樓

(新北市永和區永平路205號)

開放時間:8:00-18:00

(非在校生開放時間17:00-18:00或另行預約)



WALK IN YOUR HEART



## 洪士傑

### 個人學經歷

2018新北市立永平高級中學畢業  
2022國立台灣藝術大學 工藝設計學系畢業  
(應屆畢業生)

### 展覽經驗

兒時記憶-三人聯展  
blow your mind -永平高中美術班22級畢業展  
一天48小時-日間部二年級班展  
微型·巨大-日間部三年級班展  
爾爾nia nia-111級工藝設計學系創作組畢業展  
第四維度-2019陶瓷工作室聯展  
pink pink 兵兵-2020陶瓷工作室聯展  
詞器-2021陶瓷工作室聯展  
視角-2022工藝設計學系系展

### 學習歷程介紹

自考上工藝設計起在大一就依必修課安排將大部分基本媒材學習過一遍，並在其中選擇陶瓷為主要發展媒材，在大學四年內對大部分工藝媒材有一定程度的認識，如木工、金工、漆器、纖維、竹材、皮革等。

大二為了專精陶瓷技藝報考系上的陶瓷工作室，並在梁家豪老師的指導下進化陶瓷創作，偶有提供市集等活動可以用自己的作品和外面社會做接觸，除了雕塑類型的創作也同時進行實用器皿的設計。讓實用與美觀之間可以產生連結。

### 創作作品



### 實用器皿作品



## 白玉美展-駐校藝術家展覽〈走心社-洪士傑創作個展〉

引言：

本次策展藝術家-洪士傑藝術家為本校畢業校友，自高中時期便在永平美術班堅強的師資陣容引導下習得深厚的彩繪及媒材底子。上了大學後，士傑選擇陶瓷為主要發展媒材，並於大學四年內在恩師的指導下專精於陶瓷創作，最終達到實用與美觀「眼、心、手三方」的深刻連結。

本場創作其整體色調繽紛而多彩，大力展現了藝術家本身對色彩概念的投射與運用。歡迎各方朋友踴躍前往圖書館一樓-非凡美學展場欣賞優秀作品，一同感受陶瓷世界的溫和、絢麗及美好。



開幕茶會: 2022/9/8 (四) 12:50

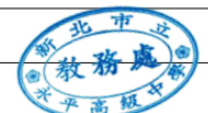
地點: 新北市立永平高級中學圖書館一樓  
(新北市永和區永平路205號)

開放時間: 8:00-18:00

(非在校生開放時間17:00-18:00 或 另行預約)

### 新北市立永平高級中學 111 學年度第一學期重要行事曆(9/1 更新)

週次	日期						重要行事	作業抽查及其他重要活動	
	日	一	二	三	四	五			六
一	28	29	8月30日	31	9月1日	2	3	◎暑假結束(29) ◎開學日(30) ◎《英聽1》報名調查(30-1) ◎教育部學習扶助線上測驗週(30-16) ◎第二外語開始上課(31)	◎國九、高三證件照拍攝(1) ◎國七、國八法律大會考(2)第3節 ◎國中部幹部訓練(2)第4節◎高中部幹部訓練(2)第7節 ◎高一、高二法律大會考(2)第5節 ◎高一自主學習說明會(2)第6節
二	4	5	6	7	8	9 中秋	10	◎高三課輔開始(5) ◎高三第一次學測模擬考(5-6) ◎國九第一次模擬考(6-7) ◎中秋節連假(9-11)	◎111-1 自主學習計畫收件截止(9)
三	11	12	13	14	15	16	17	◎國九、高一、高二課輔開始(12) ◎國八、國九補考(16)第3-4節	◎高二生命教育體驗(福音園)(12-15) ◎防震防災預演(13)早自習 ◎第一次班代大會(15) ◎國七與作家有約講座(16) ◎高中社團(16)
四	18	19	20	21	22	23	24	◎國七、國八課輔開始(19) ◎國七智力測驗(21-23) ◎《英聽1》報名資料確認(22-23)	◎國八女生 HPV 疫苗(20) ◎國七、國八暑假優良作業抽查(21) ◎全國防震防災演習(21)9:21 ◎國九技藝班開課(23) ◎高中社團(23) ◎國中社團(23) ◎家長日(24)
五	25	26	27	28	29	30	10月1日	◎全國學生美展校內初審收件(27) ◎全國讀書心得比賽校內初選收件(30)	◎教師節活動(28)朝會 ◎K 中申請截止(30) ◎國中社團(30) ◎高三學系探索量表施測(30)第6節 ◎高一健促講座(30)第7節
六	2	3	4	5	6	7	8	◎全國學生美展區賽送件(4) ◎《英聽1》應試碼簡訊通知(5)◎國慶日連假(8-10)	◎國、高中新生第一次檢體收集(5) ◎高二性平講座(7)第6節 ◎國中社團(7)
七	9	10 國慶	11	12	13	14	15	◎第一次定期評量(12-13)	◎國七、國八友善校園講座(13)第5節 ◎國七、國八交通安全講座(13)第6節 ◎國七性教育講座(13)第7節◎國七藝術家入校(14)3-4節 ◎國八人際互動講座(13)第7節 ◎高中社團(14) ◎國八、國九年級生涯發展紀錄手冊填寫(14)第4節
八	16	17	18	19	20	21	22	◎國九興趣測驗(17-21) ◎《英聽1》試場公布、查詢(18) ◎國八隔宿露營(20-21) ◎《英聽1》測驗(22)	◎國七、國八英文科作業抽查(17) ◎國、高中新生第二次檢體收集(20) ◎國七健促講座(21)第3節 ◎國七健康檢查說明(21)第4節 ◎高一健促說明會(21)第6節◎高二游泳比賽(21)6.7節
九	23	24	25	26	27	28	29	◎國八性向測驗(24-28) ◎全校施打流感疫苗(25)	◎國八、國九抽離式特色高職參訪(27) ◎高中社團(28)◎國中社團(28)◎國、高中親善大使初選(28)
十	30	31	11月1日	2	3	4	5	◎國八性向測驗(31-4) ◎高三第二次學測模擬考(1-2) ◎《學測》、《術科》報名(1-15) ◎《英聽1》成績寄發、查詢(3)	◎高一新生健康檢查(1) ◎國七新生健康檢查(2) ◎美術班北藝大參訪(3)暫定 ◎國八、國九抽離式特色高職參訪(3) ◎高中社團(4) ◎國中社團(4)
十一	6	7	8	9	10	11	12	◎外語月報名截止(7) ◎第二次防災輔導訪視(8) ◎校內科展(8) ◎《英聽2》報名、資料確認(9-15)	◎國七、國八數學科作業抽查(9) ◎國七、國八抽離式職場體驗(10)暫定 ◎選書師 APP 上傳截止(11) ◎國七拔河預賽(11)3-4節 ◎高一拔河預賽(11)6-7節 ◎高三大學群說明會(11)第6節 ◎高一拔河決賽(15)朝會 ◎國七拔河決賽(16)朝會 ◎國九大隊接力(18)第3-4節 ◎高一媒體素養講座(18)第6-7節 ◎國中社團(18) ◎高三學系探索量表解測(18)第6節
十二	13	14	15	16	17	18	19	◎美術班術科模擬考(14-17)	◎國七愛滋入班宣導(25)第3節 ◎國中部親善大使決選(25)第4節 ◎高中部親善大使決選(25)第6節 ◎高三大學多元入學說明會(25)第6-7節
十三	20	21	22	23	24	25	26	◎《英聽2》應試碼簡訊通知(23) ◎外語月-國八、國九英文拼字比賽(25)第3節	◎國七、國八法律巡迴劇場(30)第5-6節 ◎國七、國八反毒教育宣導(30)第7節 ◎高中社團(2) ◎國中社團(2)
十四	27	28	29	30	12月1日	2	3	◎國九第二次定期評量(28-29) ◎國七、國八、高中部第二次定期評量(29-30) ◎國九校外教學(30-2) ◎生命感恩月(1-31)	◎111-1 校園書展(5-9) ◎國八籃球預賽(5-8) ◎國七、八自然科作業抽查(7) ◎國八籃球比賽(9)3-4節 ◎高一生命教育講座(9)第6-7節
十五	4	5	6	7	8	9	10	◎《英聽2》試場公布、查詢(6) ◎《學測》、《術科》報名資料確認(7-9) ◎國七英語美聲朗讀比賽(9) ◎《英聽2》測驗(10)	◎美術班師生美展布展(13) ◎美術班師生美展(14-29) ◎週記抽查(15) ◎第二次班代大會(15) ◎國中社團(16) ◎高二台灣吧講座(16)第6-7節◎高三包粽活動(16)第6節
十六	11	12	13	14	15	16	17	◎外語月-高中部英文演說比賽(12)第5-6節 ◎高三第三次學測模擬考(14-15) ◎外語月-國中英語文漫畫暨作文比賽(16)第3-4節 ◎外語月-高一、高二英文作文比賽(16)第6-7節	◎《英聽2》成績公布、寄發(22) ◎國九第二次模擬考(22-23) ◎高三課輔結束(23) ◎《學測》應試碼通知、查詢(23) ◎高二英文拼字比賽(23)第6-7節
十七	18	19	20	21	22	23	24	◎外語月-國中英語演說比賽(26)第5-6節 ◎高三第三次定期評量(27-28)◎全校課輔結束(29) ◎感恩月感飢12活動(30) ◎元旦連假(31-2)	◎閱讀存摺抽查(26) ◎國九基北免試第一次志願模擬選填(26-30)暫定 ◎高一愛滋病講座(30)第6節
十八	25	26	27	28	29	30	31	◎《學測》試場公布、查詢(3) ◎《術科》試場公布(6) ◎補行上班上課(7)補1/20 星期五的課	◎111-2 自主學習計畫收件截止(2) ◎國七、國八國文作業抽查(4) ◎國中社團(6) ◎國七家庭教育講座(7)第3節
十九	1 元旦	2	3	4	5	6	7	◎《學測》試場公布、查詢(3) ◎《術科》試場公布(6) ◎補行上班上課(7)補1/20 星期五的課	◎國九技藝班課程結束(13)
二十	8	9	10	11	12	13	14	◎112 學科能力測驗(13-15)	
二十一	15	16	17	18	19	20	21	◎國中部、高一、高二第三次定期評量(17-18) ◎休業式(19)	



## 新北市立永平高中作息時間表

	國中部	高中部
早自習(自主學習)	07:30-08:00	07:30-08:00
星期二(朝會)	07:40-08:10	07:40-08:10
第一節課	08:10-08:55	08:10-09:00
下課		
第二節課	09:10-09:55	09:10-10:00
下課		
第三節課	10:10-10:55	10:10-11:00
下課		
第四節課	11:10-11:55	11:10-12:00
午餐	11:55-12:25	12:00-12:30
打掃	12:25-12:45	12:30-12:45
午休	12:45-13:10	
下課		
第五節課	13:15-14:00	13:15-14:05
下課		
第六節課	14:15-15:00	14:15-15:05
下課		
第七節課	15:15-16:00	15:15-16:05
放學		
第八節課	16:10-16:55	16:10-17:00
放學		



## 新北市國民小學及國民中學學生成績評量補充規定

100 年 5 月 25 日北教國字第 1000443400 號函訂定發布  
 101 年 8 月 27 日北府教國字第 1012324521 號令修正發布  
 104 年 2 月 13 日新北府教中字第 1040284187 號令修正發布  
 108 年 12 月 2 日新北府教國字第 1082207507 號令修正發布

- 一、本補充規定依國民教育法第十三條第一項規定訂定之。
- 二、新北市國民小學及國民中學（以下簡稱學校）學生成績之評量，除依國民小學國民中學學生成績評量準則及相關法規規定外，並應依本補充規定辦理。
- 三、學校學生日常生活表現評量由導師參考學校各領域學習課程與彈性學習課程授課教師、學生同儕及家長反映，依下列各款學生表現項目加以評定：
  - （一）出缺席情形：學生出缺席情形包含事假、病假、曠課、公假及喪假等紀錄。
  - （二）獎懲：包含大功、小功、嘉獎、大過、小過及警告等紀錄，其評量標準由學校訂定。
  - （三）團體活動表現：由導師或授課教師視學生參與班級、社團、自治與學校活動學習等情形紀錄之。
  - （四）品德言行表現：由導師考量學生智力、性向、興趣、家庭環境與社會背景等因素，並綜合平日個別行為觀察結果、談話與家庭訪視紀錄、學生自評、同儕互評及校外活指導委員會彙送資料紀錄之。
  - （五）公共服務表現：由導師或相關人員依學生參與班級、學校或社區服務等情形紀錄之。
  - （六）校內外特殊表現：依學生實際表現紀錄之。
- 四、學校學生領域學習課程、彈性學習課程之評量，包括國民中小學課程綱要所定領域學習課程、彈性學習課程及其所融入之重大議題。
 

國民小學一、二年級之社會、藝術、自然科學及綜合活動學習領域統整為生活課程實施評量。

國民中學辦理模擬升學測驗成績之結果，不得納入學生在校學習評量成績計算。
- 五、學校學生定期成績評量，每學期紙筆測驗之次數至多三次；其實施日期、次數由學校擬定，經課程發展委員會通過後實施；其評量方式由各領域/科目教學研究會決定之。
 

前項定期評量之紙筆測驗，學校應組成命題與審題小組及建立命題與審題機制，以維護評量之合理性、專業性、診斷性、公平性及保密性。

領域學習課程、彈性學習課程之評量中，紙筆測驗使用頻率應符最小化精神；彈性學習課程評量，應以平時評量為原則，並得視需要實施定期評量。
- 六、學校學生領域學習課程、彈性學習課程成績評量之計算方式如下：
  - （一）個別領域學習課程、彈性學習課程每次定期評量與平時評量成績之核計比例，由各校領域/科目教學研究會訂定。
  - （二）個別領域學習課程、彈性學習課程之各次定期評量總成績總和之平均數為該領域學期成績。
  - （三）各個別領域學習課程、彈性學習課程學期成績乘以各該領域學習課程、彈性學習課程每週學習節數，所得總和再除以每週領域學習課程、彈性學習課程總節數為領域學習課程、彈性學習課程評量之學期總平均成績。
- 七、特殊教育學生之成績評量，依下列方式辦理：
  - （一）學校應衡酌特殊教育學生身心發展狀況及學習優勢管道實施評量，並依學生能力及需求，調整評量之領域學習課程、彈性學習課程、內容及方式；其評量調整措施，以及成績計算方式，應納入學生個別化教育計畫或個別輔導計畫，並經各校特殊教育推行委員會審查通過後實施。
  - （二）身心障礙學生因其領域學習課程、彈性學習課程之學習節數完全由特殊需求領域替代時，該領域學習課程、彈性學習課程成績得採計特殊需求領域之評量結果。
  - （三）普通班特殊教育學生接受資源班或巡迴輔導直接教學之領域學習課程、彈性學習課程時，其成績評量除衡酌該生普通班之平時及定期評量表現外，應納入資源班或巡迴輔導教師之評量結果。
- 八、非學校型態實驗教育學生之成績評量依下列方式辦理：
  - （一）非學校型態實驗教育學生依十二年國民基本教育課程綱要領域學習課程、彈性學習課程進行評量。
  - （二）家長應依申請計畫實施評量，並得自行決定學生返校參加定期評量，由家長實施之評量紀錄，應於學期末提供校方進行成績登錄，提供之時間由家長與導師聯繫確認。





- 1、返校參加定期考試者，平時評量成績由家長提供，教師就平時評量與定期評量成績，合併計算學生之學期成績。
- 2、不返校參加考試者，所有領域成績由家長評定。
- 3、學生學期成績單應加註「申請非學校型態實驗教育」字樣。
- (三) 學校核發申請實驗教育學生之畢業證書，應在相關文件上加註申請實驗教育修業期程。
- (四) 申請實驗教育之學生成績，倘涉及畢業成績計算，不列入畢業成績獎項評比。
- 九、學校學生於領域學習課程、彈性學習課程定期評量時，因故不能參加，經學校核准給假者，於銷假後得補行評量，其成績以實得分數計算為原則。但無故缺考者，不得補行評量，該缺考領域學習課程、彈性學習課程定期評量成績以零分計算。
- 十、學校得視學生日常生活表現情形之需要安排專案輔導。
  - 學生學習表現欠佳者，學校應訂定並落實預警、輔導與補救措施。
  - 學生各學期各領域學習課程及彈性學習課程之成績未達丙等者，應施予相關輔導與補救措施，並得建立補考機制，其實施原則如下：
    - (一) 補考範圍：當學期不及格之語文、數學、社會及自然科學領域學習課程內容。但下列學生之補考範圍另定之：
      - 1、國民中學九年級下學期及國民小學六年級下學期學生，得補考當學期不及格領域。
      - 2、中華民國一百零三學年度以後入學學生，以補考前一學期不及格領域者為限。
    - (二) 補考時間：由學校自訂，學生逾期未參加補考者，除有不可抗力情形外，視同放棄補考機會。
    - (三) 補考方式：得以紙筆測驗或多元評量等方式辦理。
    - (四) 成績計算：補考及格者，該領域學習課程及彈性學習課程學期成績以六十分計算；補考不及格者，以原始分數擇優採計。
    - (五) 補考次數：每位學生得參加各學期各領域學習課程及彈性學習課程之補考以一次為限。
- 十一、學校學生成績評量之處理、登記單位及人員如下：
  - (一) 國民中學：領域學習課程及彈性學習課程評量由教務處主辦；日常生活表現評量由學務處主辦，任課教師配合辦理。
  - (二) 國民小學：由各班導師辦理。
    - 前項成績評量之各類表冊，由新北市政府另訂之。
- 十二、學校學生成績評量紀錄，應定期告知家長及學生。
  - 學期或畢業成績通知除量化紀錄外，得參酌學生人格特質、學習能力、生活態度及特殊才能等以文字描述加以說明，並提出具體建議。
- 十三、學校應成立學生成績評量輔導小組（以下簡稱本小組），每學期定期召開成績評量相關會議，研議、審查學生成績評量相關事項。
  - 本小組置成員五人至十七人，由學校行政人員、教師代表、教師會代表、家長會代表及相關人員組成之。
- 十四、學校學生修業期滿，經本小組審查符合下列規定者，由學校發給畢業證書；未符合者，發給修業證明書：
  - (一) 出席率：除公、喪、病假或其他不可抗力等因素外，學習期間上課總出席率至少達三分之二以上。
  - (二) 獎懲：學生經獎懲抵銷後，未記滿三大過。
  - (三) 領域學習課程成績：
    - 1、國民小學階段：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動及健康與體育七領域，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。
    - 2、國民中學階段：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技及健康與體育八領域，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。
- 十五、學校於不違反相關法規及本補充規定，得視本位發展實際需要另訂規定。
- 十六、中華民國一百零八年十二月二日修正發布之第三點至第十一點及第十四點，自一百零八年八月一日以後入學學校之學生適用之。



## 新北市立永平高級中學學生考試規則

經中華民國 110 年 12 月 9 日校務會議修訂通過

經中華民國 111 年 5 月 5 日校務會議修訂通過

- 一、 準時入場，不可提早繳卷，遲到入場者不可要求延長其考試時間。
- 二、 文具自備，不得在場內向他人借用。違者扣該科成績 5 分。
- 三、 不得攜帶有圖像、文字的墊板入試場。違者扣該科成績 5 分，並由監試人員先行放置講台上。
- 四、 答案卡必須使用 2 B 黑色軟心鉛筆作答，非選擇題一律用黑色墨水筆作答(未依規定作答者，扣該科成績 5 分)。
- 五、 各項考試請同學將考試須用文具置於桌上，其餘書籍、簿本放置於書包內，書包置於教室前後，桌子倒轉，使抽屜口面向講台。未依規定者扣該科成績 10 分。
- 六、 非考試必須之物品：
  - (一) 可能影響考試公平之書本、物品或紙張等，不得隨身攜帶或放置於桌面、椅子。未依規定者扣該科成績 20 分，如有明確使用之情形，視為妨礙考試公平，該科成績不予計分。
  - (二) 具有傳輸、通訊、記憶、拍攝、錄影或計算功能之物品：如行動電話、穿戴式裝置  
(如：智慧型眼鏡類、智慧型手錶類、智慧型手環類、耳機類)、計算機、電子辭典、多媒體播放器材(如：MP3、MP4 等)、呼叫器、收音機等，不得隨身攜帶或放置於桌面、抽屜、椅子。違者扣該科成績 10 分，並依監試人員指示關機放置講台，考試結束後自行取回。  
考試時手機或其他電子設備若發出聲響，不論其置放位置，扣該科成績 20 分。  
考試時使用手機或上述資訊設備者，該科不予計分。
- 七、 嚴禁交談，左顧右盼，違者扣該科成績 5 分。經制止不聽或再犯者，該科不予計分。作弊事實明確者，該科不予計分，並簽請校規處置。
- 八、 答案卷(卡)上應書寫姓名、班級及座號，若有未寫明上述資料或正確劃記，而致無法辨識該答案卷(卡)所屬者，扣該科成績 5 分。



九、 考試結束相關規定

(一) **高中部**考試結束鐘響畢時，不論是否答完，應立即停止作答並聽從監試人員指導，交卷出場。

考試結束鐘響畢，仍逾時作答經制止後停止者，**扣該科成績 10 分**；制止後仍繼續作答者，**該科不予計分**。

(二) **國中部**考試結束鐘響起時，不論是否答完，應立即停止作答並聽從監試人員指導，交卷出場。

考試結束鐘響起，仍逾時作答經制止後停止者，**扣該科成績 10 分**；制止後仍繼續作答者，**該科不予計分**。

十、 其他違規處分情形如下：

(一) 蓄意污損答案卷(卡)者，該科不予計分。

(二) 無故提早繳卷，強行出場者，該科不予計分。

(三) 考試時不得飲食(水)、嚼食口香糖等，違者**扣該科成績 10 分**，**經制止後仍再犯者，該科不予計分**。如因治療需要，須於考試中飲水服用藥物，請於考試前向教學組提出申請。

(四) 考試時學生不戴帽子(含連帽衣物)。經制止不聽或再犯者，該科不予計分。

(五) 考試時學生有特殊需求需使用耳塞者，請配合監試人員檢查。不配合檢查者，該科不予計分。

(六) 擾亂考場內、外秩序者，**扣該科成績 10 分**；情節嚴重者，該科不予計分。

十一、 考試期間學生因故請假須事先向教務處核備，凡公假、喪假、事假須事先完成請假手續，病假須持評量當日之醫療院所診斷證明或醫療紀錄請假。

請假者銷假返校後應立即至教務處辦理補行評量相關事宜，為維持定期評量之公平性，返校後未立即至教務處而先行入班者，扣補行評量各科目成績 5 分。

請假者應於定期評量結束後五個工作天內完成補行評量。

十二、 本規則如有未盡事宜，得召開學生學習(成績)評量委員會討論議決之。

十三、 本規則經校務會議通過後實施，修正時亦同。



## (國中部)成績單各領域內容及成績計算方式說明

### 一、定期評量成績單的八大領域：

領域名稱(節數)	包含科目(節數)	成績所佔比例		
		定期評量 A	平時成績 B	
學 習 領 域	語文(8)	國文(5)、英語(3)	50%	50%
	健康與體育(3)	健康教育(1)、體育(2)	50%	50%
	數學(4)	數學(4)	50%	50%
	社會(3)	歷史(1)、地理(1)、公民(1)	50%	50%
	自然科學(3)	七年級生物/八年級自然(3)	40%	60%
	藝術(3)	音樂(1)、視覺藝術(1)、 表演藝術(1)	40%	60%
	綜合活動(3)	輔導(1)、童軍(1)、家政(1)	40%	60%
	科技(2)	生活科技(1)、資訊科技(1)	40%	60%

### 二、成績計算說明：

- 1、語文領域每週 8 節，包括國文、英語二科，國文 5 節、英語 3 節

定期評量成績 A = (國文定考成績\*5 節 + 英語定考成績\*3 節) / 8 節

平時評量成績 B = (國文平時成績\*5 節 + 英語平時成績\*3 節) / 8 節

$$\text{語文領域總成績} = A * 50\% + B * 50\%$$

- 2、綜合活動領域每週 3 節，包括輔導、童軍、家政三科，各開 1 節

定期評量成績 A = (輔導定考成績 + 童軍定考成績 + 家政定考成績) / 3 節

平時評量成績 B = (輔導平時成績 + 童軍平時成績 + 家政平時成績) / 3 節

$$\text{綜合活動領域總成績} = A * 40\% + B * 60\%$$

- 3、健康與體育領域每週 3 節，包括健康教育、體育二科，健康 1 節、體育 2 節

定期評量成績 A = (健康教育定考成績\*1 節 + 體育定考成績\*2 節) / 3 節

平時評量成績 B = (健康教育平時成績\*1 節 + 體育平時成績\*2 節) / 3 節

$$\text{健康與體育領域總成績} = A * 50\% + B * 50\%$$

- 4、餘領域類推

### 三、每學期三次定期評量成績平均後為該學期之學期成績，國中三年共六個學期之學期成績平均後為畢業總平均成績。

### 四、畢業資格：(符合以下三項規定者發給畢業證書，不符者發給修業證明書)

1、除公、喪、病假或其他不可抗力等因素外，學習期間上課總出席率至少達三分之二以上。

2、經獎懲抵銷後，未記滿三大過。

3、學習領域中有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等(60分)以上者。



## 112 學年度基北區高級中等學校免試入學超額比序項目積分對照表

### 【目前國九學生適用】

類別	項目	採計上限	積分換算							說明	
志願序		36 分	36 分	第 1 至第 5 志願							1. 國中學校應給予學生適性輔導，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。 2. 如高級中等學校設有兩個以上類科(含普通科、專業群科或綜合高中學程)，連續選填該校之類科志願，不限定類科別數均計為同一志願，積分相同；同校不同類科，於不同志願序選填，則依該志願序積分採計。
			35 分	第 6 至第 10 志願							
			34 分	第 11 至第 15 志願							
			33 分	第 16 至第 20 志願							
			32 分	第 21 至第 30 志願							
多元學習表現	均衡學習	21 分	7 分	符合 1 個領域							健體、藝文、綜合、科技四領域任三領域前五學期平均成績及格者。 1. 由國中學校認證。 2. 採計期間為 109 學年度(七年級)上學期至 111 學年度(九年級)上學期，採計原則依「基北區免試入學服務學習時數認證及轉換採計原則」辦理。 3. 非應屆畢(結)業生服務學習時數採計，除上開採計期間外，亦得選擇國中在學期間前 5 學期選 3 學期進行採計。
			0 分	未符合							
	服務學習	15 分	5 分	每學期服務滿 6 小時以上							
			0 分	每學期服務未滿 6 小時							
國中教育會考	五科	35 分	7 分	6 分	5 分	4 分	3 分	2 分	1 分	國文、數學、英語、社會、自然五科，各科按等級加標示轉換積分 1-7 分。	
			A++	A+	A	B++	B+	B	C		
	寫作測驗	1 分	1 分	0.8 分	0.6 分	0.4 分	0.2 分	0.1 分	寫作測驗 1-6 級分轉換積分 0.1 - 1 分。		
總積分			108 分								

### 比序順次：

- 第一順次：依學生之總積分進行比序。
- 第二順次：第一順次比序同分，則依多元學習表現(含均衡學習、服務學習)積分進行比序。
- 第三順次：第二順次比序同分，則依國中教育會考等級加標示及寫作測驗之換算積分加總進行比序。
- 第四順次：第三順次比序同分，則依志願序積分進行比序。
- 第五順次：如經第四順次比序後仍同分時，採用國中教育會考各科等級加標示進行比序。依序為 1. 國文科等級加標示、2. 數學科等級加標示、3. 英語科等級加標示、4. 社會科等級加標示、5. 自然科等級加標示、6. 寫作測驗。
- 如經前項比序仍同分時，報各該主管教育行政機關核准增加名額，增額人數以不超過該校(科)採之招生名額 5% 為原則；如增額人數逾該校(科)之招生名額 5%，增額部分依學生實際選填之志願順序於招生名額 5% 以內依序錄取。
- 如經上述適當之處理後仍有超額情形，以增加名額錄取。



基北區高級中等學校免試入學超額比序項目積分對照表

【111 學年度起入學國民中學學生適用】

類別	項目	採計上限	積分換算							說明	
志願序		36 分	36 分	第 1 至第 5 志願							3. 國中學校應給予學生適性輔導，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。 4. 如高級中等學校設有兩個以上類科(含普通科、專業群科或綜合高中學程)，連續選填該校之類科志願，不限定類科別數均計為同一志願，積分相同；同校不同類科，於不同志願序選填，則依該志願序積分採計。
			35 分	第 6 至第 10 志願							
			34 分	第 11 至第 15 志願							
			33 分	第 16 至第 20 志願							
			32 分	第 21 至第 30 志願							
多元學習表現	均衡學習	24 分	6 分	符合 1 個領域							健體、藝文、綜合、科技四領域前五學期平均成績及格者。
			0 分	未符合							
	服務學習	12 分	4 分	每學期服務滿 6 小時以上							4. 由國中學校認證。 5. 採計期間為 111 學年度(七年級)上學期至 113 學年度(九年級)上學期，採計原則依「基北區免試入學服務學習時數認證及轉換採計原則」辦理。 6. 非應屆畢(結)業生服務學習時數採計，除上開採計期間外，亦得選擇國中在學期間前 5 學期選 3 學期進行採計。
			0 分	每學期服務未滿 6 小時							
國中教育會考	五科	35 分	7 分	6 分	5 分	4 分	3 分	2 分	1 分	國文、數學、英語、社會、自然五科，各科按等級加標示轉換積分 1-7 分。	
			A++	A+	A	B++	B+	B	C		
國中教育會考	寫作測驗	1 分	1 分	0.8 分	0.6 分	0.4 分	0.2 分	0.1 分	寫作測驗 1-6 級分轉換積分 0.1 - 1 分。		
			6 級	5 級	4 級	3 級	2 級	1 級			
總積分		108 分									

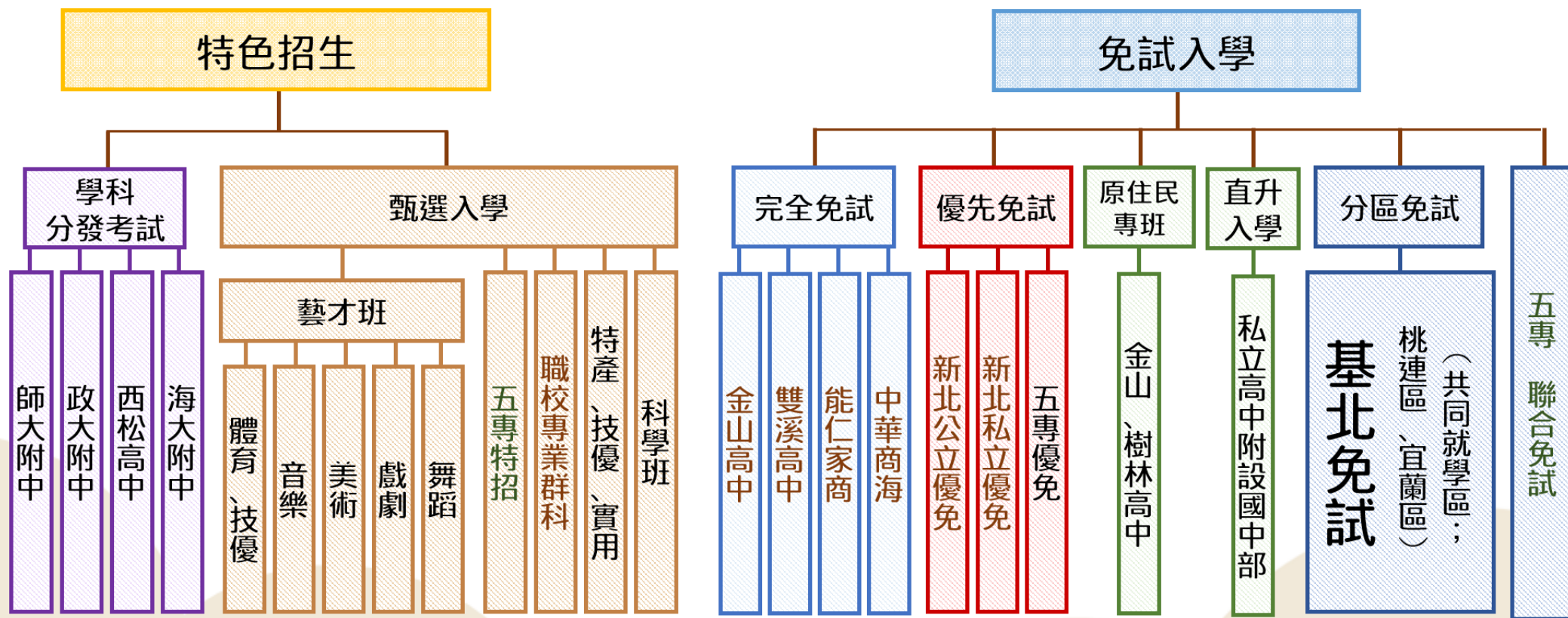
比序順次：

1. 第一順次：依學生之總積分進行比序。
2. 第二順次：第一順次比序同分，則依多元學習表現(含均衡學習、服務學習)積分進行比序。
3. 第三順次：第二順次比序同分，則依國中教育會考等級加標示及寫作測驗之換算積分加總進行比序。
4. 第四順次：第三順次比序同分，則依志願序積分進行比序。
5. 第五順次：如經第四順次比序後仍同分時，採用國中教育會考各科等級加標示進行比序。依序為 1. 國文科等級加標示、2. 數學科等級加標示、3. 英語科等級加標示、4. 社會科等級加標示、5. 自然科等級加標示、6. 寫作測驗。
6. 如經前項比序仍同分時，報各該主管教育行政機關核准增加名額，增額人數以不超過該校(科)採之招生名額 5% 為原則；如增額人數逾該校(科)之招生名額 5%，增額部分依學生實際選填之志願順序於招生名額 5% 以內依序錄取。
7. 如經上述適當之處理後仍有超額情形，以增加名額錄取。



# 國中畢業生升學管道圖

【因 112 學年度簡章尚未核定，暫提供 111 學年度管道圖為參考】



## 111 學年度【基北區】各適性入學管道簡介【永平高中教務處註冊組彙整製作】

國中教育會考時間為 112 年 5 月 20-21 日，所有同學均須著 校服 參加考試(無論是否已有錄取學校就讀)

因目前 112 學年度升學管道簡章皆尚未定案，暫予提供 111 學年度各升學管道簡介

【以下舊年度資料說明僅供參考，確實入學時程及採計條件以 112 學年度各入學管道簡章規定為準】


入學管道/時間		適用學生	招生學校	採計條件	流程及承辦處室	
特色招生	甄選入學	<b>高中職藝才班</b> 1.美術班 2.音樂班 3.舞蹈班 4.戲劇班 具備美術、音樂、舞蹈、戲劇訓練基礎與專長	北區聯合招生【均需先參加術科測驗，以此成績及會考成績為門檻，最後考量是否參加甄選入學報名，但注意 <b>藝才班甄選採用選填志願方式--不擲榜</b> 】 國立臺北藝術大學舞蹈系 台南應用科技大學美術系、音樂系及舞蹈系 高雄東方設計大學美術工藝系	1.術科測驗 2.書面資料 3.會考基礎級門檻	1.術科測驗校內報名(輔導處特教組) 2.參加術科測驗 3.據成績單及鑑定結果，考量校內報名 5/30 前(註冊組) 4.放榜報到	
		<b>七年一貫藝才班(獨招)</b>	國立臺北藝術大學舞蹈系 台南應用科技大學美術系、音樂系及舞蹈系 高雄東方設計大學美術工藝系	術科測驗 會考成績列入採計	自行報名參加術科測驗及後續作業	
	<b>科學班</b>	數學或自然成績優異、具備科學潛能，特別是喜好實驗實作者	各校獨招，基北區僅建中及師大附中、北一女辦理招生【各校科學班官網均有線上招生說明】	1.入班資格審查 2.科學能力檢定成績 3.實驗操作成績	1.可校內團報 2 月底(洽教務處註冊組)；亦可自行報名 3 月初【需先線上報名並列印、採通訊報名】 2.參加科學能力檢定考試=>通過者 3 月底再參加實驗實作測驗=>放榜公告後報到	
特色招生	甄選入學	<b>體育班 運動績優生</b>	具備體育專項特長或優秀競賽成績	各校獨招(本校招收女籃及女桌、跆拳道)	術科測驗，其他詳見簡章	學務處體育組(報名=>測驗=>放榜)
		<b>專業群科</b>	技藝班學生有優勢，具備特殊技能	新北市聯合招生，其他縣市詳見公告	1.書面審查 2.術科測驗 3.不採計會考成績 4.各區限報 1 校 1 科	輔導處資料組【另有詳細集體報名日程公告】
		<b>技藝績優甄選</b>	技藝競賽得獎、相關技術證照	基北區公私立高職	技藝課程成績優良	輔導處資料組【另有詳細集體報名日程公告】
		<b>產業特殊需求類科 優先入學</b>	具減免身分學生(低收入、中低收入、身障人士子女、原住民等),且對傳統產業及重要特殊需求類科(如土木、模具以及重機械、海事、農業等)有興趣者	木柵、南港、三重、新北、瑞芳等高工、國立海大附中、私立中華商海等	1.僅能報名 1 校 2.不採計會考成績 3.超額比序：減免身分 技藝課程及服務學習	1.報名(洽教務處註冊組) 2.錄取放榜 3.報到
		<b>實用技能學程</b>	具技藝傾向之學生，曾參加技藝班課程之學生為優先	多所公私立高職	依志願序分發	輔導處資料組【另有詳細集體報名日程公告】
	<b>考試分發入學</b>	1.政大附中:英語性向學生 2.師大附中:數學及資訊性向者 3.西松高中:IB 國際文憑預科課程 4.國立海大附中:海洋科技課程	1.政大附中--英語國際班 2.師大附中--資訊科學班 3.西松高中--國際文憑 IBDP 班 4.海大附中--海洋科技人才培育班	考試分發入學學科測驗(且須達會考成績門檻)	先自行網路&現場報名(完成報名-來電告知註冊組) 再參加測驗,通過者將特招志願加入基北免試選填志願	
免試入學	公私立高中職	<b>★優先免試</b>	私立 一般學生，就近入學 經濟弱勢學生(低收入、中低收入等有保障名額)	新北市各私立高中職 永平、錦和、中和、新店、雙溪、石碇等高工；及瑞芳高工、樟樹高中	1.各僅能報名 1 校 2.同分比序： (1)多元學習積分 (2)教育會考成績(私立學校不參採此項)	教務處註冊組 私立優免：校內報名=>高中職校公告抽籤=>5 月放榜報到 公立優免：校內報名=>6 月放榜=>高中職校報到
		<b>聯合免試</b> ※4 月底申請變更就學區(不在基北區就學高中職)	一般學生 (變更就學區學生需同時以網路及紙本提出申請，請洽註冊組)	基北區聯合招生	同分比序項目： 志願序、多元學習表現、教育會考成績	聯合免試：校內報名=>選填志願=>完成志願單簽名返校繳交=>7 月放榜=>高中職校報到
	公私立五專	<b>★優先免試</b>	一般學生，對五專科系有興趣，如護理、餐旅、醫技、幼保、外語等(北區公校有國立台北商業大學，以及國立台北科技大學智慧自動化工程科)	全國跨區跨校報名、且於電腦系統選填志願分發(至多 30 個志願科系)	同分比序項目： 志願序、多元學習表現、教育會考成績、弱勢身分、技優表現及校際競賽等(但優免及聯免之超額比序積分採計方式不同)	教務處註冊組 優免：校內報名=>網路選填志願=>6 月放榜=>依規定報到 聯免：校內報名=>專校寄發撕榜通知=>7 月現場撕榜報到
		<b>聯合免試</b>	一般學生，對五專科系有興趣，如護理、餐旅、醫技、幼保、外語等(北區公校有國立台北商業大學，以及國立台北科技大學智慧自動化工程科)	分北中南三區報名(可報名多區,但都只能各報 1 校)，且僅能擇 1 校報到	同分比序項目： 志願序、多元學習表現、教育會考成績、弱勢身分、技優表現及校際競賽等(但優免及聯免之超額比序積分採計方式不同)	聯免：校內報名=>專校寄發撕榜通知=>7 月現場撕榜報到
獨招	<b>中正預校</b>	軍校，學費全免，限男生	該校獨招	1.智力測驗、口試及體檢 2.會考成績	自行網路暨通信報名(但須先報名體檢及智力測驗)、還需口試、後續才放榜=>通訊報到=>入學正式報到 可詢問學務處生輔組或教官	
	<b>開平餐飲、開南工商等 建教合作</b>	詳各校簡章 詳各校簡章或洽輔導處資料組				

本校教務處註冊組電話:22319670#214、輔導處 22319670#242 資料組、#243 特教組、學務處體育組分機#226





# 永平高中 112 學年度各入學管道暨招生名額一覽表

高中部 入學管道		招生 名額	備 註
優先免試		未定	1. 未足額錄取所餘名額，納入免試入學管道名額。 2. 本校國中部畢業生於優先免試管道，除本校高中部以外，尚有新北市其他鄰近公立高中職及全市各私立高中職之選擇，詳見各正式簡章規定。
免試		未定	本校普通班中另設 <u>外語班</u> 及 <u>數理班</u> ，於新生報到時提出申請，再依遴選辦法錄取編入
特色招生 甄選  	美術班	暫定 25	1. 本校除美術專業能力培養外，對學科的認知學習，要求嚴謹，期望學習發展兼顧學科與術科。 2. 歡迎熱愛美術的同學申請，一起朝未來的藝術家、設計家、美術教師、文創產業藝術家而努力。 3. 分兩類—以競賽表現入學(報名事項請洽特教組)、 <u>甄選入學(分兩階段辦理，流程依往例暫定如下，仍以正式簡章為準，並請注意校內公告)</u> (1) <u>術科測驗</u> (日期未定，另行公告) A本校國中部校內報名事項:洽輔導處特教組(#243) B考試:於 <b>北區主委學校</b> 辦理(仍需參加教育會考，且兩者成績均有門檻,通過才可參加志願選填分發) (2) <u>志願選填分發</u> :於 <b>北區主委學校</b> 辦理(日期未定，另行公告) A本校國中部校內報名: 暫定112年5/30前(洽教務處註冊組#214) B報到:各錄取學校
體育績優 甄選		未定	甄選類別及名額等相關規定詳見正式簡章，或洽體育組#226

教育會考：112.05.20~21 (週六~日)，所有學生均須參加各入學管道相關規定，均以正式發布之簡章內容為準，校內辦理報名詳細日程，務必注意本校公告及發送資料



## 111 學年度學務處重點工作

重點工作	請家長瞭解或配合事項
一、學務處電話	<ol style="list-style-type: none"> <li>建議輸入手機，並貼在家裡電話機旁</li> <li>學生請假專線 22319670 分機 221、224、228 (事後仍需依規定完成請假手續)</li> <li>接到詐騙集團電話或遇到緊急事故(意外)需學校協助處理，請撥教官專線。 <b>教官專線：3233-9456</b> <b>學務處：2231-9670 分機 220~229</b></li> </ol>
二、傳染病防治	<ol style="list-style-type: none"> <li>身體感覺不適請主動戴上口罩保護自己。</li> <li>如有就醫被告知腸病毒、手足口病、紅眼等症狀，請依規定在家休養並請通報學務處。</li> <li>學校會不定時發宣傳單請家長共同防疫。</li> <li>新冠肺炎防疫重點：建立防護網，防疫大作戰                     <ol style="list-style-type: none"> <li>量體溫（<b>在家量、中午量、隨時量</b>）。</li> <li>勤洗手(內外夾攻大力腕)。</li> <li><b>除了飲水、用餐、運動、吹奏樂器外，一律配戴口罩。</b></li> <li>教室環境消毒(稀釋漂白水)。</li> <li>感冒生病不上學。</li> </ol> </li> </ol>
三、學生請假重點提示	<ol style="list-style-type: none"> <li>事假請事先請假，病假返校後，10 日內完成請假手續。</li> <li>在校因病或緊急事務外出返家，第二天仍應依規定完成請假手續。 詳細內容見：永平網頁/行政單位/學務處/學生事務規定。</li> </ol>
四、每月一品格	<ol style="list-style-type: none"> <li>品格教育核心價值:「<b>好品格決定你一生的幸福</b>」。</li> <li>透過每月固定推廣一種品格的活動，老師與學生可透過班會活動或是課程融入，進行對話、討論與思辨，進而建立班級常規、塑造班級良好品德風氣。</li> <li>本校品格運動知推廣秉持著多維視角及廣度的引導、整體教育環境的營造、創意而深耕的教學活動，更貼近地融入學生生活。 諸如：日常生活常規建立、閱讀推廣、體育活動、環境整潔與維護、學生自治與服務學習社團、儀隊活動與親善大使、藝術展演等多元方式，使莘莘學子們能夠真正於日常中認識與體驗品德核心價值，並進而落實、培養良好的態度與行為習慣。</li> <li>建立校園、行政、親、師、生親善合作、溫暖而理性的溝通對話機制，透過潛移默化的環境教育與身教、言教，唯有大人在生活中真實活出好品格的樣貌，才能真正影響孩子，成為引領其生命的一盞燈與一道光。</li> </ol>



## 111 學年度學務處重點工作

<p><b>五、環保減碳 愛地球</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 自備環保袋、環保筷、環保杯、環保吸管。</li> <li>2. 不使用塑膠袋、免洗餐具、衛生筷（有害健康、危害地球）、吸管。</li> </ol>
<p><b>六、交通安全</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學區內的學生請盡量不要騎腳踏車，多走路，身體好。</li> <li>2. 請提醒孩子騎腳踏車要戴安全帽、遵守交通規則，並嚴禁雙載。</li> <li>3. 駕車或騎機車送孩子到學校後，請不要在校門口迴轉。</li> </ol>
<p><b>七、營養午餐</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 盡量讓孩子訂營養午餐，使孩子養成不偏食的習慣，並培養孩子獨立的人格。</li> <li>2. 確保孩子的飲食均衡、正常，不必擔心孩子將錢移作他用，或買不營養的食物。</li> <li>3. 每餐 53 元，以半學期為單位訂購。</li> </ol>
<p><b>八、霸凌防制</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 著重於學生法治、品德、人權、生命及性別平等教育，培養學生尊重他人與友愛待人之良好處世態度。</li> <li>2. 遇偶發或霸凌事件，迅即循「發現」、「處理」、「追蹤」三階段，成立校內「防制校園霸凌因應小組」處理。</li> <li>3. 永平高中申訴電話 02-32339456、教育局申訴電話 1999 永平高中申訴信箱 d220@yphs.tw</li> </ol>
<p><b>九、交通服務隊 招募及培訓</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 目的：為維護全校師生上、下學期間交通安全，培養學生肯服務、願付出的公眾服務精神。</li> <li>2. 參加對象：高一學生(住家鄰近學校尤佳)</li> <li>3. 服務時間：每日上、放學期間(每三週輪替服務一週)</li> <li>4. 督導人員：學務處楊志中生輔員</li> <li>5. 地點：學校大門</li> <li>6. 名額：80 名</li> </ol>
<p><b>十、儀隊社團 招募及培訓</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 宗旨：增進學生團隊合作，培養領袖所具備的溝通協調能力，並透過參與國內、外團隊交流演出，拓展寬宏視野，提升國際競合力。</li> <li>2. 參加對象：高一、高二及七、八年級學生</li> <li>3. 上課時間：每週社團課及課餘時間</li> <li>4. 課程：儀態、操槍、團隊默契</li> <li>5. 師資：蘇偉傑教練</li> <li>6. 督導人員：學務處胡順龍主任教官</li> <li>7. 地點：中正體育館、風雨操場</li> <li>8. 名額：40 名</li> <li>9. 表演：校慶、國外姐妹校來訪迎賓、國際交流、儀隊競賽、校外慶祝活動邀請</li> </ol>



## 111 學年度學務處重點工作(續)

<p><b>十一、管樂團培訓</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 宗旨：提昇音樂素養、體驗合奏樂趣、培養正當休閒活動與團隊精神。</li> <li>2. 參加對象：七、八年級及高一、二學生</li> <li>3. 上課時間：社團課及星期六上午</li> <li>4. 課程：分部、合奏課</li> <li>5. 師資：音樂總監/金秉翔指揮、管樂團行政教師/湯椀清老師 分部教師/高音銅管：林姿綺教練；低音銅管：王逢昀教練；豎笛、薩克：李翰威教練；長笛：蔡惠琦教練；打擊：彭瀟瑩教練、張倚珮教練。</li> <li>6. 地點：管樂教室</li> <li>7. 名額：40 名</li> <li>8. 展演：升旗典禮樂、校慶音樂會、音樂比賽、國際交流</li> </ol>
<p><b>十二、社團選課</b></p>	<p>每學期可選社一次 (本學期沒選上喜愛的社團，下學期還有機會)。</p>
<p><b>十三、服務學習</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 班級服務：期初大掃除 1 小時、期末大掃除 1 小時</li> <li>2. 返校打掃：2 小時</li> <li>3. 不定期的班級服務：外借考場前的大掃除 1 小時(如：英聽、學測、會考)</li> <li>4. 服務性社團：綠手指、金手指</li> <li>5. 不定期志工活動 (如一日志工、寒暑假主題志工活動、考場服務)。</li> <li>6. 各處室業務志工 (由各處室視實際需求招募)：衛生糾察隊、衛生服務、處室志工</li> </ol>
<p><b>十四、重要規定</b></p>	<p>請見永平網頁/行政單位/學務處/學生事務規定</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>*學生獎懲原則</li> <li>*學生請假細則</li> <li>*學生生活常規具體作法</li> <li>*學生行動電話使用規定</li> <li>*學生獎懲委員會實施要點</li> <li>*生活榮譽競賽實施辦法</li> <li>*學生申訴委員會實施要點</li> <li>*學生改過銷過實施要點</li> <li>*性侵害、性騷擾或性霸凌防制規定</li> </ul>



## 新北市立永平高中學生生活常規具體作法

經中華民國 110 年 12 月 9 日校務會議修訂通過

經中華民國 111 年 5 月 5 日校務會議修訂通過

### 一、服裝儀容規定：

（一）儀容：以自然、整潔、素雅、健康為原則。

（二）服裝：

1. 制服與體育服得合宜混合穿著，鈕釦要扣好，拉鍊拉至與學號平行處，不可戴項鍊、戒指、手鍊（鐲）、耳環。
2. 學生在校內不論天氣冷熱均應穿著校服，保暖衣物亦應以校服優先，但得選擇合宜混合穿著學校校服及學校申請審查通過，得於校內穿著學校申請審查通過，得於體育課與透過申請許可期間穿著之服裝，如班服、社團服裝等。違反服裝儀容規定學生，由教職員帶至生輔組簽具陳述書，彙整檢送各班導師，視其情節及身心狀況，採取適當之輔導或正向管教措施如口頭糾正、列入日常生活表現紀錄、通知監護人協請處理、書面自省及靜坐反省。
3. 上衣於左胸前繡校名、學號（上排為永平高中，下排高中生需繡六碼學號；國中生不繡學號，但須繡五碼識別碼，分別為入學年、班級、座號，順序由內而外）；高中體育服外套繡淺綠色、制服繡藍色；國中體育服外套繡金色、制服與運動服上衣繡藍色。
4. 深藍色 V 領毛衣（無袖與長袖）：天冷時可在制服上衣外加穿；長袖 V 領毛衣則視個人需要購買。
5. 褲（裙）：褲管不得改窄，褲前亦不得打折或有其他花飾，裙長不得短於膝蓋。
6. 外套：得依個人對天候冷、熱感受，自由選擇穿著長袖、短袖或長褲、短褲校服（需繡校名、學號）；惟冬季保暖衣物亦應以校服優先，不足時可於校服內及外加穿保暖衣物，例如便服外套、帽 T、毛線衣、圍巾、手套、帽子等。
7. 鞋子：上學、放學進出校門及在校時間，學生應穿皮鞋、運動鞋或布鞋，如無正當理由，不得穿著拖鞋或其他不合宜鞋款。

（三）書、背包：應使用印有「永平高中」字樣之學校制式斜背及後背書包。

（四）服裝儀容不合格者列入生活榮譽競賽扣分，屢勸不聽者依「學生服裝儀容規定」第 13 條，施以正向輔導管教措施。



## 二、生活與考勤：

### （一）晨間輔導

1. 教官及值週導護老師七時到校，負責學生校內外巡查及交通安全導護，並檢查學生服裝儀容。
2. 早上七時前，交通服務隊同學應到達崗位，輔導學生上學之交通安全、路隊秩序及服儀禮節。
3. 學生騎自行車上學需戴安全帽，不得雙載及加裝「火箭筒」，自行車一律停放校內停車場，不可停於校外，進入校門請提前下車，牽車步行至停車場指定位置上鎖停放。
4. 禁止無照駕駛汽機車。
5. 國中部學生早上七時三十分前，學生應到校參加早讀；高中部學生於上午八時以前需抵達學校，每節課上課 15 分鐘以內入班視為遲到，15 分鐘後入班，一律由各班任課老師登記曠課。
6. 國中部學生早上七時三十分；高中部學生早上八時後進校園須在校門口處刷卡或補登入校，當週班級無遲到學生，全班均刷卡(含補登)，則當週班級生活榮譽競賽成績加 0.5 分。
7. 學生上放學時間應聽從交通服務隊指揮，以維護安全。
8. 早上七時二十分後、中午用餐及午休與下午打掃時間，禁止在操場打球及嬉戲。

### （二）朝（集）會規約：

1. 朝會：每週二早上七時三十分至八時十分；集會：依實際所需召開，時間另訂。
2. 朝（集）會為學校重要集會，學生未出席者依重大集會缺席人員規定處分，出席時為求會場嚴整性，不得穿著校服以外服裝列席。
3. 朝（集）會時如因特殊情況欲留在教室者，需經導師同意方得免參加，否則以無故不參加集會處理。
4. 朝（集）會時，聽到廣播應迅速到達集合位置。
5. 朝（集）會時之集合與整隊時，同學應保持肅靜，聽從班長或大隊值星之口令與指揮。
6. 朝（集）會時唱國歌、校歌聲音要宏亮，應向致詞之師長及演講者大聲問好。
7. 朝(集)會遲到學生，為免影響集會進行，應於校門內集合完畢後，統一帶至操場指定位置一同參與。



（三）課間秩序：

1. 缺曠課管制：國中部副班長早自習時間及全校副班長各節課開始前清查人數，將缺課學生之座號及出缺席人數於第三節上課前至學務處填寫速報單。
2. 上課時不可閱讀課外書刊、吃零食、喝飲料、嚼口香糖或使用手機等行為。
3. 自習課、午休時間未經准許，學生不得至圖書館自習或在操場打球。
4. 除社團活動外，不得下棋、玩牌（桌遊）、彈琴等。
5. 任何時間均不得在教室或走廊拍球及高聲叫罵，以確保校園之寧靜與安全，維護良好之學習環境。
6. 學生在校內或著制服於校外時，男女之間互動應合宜，避免有親密舉動。

（四）午膳規定

1. 禁止學生中午外出用餐或訂購外食。
2. 用餐時間（十二時至十二時三十分）不得到操場打球運動。
3. 若學生家長需要送便當到校者，請放置於警衛室旁置物櫃，不可直接送往教室，學生亦不可步出校門。
4. 不得在午休時間用餐。

（五）午休實施：

1. 為維護校區寧靜，充沛學生下午上課之精神及視力保健，全校中午一律實施午休。
2. 午休時間自十二時四十五分至十三時十分止。
3. 學生須於午休前用餐，並辦妥一切事宜，不得藉故走動，以免影響他人午休。
4. 各班副班長確實管制人數，無故未到者以曠課論處。
5. 各班午休情形，列入生活榮譽競賽考評，由值週老師至班上實施評分。

（六）學生請假：

1. 請假未超過一天（包含一天），由家長及導師簽章後，將假本學務處留存聯撕下，投入學務處請假箱中，即完成請假手續。
2. 請假二日（含）以內，除前項規定程序外，須報學務處生活輔導組長核准後登記。
3. 凡請假三日者，須報請學務主任核准後登記。
4. 凡請假三日以上須經學務處報請校長核准後登記。
5. 請假手續不完整者無效。
6. 請假須於期滿返校後十日內完成請假手續，逾期一個月內補請假記警告乙次；逾期一個月至兩個月內補請假記警告兩次；超過兩個月不予補請假。
7. 補請假及公假均須報請學務主任核准。



（七）門禁管制：

1. 凡校外人士需與學生會客時，應先於警衛室辦妥證件之登記並確認身分後，經學務處轉知學生，不得自行進入校園尋找學生，以免擾亂上課秩序。
2. 學生進入學校上課，須以學生證刷卡及無卡輸入補登方式，登錄出缺席及到校時間。
3. 進出學校不經校門，擅自翻越圍牆者，屬本校學生一律嚴懲；非本校人員一律報警處理。
4. 上課後至放學前，學生不得外出，擅離學校或未按規定辦理臨時外出而外出者，以曠課論處並以校規處份。

（八）生活榮譽競賽：（參閱生活榮譽競賽實施辦法）

每兩週辦理評比一次，國中部每年級各取前四名、高中部每年級各取前三名，於週會時頒發獎狀，以培養班級學生團隊精神與榮譽感。

（九）學生改過遷善與銷過：（參閱改過遷善銷過實施辦法）

學生違規犯錯，受警告、記過、記大過之處分時，得由其本人之改過意願，逾二個月以上期間，且申請表經導師審查通過用印後，始得向學務處生活輔導組提出註銷懲罰紀錄之申請。

（十）學生校內行動載具管理：

1. 家長簽署同意書後，統一繳至學務處彙整。
2. 國中部上午七時三十分及高中部上午八時至放學期間，一律關機禁止使用。
3. 本規範所稱行動載具設備，泛指具備電信通訊或網路通訊功能之行動電話、平板電腦、筆記型電腦等 3C 電子產品(裝置)及相關蓄電設備。
4. 國中部上午七時三十分及高中部八時至放學期間，由各班律定負責人於早自習收齊，關機並置於保管箱中，送至學務處各班保管櫃上鎖保管(由導師協助點收，避免有損毀的爭議)。
5. 保管櫃鑰匙統一由各班導師或指定專人保管，學務處得留存備份。
6. 遲到學生，到校即繳交行動載具設備給負責人，繳至學務處統一保管。
7. 學生欲請事假離校，由負責人陪同至學務處領取行動載具設備。
8. 每日下午第七及第八節下課時間，由負責人至學務處領回保管箱，攜回教室發還申請同學，俟下課鐘響課程結束後，始得開機使用。
9. 家長於上學期間，有重要事件需聯繫者，可透過學校傳達通知，學務處電話 32339456；學校總機 22319670 轉 224、228。





10. 為建立友善教育環境，淨化社群對話品質，學生間成立網路社群成員應遵守規範如次：

- (1) 非經當事人或監護人同意，不得發表與學生個人有關訊息。
- (2) 不得發布未經查證，以及涉及個人隱私及權益的訊息。
- (3) 網路社群以訊息公告為主，不得作為批評他人的平台。

11. 學生須能配合上述管理，方能申請攜帶行動載具到校。違反上述「管理規範」，依學生校內行動載具使用管理規範懲處。

### 三、注意事項：

- (一) 學生到校後，不得無故缺課。
- (二) 學生不得有爬牆行為。
- (三) 行進間不邊吃東西、不亂丟棄、放置任何紙屑、飲料瓶、罐等廢棄物。
- (四) 嚴禁學生有頂撞師長、言行粗莽無禮之行為。
- (五) 學生不得酗酒、吸煙、賭博、吸食各種禁藥、迷幻之藥品或攜帶、使用與毒品相關之施用器具(電子菸、毒品吸食器)。
- (六) 禁止攜帶或公開刀械等違禁物品(如兒童及少年福利與權益保障法第四十三條所揭禁止行為所列之物品)。
- (七) 學生不得在校內滋事或聚眾毆鬥。
- (八) 公物應愛惜使用，遇有損壞時應主動向總務處報告，並力行能源節約，不可浪費。
- (九) 進入老師辦公室應先喊「報告」，得到允許後方可入內，退出辦公室應喊「報告完畢」。
- (十) 嚴禁於校內使用水球、噴刮鬍泡等破壞環境整潔物品及施以扔擲水球、捆綁等危害身體安全方式，辦理慶生、慶功等

**- 好品格，決定你一生的幸福！ -**



## 新北市立永平高級中學學生服裝儀容規定

經中華民國 105 年 12 月 8 日校務會議通過  
經中華民國 107 年 12 月 6 日校務會議修訂通過  
經中華民國 108 年 8 月 27 日校務會議修訂通過  
經中華民國 108 年 12 月 12 日校務會議修訂通過  
經中華民國 110 年 12 月 9 日校務會議修訂通過

- 一、 依據 109 年 8 月 7 日新北市教育局轉知教育部修正「高級中等學校訂定學生服裝儀容之原則」及訂定「國民中學訂定學生服裝儀容規定之原則」及 110 年 10 月 6 日本校 110 學年度第一次學生服裝儀容委員會委員提案內容辦理。
- 二、 為維護學生人格發展權及身體自主權，並教導及鼓勵學生學習自我管理，本校設置服裝儀容委員會，且以民主參與方式，廣納學生及家長意見，訂定學生服裝儀容規定，以創造開明、信任之校園文化。
- 三、 服裝儀容委員會置委員七人至十五人，其委員如下：
  - (一) 經學生自行選舉產生或學生自治組織推派之學生代表；學生代表應占全體委員總額三分之一以上。
  - (二) 校務會議選出之行政人員代表、教師代表。
  - (三) 家長會代表。
  - (四) 得邀請服裝相關專家學者擔任委員。
  - (五) 服裝儀容委員會任一性別委員人數，不得少於委員總數三分之一。
  - (六) 服裝儀容委員會之決議，應有全體委員三分之二以上出席，以出席委員過半數之同意行之。
  - (七) 學生服裝儀容規定實施後，應視規定實施狀況，每三年至少檢討一次。
- 四、 服裝儀容委員會之任務如下：
  - (一) 學生服裝儀容規定之審議。
  - (二) 學校校服（制服、運動服）款式、材質（例如排汗、透氣、透光）及其他相關事項之審議。
  - (三) 學生鞋子及襪子款式、顏色及其他相關事項之審議。
  - (四) 學校對於違反服裝儀容規定之學生，得採取之管教措施及管教原則之審議。
  - (五) 班服、社團服裝申請學校認可之程序及原則之審議。
  - (六) 其他服裝儀容相關事項之審議。
- 五、 本校校服定義如下：
  - (一) 制服：

男性制服包含長、短袖上衣、長褲及短褲。上衣需繡學號。  
女性制服包含長、短袖上衣、長褲及短裙。上衣需繡學號。
  - (二) 運動服：



男性運動服包含長、短袖上衣、長袖外套、長褲及短褲。國中部上衣與外套均需繡學號、高中部外套需繡學號。

女性運動服包含長、短袖上衣、長袖外套、長褲及短褲。國中部上衣與外套均需繡學號、高中部外套需繡學號。

- 六、學生在校內不論天氣冷熱均應穿著校服，保暖衣物亦應以校服優先，但得選擇合宜混合穿著學校校服及學校申請審查通過，得於體育課與透過申請許可期間穿著之其他服裝，如班服、社團服裝等。班服、社團服裝申請及審查方式如附表 1、2。但有下列情形之一者，應遵守學校統一規定：
- (一) 重要之活動，例如週會、開學典禮、畢業典禮、校慶、休業式、校外教學或參訪、校外受獎或參加競賽、國際或校際交流活動等。
  - (二) 體育課時，應穿著學校運動服或學校認可之其他運動服裝，並應穿著運動鞋。
  - (三) 為維護實習或實驗安全，實習或實驗課程時，應穿著實習、實驗服裝或學校認可之其他服裝。
  - (四) 放學後、國定假日、例假日、寒假、暑假，學生到校自習或參加課業輔導、補考、重補修、補救教學者，應穿著學校校服；參加校內其他活動者，得穿著便服，並應攜帶可資識別學生身分之證件，以供查驗。
- 七、學生得於校內穿著學校申請審查通過，於體育課與透過申請許可期間穿著之服裝。
- 八、上學、放學及在校期間，學生得穿皮鞋或運動鞋；非有正當理由，不得穿著拖鞋或打赤腳。
- 九、學生得依個人對天氣冷、熱之感受，選擇穿著長短袖、或長短褲校服。天氣寒冷時，可於校服內及外加穿保暖衣物，例如便服外套、帽 T、毛線衣、圍巾、手套、帽子等。
- 十、學校行政人員及教師為防止危害學生安全、健康、公共衛生或防止疾病傳染為必要，得以限制學生髮式。
- 十一、參與實習或實驗課程時，學生未穿著實習、實驗服裝或學校認可之其他服裝，或違反學校對該課程之髮式規定者，為防止危害學生安全或健康，必要時，學校得限制或禁止學生參與該次課程之實作。
- 十二、執行本校學生服裝儀容規定，輔導者為全校教職員。
- 十三、全校教職員輔導違規學生得帶至生輔組簽具陳述書，彙整檢送各班導師，視其情節及身心狀況，採取適當之輔導或正向管教措施如口頭糾正、列入日常生活表現紀錄、通知監護人協請處理、書面自省及靜坐反省。
- 十四、學務處可視學生日常生活表現，擬定相關計畫或規定，開放部分時間或地點，讓學生得以自由於校內選擇穿著校服或便服。唯穿著便服時應隨身配戴可資識別學生身分之證件，以供查驗。

本規定由服裝儀容委員會審議，送校務會議通過，並由校長公布後實施。修正時亦同。



## 新北市立永平高級中學學生校內行動載具使用管理規範

經中華民國 108 年 8 月 27 日校務會議通過  
經中華民國 108 年 12 月 12 日校務會議修訂通過  
預訂於中華民國 110 年 12 月 9 日提交校務會議審查修訂

- 一、**依據：**新北市政府教育局 108 年 6 月 19 日新北教研資字第 1081117528 號函，及 108 年 12 月 12 日校務會議通過新北市立永平高級中學學生校內行動載具使用管理規範內容辦理。
- 二、**目的：**為促進課堂學習成效，教導本校學生使用行動載具禮儀，以培養尊重他人之情操，特訂定本管理規範。
- 三、**申請程序：**  
家長簽署同意書後(附件 1)，統一繳至學務處彙整。
- 四、**使用規定：**
  - (一)管制時間：上午 07：30 至放學期間，一律關機禁止使用。
  - (二)保管方式：(學生須能配合下列管理，始能申請攜帶行動載具設備)
    1. 本規範所稱行動載具設備，泛指具備電信通訊或網路通訊功能之行動電話、平板電腦、筆記型電腦等 3C 電子產品(裝置)及相關蓄電設備。
    2. 上午 07：30 至放學期間，由各班律定負責人於早自習收齊，關機並置於保管箱中，送至學務處各班保管櫃上鎖保管(由導師協助點收，避免有損毀的爭議)。
    3. 保管櫃鑰匙統一由各班導師或指定專人保管，學務處得留存備份。
    4. 遲到學生，到校即繳交行動載具設備給負責人，繳至學務處統一保管。
    5. 學生欲請事假離校，由負責人陪同至學務處領取行動載具設備，並將外出單置於班級保管櫃，提醒領回負責人。
    6. 每日下午第七及第八節下課時間，由負責人至學務處領回保管箱，攜回教室發還申請同學，俟下課鐘響課程結束後，始得開機使用。
    7. 教師上課期間如因課程需學生使用行動載具設備，由教師登記親自簽具申請表(附件 2、3)，於前一堂下課時請該班負責人至學務處領取，課程結束後，繳回學務處保管。
  - (三)家長於上學期間，有重要事件需聯繫者，可透過學校傳達通知，學務處電話 32339456；學校總機 22319670 轉 224、228。



## 五、網路社群規範：

為建立友善教育環境，淨化社群對話品質，學生間成立網路社群成員應遵守規範如次：

1. 非經當事人或監護人同意，不得發表與學生個人有關訊息。
2. 不得發布未經查證，以及涉及個人隱私及權益的訊息。
3. 網路社群以訊息公告為主，不得作為批評他人的平台。

## 六、違規處置：

- (一) 凡違反上述規定者，由學務處代為保管至當日放學後，記警告乙次及抄寫規範一遍，通知家長後自行領回。
- (二) 未經申請程序，攜帶行動載具設備到校，記警告乙次及抄寫規範一遍，通知家長後自行領回。
- (三) 已申請而違規於管制時間內使用者，由學務處代為保管至當日放學後記警告乙次及抄寫規範一遍，通知家長後自行領回。
- (四) 其它未按規定使用行動載具設備者(例如：偷拍、錄音、上網、打電動、聽音樂…等等)，依違規情節，涉校規懲誡輕重給予處分。
- (五) 利用行動載具設備做為聚眾滋事之聯繫工具者，記過兩次以上處分。
- (六) 利用學校電源實施行動載具設備充電，記警告乙次及抄寫規範一遍。

## 六、其他：

- (一) 在公共場合使用行動載具設備時，不得大聲喧嘩與口出穢言。
- (二) 行動載具設備屬於個人貴重物品，需妥慎保管。

七、本規範經校務會議討論通過，並經校長核定後實施，修正時亦同。

～親師生攜手合作，帶給孩子閃亮未來。～



## 生涯夢想領航員

國中階段，是青少年探索自我，以養成具獨立思考能力的階段，如何在這個階段培養孩子對未來寬闊世界有更深的瞭解，對於工作與生涯有更深的探索與規劃，是十分重要的課題。

因應 12 年國教方案，國中的同學即將面對會考及進路抉擇，透過適性輔導、生涯探索來讓家長和學生瞭解孩子的興趣、性向所在，讓孩子學習選擇，培植孩子競爭力，與異質相處合作的能力、資訊力、語文力與統合等關鍵能力是現階段培養未來人才最重要的工作。

### 一、什麼是生涯發展教育

生涯發展教育是透過一系列有關生涯發展的學習活動，來幫助我們具備未來生活及工作所需的各項能力（如：價值觀、興趣、性向、專長、助力、工作態度、人際關係、生涯選擇技巧、工作技能等之學習），為將來成功的生涯發展作準備。

### 二、國中生生涯發展教育簡介

國中生生涯發展教育每年都有不同的學習重點：

一年級著重生涯教育與自我探索，主要在幫助同學瞭解自己的能力、特質、興趣、性向及價值觀，藉由自我探索的過程來評估自己生涯發展的基本能力。

二年級重點在工作與教育環境探索，主要在協助同學們認識工作世界，激發對工作世界的好奇心，來增進對工作職群及外在世界的瞭解。

三年級則以培養生涯決定能力為主，透過各項目標訂定與行動計畫，來適應社會環境的變遷，並架構生涯發展適合的方向。

### 三、生涯發展教育對同學們的幫助

生涯發展教育在幫助同學開創美好的人生，面對未來，同學需要更多的協助與關懷，從多元角度認識自己，學會運用資訊，替自己未來作出最好的選擇。同時，生涯發展教育指導同學填寫製作「國中學生生涯發展記錄手冊」、「生涯檔案」，在國三時除可作為進路抉擇的參考外，具技藝性向的同學也可以配合興趣選修「技藝教育課程」，作為生涯發展的參考，進而開展美好未來。

### 四、生涯發展紀錄手冊介紹



生涯發展紀錄手冊分為  
六大單元：

- 一、成長故事
- 二、心理測驗
- 三、學習成果
- 四、生涯面面觀
- 五、生涯發展規劃書
- 六、生涯發展紀錄

說明：

1. 單元一、單元二、單元四由學生依學期別於輔導活動課填寫。
2. 單元三、單元五、單元六由學生、家長、導師、輔導老師共同完成。
3. 每學年於 9 月發回導師指導學生填寫→家長簽名→收回輔導處。
4. 每學期列入輔導活動課成績評量，期末並由資料組進行檢核。
5. 九年級家長可參考性向測驗與興趣測驗結果，與學生一起討論升學進路。



# 親師生合力篇-性別平等教育站

## 性別平等教育

期望透過性別平等教育相關的課程與教學機會，教導學生瞭解並尊重不同的性別特質、性別認同與性傾向，清楚地讓學生認知其個體差異並不會影響個人能力及與他人之互動關係，期能營造無偏見歧視之性別友善教育環境。



## 跟騷法新上路！8 種行為恐觸法

[【跟騷防治法 6/1 上路 符合跟蹤、盯哨等 8 大樣態恐觸法】](#)  
[\(公視早安新聞\)](#)

(更詳細的法條請點擊左方圖片進入法律條文連結)

## 避免數位性別暴力的 5 不 4 要



更多資訊請詳見：  
[【iWIN 網路內容防護機構】](#)



## 親師生合力篇-家庭教育補給站

恭賀

本校榮獲新北市 110 學年度  
「家庭教育課程活動暨檢核工作」  
績優學校



### 111-1 本校親職講座及活動

- 08/23 (二) 高一新生家長座談會
- 08/28 (日) 祖父母節(家庭教育)
- 09/24 (六) 家長日
- 10/15 (六) 親職講座 09-12 點。地點：圖書館三樓
- 11/16 (三) 親職講座 19-21 點。地點：圖書館三樓

### 家庭教育中心簡介

#### 教育活動(校園&社區)

婚姻教育、親職教育、  
代間教育、  
子職教育

#### 出版品

家庭教育教材及刊物 (研發、培訓、  
推廣)



新北市政府家庭教育中心

Family Education Center, New Taipei City Government

#### 講座活動

幸福家庭123-6大面向家庭議題  
家庭好時光-名人婚姻教育、幸福轉運站

#### 志工培訓

志工服務、志工培訓





## 親師生合力篇-家庭教育補給站(續)

### 電話諮詢與面談



#### 服務內容：

夫妻相處、親子溝通、子女教養、婚前交往、家庭資源、生活適應、人際關係等相關問題，歡迎撥打諮詢。

#### 服務時段：

周一至周五早上 9:00-12:00、下午 2:00-5:00、晚上 6:00-9:00。  
周六 早上 9:00-12:00、下午 2:00-5:00

#### 諮詢專線：

本市境內請撥打：412-8185 (手機請加區碼 02)

### 本中心 LINE 社群相關資源(點擊右方圖片加入)

#### 星期一：[【週一親子居家好食光】](#)

分享居家防疫親子動手做食譜，打造健康飲食好習慣，增進幸福陪伴回憶。

#### 星期二：[【週二防疫在家神助攻+】](#)

認識情緒發展，對孩子有正確期待，提供家長針對不同年齡層介紹親職概念及策略。

#### 星期三：[【週三在家不無聊，好康來分享】](#)

家人間相處議題：學習和自己、和家人相處

#### 星期四：[【防疫 \(moon sick\) Fun 電 Good 健康】](#)

建立正確的運動觀念，免疫力 UP UP

#### 星期五：[【主題週五謎之音】](#)-

透過音樂，用歌曲傳遞愛，找尋適切的歌曲，並教大家在家如何玩音樂，在家也能 fun 開心。



### 中心出版品

各式各樣的相關手冊，包含[《家庭好健康》](#)、[《家庭好妙方》](#)、[《家庭好食光》](#)，提供全家大小各式各樣的家庭小撇步，共創幸福生活！

相關出版品：[《我和我的孩子》](#) (教育部家庭資源網)  
(更多出版品資源請點擊左方圖片)



## 親師生合力篇-網路安全守護站



### 全民資安素養網

#### 服務內容：

包含各式各類的素材以及主題，提供家中的大小朋友聰明使用網路！

#### 相關文章與連結：

[【與孩子勾手約定上網時間】](#)

[【資訊安全五大招！自己的安全牆自己造！】](#)

[【面對孩子的網路交友行為，你可以這樣做】](#)

更多資訊請點擊左方圖示，進入網站查詢相關文章！

### 中華電信 Hinet 上網時間管理

#### 服務介紹：

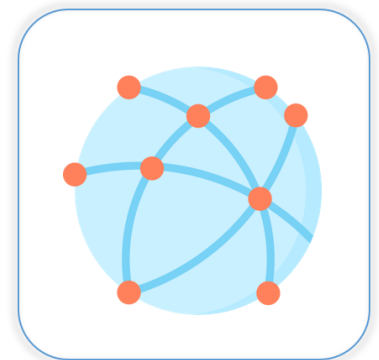
「HiNet 上網時間管理」是一款管理上網時間的家長監護服務，讓家長可以輕鬆、有效地的方式，隨時設置上網時段，有效防止家中孩子沉迷於網路！

#### 特色：

- 免下載、免安裝、輕鬆管理
- 從 HiNet 機房端控制上網，不擔心被破解
- 可以 30 分鐘為區間，每日設定不同的上網時段
- 支援網頁、APP，隨時隨地方便設定

#### 適用對象：

HiNet ADSL(非固定制)、FTTB(經濟型)客戶均可申租此服務  
(點擊右方圖片查看 APP 下載及相關使用說明)



### 中小學網路素養與認知

各種網路主題的相關新聞、專欄文章、媒體素材，讓您與孩子都能夠對於網路議題有更多的認識與了解！

[【手機成癮了嗎？量表 4 題告訴你】](#)

[【「走到哪，學到哪」，行動學習讓學生創造新的學習價值】](#)

[【WaCare 打造平台 助偏鄉長輩預防疾病】](#)

(更多相關資源請點擊左方圖片)



## 閱讀魔法~圖書館各項閱讀王名單



111 學年度上學期家長日閱讀專刊

# 閱讀魔法

### 【永平高中圖書館閱讀推廣活動】

- |            |           |
|------------|-----------|
| ◎百本經典閱讀活動  | ◎專題演講     |
| ◎班級共讀      | ◎班級書箱     |
| ◎班級圖書館利用   | ◎選書師 APP  |
| ◎主題週、書展、特展 | ◎K 書中心晚自習 |

### 110-2 各年級閱讀王 (統計來源為 110 下學期資料)

八年級	九年級	高二	高三
👑 蔡和叡	👑 莊明宜	👑 黃履中	👑 李軒綾
👑 杜宛臻	👑 楊智涵	👑 柯宇慈	👑 謝耘欣
👑 葉子嫻	👑 鄧宇涵	👑 蘇俊宇	👑 王賢祺
👑 郭冠辰	👑 王永謙		
👑 郭冠佑	👑 曾怡甄		
👑 曾湘庭	👑 江馨妮		
👑 李語彤	👑 羅雅各		
👑 柯律嘉	👑 彭美學		
👑 黃信琪	👑 劉芸希		
👑 陳翔群	👑 謝宛諭		

快來借書吧！  
或許下半年的閱讀王就是你啦！



## 超讚的 K 書中心

～靜下心來讀書是非常重要的～

### ※什麼樣的孩子適合 K 中？

- 1.（輕度）易受朋友吆喝，動不動就被叫到操場打球，出去聊天打屁。
- 2.（中度）無法在家唸書之人：在家有父母嘮叨，有兄弟姐妹干擾，有冰箱、床、電視……的呼喚。
- 3.（重度）易受 3C 產品誘惑的孩子，在家不知不覺就會摸到電腦前…，您還不讓孩子來 K 中嗎？

### ※來 K 中的十大好處：

1. 超省錢：補習要錢，外面的 K 中要錢，但我們的 K 中不用錢，任何電費、茶水費，陪讀老師鐘點費……等等都不需要出錢。
2. 超安靜：全部獨立隔間，一人一桌，不受干擾，每人可用的桌面範圍相當廣。
3. 超安全：有陪讀老師與您的孩子一起奮鬥(從 18:30 到 21:30)，孩子只要每天付出三小時，長期下來會學到課本學不到的毅力及自律。
4. 超舒適：護眼燈具，桌椅高度符合人體工學，冷氣機很安靜，冬暖夏涼，廁所近在咫尺又不會臭。
5. 超好吃：下課吃個晚餐就可以直接去 K 中自習，對面有各式各樣的餐飲店，附近又有樂華夜市，美食包羅萬象，想吃什麼就吃什麼。
6. 超方便：外面的圖書館需要排隊，這裡只要每天中午前登記即可，VIP 還可以有固定座位喔。
7. 超有讀書風氣：陪讀老師上下課點名，掌握出缺席狀況，男女生座位分開，提供良好的讀書風氣。
8. 超優秀：把時間用在對的地方，勤奮的準備，自然有能力應付大考。
9. 超好運：有一年我們 K 中同時出了一類、二類、三類的榜首，因此造就了傳說中的榜首位子，趕快來搶好位子吧。
10. 超滿足：偶爾有老師貢獻出免費參考書，學長姐提供各大補習班的講義，再加一個小小的好處，想休息一下時可以把同學當鬧鐘。(您還不趕快把孩子找來？)

### ※建議用法：

想要孩子功課進步，就不要孩子再當手機奴隸，別讓孩子空虛無聊充塞求學生活，懶惰貪玩摧毀前途；請孩子跟志同道合的朋友們組魔鬼營讀書會，大家一起約 K 中，K 中好成績吧！

網路查詢孩子留 K 中自習紀錄：永平高中網頁首頁右下方/校園 e 化服務/K 書中心出席系統/輸入孩子姓名，即可查詢出每日出席紀錄。(當日紀錄會隔日一早輸入電腦供查詢，歡迎多加利用)



## 新北校園通APP

- 1.家長簡訊註冊
- 2.學生請假/假單查詢。
- 3.線上繳交學費。
- 4.寶貝的健康資訊
- 5.查詢子女成績單
- 6.孩子的學習課表
- 7.圖書館借閱逾期記錄
- 8.學校資料查詢

### 新北校園通2.0全新改版



## 親師生平台

- 1.即時訊息接收
- 2.多元學習平台  
含因材網等七大平台
- 3.教育市集與應用工具
- 4.自主學習的媒介
- 5.單一帳號登入

新北市政府教育局規劃建置，提供家長、教師及學生使用



- 1.蒐尋「親師生平台」
- 2.再點選<https://pts.ntpc.edu.tw>另外新北校園通APP



## 上網不迷「網」

新北市立永平高級中學  
方鈺涓 專任輔導老師

「同學們，如果現在你有三分鐘的自由時間，那你會做什麼呢？」

「拿手機出來看抖音！」

「那如果你有半小時呢？」

「那就可以打一場傳說對決了！」

在一堂時間管理的課上，孩子們對於空閒時間的規劃，十句有九句離不開網路遊戲，這讓我不禁有點擔心，孩子們是否過度沉迷於網路，深陷其中而不自覺？相信這也是很多家長們的擔憂，今天就讓我們一起來看一看，網路究竟有何種吸引力，讓人如此沉迷？也讓我們一起思考一下，當我們遇到這樣的狀況時，我們能夠怎麼做來幫助我們的孩子！

### 上網為什麼這麼開心？

關於網路的魅力，長期研究網路成癮議題的彰師大王智弘教授曾經舉出了五項形成網路成癮的心理機轉：

**（一）立即性的回饋：**在網路上幾乎隨時隨地都能取得網友的立即回饋，例如發一張照片之後，在幾分鐘之內就會得到網友按讚。

**（二）連續、間歇的增強：**上網的經驗能夠滿足情緒需求，而使人得到快樂進而讓人更樂意上網。

**（三）匿名化身的喜悅：**在網路的世界中，人們可以隱藏自己的身分，扮演別的角色，來得到多元且難忘的經驗。

**（四）影像與聲光的刺激：**網路遊戲中的影像與聲光所引發的新鮮感、對於感官的刺激尤其強烈。

**（五）滿足現實生活中不易獲得的期待：**滿足成就感、歸屬感、名聲等，又或是透過與網友的互動，彌補現實中未能建立的人際關係。

由此可知，網路的魅力並不只是有外在吸引力，同時也有內在的心理因素，而使得人更加沉迷。

### 孩子整天都在上網，我該擔心嗎？

在這科技進步的現代社會，網路已不再像以往只是作為短暫的消遣，而是成為了生活的重心，許多事務都需要透過網路來達成，也因此人們使用網路的時間也不斷增加，大人如此，孩子亦然。當我們看見孩子們長時間沉迷於網路時，不免會有一些擔心，煩惱是否會耽誤課業，亦或是對孩子有不良的影響，甚至危害身心健康。這時候我們就要多加留意，我們的孩子究竟是「網路使用者」還是已經成了「網路成癮者」呢？

### 網路成癮的臨床特徵及影響

網路成癮有四項重要的特徵（衛福部，2015）：（1）過度使用、（2）造成負面影響、（3）戒斷症狀、（4）耐受性。這些特徵和物質成癮的症狀十分相似。

**（一）過度使用：**是成癮的核心，又有一說為「強迫性」，即是無法克制自己上網的衝動，不斷的需要上網，是「失控」的結果。

**（二）負面影響：**網路成癮帶來的負面影響有許多種，最常見的是喪失時間管理的能力，因為過度流連於網路，而打亂了生活作息。亦有可能對認知功能帶來負面影響，包括無法專注、容易分心、



健忘等。

（三）**戒斷症狀**：戒斷症狀指的是在沒有使用網路的情況下，容易感到焦慮、不安、易怒等，且身體亦有可能會有些不適的反應。

（四）**耐受性**：隨著網路的使用，想要取得同樣的滿足，會需要更多的刺激，也因此使用網路的時間會日漸增長。

除了以上四項特徵外，網路成癮亦有可能伴隨著一些其他的精神疾病同時出現，如憂鬱症、焦慮症、敵意行為、睡眠障礙等，是需要密切注意的。（衛福部，2015）

## 親友與照顧者該如何協助？

面對沉迷於網路的孩子，強制性的切斷其網路或許能起到一些效果，但為此破壞了與孩子之間的關係反而得不償失，亦更有可能使孩子轉而尋求一些其他的方式來接觸網路，像是流連網咖或在學校中透過手機上網等，這樣強制性的禁止是治標不治本的。

協助孩子，不要急著「限制」、「給建議」，聰明的父母應從「了解」開始，觀察孩子每週上網的時間是否過長，一般而言每天超過 6 小時或每週超過 40 小時，便可能會是造成問題的上網型態。也要觀察孩子的上網行為是否已經影響到了日常生活中的事務。

在了解之後，可以試著用正向的態度，問問孩子的上網情形，抱持著好奇、關心的態度，可以問孩子：

「你玩得這個是什麼遊戲？一場要玩多久？」

「這遊戲好玩嗎？」

「你是不是已經玩到很厲害了？」

從中鼓勵孩子正向的部分，讓孩子會主動想談關於網路世界的事，這樣的方式一來能了解孩子目前使用網路的情況，二來透過家長與孩子的溝通互動，能將孩子拉回現實，建立與真實世界的他人互動，只有當孩子願意談論，才有脫離網路沉迷的可能！

再者，家長們可以規劃假日出遊，帶著孩子出門進行一些室外活動，讓孩子在假日時能有事情做，增進親子的互動，幫助孩子與現實生活連結，只要孩子的狀況愈好，家長不用強硬的限制孩子不能上網，孩子願意與他人互動，成癮的風險便會降低。（王智弘，2018）

最後也鼓勵各位家長們在使用網路這件事上，能以協議的方式與孩子進行討論，一來正向貼近孩子的內心，二來培養孩子自控的能力，不只是面對網路，也有助於面對其他的誘惑。玩遊戲不是大問題，問題的核心是孩子能不能自我控制。如果孩子能懂得自我控制，那麼家長們也就能放心了！

## 參考資料：

王智弘（2016）。危機即是轉機：從危機干預談網路成癮的危險因子。《台灣心理諮商季刊》，8(1)，vi-xv。

王智弘（2018）。網路成癮不是罪，是孩子求助的警訊。《親子天下》。109 年 8 月 23 日，引自 <https://www.parenting.com.tw/article/5077783-/?page=3>

台灣網路成癮輔導網。109 年 8 月 23 日，引自 <http://iad.heart.net.tw/>。

衛生福利部（2015）。戰勝網路成癮——給網路族／手機族的完全攻略手冊。台北市：衛生福利部。



## 青少年愛詭辯、理由一大堆，就是不願意自我負責，怎麼辦？

陳志恆諮商心理師 2022 年 6 月 23 日

許多大人和青少年對話時，常會越說越氣。其中一個原因，就是青少年明明犯錯了，卻打死不承認，還理由一大堆。黑的說成白的，白的說成黑的，相當令人傻眼！

事實上，不只青少年，更小的孩子也會這樣。只是，青少年這樣的現象更普遍、更嚴重。

有個母親來向我抱怨就讀國中女兒的事情。她說，有一次女兒要求用平板上網查單字。查了老半天，母親卻發現，她根本沒在查單字，而是在看影片。

母親問：「妳在做什麼？」

女兒第一時間回答：「沒有呀！」

「有呀！我看到妳正在看影片！」

「吼！哪有？」

「我明明就有看到！你不是說要查單字嗎？怎麼卻偷看影片？然後，問你還不承認！」

女兒說：「我有查單字呀！是剛查完，剛好朋友傳了一個訊息給我，說有影片要和我分享，我才點開的！」

「真的嗎？」

「真的啦！我才剛點開而已，看完馬上就要把平板還你了！」

「是喔！那我剛剛問你，問什麼不承認？」

「我沒有呀！」

「明明就有！」

女兒突然爆氣，大聲對著媽媽咆哮：

「你們為什麼都不願意信任我？對啦、對啦！我就是愛說謊。我錯了、我不對、我不應該，這樣可以了嗎？」

### 孩子非得對你的教誨「心悅誠服」嗎？

這母親氣到不知道該說什麼。她告訴我：「老師，我實在不懂，為什麼都國中生，做錯事就算了，還不承認，然後又理由一大堆！重點是，態度有夠差，還對我大小聲！」

「那麼，你希望，你女兒怎麼做，你才會滿意？」我問。

「我希望她可以負責任一點，做錯事就承認，不要理由一大堆，還『見笑轉生氣』！」

「所以，孩子要如何回應你，你才能接受呢？」

「就……好好承認自己的錯誤，然後態度好一點呀！」

「所以，你希望你女兒對你的教誨，能夠心悅誠服嗎？」

這母親笑了出來：「是……是不用到『心悅誠服』啦！」





## 睜眼說瞎話，其實是面子保衛戰

許多青少年在做錯事後，會找一大堆推託之詞，不斷詭辯，企圖淡化自己的「罪刑」。有些理由分明不合理，讓人啼笑皆非，但青少年仍堅持自己說的是對的。大人常無法理解：「就承認就好啦！這樣很難嗎？」**確實很難！對青少年而言，「面子」比什麼都還要重要。為了保護自我價值，當犯錯被拆穿時，也要找到一個能說明自己正當性的理由，卻讓大人感覺到是睜眼說瞎話。**麻煩的是，大人最介意的，就是孩子的態度。大人會說：「做錯事沒關係，你承認就好了，何必搬出那麼多歪理來強辯呢？」

於是，大人開始與孩子辯論起來，試圖說服孩子，這些理由有多麼牽強，有多麼不合理。越是如此，孩子更不會輕易放棄，繼續搬出更多更瞎的理由，來為自己說話。

當講不過大人時，青少年就轉而攻擊你：

「你們都不了解我！」

「你們不懂啦！」

「吼！對啦對啦！你們說的都對啦！」

這些話，更是讓大人惱怒，而且根本無法對話下去。

## 別不小心陷入是非對錯的爭奪戰

那麼，大人到底希望孩子表現出什麼態度呢？

我想，大概就是對大人的教誨能夠「心悅誠服」吧！你說，沒那麼誇張，只要恭敬謙虛地接受指教，願意承認錯誤就好了。當孩子這麼做時，大人就能放心，因為，孩子展現出自我負責的一面了。然而，當大人如此期待時，就很容易與孩子一起陷入是非對錯的爭奪戰。孩子堅持自己說的有道理，大人覺得孩子就是在瞎扯，分明就是想推卸責任。

**溝通對話的目的，絕對不是要爭是非、講對錯。**

**溝通對話的目的，是要能理解彼此，共同找出一個更好的解決方案。**

**當溝通成了爭辯是非對錯時，你來我往之間，談話便失焦了。因為，我們只急著去證明自己是對的，對方是錯的！**

青少年有著強烈的獨立自主的發展需求，亟欲證明自己的能耐；他們豈能輕易低頭，當然要力抗到底。這個理由說不通，再搬出另一個理由，卻被認為「通通都是藉口」。

如果你能意識到這一點，你便會停下來想一想：「當孩子犯錯時，我希望孩子有什麼不同？」

**答案很簡單：「下次別再犯」，或者，「下次能改善」，如此而已！**



## 讓孩子知道，犯錯不會被指責

我問這位母親：「如果我是你，你知道我會怎麼回應你女兒嗎？」

她瞪大眼睛，顯然很想知道。我會說：

「喔！謝謝妳願意告訴我原因。好，下次記得查完單字後，就把平板還我，這是我們約定好的。」

「就這樣？」

「對！就這樣。這不就是你希望的嗎？」我對著有些訝異的母親說：「說了這麼多，你就是希望他使用平板查單字時，就是查單字，別做其他用途。那麼，就明確地說出你的要求，這樣就好！」

「那麼，如果他又去看影片了，怎麼辦？」

「另外跟他討論，如果很想看影片，可以怎麼做。但，這又是另一個話題了。」

其實，青少年會一直詭辯，是為了保護自己的自我價值。如果過去的經驗告訴他們，犯錯時，難免遭到一頓斥責或數落，那麼，他們就會搬出更多理由來幫自己說話，試圖減輕罪責。

大人若要孩子別老講些推託之詞，就要在平時讓孩子感受到，犯錯時不會受到指責或否定。

但是，請別誤會我的意思！具體指出孩子做錯了什麼，並要求孩子改善，這仍是必要的。但是，你不需要邊糾正，邊羞辱或翻舊帳，讓孩子感到恐懼與羞愧，這只會激起青少年更多的對抗而已。

### 資料來源與作者簡介：

轉自陳志恆諮商心理師網站：<https://listenpsy.com>

#### 陳志恆諮商心理師

諮商心理師、作家，為長期與青少年孩子工作的心理助人者。曾任中學輔導教師、輔導主任，目前為臺灣 NLP 學會副理事長。小時候立志當上教育部長，長大後只想開個快樂電力公司。內心住著不安分的靈魂，寫作、演講、工作坊什麼都來。著有《脫癮而出不迷網》、《正向聚焦》、《擁抱刺蝟孩子》、《受傷的孩子和壞掉的大人》、《叛逆有理、獨立無罪》、《此人進廠維修中》等書，為 2018 年博客來、讀冊百大暢銷書作家。



## 國一新生入學卡卡，怎麼辦？

林維信心理師 2021 年 9 月 8 日

在經過漫長的暑假後，剛升上七年級的國中新生，這些七年級新生們，面對開學，有哪些壓力呢？

試想，他們也許剛從「想吃什麼就吃什麼，想睡多晚就睡多晚」、「每天可以很長時間玩手機玩爽爽」的生活，突然變成要一大早起床，白天只能吃營養午餐；上課不能關視訊偷懶（線上課程的「好處」），課業還變難、作業變多；整個白天幾乎不能玩手機，不能跟朋友隨時聊天傳訊息；而且，新的同學、老師，大多又不認識。在這樣人生地不熟，又多重變化交迫之下，一時調適不過來的孩子，自然就想方設法先遠離學校再說了。最常見的狀況是出現身體不適（但又沒有明確病兆）、感到莫名難過或焦慮；甚至會煩躁，易跟同學師長起衝突。

要幫助孩子適應，首先要了解，開學的生活轉變，可能「讓他們以為他就此失去了什麼」。這有賴於你在暑假對他們的觀察，他們每天多把時間花在那裡？他們暑期的生活重心跟快樂泉源是什麼？或是你可以問問孩子，「你最想念暑假時光的什麼？」「暑假有什麼事情是可以自由地做，開學就不能了？」在了解這些之後，接下來就是如何漸進地引導孩子看到：那些暑假最愛的人事物，不是要就此說掰掰了。只是新的生活有新的東西加入，我們的重心會有一些新的調整和分配。

以下是家長可以協助孩子適應入學的方法：

### 1. 假日就在住家附近休閒，不要大玩特玩

開學前後的周末，父母不妨帶孩子到住家附近外出走走，去賣場一起採買日常用品（同時還是要避免人多與保持社交距離）。讓孩子整天都待在家、或是帶孩子去遊樂園、去長途旅行，反而會讓孩子更眷戀假期的美好。

### 2. 聊聊學校有哪些以前認識的同學，對哪些新同學有興趣

升上國中，雖然同學、老師都換了，但仍有學區相近的小學同學可能會升上同一國中。跟孩子聊聊他們，讓孩子的注意力不是只著眼於多數不認識的人（這讓他們焦慮）。這些認識的同學，他們怎麼看待新學校、新老師？你們有想到什麼方法一起適應新的班級呢？例如：交換彼此得到的情報。另外，也可以問問孩子，班上有哪些同學你感覺可以跟他合得來、變成朋友？新的學校有哪些社團、哪些課程，看起來好像挺有趣的？

### 3. 漸進調整作息，讓睡眠充足

暑假如果是夜貓子，開學還依舊那麼晚睡，每天起床就會變得非常煎熬。在一個折磨的早晨中上學，一整天心情都很難美麗。每次以半小時為單位，慢慢提早就寢時間。除了讓生理適應，也是讓孩子能有空間去調整自己的時間分配。把想做、喜歡做、必須做的事情提早去完成。



#### 4. 盡可能待在學校，不要輕易幫孩子請假回家

無論在學校是身體不舒服、還是心裡不愉快，盡可能地留在學校用學校的資源去處理（像是保健室、學務處、輔導處）。除非真的有明顯或危急的病兆，否則不請假回家。這是讓孩子熟悉學校有哪些資源可以用，試著讓孩子跟這些資源的師長建立關係，日後在學校他也能感到比較安心。如果不先試著待在學校、試著尋找解決方法，就急著回家，孩子往後遇到困難就只想逃回家。因為他的心裡只有家才是安全舒服的，缺乏在新學校良好的過渡經驗。

#### 5. 一旦決定請病假都要帶去看醫生，不要只放在家休息

孩子抗拒上學、想回家，而出現身體不舒服，不見得是他們刻意裝病。因為心理上的壓力，讓他們可能真的感受到身體上的病痛，但又檢查不出生理上的病因。父母每次不得已得幫孩子請病假時，縱然查不出病因也都要先帶孩子去看醫生。這是在傳達一個訊息給孩子：大人是因為要治療你的病痛，才幫你請假。如果一離開學校就直接帶回家裡休息，那是在強化孩子想逃避就出現身體痛痛的潛意識連結。由於看診尋求治療的過程並非舒適的，我們傳達的是我們想面對問題（病痛）、處理問題的態度。

#### 6. 協助孩子用不同方法維繫往日生活重心

也許你會擔心：「這樣不是又讓他無法收心了？」。但我們陪著他去一一檢視這些重心，目的是讓孩子不會落入全有全無的失落當中。

孩子可能花了整個暑假的時間，跟小學的朋友聊天，或在網路上認識了新的朋友。開學不意味著要跟這些人斷了聯繫（相反的，不少孩子其實不知道怎麼聯繫朋友感情，就在升學換環境的過程中，錯失延續友誼的機會）；孩子可能在暑假投入大量的精力，好不容易在電玩遊戲解了任務和排名，甚至加入了遊戲公會。升上國中不意味著從此放棄遊戲，而是要重新評估在變少的遊戲時數裡，繼續追求哪些任務和排名是不合宜的。反而要去思考現有的時間裡，該怎麼玩這個遊戲才是合理的。這個過程，大人能從中更了解為什麼這些人事物對孩子來說這麼重要，如果有失落也能即時得到你的同理與安撫。同時協助他們調整投入的時間和方法，去維繫這些他喜歡的事物。讓他們在國中的新生活裡，能放心迎接新挑戰。

#### 資料來源與作者簡介：

轉自林維信心理師的臉書：

<https://www.facebook.com/weihsin52/posts/pfbid0257R5C341MkwxiDWFqLoHB7dBsvwgoUdQbt6VyLxwJaN2RZryCHfwHAQUVo8umKybl>

林維信諮商心理師

我是一個心理師，喜歡攝影與舞台劇，能將兩者與心理諮商結合是我致力想做的事。未來還要持續在戲劇治療、攝影療癒的路上學習。歡迎大家在這個空間分享你的體會與心得，我也會不時的撰寫或分享我覺得實用且有趣的文章。



# 新北市立永平高級中學111學年度教室分布平面圖

綜合大樓

5F	4F	3F	2F	1F



和平樓B棟

高二10班	辦公室	生物實驗室	化學實驗室	物理實驗室
高三10班				
5F	4F	3F	2F	1F
女廁所			男廁所	
樓梯				
高三7班	高三3班	高三1班	高二4班	高二1班
高三8班	高三4班	高三2班	高二6班	高二2班
高三9班	高三5班	高二9班	高二7班	高二3班
高三11班	高三6班	高二11班	高二8班	高二5班
樓梯				
5F	4F	3F	2F	1F

信義樓

3F	2F	1F
男廁	男廁	女廁
樓梯		
811	803	710
810	802	709
跑班教室	801	809
藝術教室	團輔室	高中專辦
川堂		
分組教室1	輔導處	高中學習中心2
分組教室2		國中學習中心2
		國中學習中心3
	特教	國中學習中心4
3F	2F	1F



中正體育館

中正樓

4F 男廁	樓	音樂教室2	辦公室	教具室	機房	電腦教室4		音樂教室1	4F 女廁	
3F 女廁		靜思書軒	準備室	化學實驗室	文化教室	物理實驗室	準備室	語言教室	3F 男廁	
2F 女廁		教務處		秘書室	校長室	印刷室	國七導辦		進修部	2F 男廁
1F 男廁		家長會	會計室	會議室	總務處	川堂	人事室	學務處		1F 女廁

仁愛樓

1F	2F	3F
男廁	女廁	女廁
樓梯		
708	906	804
707	907	805
706	908	806
健康中心	909	跑班教室
川堂		
705	910	807
704	911	808
1F	2F	3F

忠孝樓

1F	2F	3F	4F	5F
男廁	女廁	男廁	女廁	
樓梯				
員生社	905	高一1班	電腦教室1	音樂教室3
川堂	904	高一2班	機房	準備室
國中學習中心1	903	高一3班	電腦教室2	準備室
高中學習中心1				
國中專辦	902	高一導辦	電腦教室3	生物教室
樓梯				
703	901	高一4班	高一7班	地科教室
702	國八導辦	高一5班	高一8班	高一11班
701	國九導辦	高一6班	高一9班	德語教室
701	國九導辦	高一6班	高一9班	高一10班
樓梯				
女廁	男廁	女廁	男廁	女廁
1F	2F	3F	4F	5F

和平樓A棟

素描教室	創客教室	家政教室
鑑賞教室	生科教室2	生科教室1
3F	2F	1F

自強樓

永平大道
四季廣場
汽機車停車坪



永平之光

大門

圖書館

K書中心	閱覽室	閱覽室	閱覽室	國際會議廳	演藝廳	校史室	演藝廳看臺
藝術鑑賞教室	採編組	寰宇教室	創造力中心				
B1	1F	2F	3F	4F	5F	6F	7F

圖書館

111.08.11製表

發行人：沈美華 校長

策 劃：薛金蓮 主任

主 編：林紫縈 老師、曹志豐 組長

封 面：林紫縈 老師

編輯群：輔導處、教務處、學務處、圖書館、總務處

出版日期：中華民國 111 年 9 月

