

110學年度新北市立永平高中
國中部



家長日手冊

從永平出發 向世界找答案

目 錄

♥ 本學期重要行事曆-----	
教務處	
● 新北市立永平高級中學學生考試規定-----	1
● 新北市立永平高級中學學生成績評量補充規定-----	3
● 新北市立永平高級中學成績規定修正全文-----	5
● 新北市立永平高級中學國中各領域成績計算宣導說明-----	6
● 新北市立永平高級中學國中多元適性入學管道流程圖-----	7
● 新北市立永平高級中學學校免試入學超額比序項目積分對照表-----	8
● 新北市立永平高級中學各入學管道暨招生名額一覽表-----	9
● 新北市立永平高級中學升學重要日程表校內公告-----	10
● 新北市立永平高級中學 111 學年各入學管道簡介-----	11
學務處	
● 新北市立永平高中國中部服務學習規範-----	12
● 新北市立永平高中面對服務學習，一點就通-----	13
● 新北市立永平高中學生生活常規具體作法-----	14
● 新北市立永平高級中學學生服裝儀容規定-----	17
● 新北市立永平高中學生班級服裝審查申請表-----	19
● 新北市立永平高中學生社團服裝審查申請表-----	20
● 新北市立永平高級中學學生校內行動載具使用管理規範-----	21
附件 1-新北市立永平高級中學行動載具使用管理規範-----	22
附件 2-新北市立永平高級中學學期課堂領用行動載具申請證明-----	23
附件 3-新北市立永平高級中學學生課堂短期領用行動載具申請表-----	24
● 新北市立永平高中國中部每月一品格內容-----	25
輔導處	
● 新北市政府家庭教育中心 110 學年度親職教育宣導資料-----	26
● 新北市立永平高中國中適性入學輔導系列活動-----	30
● 新北市立永平高中國中適性入學相關網站資訊-----	31
● 十二年國教學制介紹-----	32
● 新北市永平高中國中部 111 年度基北區技職入學管道與校內報名時間-----	33
親職知能補給站-----	
● 允許孩子說出內心話-----	34
● 鄧惠文：網路沉迷有原因！看見孩子未被滿足的缺憾-----	36
● 青少年叛逆在想什麼？心理師整理"關鍵六點"轉大人的必經之路-----	39
圖書館	
● 閱讀魔法~圖書館各項閱讀王排行榜-----	41
● 超讚的 K 書中心-----	42
總務處	
● 永平高中冷氣使用管理及費用收取辦法-----	43
● 學校辦公室電話分機一覽表-----	44

新北市立永平高級中學 110 學年度第二學期重要行事曆(更新)

週次	日期						重要行事	作業抽查及其他活動	
	日	一	二	三	四	五			
一	2月6日	7	8	9	10	11	12	◎高三補考(10-11) ◎110 學年度第 2 學期開學註冊日(11)	◎高三校外教學行前說明會(11)第 5 節 ◎高三繁星、申請校內說明會(11)6-7 節
二	13	14	15	16	17	18	19	◎高一、高二補考(14-16) ◎第二外語開始上課(14) ◎國九第三次模擬考(17-18) ◎高一自主學習說明會(18)第 6 節	◎高三校外教學(14-16) ◎非凡美學展場-原民部落展覽體驗(14) ◎國中幹部訓練(18)第 4 節 ◎高中幹部訓練(18)第 7 節
三	20	21	22	23	24	25	26	◎高三課輔開始(21) ◎K 中開始(21) ◎110-1 自主學習計畫修正繳交截止(21) ◎高三第一次分科模擬考(22-23)	◎國七讀書策略量表(21-25) ◎國九升學講座(25)3-4 節 ◎國九技藝班課程開課(25) ◎國中社團 1(25) ◎高中社團 1(25)
四	27	28	3月1日	2	3	4	5	◎和平紀念日放假(28) ◎註冊繳費截止日(28) ◎《學測》成績公布(1) ◎高一、高二暨國中課輔開始(1) ◎《術科》成績單寄發(3) ◎110-2 家長日(3)	◎全國讀書心得校內初選收件截止(1) ◎白玉美展 1(4-17) ◎國中社團 2(4) ◎高中社團 2(4)
五	6	7	8	9	10	11	12	◎國中補考(7、9-11)早自習 ◎國中部學習扶助開始(7) ◎大學繁星、大學申請設定密碼(3/8-6/18)	◎大學申請入學選填志願家長說明會(7)19-21 點 ◎高三甄選入學選填志願說明會(7)6-7 節 ◎國中社團 3(11) ◎高二職場參訪(自由報名)(11) ◎高中社團 3(11) ◎「手作課程及情牽世代-代間親職教育講座」(12)9-12點
六	13	14	15	16	17	18	19	◎大學申請、四枝申請校內報名(14-15)	◎國中社團 4(18)
七	20	21	22	23	24	25	26	◎第一次定期評量(23-24) ◎新北市高中職升學博覽會(26)	◎專輔國七輔導講座(24)第 5 節 ◎專輔國八輔導講座(24)第 6 節 ◎高中社團 4(25) ◎國八社區專業群科參訪(25)1-4 節◎白玉美展 2(25-4/14)
八	27	28	29	30	31	4月1日	2	◎人文月 ◎公告大學、四枝申請入學一階結果(31) ◎兒童及清明連假(2-5)	◎國中部社會領域作業抽查(29) ◎班代大會(31)12:25-1:10 ◎國高中部作文比賽(1)6-7 節 ◎校慶美展高中攝影類線上收件截止(1) ◎國八簡單老師與作家有約-生涯探索、職人指路講座(1) ◎高二全國健康校園反毒宣導(1)6-7 節 ◎高三備審資料輔導講座(自由報名)(1)6-7 節
九	3	4	5	6	7	8	9		◎「讓愛轉動-談有效經營家人關係」親職講座(7)19-21 點 ◎國七健康操比賽(8)3-4 節◎國八高職介紹講座(8)第 4 節 ◎高一啦啦隊比賽(8)6-7 節
十	10	11	12	13	14	15	16	◎校慶書展(11-16)(暫定) ◎校慶美展(12-19) ◎校慶預演(15)6-7 節 ◎校慶(16)	◎國中部英語文領域作業抽查(11) ◎國中部國語朗讀比賽(12)5-6 節 ◎國七、國八、高一一字字形比賽(13)早自習 ◎國、高中部客語朗讀比賽(13)6-7 節 ◎高中部國語朗讀比賽(14)5-6 節◎捷運盃小論文發表(15)
十一	17	18	19	20	21	22	23	◎校慶補假(18) ◎國九第四次模擬考(19-20) ◎國九包粽活動(22)第 4 節	◎國、高中部書法比賽(19)3-4 節 ◎國中部國語演說比賽(19)5-6 節◎防災演習預演(19)早自習 ◎國、高中部閩南語朗讀、演說比賽(20)5-6 節 ◎高中部國語演說比賽(21)5-6 節 ◎白玉美展 3(22-5/19) ◎國七人權法治暨法律專題校園巡迴講座(22)3-4 節 ◎高一 106-111 實彈射擊體驗活動預習(22)6-7 節 ◎高二好智愛專題講座(22)6-7 節 ◎高三面試輔導講座(自由報名)(22)6-7 節
十二	24	25	26	27	28	29	30	◎高三畢業考(27-28) ◎高三、國九課輔結束(29) ◎樂永平華音樂會(國八、高二)(29)	◎國中部數學領域作業抽查(26) ◎防災教育輔導訪視(26)(下午) ◎國七越南茶席文化講座(29)3-4 節 ◎高一大學科系與班群選擇(29)第 6 節
十三	5月1日	2	3	4	5	6	7	◎國九畢業考(4-5)	◎高三美術班畢業美展(美麗永安)(5-18) ◎高三畢業美展開幕茶會(6) ◎國中社團 5(6) ◎高一打靶(6)
十四	8	9	10	11	12	13	14	◎高三第二次分科模擬考(9-10) ◎高二第二次定評(9-10) ◎國七、國八、高一第二次定評(10-11)	◎專輔國七輔導講座(11)第 5 節 ◎高二校外教學(11-13) ◎國八全民國防教育巡迴宣教(11)第 6 節 ◎高一表達力講座(13)6-7 節 ◎國中社團 6(13)
十五	15	16	17	18	19	20	21	◎高三補考(16-17) ◎大學申請二階甄試開始(19-6/5) ◎111 年度國中教育會考(21-22)	◎國中部自然領域作業抽查(17)
十六	22	23	24	25	26	27	28	◎美術班術科模擬考(23-26) ◎國九補考(24)	◎許榮哲三分鐘說 18 萬個故事講座(24)3-4 節 ◎國九大隊接力(25)第 7 節 ◎白玉美展 4(27-6/9) ◎國九技藝班成果展(27)◎國中社團 7(27)◎高中社團 5(27)
十七	29	30	31	6月1日	2	3	4	◎畢業典禮預演(31) ◎畢業典禮(1) ◎端午節連假(3-5)	◎高一、二優良作業抽查(2)
十八	5	6	7	8	9	10	11	◎國九畢業生離校下午 4 點(7) ◎申請入學正備取登記志願序(9-10) ◎分科測驗報名(9-20) ◎高一、高二暨國七、國八課輔結束(10) ◎高一自主學習成發(10)6-7 節	◎高二籃球賽(6-9) ◎班聯會主席、副主席政見發表會(7)早自習 ◎國中部國文領域作業抽查(7) ◎國中社團 8(10) ◎高二籃球決賽(10)6-7 節
十九	12	13	14	15	16	17	18	◎大學申請入學結果公布(15)	◎白玉美展 5(12-30) ◎班代大會(16)12:25-1:10 ◎國八跳繩比賽(17)3-4 節 ◎高中社團 6(17)
二十	19	20	21	22	23	24	25	◎國七新生報到(暫定下午)(20)	◎班聯會主席、副主席選舉(21) ◎市長獎畢業生至新北市府參加頒獎典禮暨合影(23) ◎國中社團 9(24)
二十一	26	27	28	29	30	7月1日	2	◎國七、國八、高一、高二第三次定評(28-29) ◎休業式(30)	◎暑假開始(1)

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

- 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)考試時學生有特殊需求者(如戴帽子或使用耳塞等)，須事先提出申請並配合監試人員檢查之始得穿戴或使用，不配合檢查者，該科不予計分。

(五)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。

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。

國民小學及國民中學學生成績評量準則

重點節略如下

民國 108 年 06 月 28 日教育部修正

- 第 12 條 國民中小學學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格，由學校發給畢業證書；未符合者，發給修業證明書：
- 一、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。
 - 二、領域學習課程成績：
 - (二)國民中學階段：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。

新北市立永平高級中學國中部學生成績評量規定

中華民國 110 年 12 月 9 日校務會議修正通過

- 一、本規定係依據「國民小學及國民中學學生成績評量準則」及「新北市國民小學及國民中學學生成績評量補充規定」訂定之。
- 二、新北市立永平高級中學國中部（下稱本校）學生學習領域成績評量，分定期評量及平時評量兩種，另彈性學習課程成績評量，以平時評量為原則。
定期評量每學期二至三次，其實施日期、次數，經本校課程發展委員會通過後實施；其評量方式、每次定期評量與平時評量成績之核計比例，則由各領域教學研究會決定。
- 三、本校辦理定期評量時，相關事宜悉依本校學生考試規則辦理。
- 四、定期評量期間，如有學生因故不能參加全部科目或部分科目之評量，且依規定報經學校核准給假者，准予補行評量。但無故缺考者，不得補行評量，成績以零分登錄。
- 五、學生學習領域、彈性學習課程之評量成績，依下列各項辦理，並計算至小數點第二位：
 - (一)各學習領域、彈性學習課程之學期成績，為各次成績之平均。
 - (二)各學習領域、彈性學習課程之學期成績，為領域內各科目、彈性學習課程學期成績乘以每週學習節數，再除以各領域、彈性學習課程每週學習節數之加權平均。
 - (三)學生各領域之畢業成績，係以該領域之六個學期成績平均之。
- 六、本校對於前學期成績達四個學習領域未達及格基準之學生，應主動並以書面告知學生與家長，使其知悉學習狀況並及早因應處理。
- 七、本校對於各領域學習低成就之學生，必要時應進行補救教學，學生及家長應配合學校實施方式辦理。
- 八、領域學期成績不及格之學生，得參加補考，補考規定如下：
 - (一)得補考之領域：語文（含國語文、英語文）、數學、社會、自然科學等領域，並以一次為限。
 - (二)補考時間：學生僅以補考前一學期成績不及格之領域為限；惟九年級下學期之學生，得於當學期補考不及格之領域。學生逾期未參加者，即視同放棄補考機會。
 - (三)補考成績計算：學生補考成績經評定為及格，該領域之學期成績即以六十分計算；補考不及格者，以原始分數擇優採計。
 - (四)其他補考方式等相關事宜，由本校成績評量輔導小組討論議決之。
- 九、本規定由本校校務會議討論通過後實施，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/八九年級自然(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。



新北市111年國中多元適性入學管道流程圖

(日期以各簡章公告為主)



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表

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.國民中學學校應給予學生適性輔導，學生參考國民中學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。
			0分	未符合							
	服務學習	15分	5分	每學期服務滿6小時以上							1.由國民中學學校認證。 2.採計期間為108學年度(七年級)上學期至110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，亦得選擇國民中學在學期間前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。	
	寫作測驗	1分	1分	0.8分	0.6分	0.4分	0.2分	0.1分			
			6級	5級	4級	3級	2級	1級		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：

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。

永平高中 111 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		70	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		266	本校普通班中另設 <u>外語實驗班</u> 及 <u>數理實驗班</u> ，於新生報到時於提出申請，再依遴選辦法錄取編入
特色招生 甄選 	美術班	26	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. 分兩類一以競賽表現入學(報名事項請洽特教組)、 <u>甄選入學(分兩階段辦理，流程暫定如下，仍以正式簡章為準，並請注意校內公告)</u> <u>(1)術科測驗</u> A本校國中部校內報名事項:2/11~3/3放學前報名，詳洽輔導處特教組(#243) B考試: 4/9於國立新竹女中辦理(仍需參加教育會考,兩者成績均有門檻,通過者才可參加聯合分發) <u>(2)聯合分發</u> :國立新竹女中辦理 A本校國中部校內報名: 5/30前(洽教務處註冊組 #214) B志願選填: 6/23~6/30於報名系統選填志願 C公告放榜及報到: 7/12放榜、7/13報到
體育績優 甄選	桌球專長 (限女生)	4	相關規定詳見正式簡章，或洽體育組#226 1. 報名 5/2~5/4 2. 考試 5/7 3. 放榜 5/9 4. 報到 7/14
	籃球專長 (限女生)	5	
	跆拳道 專長(不 限性別)	3	



教育會考：111.05.21~22 (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。

PS: ★意為畢業離校後必須返校日(需著校服)

請同學貼在連絡簿內妥善保存,如有重大變動會通知。
並請家長簽名: _____

**111 年度國中教育會考暨全國高級中等學校及
五年制專科學校適性入學校內重要日程表**
* * 所有校內報名日期均指最後期限 * *

110	1-2月份			第1次志願系統模擬選填(1月)及後續結果輔導(開學) 各類升學簡章校內預購(期末)及發放(開學後陸續) ★請注意各升學管道校內報名作業 (未預購簡章相關資料者,如有需要可自行網路下載, 或自行至各指定學校購買) 九年級第3次模擬考(2/17-18)
3月份	2	三	科學班能力檢定測驗校內報名(註冊組)	
	3	四	藝才班術科測驗校內報名(放學前特教組)	
	7-11	一-五	各學科補考(除週二外每天早自習)	
	9	三	專業群科職校特招(新北)校內報名(資料組)	
	11	五	國中教育會考本校集體報名(註冊組) 專業群科職校特招(北市)校內報名(資料組)	
	12	六	科學班能力檢定測驗(後續實驗實作皆3月底)	
	14-18	一-五	專業群科職校特招(基北區以外就學區)自行報名	
	23-24	三-四	第1次定評	
4月份	29	二	專業群科職校特招新北書審結果公告(待通知)	
	29-30	二-三	第2次基北區免試系統志願模擬選填(註冊組)	
	3/31-4/7	四-四	科學班放榜(各校不同,但同於4/8報到)	
	9-10	六-日	美術班、戲劇班術科測驗(4/27寄發成績單)	
	15	五	國中教育會考准考證發放(待註冊組通知)	
	16-18	六-一	舞蹈班、音樂班術科測驗(4/27寄發成績單)	
	19-20	二-三	九年級模考(暫定20日中午註冊組五專填表說明)	
5月份	23-24	六-日	專業群科職校特招術科測驗(各區不同日)	
	29	五	免試入學變更就學區校內申請(註冊組)	
	2-4	一-三	本校運動績優生術科測驗報名(體育組)	
	4-5	三-四	九年級期末考	
	6	五	五專優先免試校內報名(註冊組)	
	7	六	本校運動績優生術科測驗(體育組)	
	9	一	本校運動績優生放榜(體育組) 專業群科職校特招新北測驗成績寄發(資料組)	
	9-17	一-二	技藝優良甄審校內報名(資料組)	
	11	三	藝才班資優鑑定結果(待特教組通知) 中正預校自行網路暨通信報名(但須先報名體檢及智力測驗,6/12口試、6/24放榜)	
	6-16			
	19	四	新北 <u>私立</u> 高中職優先免試校內報名(註冊組)	
20	五	中午放學、下午看考場		
21-22	六-日	國中教育會考(一律著校服應考)		
23	一	產特優先入學校內報名(註冊組) 實用技能學程校內報名(資料組) 專業群科職校特招北市測驗成績公告(資料組)		
24	二	本學期補考		
27-28	五-六	新北 <u>私立</u> 高中職優先免試各校抽籤公告及後續作業(註冊組)		
30	一	藝才班甄選入學校內報名(註冊組) 各區五專免試入學校內報名(註冊組) 基北區高中職免試入學校內報名(註冊組) 新北 <u>公立</u> 高中職優先免試校內報名(註冊組)		
5/31-6/7	二-二	五專優先免試志願模擬選填-校內暫31(註冊組)		

1	三	畢業典禮(學務處) 新北私立高中職優先免試-上午放榜.下午正取報到 2(四)上午備取報到(註冊組)	
3-5 端午連假			
7	二	國九下午離校(學務處)	
9-14	四-二	五專優先免試 <u>正式</u> 選填志願 五專優先免試志願單簽名繳交(14前註冊組)	
★10	五	國中教育會考成績網路查詢 國中教育會考成績單上午領取(註冊組)	
13	一	藝才班甄選入學報名確認送件(註冊組) 實用技能學程放榜(資料組) 新北 <u>公立</u> 高中職優先免試校內報名抽換 (註冊組中午止)	
15	三	產特優先入學放榜(註冊組) 技藝優良甄審放榜(資料組) 專業群科職校特招放榜(資料組)	
6月份	16	四	新北 <u>公立</u> 高中職優先免試放榜(註冊組下午) 五專優先免試放榜 產特優先入學報到 技藝優良甄審報到 專業群科職校特招報到 實用技能學程報到
	17	五	新北 <u>公立</u> 高中職優先免試報到(上午正取、下午備取)
	21	二	五專優先免試報到截止-依各校規定
	22	三	藝才班甄選入學 email 志願選填通知
	22-24	三-五	政大附中/師大附中/西松/海附之特招考試 自行報名(需先網路登錄再到現場報名)
	23	四中午	*基北區高中職免試入學查詢個別序位 及開始填志願(註冊組) (新北市)市長獎頒獎典禮(註冊組)
	23-30	四-五	藝才班甄選入學 <u>正式志願選填</u>
	26	日	政大附中/師大附中/西松/海附之特招考試
	28	二	政大附中/師大附中/西松/海附之特招考試 志願中午起可加入網路選填(註冊組)
	★29	三中午	基北區高中職免試入學網路選填志願校內截止,下午返校領取志願單(註冊組)
★30	四上午	返校繳交簽名完成之志願單(註冊組) 各區五專免試入學校內報名抽換(註冊組)	

7月份	8	五	專業群科職校特招公告續招學校名額 各區五專免試入學寄發撕榜序號通知及公告
	12	二	*基北區高中職免試入學放榜(11時) 政大附中/師大附中/西松/海附之特招放榜 藝才班甄選入學放榜
	13	三上午	各區五專免試入學現場撕榜報到 藝才班甄選入學報到
	14	四上午	* * 基北區高中職免試入學報到 政大附中/師大附中/西松/海附特招報到
:			部分入學管道續招(自行注意公告)

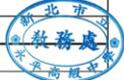
*放榜錄取注意事項均須自行詳查各校之網路公告,並無書面或電話通知,錯過報到即視同放棄。
★★務必注意!!各升學管道均規定:只要有到錄取學校完成報到,即須同時切結繳交畢業證書,亦不得再參加後續其他升學管道~
※附註:有關國中教育會考、高中職及五專等各入學管道詳細日程,以各區各入學管道招生簡章內容為準,請詳閱簡章。或請隨時注意本校校網右側升學專區公告事項。



國中教育會考時間為 111 年 5 月 21-22 日，所有同學均須著學校制服或運動服參加考試(無論是否已有錄取學校就讀)

【以下資料說明僅供參考，確實入學時程及採計條件以 111 年度各入學管道簡章規定，以及校內集體報名時程為準】

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	高中職藝才班 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：今年起甄選入學採用選填志願方式--不撕榜】 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 (3/3 放學前-輔導處特教組) 2.參加術科測驗(4/9-18 不一,依類別而不同) 3.據成績單及鑑定結果，考量校內報名 (5/30 前註冊組) 4.志願選填 6/23-30, 放榜 7/12, 報到 7/13	
		七年一貫藝才班 (獨招)	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	
		科學班 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 (3/2 前洽教務處註冊組);亦可自行 3/4 前報名【均需先線上報名並列印、簽名核章】探通訊報名 2.參加科學能力檢定考試 3/12=> 通過者 3 月底再參加實驗實作測驗=>放榜公告後,4/8 報到	
特色招生	甄選入學	體育班 運動績優生 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(本校時程參考：報名 5/2-4=>測驗 5/7=>放榜 5/9)	
		專業群科 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】	
		技藝績優甄選 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】	
		產業特殊需求類科 優先入學 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 (5/23 前洽教務處註冊組) 2.錄取放榜 6/15 3.報到 6/16	
		實用技能學程 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】	
		考試分發入學 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)	6/22-24 自行網路&現場報名(完成報名來電告知註冊組) 6/26 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	私立 一般學生，就近入學	新北市各私立高中職	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 私立校優免：校內報名 5/19 前=>高中職校公告抽籤 5/27=>放榜報到 6/1 公立校優免：校內報名 5/30 前=>放榜 6/16=>報到 6/17	
		公立 經濟弱勢學生(低收入、中低收入等有保障名額)	永平、錦和、中和、新店、雙溪、石碇等高工；及瑞芳高工、樟樹高中	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 5/30 前=>選填志願 6/23-29 中午=>完成志願單簽名返校繳交 6/30=>放榜 7/12=>高中職校報到 7/14 上午	
	公私立五專	聯合免試 ※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、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 5/6=>網路系統選填志願 6/9-14=>放榜 6/16=>依各校規定完成報到(6/21 前) 聯免：校內報名 5/30 前=>專校寄發撕榜通知 7/8=>現場撕榜報到 7/13
		★優先免試	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) 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	教務處註冊組 優免：校內報名 5/6=>網路系統選填志願 6/9-14=>放榜 6/16=>依各校規定完成報到(6/21 前) 聯免：校內報名 5/30 前=>專校寄發撕榜通知 7/8=>現場撕榜報到 7/13	
獨招	中正預校 軍校，學費全免，限男生	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	5/6-16 自行網路暨通信報名(但須先報名體檢及智力測驗)、6/12 口試、6/24 放榜=>通訊報到=>入學正式報到 可詢問學務處生輔組或教官	
	開平餐飲、開南工商等 建教合作	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

新北市立永平高中國中部服務學習規範

一. 臺北區高級中等學校免試入學超額比序的『服務學習』採計方式如下：

- (1) 採計學期：7.8.9（上）年級，共五學期均可採計。
- (2) 每學期滿 6 小時者：5 分，不滿 6 小時者：0 分，最高累積至 15 分。

二. 五專入學招生超額比序總積分項目"服務學習"之積分採計方式規定如下：

- (1) 班級幹部：正副班長、正副社長、小老師、班級或社團之正級幹部。
- (2) 校內外服務：包括校內服務學習課程及活動、或於校外參加志工或社區服務。
- (3) 相關服務學習係指以上兩類積分合計，並採計至國中最後一學年的 5 月 14 日止。且同一學期同時擔任班級幹部、小老師或社團幹部不重複採計。

五專入學管道	班級幹部積分	校內外服務積分	服務學習項目積分上限
優先免試	滿一學期得 2 分	滿 1 小時得 0.25 分	15 分
分區免試	滿一學期得 1 分	滿 8 小時得 1 分	7 分

三. 服務學習計算日期：

- (1) 上學期：8/1—1/31
- (2) 下學期：2/1—7/31

四. 服務內容範圍及認證：

1. 班級服務 (1) 由各班導師與學生決定班級服務內容，包含：班級事務服務的項目、時間。 (2) 實施完畢由導師於學習護照中的「學生服務學習紀錄表」上簽名核章認證即可，並於學期末交給導師登錄。
2. 校園服務： (1) 由校內行政單位提出各項長期或臨時志工服務活動，或擔任學校各項活動服務人員。 (2) 學校規劃活動在校園內或至校外。 (3) 服務完畢後由該單位於「學生服務學習紀錄表」上核章認證或發放服務學習時數條。
3. 校外單位服務： (1) 學生自行利用假日聯繫校外服務單位服務，校外服務單位必須非營利性組織為主。 (2) 請於服務前五日填寫學生校外服務學習申請單，向學務處提出申請，經核准後始得參加服務。 (3) 校外可認證之單位 a. 政府公務機關、單位之服務志工，各類社會公益法人機構、經政府立案之非營利公益團體。 b. 「內政部人民團體全球資訊網」或「財團法人社會福利慈善基金會」，登記有案之單位即可。 c. 非屬政治性、宗教性、商業性或營利性之非報酬性服務學習活動。 (4) 校外單位服務認證： a. 學生校外服務完畢後，務必取得該單位發給之服務證明，必須清楚敘明服務時數、服務內容等資料。 b. 或請認證單位於學習護照上的「服務學習記錄表」上蓋該單位之單位章證明，不得以私章或簽名代替。 (5) 校外服務學習申請表：申請表可至校網左下角 <u>學生學習區</u> 的 <u>國中服務學習專區</u> 中下載列印使用，或至學務處領取。 (6) 校外服務學習流程： 學生、教師申請校外服務（需家長同意書或家長簽名）→學校學務處訓育組審核通過→進行服務學習取得時數（需家長或專人陪同）→學校覆核→交給導師登錄。

五. 服務學習獎勵：

1. 每學期服務學習時數滿 20 小時，記嘉獎一次。
2. 每學期服務學習時數滿 30 小時，記嘉獎兩次，並頒發服務學習楷模王獎狀。

六. 國中部服務學習相關事宜，可至校網學生學習區的國中服務學習專區查詢。

《面對服務學習，一點就通》

Q1：學習護照遺失了怎麼辦？

A：遺失可至圖書館申請購買，但是所登記之時數必須自行找服務單位補登。

Q2：學習護照中服務學習紀錄表登記已滿，該如何？

A：請至學務處領取【服務學習紀錄表】單張再浮貼上即可。

Q3：每次服務要多久呢？

A：若未滿 0.5 小時不予登記，請以 0.5 小時為單位。

Q4：寒暑假返校打掃算時數嗎？

項 目	時 間	核 算 學 期
寒假返校打掃	1/31 以前	上學期 (8/1~1/31)
	2/1 以後	下學期 (2/1~7/31)
暑假返校打掃	7/31 以前	下學期 (2/1~7/31)
	8/1 以後	上學期 (8/1~1/31)

Q5：在社區服務由里長或里幹事蓋章，可以算服務時數嗎？

A：重申基北區 12 年國教服務學習採計原則，里長、議員、立法委員、社區幹事簽名與核章『無法採計』，請同學與家長留意。

Q6：在班級如何取得服務時數？

- A：
1. 協助教室布置。
 2. 家長日服務。
 3. 協助考場布置。
 4. 協助導師處理班級事務。
 5. 放學後協助教室環境清理。

Q7：在校園如何取得服務時數？

- A：
1. 放學後各處室擔任短期志工服務
 2. 學務處長期志工服務(交通服務隊、衛生糾察隊)。
 3. 一社一服務:社團~金手指社、綠手指社。
 4. 班會或自習課進行校園打掃服務
 5. 永平 Open Day 志工服務、校慶志工服務、校慶園遊會愛心義賣。
 6. 學校規劃(ex:我愛校園活動、校慶掃街、慈濟環保回收)

Q8：在校外如何取得服務時數？

- A：
1. 到圖書館整書上架
 2. 到慈濟進行環保資源回收
 3. 參加公益團體的淨灘活動、愛心義賣、募集發票
 4. 到育幼院或老人院進行服務照顧
 5. 參加海外交流志工服務

Q9：服務學習時數證明如何取得？

A：由提供服務學習的機關處室直接登記學習護照內，或核發時數條，再自行填貼在學習護照內。

PS：每學期末將學習護照內**服務學習時數條貼好**交給班導師，由班導師將服務學習時數登錄在電腦系統上，才算完成該學期的服務學習。

新北市立永平高中學生生活常規具體作法

(110年12月9日110學年度第一次校務會議決議通過)

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）；惟冬季保暖衣物優先以學校制式服裝為主，不足時優先於制式服裝內添個人保暖衣物，仍不足時始得於制服外添加個人防寒保暖衣物。
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. 早上七時三十分前，學生應到校參加早讀；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. 早上七時三十分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：各班副班長早自習時間開始清查人數，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. 上午07:30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. 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)。
5. 保管櫃鑰匙統一由學務處保管，並得留存備份。
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. 教師上課期間如因課程需學生使用行動載具設備，由教師親自學務處登記填具申請，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。
10. 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。
11. 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。
12. 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、慶功等活動。



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。

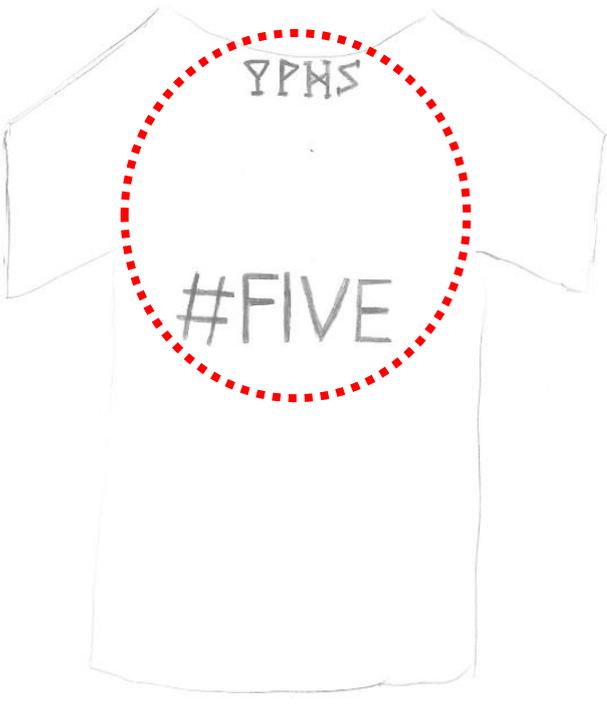
十三、全校教職員輔導違規學生得帶至生輔組簽具陳述書，彙整檢送各班導師，視其情節及身心狀況，採取適當之輔導或正向管教措施如口頭糾正、列入日常生活表現紀錄、通知監護人協請處理、書面自省及靜坐反省。

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。

十五、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。

附表 1

申請說明：依據教育部「高級中等學校訂定學生服裝儀容之原則」辦理。

新 北 市 立 永 平 高 中 學 生 班 級 服 裝 審 查 申 請 表				編 號：000	
服 裝 正 面 圖			服 裝 反 面 圖		
					
申 請 人	班 級	座 號	班 長 姓 名		設 計 理 念 與 說 明
導 師 審 查 意 見		簽 章			
學 務 處 審 查 意 見		結 果			

- 一、未通過審查服裝，不得於校內穿著。
- 二、通過審查班級服裝，得於體育課全班統一穿著，返回教室後應換回校服；另班級服裝搭配之褲、裙，仍以校內制式服裝為主。

附表 2

新 北 市 立 永 平 高 中 學 生 社 團 服 裝 審 查 申 請 表				編 號 : 000	
服 裝 正 面 圖			服 裝 反 面 圖		
					
申 請 人	社 團	班 級 座 號	社 長 姓 名	設 計 理 念 與 說 明	
社 團 組 長 審 查 意 見					簽 章
學 務 處 審 查 意 見		結 果			

申請說明：依據教育部「高級中等學校訂定學生服裝儀容之原則」辦理。

一、未通過審查服裝，不得於校內穿著。

二、通過審查社團服裝，得於週五社團活動時間及下課後練習全團統一穿著；另社團服裝搭配之褲、裙，仍以校內制式服裝為主。

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

經中華民國 110 年 12 月 9 日校務會議修訂通過

- 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。

新北市立永平高級中學行動載具使用管理規範

- 一、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，本校於學務處設置保管櫃，供各申請班級使用。
- 二、上午 07：30 至放學期間，一律關機禁止使用。
- 三、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。
- 四、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)。
- 五、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。
- 六、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。
- 七、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。
- 八、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。
- 九、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。
- 十、學生須能配合上述管理，方能申請攜帶行動載具到校。違規處置如后：
 - (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。

新北市立永平高級中學學生校內行動載具使用申請表 編號：

申請人	年 班 號	姓名：
使用期間	年 月 日至	年 月 日
載具廠牌(機型)	行動載具號碼	

家長同意書：

本人已瞭解永平高中學生行動載具使用管理規範，同意子女攜帶行動載具到校，並願意教育子女遵守各項規定。

學生： (簽名)

家長： (簽名)

申請日期： 年 月 日

聯絡電話：(公) (宅) (手機)

導師：

生輔組長：

學務主任：

新北市立永平高級中學學期課堂領用行動載具申請證明							
申請時間： 年 月 日							
領取(繳回)時間		領取(繳回)人			領用事由		
領取	:	班級	座號	姓名	領用期間		
					學期	星期	節次
					-		
繳回	:					課程名稱	
導師(任課老師)簽章		擬辦			批示		

新北市立永平高級中學學期課堂領用行動載具申請證明							
申請時間： 年 月 日							
領取(繳回)時間		領取(繳回)人			領用事由		
領取	:	班級	座號	姓名	領用期間		
					學期	星期	節次
					-		
繳回	:					課程名稱	
導師(任課老師)簽章		擬辦			批示		

新北市立永平高級中學學生課堂短期領用行動載具申請表						
申請時間：						年 月 日
領取(繳回)時間		領取(繳回)人			領用事由	導師(任課老師) 簽章
領取	:	班級	座號	姓名		
		繳回	:			
領用數量		繳回數量			領	
					繳	

新北市立永平高級中學學生課堂短期領用行動載具申請表						
申請時間：						年 月 日
領取(繳回)時間		領取(繳回)人			領用事由	導師(任課老師) 簽章
領取	:	班級	座號	姓名		
		繳回	:			
領用數量		繳回數量			領	
					繳	

新北市立永平高中國中部每月一品格內容

- 1.品格教育核心價值:「好品格成就你一生的幸福」。
- 2.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。
- 3.本校品格運動之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。
- 4.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。

新北市政府家教育中心 110 學年度親職教育宣導資料

～ 珍愛家庭 用心經營 愛在新北 幸福相隨 ～



地址：220 新北市板橋區僑中一街 1-1 號 4 樓
電話：02-22724881 傳真：02-22724882
服務時間：週一至週五 08:30~12:30，
13:30~17:30
網址：<https://ntpc.familyedu.moe.gov.tw/>

幸福家庭 1.2.3.

生活的每一天
至少陪家人 20 分鐘
一起做 3 件事

閱讀 **分享** **運動休閒或遊戲**

親子共讀 溝通順暢 親子同樂
攜手成長 親子雙贏 促進健康

給家人寶貴的幸福時光

因為愛 我們學習 學習 讓我們更相愛

幸福不是遙不可及，也非唾手可得
透過學習可以讓幸福更臨臨

相愛容易，相處難？「家庭好時光」名人講座
& 「親密之愛」成長團體課程

為響應「因為愛，我們學習；學習，讓我們更相愛」，中心特別邀請婚姻專家、心理師，分享婚姻生活中經營關係的小祕訣，幫助您觀察常見的溝通問題，學習有效表達及衝突解決策略，讓我們的婚姻相愛容易，相處不難！

「家有寶貝，新手父母」親子活動課程
& 「情誼教養共親職」講座

透過多樣性活動及半日講座，學習家人間如何互動與合作，瞭解照顧子女的工作不分你我與性別，彼此平等尊重、心懷感謝，共同付出經營和諧家庭。

服務宗旨

以家庭教育法為依據，致力推廣家庭教育活動，提昇家庭生活知能，強化正確家庭價值觀，健全家庭成員身心發展，營造每個幸福家庭，以建立溫馨祥和社會。

工作目標

- 一、宣導家庭正確之價值觀念
- 二、增進家庭生活之經營知能
- 三、提供家庭教育之多元服務
- 四、研發家庭教育之課程教材
- 五、建立家庭教育之完整體系
- 六、整合家庭教育之社會資源

服務內涵

親職教育：指增進父母職能之教育活動。
子職教育：指增進子女本分之教育活動。
性別教育：指增進性別知能之教育活動。
婚戀教育：指增進夫妻關係之教育活動。
失親教育：指增進因故未能接受父母一方或雙方教養之未成年子女家庭生活知能之教育活動。
倫理教育：指增進家族成員相互尊重及關懷之教育活動。
家庭資源與管理教育：指增進家庭各類資源運用及管理之教育活動。

其他家庭教育事項



家庭教育諮詢專線 412-8185

家庭教育中心 關心您

夫妻相處 / 子女教養 / 親子溝通 / 人際關係 / 自我調適 / 性別交往 / 家庭問題

家庭教育諮詢專線 412-8185(手機請加區碼 02)

一、服務內容：夫妻相處、親子溝通、子女教養、婚前交往、情緒調適、家庭資源、生活適應、人際關係等問題，歡迎撥打諮詢。

二、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

三、 面談諮詢服務：請撥 412-8185 專線預約面談時間。



預約家庭面談網址：

新北動健康，祖孫作伙來

「新北動健康，祖孫作伙來」藉由小朋友帶動家中祖父母及長輩，一起參與「動健康」。以祖孫共同參與的方式，喚醒學生及家長對長輩健康的關心，並同時增進小朋友與祖父母的健康，促進祖孫及家人間的情感連繫，進而建立健康和諧的家庭。

新北動健康	新北市樂齡學習網
	

視力保健 幸福「視」界

從「善用 3C，避免網路沈迷」，遠離視力傷害的具體做法

- ◆ 先釐清上網目的：包括找資料、找朋友、無聊、娛樂、舒解壓力、緩解情緒起伏。
- ◆ 建立現實的人際關係，強化人際互動技巧：包括從一些可接觸的家人、朋友開始，多分享多接觸。安排親子可以互動的活動，協助孩子強化交朋友的技巧，多傾聽及了解孩子挫折的人際關係。
- ◆ 提升自我肯定：包括他人肯定及自我肯定，讓孩子學習自我回饋，鼓勵表現自我的優勢，鼓勵進行自我挑戰。
- ◆ 提升挫折忍受力：包括學習欣賞過程而非結果，並陪著度過挫折經驗。
- ◆ 重要他人得適度約束與規範：包括鼓勵孩子分享網路經驗，親子共同商訂上網時間（善用上網時間管理平台，<http://hicare.hinet.net/timecontrol/service.html>）及頻率，調整電腦擺放位置，並評估使用網路監控軟體，陪伴共同成長之必要。

善用 3C 幸福 3T

「滑時代」家庭的幸福秘訣：「善用 3C 幸福 3T」

教育部於國際家庭日發起「善用 3C 幸福 3T」

正向理念及愛家行動的目的，是從推展家庭教育的觀點上，關注現今社會幾乎「全民皆滑」的現象，是如何影響著家人關係，並聚焦於倡導民眾「正向使用」數位科技及社群媒介，使數位科技成為「家庭學習」及「家庭凝聚」的助力。

善 用 3C	理念	內容	
	「正向使用」數位科技及社群媒體的力量	1. 數位時代的教養： 父母要做的 3 件事 (一) 瞭解數位科技與社群媒體 (二) 設定合宜的監控機制 (三) 力行健康的使用型態 2. 運用家庭教育相關的數位學習資源—3i 學習網站	
幸 福 3T	理念	主題	活動內容
	增進家庭凝聚力	家庭共學(Reading together)	以「增進家庭凝聚力」的目標出發，提出「幸福 3T」—愛家行動，鼓勵民眾於生活中建立家庭共學的習慣，營造家人美好的相聚時光，一起維護家人的身心健康。
		同樂(Playing together)	
		一起動一動(Running together)	

★其他好康資源-----

- 1.【厝味鹹酸甜】本市和美國小、三重高中及石碇高中代間教育課程記錄影片，<https://youtu.be/W4sO8D6DDCMI>。
- 2.【愛，一直都在】，<https://youtu.be/ShUJ0dvC-kU>
3. 明明只是想關心，為何總越推越遠-新北市政府家庭教育中心情感教育宣導影片
<https://www.youtube.com/watch?v=GgBoLT3fAyI>
4. 宣導影片另置於新北市家庭教育中心網頁-家庭教育影片
(<https://ppt.cc/fSFMdx>)，供各校推廣使用。

網站名稱	主要對象	主要內容	網址
教育部 家庭教育網	全國民眾	查詢各縣市家庭教育 中心服務及活動資訊	https://moe.familyedu.moe.gov.tw 
教育部全民資安 素養網	家長	子女資安素養指導	https://isafe.moe.edu.tw/parents/ 
教育部中小學網路素 養與認知網路	中小學學生 及其家長	網路素養	https://eteacher.edu.tw/Desktop.aspx 
網路守護天使軟體 (Network Guardian Angels, NGA)	家長	過濾網路不當資訊的 軟體，瀏覽到不當網 址就會進行阻擋。可 安裝在家用電腦、筆 電、智慧手機或平板 使用	http://nga.moe.edu.tw/ 



110 學年度 國中適性入學輔導系列活動

日期	講座名稱	備註
111.02.25 (五)	九年級適性入學宣導講座	活動辦理形式依照 國內疫情狀況調整
111.03.25 (五)	八年級專業群科參訪	
111.03.26 (六)	新北市 110 學年度公私立高中 職博覽會(實體)	
111.04.08 (五)	八年級高職職群介紹	
111.04.22 (五)	九年級包粽激勵活動	
111.06.14 (二) 19:00-21:00	九年級志願選填大作戰 (親職講座)	
111.03.01- 111.06.20	新北市 110 學年度公私立高中 職線上博覽會	



圖片來源：Google 圖片搜尋

110 學年度國中適性入學相關網站資訊

適性入學官方諮詢管道與網站

<p>教育部 108 課綱資訊網 諮詢專線：0800-012-580 04-3706-1800</p> 	<p>新北市十二年國民基本教育資訊網 諮詢專線：02-2960-3456 #2663 2664、2659</p> 
<p>技專校院招生委員會聯合會 (五專資訊) 諮詢專線：02-2777-3827</p> 	<p>國中教育會考網站</p> 
<p>111 年國中畢業生適性入學宣導</p> 	

永平高中網頁

◎高中職五專升學資訊—招生訊息及報名重要日程相關業務

網頁位置：永平高中首頁上方 [進路升學資訊](#) → [高中職五專升學資訊](#)



圖片來源：Google 圖片搜尋

十二年國教學制介紹

學制項目	課程主軸及教育目標
普通型高級中等學校(高中)	主要課程為基本學科，目標為培養各學科通識能力。
技術型高級中等學校(高職)	主要課程為專業及實習學科，另設有實用技能學程及建教合作班，培養學生專門技術及職業能力。
綜合型高級中等學校(綜合高中)	課程涵蓋基本學科及專業、實習課程，目標為輔導學生選修適性課程。
五專	專科學校五年制簡稱五專，是培育中級技術人力的重要管道之一。五專徹底落實專業證照制度，幾乎所有科別皆有其對應之專業證照，在學期間亦安排校外實習。
軍校	以全人教育的理念為宗旨，以培養未來的領導人才為目標，為三軍官學校及政治作戰學院儲備優質骨幹學生來源。

高職群科類別

機械群	機械科、模具科、製圖科、鑄造科、板金科、機械木模科、配管科 電腦機械製圖科、機電科、生物產業機電科
動力機械群	汽車科、重機科、飛機修護科、動力機械科、農業機械科、軌道車輛科
電機與電子群	電機科、控制科、冷凍空調科、資訊科、電子科、航空電子科、電子通信科、電機空調科
化工群	化工科、紡織科、染整科、環境檢驗科
土木與建築群	土木科、建築科、消防科、空間測繪科
設計群	美工科、陶瓷工程科、室內空間設計科、圖文傳播科、金屬工藝科、家具設計科、廣告設計科、多媒體設計科、室內設計科、家具木工科、多媒體應用科、美術工藝科
商業與管理群	商業經營科、國際貿易科、會計事務科、資料處理科、電子商務科、流通管理科、航運管理科、農產行銷科、不動產事務科、水產經營科、文書事務科
食品群	食品加工科、食品科、水產食品科、烘焙科
家政群	家政科、服裝科、幼兒保育科、美容科、時尚模特兒科、流行服飾科、時尚造型科、照顧服務科
農業群	農場經營科、園藝科、造園科、森林科、畜產保健科、野生動物保育科
外語群	應用外語科(英文組)、應用外語科(日文組)
餐旅群	餐飲管理科、觀光事業科
海事群	航海科、輪機科
水產群	水產養殖科、漁業科
藝術群	戲劇科、音樂科、舞蹈科、美術科、影劇科、西樂科、國樂科、電影電視科、表演藝術科、多媒體動畫科、時尚工藝科、劇場藝術科

新北市永平高中國中部 111 年度【基北區】技職入學管道與校內報名時間

入學管道/時間	適用學生	招生學校	採計條件	相關時程	備註
專業群科	技藝班學生有優勢，具備特殊技能	新北市聯合招生，共 13 校 11 群，1047 名	1. 書面審查(30%) 2. 術科測驗(70%) 3. 不採計會考成績 4. 限報「1 群」，以科別填報志願	1. 校內報名 2/21-3/9 2. 寄發書審成績單 3/29(二) 3. 寄發術科准考證 4/11(一) 4. 術科測驗 4/23(六) 5. 寄發術科成績單 5/9(一) 6. 6/15(三)放榜·6/16(四)報到 7. 由輔導處資料組統一辦理	1. 報名程序： A. 2/21-3/9 上網報名 B. 2/21-3/9 繳交書面資料至資料組 2. 報名費 330 元；低收全部減免；中低收 132 元 3. 報名後皆要參加書面審查與術科測驗。 4. 書面審查資料： A. 相關群科技藝競賽證明 B. 技藝班證書 C. 生涯發展規劃書 D. 技藝社團及職探相關營隊證明 5. 術科測驗題目詳見簡章。
		臺北市聯合招生，共 8 校 17 群科，574 名	1. 書面審查 2. 術科測驗 3. 部分學校採計會考成績 4. 限報 1 校 1 科	1. 書審校內報名 3/7-3/11 2. 術科測驗 4/24(日) 3. 公布術科成績 5/23(一) 4. 6/15(三)放榜·6/16(四)報到 5. 由輔導處資料組統一辦理	1. 報名程序： A. 3/7-3/11 上網報名 B. 3/7-3/11 繳交書面資料至資料組 2. 報名費詳見各校簡章。 3. 報名後皆要參加書面審查與術科測驗。 4. 書面審查資料與術科測驗題目詳見簡章。
技藝績優甄選	技藝競賽得獎、相關技術證照	基北區公私立高職	1. 國際及全國技能競賽成績優異等 2. 技藝課程成績優良	1. 書審校內報名 5/9-5/17 2. 6/15(三)放榜·6/16(四)報到 3. 由輔導處資料組統一辦理	1. 報名程序： A. 5/9-5/17 上網報名 B. 5/9-5/17 繳交書面資料至資料組 2. 免收報名費
實用技能學程	具有技藝傾向之學生，曾參加技藝班課程之學生為優先	12 所公私立高職	依志願序分發	1. 書審校內報名 5/19-5/23 2. 6/13(一)放榜·6/16(四)報到 3. 由輔導處資料組統一辦理	1. 報名程序： A. 5/19-5/23 上網報名 B. 5/19-5/23 繳交書面資料至資料組 2. 報名費 150 元

- 以上簡章的電子檔均已放置學校首頁→進路升學資訊→高中職五專升學資訊，請同學下載並多加利用。
- 因校內集體報名需要作業時間，故此張表格報名時程與簡章的有所出入，請以此張表格為準。
- 若是對於以上升學管道有任何疑慮，請至輔導處資料組詢問，以免錯失自身升學權益。



允許孩子說出內心話，你準備好了嗎？

轉自陳志恆諮商心理師－Listen PSY

好友魏瑋志（澤爸）寫了一本教養書《引導孩子說出內心話：不說教情商課，讓親子都被好好理解》大受好評，裡頭有許多親子溝通互動心法與技法，字字珠璣，我也很喜歡。

有許多父母，特別是青春期階段的家長，正煩惱著孩子不願說出內心話，或者根本不願意開口講話，不知道孩子心裡頭到底在想什麼。

我曾經在一次家長讀書會中，問現場的家長：「為什麼希望孩子能說出內心話呢？」得到的回答不外乎：

「這樣才知道孩子在想什麼！」

「這樣才知道孩子的煩惱！」

「這樣才知道怎麼幫助孩子！」

「這樣才知道身為父母的可以做些什麼！」

「這樣才會比較放心吧！」

我又接著問：「如果孩子今天開口說了內心話，你們承受得了嗎？」也就是，如果聽到孩子吐露內心的真實想法，有可能激起我們更多的憂慮、擔心、恐懼、憤怒、失望、難過、挫敗、無助、自責等情緒，而不是「比較放心」呢？

你準備好要聽真心話了嗎？

我們常對身旁的人說：「有什麼事情，就要說出來喔！」

可是，如果對方真的要說，我們準備好了嗎？你準備好要聽一件會引發你不舒服感受的事情了嗎？聽別人分享心事，特別是那些痛苦或挫敗經驗，我們也會感到不好受；一般人很難在情緒上免疫，或完全不受影響。

就好像，一個孩子若回到家，鼓起勇氣告訴父母，今天在學校被同學欺負，同學把他的作業藏起來，害他被老師罵；下課又被同學關進廁所，被反鎖在門外。如果是你，聽了之後有什麼感覺？

肯定百感交集！一方面，你心疼孩子被傷害，你感到椎心刺骨；另一方面，你氣憤不已，同學怎麼可以做出如此可惡的事情；再來，你挫敗無助，想著自己怎麼無法保護孩子；以及，你擔憂焦慮，不知道孩子是否還會繼續受害。接著，你會這麼問孩子：

「老師知道嗎？你有向老師說嗎？」

「沒有」孩子搖搖頭。

「怎麼不報告老師呢？」你不解，語氣有些激動。

「我不敢……」

「怎麼會不敢？我不是告訴過你，在學校遇到事情，要和老師說嗎？」

孩子低下頭，沒說話。

「你這孩子怎麼回事，怎麼不懂得保護自己呢？」

你可知道，孩子說的每一句，都是內心話！但之後，孩子可能就不再願意說了。為什麼？因為，他感受到的是指責、批評、否定，而非關懷、理解與被保護。

很多時候，我們以為我們準備好聽真心話，事實上沒有。而當我們聽完了感到很難受時，我們難以招架，便透過指責、說教或忽略的方式來回應，像是：

「別理他們就好了！」

「你一定是做錯什麼，惹到他們了！」

「會不會是你誤會了，他們只是在和你玩！」

這些慣性的回應方式，有時候只是想讓我們的心情，不要被難耐的負面訊息給淹沒，而急著幫對出主意、解決問題，或歸咎對方沒做好。當我們這麼說時，正在把孩子給推開，下一次，你可能就聽不見內心話了。

其實不是孩子不說，而是你沒準備好要聽。於是，你不允許孩子說出內心話；因為你根本不希望聽到這些，但你卻沒有意識到。

孩子用隱藏內心話來照顧父母的心情

另一方面，孩子也會為了體貼父母，而隱藏心事。像是，在學校犯錯或遇到困難，要求學校老師千萬不要告訴家長：「老師，我怕他們會擔心！」

之前，有個孩子因為考試作弊而被轉介到我這兒來談話，我發現，他的手腕上有傷疤，認真問他，怎麼回事？一番猶豫後，他招認，是他拿美工刀割自己的手，已經兩三個月了。

「我的功課大幅落後，上課聽不懂，總是倦怠無力，晚上又常睡不著，半夜就拿刀子割自己的手，割下去心情就好多了。」

「老師，你會告訴我的爸媽嗎？」

「怎麼啦？你好像很擔心？」

「嗯！老師，可以拜託你不要讓他們知道嗎？我覺得我媽精神壓力太大了，我覺得我不應該，我不能再讓我媽承受更多痛苦了！」

原來，這孩子的父親，三年前因為車禍癱瘓，臥病在床。母親既要照顧父親，又要工作賺錢，還要照料孩子的生活。**嘴裡對孩子說沒事，但孩子總能從母親的臉上，讀出母親似乎快要撐不住的訊息。**

「我怕我媽知道，真的會崩潰！」

這孩子的心情長期低落、課業挫敗，生活不如意，早該讓父母知道，但他怎麼也不能說。就這樣每天上學、放學，裝作一副很正常的樣子——就像他的母親一樣。

牢牢接住孩子的內心話

回到一開始的問題：「如何引導孩子開口說出內心話？」

其實，孩子一直都在說出內心話，有時候用言語，有時候用肢體或表情。只是，我們接收到了嗎？而我們聽到了，是否認真聽懂，並且牢牢接住？

只有我們先準備好自己，把心境歸零，才能在孩子吐露出一些負面情節時，保持冷靜，而知道首要之務是同理孩子，而非責難孩子。

大人也得覺察，是否無意間讓孩子承接了大人的苦，而不斷釋放出：「我已經夠煩了，最好別惹事！」這類訊息。否則，當孩子身陷困境時，絕對不會說出來，因為，他不能再添麻煩了。但如果又不能不說時，便常會出現這類回應：

「吼！很煩耶！可不可以別管我呀！」

「拜託，我沒事，好嗎！」

「離我遠一點，我很好，ok！」

這正是孩子體貼與照顧父母心情的表現，只是，再一次把父母給刺傷了。

陳志恆諮商心理師

E-mail：heng711@hotmail.com

FB 粉絲專頁：陳志恆諮商心理師 (<https://www.facebook.com/ALguidance>)

鄧惠文：網路沉迷有原因！看見孩子未被滿足的缺憾



孩子愛玩網路遊戲，不只是好玩而已，其中涉及更深層的心理需求。具榮格心理分析師背景的精神科醫師鄧惠文分享，親子若能從小就建立起「討論價值觀」的習慣，面對網路造成的各種難題，都有機會找到更好的應對之道。

數位時代，大家都的生活都離不開網路，這一年來受疫情影響，小孩上課靠網路、大人上班也靠網路，網路儼然已是世界維持運作不可或缺的重要工具。只是，孩子若缺乏自律，可能陷入沉迷，甚而影響生活，可說是近年最令父母頭痛的「頭號大魔王」。

其實，家長看到孩子眼睛黏著手機，先別急著生氣，不妨試著了解孩子利用網路在看些什麼、做些什麼。因為孩子使用網路的目的，與他的天性、周遭的狀況、家人相處的情形，都有著更深層的關聯。

沉迷網路？先理解孩子在現實中的人際需求

我曾經輔導過一個孩子，個性內向，在真實世界的人際關係發展並不吃香。譬如和同學一起玩角色扮演，總是被安排跑龍套的角色：演王子拯救公主，她是拿東西的女僕；演王子屠龍，她是顧城門或接道具，大家的焦點永遠不會落在她身上。

像這樣的孩子接觸到網路遊戲，會發現「哇！好不一樣！」沉浸在「我就是主角、世界中心繞著我轉」的氛圍裡，**透過遊戲裡的主角光環，補償了孩子在真實世界裡人際邊緣化的匱乏。**

這時候，如果父母單純禁止她使用網路，而沒能去了解背後成因，其實難以斬斷孩子對遊戲的依戀。在能力還不及的狀態下，就好比正在換牙的幼兒，明明還只能吃軟的食物，大人卻依然硬塞還沒燉爛的肉過去，這樣孩子不愛吃飯也是可想而知。

看見孩子的需求，才能從根源解決。如果親子關係良好，父母平常對孩子有詳細的觀察，知道孩子沉迷於電動手遊的背後，有著補償現實世界匱乏感的心理因素，便可以引導孩子理解，網

路遊戲之所以吸引人，正是因為具備著「以使用者為中心」的遊戲機制設計；但真實世界並非如此運作，我們並不會永遠都是世界的中心。

當然不可否認，有些同學的特質，就是容易成為同儕注目的焦點。這時可以引導孩子看見同學的優點，如大家與他相處感到愉悅、對方擁有某些才華等；除見賢思齊外，也引導孩子看見自我優勢，接納自身特質，才較有可能慢慢脫離「自己非要站在世界中心」的感受。

也就是說，當孩子出現任何問題行為，其實這些行為往往是孩子嘗試用自己的方法，克服心理上的空虛。大人若能跳脫行為本身，轉而從隱藏其後的癥結點溝通，問題才比較容易慢慢化解。

人我界線如何拿捏？從組隊玩遊戲討論人生課題

除了從心理人際層面，釐清孩子沉迷網路的原因外，針對價值觀的進一步探討也很重要。

培養與孩子就事論事討論的習慣，最好從兒時就開始養成；如果等到孩子已到青少年階段，才突然跟他講起道理，他會比較難接受，甚或顯現出抗拒心態。

為避免孩子沉迷於網路，相信很多父母會立下界線，如限定孩子每天只能使用半小時。但規定往往會受到挑戰，尤其是孩子和同學組隊玩網路遊戲，總會希望時間延長再延長，「因為中途退出的話，會害慘同學、拖累全隊進度」，令父母十分為難。

這時，我會肯定孩子重視團體道義的想法，他願意把時間花在維繫朋友關係，展現他不自私的一面，這是很好的團體態度。但我也會期待孩子想得再深入一點：人生中有時候會遇到這樣的抉擇，我們是要跟團體同步，還是要為自己打點？是要人云亦云、隨波逐流，大家都做什麼我們就做什麼，還是我們有能力當個領導者，帶領朋友過更好的生活，而不是將他人視為為自身卸責的藉口？讓孩子想想看，處在人我分際中，有沒有更好的做法？

這讓我想起自己女兒在三歲時曾發生過的一件事。那次她受邀參加同學的生日派對，大家吃完棒棒糖後沒有把那根小棒子丟掉，只見一群小朋友手拿著小棒子都跑去玩溜滑梯。我當下覺得十分危險，但大家都這麼玩我也不方便出面阻止，怕破壞了熱鬧的氣氛，當下也只能叫自己女兒不要玩。

女兒被制止不久就哭起來了，回家的路更是大哭直喊：「我就是想跟別人一起玩！」

我反問她：「妳知道為什麼不讓你玩嗎？」

她答：「因為拿著棒棒糖的棍子爬上爬下，很危險。」

但她仍不死心地說：「我可以不要拿啊！」

我說：「可是別人手上還是有棒子，萬一戳到妳的眼睛怎麼辦？」

她則大嚷：「我不管，為什麼別人都可以玩？我就是想跟別人一樣可以玩！」

當時我心裡非常難過。難過的原因是，自己經歷不知多少掙扎與調整，拚了命在「想跟別人一樣」與「堅持做自己」之間來回擺盪走到今天：想跟隨他人腳步，卻發現大家都跌倒，難道自己也要跟著摔跤？但堅持做自己，當面臨人際壓力以及他人的質疑時，中間的辛苦也同樣難以與外人所道。然而孩子才三歲，竟然就開始要踏入「想跟別人一樣」的人生課題了，記得那時甚至還難過到偷偷掉眼淚。

雖然直到今天，我依然試著在兩者間找到平衡點不斷努力，但慶幸的是，和孩子討論價值觀這件事我一直沒偷懶，所以可以平和與孩子討論，在「跟別人一樣」與「堅持做自己」之間，我們可以如何拿捏得更好。

再回到最前面孩子組隊玩網路遊戲的問題，如果親子間養成討論價值觀的習慣，這時候就可以讓孩子知道：有時團隊精神與是非對錯之間，並非絕對互斥；每個家庭對網路時間管理的看法各有不同，也應該彼此尊重。

孩子也可以嘗試跟同學說明自家的網路開放時間。若要組隊友，就得遵守家裡的網路使用時間限制。當然，若問到後來全校都沒人可以跟孩子組隊，那就反過來父母要想想，自家的網路規範會不會太嚴苛，是否有需要調整規定？

總歸而言，看待孩子與網路關係，單純從「限制使用時間」的角度來處理是不夠的。從心理到人際需求，從網路時間規範到人生價值觀的討論，有著大人的細膩觀察與陪伴，相信能在一次的對話中，逐漸與孩子累積溝通的寬度與信任的厚度。（陳康宜整理）

【內容整理自《親子天下》Podcast 鄧惠文 X 陳品皓「[關係相談所 EP09](#)」】
文章網址：<https://www.parenting.com.tw/article/5091216>

青少年叛逆在想什麼？心理師整理「關鍵六點」：轉大人的必經之路

文／舒霖（柯書林）（台北市教師研習中心兼任臨床心理師）

孩子青春期叛逆又難搞，全因這六件事！

「問半天也不回應，再不然就頂一句『忘記了』或『不知道』，現在年輕人究竟怎麼了？」很多家長只要一聽說我是專門跟青少年晤談的臨床心理師，就忍不住想「打聽」自己的孩子到底在想什麼。

其實青春期的孩子也沒多難懂啦！他們之所以讓人感覺古怪的主要原因是：連他們都搞不清楚自己到底是怎麼了。

加上這些「準大人們」極不願意被他人輕易看透，否則會感覺自己太容易被掌握。

所以，就算心裡想法被旁人給「說中」了，往往會出現連自己也不知幹嘛需要如此強烈否認的反應。更有甚者，為了證明自己沒被旁人說中，還會刻意做出與本意相反的舉動，最終搞得大家一頭霧水。

如果大人願意認真回想自己在青春迷惘時究竟在意些什麼，就不難猜出青春期孩子的「藏」見心事，不外乎下列這些：

- 想被朋友在乎（不落單且得到認同）
- 希望自己成績優異，至少運動要強（想要變厲害）
- 怕丟臉（愛面子）
- 性（幻想多）
- 討厭被管（我長大了）

偏偏這些行為舉止很容易造成大人的不安而畫錯重點。

「你的意思是任憑他沉迷網路，不唸書？」有些父母會忍不住地質問。

「所以我得接受他這種不尊重人的態度？」大概是自認對孩子的教養費盡心力，卻換來這麼多的不堪，所以洩氣的大人常常將沮喪心情投射到心理師身上。

而我或許也是聽多了，於是常半開玩笑回應家長：「要不要調錄音檔重聽呢？我從頭到尾都沒這樣說喔！」

「那我還能怎麼辦？」聲音超無力。

其實父母之所以會在親子管教上「碰壁」，就是因為不願接受家中那位「曾經的小心肝」，在青春期出現以下的變化：

1. 生理時鐘延後（作息越拖越晚）。
2. 脾氣起伏，令人摸不著頭緒（變得敏感而容易受傷）。

- 3.對性產生好奇與渴望（不確定這樣的自己算不算變態）。
- 4.想被肯定，又害怕成為眾人的焦點（會覺得總有人在注視著）。
- 5.不知該如何處理個人情緒而煩躁（孩童時被允許自然釋放，然「長大」了理應懂事卻又無法做到）。
- 6.與大人的對話明顯減少（認定跟大人話不投機）。

「所以我們只能『接受』孩子變這樣？」一想到過往總把「媽媽」掛嘴邊的「小心肝」已不復在，還得跟這變得怪裡怪氣的「大爆龍」同住一個屋簷下，真的會讓家長欲哭無淚。

「別這麼快就氣餒啊！人生的四季風景本不同，孩子跟你的關係只是從春天轉入比較燥熱的夏季罷了！難道不覺得進入『換季置裝』的時刻，還頗令人期待嗎？」

其實只要孩子開始「轉大人」，就得經歷這樣的變化；做爸媽的與其覺得委屈無奈，何不換個心態看待呢？

* 本文摘錄自《小心肝變大暴龍：一張圖看懂青春期！學校心理師給父母的減壓練習。》



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
- ◎閱讀心得寫作比賽
- ◎班級共讀
- ◎專題演講
- ◎班級圖書館利用
- ◎專題書箱
- ◎主題週、書展、特展
- ◎K書中心晚自習
- ◎高中小論文比賽

110-1 各年級閱讀王(統計日為 110/8/31-111/1/20)

七年級	八年級	九年級	高一	高二	高三
710 蔡和歡	811 莊明宜	902 古胤恩	102 黃履中	209 李軒綾	302 藍子翔
710 杜宛臻	811 楊智涵	902 傅翊誠	102 蘇俊宇		
708 李語彤	810 曾怡甄	902 許閔皓	111 柯宇慈		
703 曾湘庭	810 陳品瑄	902 方翊恩			
708 柯律嘉	808 翁宜良	902 巫泰翰			
709 林明獻	810 羅竣宇	902 黃暉翔	*快來借書吧，或許下半年的閱讀王 就是你啦！		
710 余尚軒	810 呂冠葶	902 吳康睿			
710 卓云申	810 徐祈恩	901 翁丞佑			
710 陳翔群	810 羅雅各	902 劉秉喆			
710 梅軒語	810 陳柏睿	902 廖濬宏			

快來借書吧，或許下半年的閱讀王就是你啦(此為各年級前 10 名，借閱 10 本以上才列入計算。)

110-1 閱讀運動書香班級得獎名單(統計日為 109/8/31-110/1/20)

名次	七年級	八年級	高一	高二
1	710	810	101	209
2	709	805	102	204
3	711	806	104	210
4	707	803	★全校第一名為 810 班	

全校書籍借閱排行前 10 名

1	作弊	6	寫給國中生的第一本書
2	深夜加油站遇見蘇格拉底	7	去趟印度人生一樣不一樣?
3	佐賀的超級阿嬤	8	小王子
4	先別急著吃棉花糖	9	親愛的孔子老師
5	遜咖日記:	10	噬罪人

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：永平高中網頁首頁左下方/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)



新北市立永平高級中學冷氣使用管理及費用收取辦法

中華民國 108 年 12 月 12 日校務會議通過

一、依據 108 年 5 月 24 日新北府教中字第 1080887149 號函【新北市公私立國民中小學 108 學年度學雜費暨各項代收代辦費收取基準表】及【公私立國民中小學 108 學年度學雜費暨各項代收代辦費收取基準應行注意事項】、【新北市高級中等學校向學生收取費用補充規定】、【教育部主管高級中等學校向學生收取費用補充規定修正規定】與【新北市立永平高級中學節約能源具體措施】等辦理本校冷氣使用管理及費用收取，訂定本辦法。

二、目標與計畫：

- (一)建立和維護學校冷氣使用管理秩序，有效發揮冷氣設備設施應有之功能。
- (二)冷氣使用及維護係屬以班級為單位的教學活動與設施，學校應於收費前先以正式書面向家長說明，並經各班家長授權代表參加學校校務會議決議通過，始可收費；調整收費者，亦同。班級教室尚未裝設冷氣，該班級不予收費。
- (三)辦理學校班級冷氣使用永續環境教育。

三、冷氣使用管理原則：

- (一)冷氣的使用係個別班級事務，相關各班級規定應經由班級會議議決後遵守實施。
- (二)學生教室冷氣開啟時間以 09:00 am 到放學時間為原則，溫度須超過 28 度。各班須成立冷氣使用維護小組訂定班級冷氣使用公約，提本校總務處審核後，經全班完成簽署後，經口試通過，始得進行冷氣卡之儲值。若違反冷氣使用公約，經查明輔導勸導無效，第一次禁用 1 天、第二次禁用 3 天、第三次以上一律禁用一週。
- (三)配合電風扇使用，可使室內冷氣分佈較為均勻，略提高設定溫度即可達到相同舒適感，並可降低冷氣機電力消耗；過濾網宜每 2 週清洗 1 次，以利空氣流通，增進效能。

四、冷氣使用及維護費收取標準：

(一)電費：

- 1.基於使用者付費原則，各班使用冷氣收費應以電表所呈現度數核實計算，計算每度收費額度含有【班級教室基本電費】、【流動電費】和【超約附加費用】。
- 2.綜合前項，班級冷氣電費以每度 5 元收費。
- 3.各班冷氣裝設智慧電表與讀卡機，可於每日上午至總務處進行儲值，每次儲值以 1,000 元為原則。

(二)冷氣機維護與汰換費：

- 1.每學期每生收費 200 元。
- 2.低收入戶學生、中低收入戶學生或家庭突遭變故學生倘有繳費困難，經導師家訪認定者，學校得本於收支平衡原則酌減或免收該項費用，並由校內仁愛基金或其他自籌款協助學生繳納。

五、教育宣導與責任：

- (一)全校教職員工同仁皆負有指導和輔導班級學生正確有效使用班級冷氣之責任與義務。
- (二)班級冷氣係屬班級公議事務，非經班級會議同意通過，任課教師不得強迫學生開冷氣。

六、本辦法經校務會議通過後實施，修正時亦同。

新北市立永平高級中學110學年度全校辦公室電話分機一覽表

校長室	200	圖書館(主任)、採編組	250
秘書室	201、203	服務台(一樓)	251
健康中心	202、101	資訊媒體組(二樓)	252
合作社(忠孝樓一樓)	204	創造力中心(三樓)	253
音樂專科教室(忠孝樓五樓)	206	會議室(四樓)	254
電腦教室機房(忠孝樓四樓)	208	演藝廳(五樓)	255
教務處(主任)	210	會議室(六樓)	256
教學組	211	讀服組	257
副組長、幹事	212、219	資訊管理員	258
實驗研究組	213	K書中心(圖書館地下室)	259
註冊組(一)(二)	214、215	人事室(主任)	260
試務組、行政助理	216、218	人事室(組員)	261
設備組、幹事	217	會計室(主任)	270
行政助理、實習老師	610、611	會計室(佐理員)	271
學務處(主任)	220	進修學校(主任)	280
主任教官、生教組	221、224	教導組長	281
訓育組、副組長	222、207	教師會會長	290
衛生組	223	英語課程發展中心	188
社團活動組	225	七年級導師辦公室(忠孝樓二樓)	267、277
教官、生輔員	227、228	八年級導師辦公室(忠孝樓二樓)	268、278
體育組(綜合大樓一樓)	226、289	九年級導師辦公室(中正樓二樓)	269、279
貴賓室(綜合大樓三樓)	327	高一導師辦公室(忠孝樓三樓)	264、274
游泳池	205	高二導師辦公室(和平樓四樓)	265、275
幹事1、幹事2(含家長會)	229、168	高三導師辦公室(和平樓四樓)	266、276
午餐秘書	337	高中專任辦公室(一)(和平樓四樓)	284
總務處(主任)	230	高中專任辦公室(二)(信義樓一樓)	285
事務組、幹事1(維修專線)	232、231	國中專任辦公室(一)(中正樓四樓)	287
出納組	233	國中專任辦公室(二)(忠孝樓一樓)	288
文書組	234	國中生物準備室(忠孝樓五樓)	295
幹事2(含基金會)	235	物理實驗室(和平樓一樓)	296
學校總機和文書收發	236	化學實驗室(和平樓二樓)	297
幹事3	237	生物實驗室(和平樓三樓)	298
輔導處(主任)	240	警衛室	299
輔導組、副組長	241、247	1. 總機 2231-9670 自動跳號	
資料組	242	2. 校安專線聯絡 3233-9456〔教官室〕	
特教組	243、343	3. 校長專線：2922-1572	
國中輔導1	244	4. 合作社專線 2928-0802〔合作社自付〕	
高中專輔、高中特教	248、249	5. 游泳池專線 2921-0014〔游泳池自付〕	
國中專輔	885	6. 轉接：按Cnf/Trn鍵，再撥號。內線：按 Intercom鍵，再撥號。	
國中輔導2、社工師	883、886	7. 內線廣播按 Intercom"#30"	
國中學習中心(1)、高中學習中心(1)	246	8. 無論市話、手機、長途，每通均有5分鐘設限。	
國中學習中心(2)、高中學習中心(2)	349	9. 打手機時一律顯示節費號碼 8979-0315	
國中學習中心(3)、(4)	339	a. Fax: 2927-7499 〔總務處等共用〕	
		b. Fax: 8921-9644〔教務、輔導、秘書室〕	
		c. Fax: 8660-5148〔會計室，可當專線〕	

發行人：沈美華 校長

策 劃：陳彥伶 主任

主 編：隋靜華 副組長、粘景惇老師、曹志豐組長

編輯群：輔導處、教務處、學務處、圖書館、總務處

封 面：陳貞吟 老師

出版日期：中華民國 111 年 2 月