



新北市立文山國中

# 家長日 手冊

幸福文中 夢想學園



113 年 9 月 14 日星期六



新北市新店區文中路 38 號  
(02) 29134300  
<https://www.wsjh.ntpc.edu.tw/>



# 家長日手冊目錄

一、 校長給家長的一封信	.....01
二、 學校資訊	.....02
三、 113學年度第1學期重要活動行事曆	.....04
四、 升學資訊	.....08
五、 本校十二年國教校訂課程	.....12
六、 資訊安全宣導	.....14
七、 學生事務：訓育、生活教育、體育	.....17
八、 學生健康促進	.....23
九、 家庭教育：我和我的孩子	.....25
十、 親子教養優良圖書推薦	.....29
十一、 全國國中學生生涯發展紀錄手冊簡介	.....31
十二、 新北市行動資訊網絡	.....32



歡迎按讚、分享  
參與孩子校園生活





## 校長給家長的一封信

親愛的家長，您好：

時間如白駒過隙，轉眼間迎來充滿希望的新學年，在此謹代表學校全體教職員工，向各位家長表達由衷的感謝和敬意，感謝大家一直以來對學校的支持與信任，也是我們最堅強的後盾。

教育如春風化雨，潤物無聲，在孩子的成長過程中，學校致力於營造一所充滿愛與關懷的教育環境，讓每一位學生都能夠健康成長，快樂學習，我們相信，在親師生共同攜手合作下，才能成就最優質的未來人才。「幸福文中 夢想學園」，我們將秉持著教育初心，致力於提升教學品質，優化學習環境，並加強與家長之間的溝通與合作，教育是一場充滿愛與希望的旅程，讓我們攜手同行，共同為孩子們鋪就一條溫暖而堅實的路。

在此特別感謝許多善心人士及民間團體的贊助與支持，除了挹注弱勢學生的經費補助外，更提供各種軟、硬體設施及相關物資，我們相信所有的付出，都將讓我們的孩子更加幸福！

最後，衷心祝願各位家長身體健康，幸福圓滿，也祝福每一位學生，都能如鷹展翅，搭乘夢想的翅膀，航向碧海藍天，開啟一段幸福的旅程。

謹祝

喜樂豐盈 闔家平安

校長 孫美萍 敬上

113年9月14日



## 學校資訊

- ◇ 新北市 113 年文山分區語文競賽國中組 ◆團體獎第三名◆
- ◇ 新北市 112 學年度中小學科學展覽會 ◆科學展覽傑出表現獎◆  
◆推動科學教育有功獎◆
- ◇ 教育部 112 學年度交通安全教育評鑑績優學校 ◆金安獎◆

- 一、 學校地址：新北市新店區文中路 38 號（近捷運新店站）。
- 二、 學校班級：普通班 22 班、體育班 3 班、集中式特教班 3 班、  
不分類學習中心、數理資優班、補校 3 班。
- 三、 學校願景：正向健康、宏觀卓越、適性學習、勇敢領導。
- 四、 學生圖像：陽光、飛鷹、碧水、獅子。



- 五、 辦學理念：賞識每一個學生，讓每一個學生去體驗成就感，成就更好的自己。
- 六、 學校辦學理念落實之策略
  - （一）營造以人為本的藝術校園願景，增進學生多元學習。
  - （二）落實校園民主專業領導，營造融洽的校園教育氛圍。
  - （三）營造全方位優質的教育情境，建立和諧的友善校園。
  - （四）提昇社區家長參與校務，培育相互關懷的社區情懷。
  - （五）創造學校社區和諧共榮共存互利互生之生命共同體。



生科教室



家政教室



體育館



平板與觸屏



多功能教室



## 新北市立文山國民中學 113 年度校園電話號碼一覽表

總機：2913-4300、2911-0421 傳真機：2918-7853

行政辦公室		分 機	行政辦公室		分 機	行政辦公室		分 機	
校 長 室	主 任	601	總 務 處	主 任	630	藝 享 館		609	
				事 務 組	631	新店分局		2911-1170	
人 事 室 主 任	602	出 納 組		632	碧潭派出所		2911-1665		
會 計 室 主 任	604	文 書 組		633	新店區公所		2911-2281		
		工 友、司 機		634	新店消防隊		2911-7947		
		警 衛 室		635	1	總機 1	2913-4300		
教 務 處	主 任	610		事 務 組 幹 事	639	2	總機 2 (節費器)	2911-0421	
	教 學 組	611		2F 敬業會議室	636	3	總機 3	2911-1672	
	註 冊 組	612		2F 文碧會議室	671	4	總機 4	2913-2167	
教 務 處	課 研 組	613		輔 導 處	主 任	640	5	總機 5	2913-2192
	資 設 組	615	輔 導 組		641	6	總務處專線	2911-9748	
	幹 事	617	資 料 組		642	7	教務處專線	2911-9837	
協 助 行 政	618	專 輔 教 師	645		8	學務處專線	2912-0108		
資 訊 室	619	協 助 行 政	647		9	人事室專線	2912-0104		
圖 書 館	616	特 教 組	646		10	輔導處專線	2913-5453		
學 務 處	主 任	620	特 教 辦 公 室		643、644	11	校長室專線	2914-2467	
	訓 育 組	621	特 教 導 師 室		653	12	會計室專線	2913-7603	
	生 教 組	622	補 校		教 導 組	650	13	資訊組專線	2917-5262
							14	健康中心專線	2913-1700
	體 育 組	623	敬 業	教 師 會 辦 公 室	651	15	補 校 專 線	2913-1304	
	衛 生 組	624		油 印 室	652	16	合作社專線	2918-7769	
	健 康 中 心	625	凌 碧 1 F 專 任 教 師 室	654、655					
	午 餐 秘 書	626	凌 碧 3 F 七 導 教 師 室	656、657					
	角 力 道 館	627	凌 碧 4 F 九 導 教 師 室	660、661					
	幹 事	628	文 碧 3 F 八 導 教 師 室	658、659					



## 113學年度第1學期重要活動行事曆

月	週次	一	二	三	四	五	六	日	重要活動	備註
八月		19	20	21	22	23	24	25	08/22 文山分區語文競賽 08/21-22 新生始業輔導活動	8/25 祖父母節
	一 文中 生活園	26	27	28	29	30	31	1	08/28 急救課程 CPR+AED 08/30 開學典禮【防止詐騙宣導】 08/30{八九}發成績單&補考調查表 08/30 幹部訓練 08/30 資優班開課	
九月	二 多元 社團	2	3	4	5	6	7	8	09/02 九年級晚自習暨課輔開始 09/03 資源班開課 <u>09/03-09/04 九年級第1次模擬考</u> 09/05{九}社團介紹及選課 09/05{七八}社團介紹及選課 09/05 國民體育日活動-跳繩 09/05{九}技藝教育課程行前說明 09/05{九}國際技能競賽國手宣講 09/06 國民體育日活動-跳繩 09/06 校園防制詐騙宣導 09/06 班級書箱借閱(1)	
	三 文中 生活園	9	10	11	12	13	14	15	09/09-13{七}特教入班宣導 09/12{七}健促宣導-視力保健 09/12{八}健促宣導-視力保健 09/12{九}技藝課程(1) 09/14 家長日暨親職教育講座(1)	09/14 家長日
	四 多元 社團	16	17	18	19	20	21	22	09/19{九}技藝課程(2) 09/20 09:21 防災正式演練 9/20 校內美術比賽收件截止 09/21 新北市語文競賽_靜態組 09/22 新北市語文競賽_動態組	09/17 中秋節
	五 文中 生活園	23	24	25	26	27	28	29	09/23 幸福文中學堂開課 09/23{七八}本週得勝者課程開課 09/23-27{八、九}補考(午休) 09/23{八}女生 HPV 疫苗接種 09/24 教師節感恩會 09/26{七}3對3 新生籃球賽 09/26{八}生命教育講座 09/26{九}技藝課程(3) 09/27 班級書箱歸還(1)、 09/27 教室布置截止 09/27 性別平等教育宣導(朝會)	



月	週次	一	二	三	四	五	六	日	重要活動	備註
十月	六 多元 社團	30	1	2	3	4	5	6	09/30 英語日口說大挑戰(1) 09/30 {七八}課後輔導開始 09/30 全年級課後學習扶助開始 09/30-10/04 教室布置評分 09/30-10/04{八}性向測驗(輔導課) 09/30-10/04{九}興趣測驗(輔導課) 10/03{九}技藝課程(4) 10/04 班級書箱借閱(2)	10/10 國慶日
	七 文中 生活圈	7	8	9	10	11	12	13	10/09 全校反毒宣導	
	八 多元 社團	14	15	16	17	18	19	20	<u>10/15-10/16 第1次段考</u> 10/17{九}技藝課程(5) 10/19 文山週末小科學工作坊(1) 10/21 全校流感疫苗接種	
	九 文中 生活圈	21	22	23	24	25	26	27	10/24 中華奧會演講 10/24{七}生命教育講座 10/24{八}學生心衛宣導 10/24{九}技藝課程(6) 10/25 班級書箱歸還(2)	
十一月	十 多元 社團	28	29	30	31	1	2	3	10/28 英語日口說大挑戰(2) 10/31{九}技藝課程(7) 10 月底資優班校外教學 11/01 班級書箱借閱(3) 11/02-10 第5屆臺灣科學節 11/01 新生健康檢查	
	十一 文中 生活圈	4	5	6	7	8	9	10	11/04-08 校內科展報名 11/07{八}英語單字比一比 11/07{七}愛滋病入班宣導 11/07{八}勇士力量對決-拔河 11/07{七}產業參訪(20-30人) 11/07{七}學生心衛宣導 11/07{九}技藝課程(8) 11/08 身心障礙學生潔牙(暫)	
	十二 多元 社團	11	12	13	14	15	16	17	11/11 校內英語文競賽 11/11-13{九}畢冊系列照(暫) 11/13 特教班校外教學(暫) 11/14 模範生交件截止(暫) 11/14{九}技藝課程(9) 11/15 全校新冠疫苗接種(暫) 11/15 親職教育講座(2) 11/16 文山週末小學科學工作坊(2)	
		18	19	20	21	22	23	24	11/18{九}身分證收件(暫)	



月	週次	一	二	三	四	五	六	日	重要活動	備註
	十三 文中 生活圈								11/18-20{九}校外教學 11/21{九}技藝課程(10) 11/21{八}國教署技職教育宣導	
	十四 多元 社團	25	26	27	28	29	30	1	<u>11/28-11/29 第 2 次段考</u> 11/29 班級書箱歸還(3)	
十二月	十五 文中 生活圈	2	3	4	5	6	7	8	12/02-03{八}校外教學 12月初資源班、資優班校外教學 12/05 法律常識及交通安全閱讀 12/05{七}性別平等教育宣導 12/05{九}技藝課程(11) 12/05-22 112 學年度國中籃球聯賽 乙級(新北市)縣市預賽(暫) 12/06 校模範生代表自我介紹發表 12/06 班級書箱借閱(4) 12/07{九}薪火相傳(暫)	
	十六 多元 社團	9	10	11	12	13	14	15	12/09 英語日口說大挑戰(3) 12/09-13 校模範生代表競選 12/09-13 融合教育愛心小天使活動 12/12{九}技藝課程(12) 12/13 {九}升學祈福許願活動 12/13 親職教育講座(3) 12/14 文山週末小學科學工作坊(3)	
	十七 文中 生活圈	16	17	18	19	20	21	22	12/19{八}社區高級中等學校專業 群科參訪(下午) <u>12/19-12/20{九}第 2 次模擬考</u>	
	十八 多元 社團	23	24	25	26	27	28	29	12/23-27 校園小藝人週 12/24-12/27 作業抽查(午休) 12/23-27 校園小藝人週 12/24 畢業紀念冊第 1 次校稿(暫) 12/25 校模範生代表選舉投票 12/26{九}技藝課程(13) 12/27 班級書箱歸還(4) 12/27 幸福學堂課程結束	
一月	十九 文中 生活圈	30	31	1	2	3	4	5	12/30 英語日口說大挑戰(4) 01/01 開國紀念日放假 1 日 01/02{八}校內英語歌曲演唱競賽 01/02{九}技藝課程(14)	1/1 元旦
	二十 多元 社團	6	7	8	9	10	11	12	01/06 繳交科展作品說明書 01/09{九}技藝課程(15) 01/10{七八}課後輔導結束 01/10 全年級學習扶助課程結束 01/11 文山週末小學科學工作坊(4)	





月	週次	一	二	三	四	五	六	日	重要活動	備註
	二一 文中生活圈	13	14	15	16	17	18	19	01/16{九}課後輔導及晚自習結束 01/16-01/17 第3次段考	
	寒假	20	21	22	23	24	25	26	01/20 休業式 01/21 寒假開始 01/24 資優班臺灣國際科展參訪	
二月	寒假	27	28	29	30	31	1	2	01/27 春節調整放假	
	寒假	3	4	5	6	7	8	9		
	寒假	10	11	12	13	14	15	16	02/11 開學	



籃球比賽



角力比賽



全國科學展覽會



語文競賽



國民體育日



技能競賽國手校園講座



## 升學資訊

### 一、文山國中 113 年國中教育會考優異表現

**狂賀!** 文山國中113年會考  
成績表現亮眼!!

**黃品鈞同學 5A++**  
前三志願10位，  
建中5位(含科學班3位)，北一女1位

與四次模擬考相比，我們...

- ✓ 30分以上 → 10位(佔5.8%)
- ✓ 5A以上 → 將近10%
- ✓ 數學科 → 完美減C

資優班確認錄取高中科學班與數理資優班達40%!

文山國中全體教職員同賀

### 二、國中畢業標準

國民小學及國民中學學生學習評量辦法（113年4月24日教育部臺教授國部字第 113550095 5A 號令）規定，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。

**學習** 八領域（語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育）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。

**出席** 學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪、病假及直轄市、縣（市）主管機關規範之假別，上課總出席率至少達三分之二以上。

**獎懲** 經獎懲抵銷後，未滿三大過。

### 三、114 年國中教育會考預計日程

第一日：114 年 5 月 17 日（六）		第二日：114 年 5 月 18 日（日）	
⌚08:20- 08:30	考試說明 10 分	⌚08:20- 08:30	考試說明 10 分
⌚08:30-⌚09:40	社 會 70 分	⌚08:30-⌚09:40	自 然 70 分
09:40- 10:20	休息 40 分	09:40- 10:20	休息 40 分
⌚10:20- 10:30	考試說明 10 分	⌚10:20- 10:30	考試說明 10 分
⌚10:30-⌚11:50	數 學 80 分	⌚10:30-⌚11:30	英語（閱讀）60 分
11:50- 13:40	午休 110 分	11:30- 12:00	休息 30 分
⌚13:40- 13:50	考試說明 10 分	⌚12:00- 12:05	考試說明 5 分
⌚13:50-⌚15:00	國 文 70 分	⌚12:05-⌚12:30	英語（聽力）25 分
15:00- 15:40	休息 40 分		
⌚15:40- 15:50	考試說明 10 分		
⌚15:50-⌚16:40	寫作測驗 50 分		

註：⌚表示鐘響。本表若與各考區試務會正式發行之 114 年教育會考簡章內容不符，概以簡章為準。相關資訊可上網搜尋「114 年國中教育會考問與答」。





類別	上限	項目	積分換算								說明
志願序	36分	—	36分：第 1-5 志願 35分：第 6-10 志願 34分：第 11-15 志願 33分：第 16-20 志願 32分：第 21-30 志願								1. 國中應給予學生適性輔導，學生參考國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. 同校、兩個以上科別連續選填，則視為同一志願。
多元學習表現	36分	均衡學習 24分	6分：符合 1 個領域 0分：未符合								健體、藝術、綜合、科技四領域前五學期平均成績及格者。
		服務學習 12分	4分：每學期服務滿 6 小時以上								1. 由國民中學學校認證。 2. 採計期間為七年級上學期至九年級上學期，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。
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 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										



- 國中教育會考 <https://cap.rcpet.edu.tw/>



- 新北市十二年國民基本教育資訊網 <https://se.ntpc.edu.tw/12basic>



- 新北市身心障礙學生適性輔導安置網

<https://seapc.ntpc.edu.tw/Pro/Center/Default.aspx>





## 本校十二年國教校訂課程

- 一、 七年級：閱讀大觀園 1 節、英悅繪 1 節、認識家園 1 節、文中生活圈 1 節、多元社團 1 節。
- 二、 八年級：英樂會 1 節、數學寫作 1 節、時光隧道 1 節、文中生活圈 1 節、多元社團 1 節。
- 三、 九年級：英閱匯 1 節、科普閱讀力 1 節、公民視界 1 節、學術社團 1 節、多元社團 2 節。

## 教務處 113 學年課後學習輔導及夜自習安排

- 一、 九年級課後學習輔導：目標為協助九年級能掌握考試前的各科重點，於會考中有良好表現。
- 二、 九年級夜自習：期望能夠將白天上課所學，透過內化後，於晚間自習時間，透過教務處與家長的相互支持配合管理，獲得更新的學習效果。
- 三、 七、八、九年級課後學習扶助：放學課後適性教學，提高學生國文、英語、數學基礎學科之學力，確保學生學習品質。



## 112 學年度學藝活動：多元展能、文中榮耀

### 一、語文領域：文山小墨客

♥ 112 年全國語文競賽：黃品堯／閩南語字音字形特優

♥ 113 年文山分區語文競賽：「團體精進獎」第一名、「團體獎」第三名

吳柏翰／寫字第一名（市賽）；洪子諒／國語朗讀第二名（市賽）

鄭竣文／客語朗讀第三名；李品臻／國語字音字形第三名

吳家羽／作文第三名

### 二、語文領域：文山說唱家

♥ 112 年新北市本土語言影音創意說唱站（讚）」

國中組 【客家語】 優等（第二名）

潘涵憶、潘冠儒、施苙韋、黃柔慈、羅于涵、林彤聿、邱俊諺、陳珮臻

♥ 112 年新住民語文競賽「說出活力新世代」

張永妍／說故事競賽入選

### 三、自然領域：文中探究家

♥ 2024 年科學探究競賽：莊宇安、陳宣祐、洪子諒／入選

### 四、藝術領域：文山小文青

♥ 112 年新北市東區學生美術競賽

吳柏翰／書法類第三名；黃品堯／漫畫類第三名

### 五、數學領域：文山小學者

♥ 112 年學生科學研究獎助計畫

顏廷翰、黃品鈞、莊琄、藍翊庭／數學科最佳研究獎

♥ 2024 年臺灣國際科學展覽會：顏廷翰、黃品鈞／數學科四等獎

♥ 中華民國第 64 屆全國中小學科學展覽會：

李昫諺、楊皓宇、馬昇勳／數學科佳作；葉芮甄、黃柔慈／數學科佳作



## 資訊安全宣導

### 一、學生篇

(一) 教育部「全民資安素養網」網站 <https://isafe.moe.edu.tw/>

(二) 臺北市科技教育網資訊素養與倫理專區

<https://techpro.tp.edu.tw/manager/cms/taipei-edu/consulting.html>

### 二、家長篇

「iWIN 網路內容防護機構」(<https://i.win.org.tw/>)，其中內含依據兒童及少年福利與權益保障法第 46 條規定，受理申訴有害兒少身心發展之網際網路內容。

為使學生在家亦能安全上網，避免瀏覽不適宜資訊，教育部開發「網路守護天使 3.0」，可鼓勵家長自行於網路守護天使推廣網站免費下載使用。該軟體針對個人電腦、智慧型手機及平板電腦使用者，提供不適宜瀏覽資訊過濾防制服務，並有網路使用停歇及停止上網時段設定功能。相關軟體支援與使用方式可參閱「網路守護天使 3.0」官方網站

(<https://nga.moe.edu.tw>) 說明，或洽諮詢電話：(02) 23783666

(一) 一聽：傾聽孩子的需求。

(二) 二規：對孩子上網作規範。

(三) 三動動：每使用 30 分鐘 3C 產品，就要活 10 分鐘。

(四) 四感：培養子女的歸屬感、愉悅感、成就感及意義感之高四感生活。

(五) 五慣：五種網路使用的好習慣：

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；每天先做完功課再上網。

地：睡覺時手機不放床邊。

物：使用適合年齡遊戲。

(六) 六讚讚：多稱讚孩子合理使用網路的行為。





2022 | 2025 推動中小學數位學習精進方案 **班班有網路 生生用平板**

**數位學習 引領前行**

生生用平板 您知道多少?

**新北校園通APP!**

幫孩子請假 查看課表 成績查詢 學雜費繳交 了解學生健康情形

成績單送到家 註冊簡單 功能多 顛覆想像 快下載

2022 | 2025 對象1-12年級

1 數位內容充實計畫 2 行動載具與網路提升計畫 3 教育大數據分析計畫

教材更生動 書包更輕鬆 教學更多元

城鄉都可用 學習更有效

數位素養 遊戲式評量

新北星聯盟 數位星球

【新北星聯盟】

1. 透過遊戲化學習，使學生獲得正確之科技資訊與媒體知識。
2. 將數位素養相關資源整併於遊戲平臺網頁，如漫畫、海報等。

攜手一起打造 科技學習樂園

新北市親師生平台 一個帳號 使用數百項學習資源

新北校園通APP QR Code

Download on the App Store | Get it on the Google Play

新北市政府 教育局



## 學生事務：訓育活動

### 一、服務學習時數說明

(一) 採計期程：七年級上學期至九年級上學期，連續 5 學期選 3 學期，每學期完成 6 小時，可得 4 分，上限 12 分。

(二) 服務學習時數認證與登錄

1、學校服務學習：先以紙本認證條認證時數，期末由導師統一輸入校務行政系統。

2、校外服務時數需於一週前至訓育組填寫校外服務時數申請單。

### 二、學務處重大活動行事曆

(一) 113 年 8 月 21、22 日 新生始業輔導

(二) 113 年 11 月 18 至 20 日 九年級校外教學（畢業旅行）

(三) 113 年 12 月 2 至 3 日 八年級校外教學（隔宿露營）

### 三、藝文性社團上課時間

醒獅團	打擊樂團	山嵐管樂團
		正式團：週二、週四
隔週四社團時間	隔週四社團時間	16：20-18：15
第 6、7 節	第 6、7 節	預備團：週四、週五
		16：20-18：15



## 學生事務：生活教育

### 一、友善校園議題融入課程、宣導及活動

- (一) 教育部反霸凌專線電話 1953
- (二) 防制學生藥物濫用：教育部防制學生藥物濫用資源網
- (三) 防制校園詐騙：教育部詐騙防制專區



### 二、學生請假規定

- (一) 公、事、喪假：須於事前完成請假手續。
- (二) 病假：事後 3 日內完成請假手續。
- (三) COVID-19 篩檢陽性輕症或無症狀者：假別回歸學校請假規定辦理。
- (四) COVID 19 篩檢陽性中重症者：依隔離治療通知書所載日期核給「防疫隔離假」日數，不列入出缺席紀錄，亦不會因此扣減其學校評量成績。
- (五) 其餘請參閱學生手冊。



三、 行動載具管理：學生攜帶行動載具（含手機）到校均需填寫申請單，並統一保管至放學領取。

四、 獎懲辦法：詳見學生手冊。

五、 學生通勤路線宣導

(一) 家長開車接送上下學

- 1、 家長接送區建議路線如下圖。
- 2、 請勿在校門口進行迴轉。
- 3、 請勿讓學生從靠近馬路側下車。



(二) 學生徒步上下學

- 1、 請勿邊走邊使用手機。
- 2、 文中十字路口要走枕木紋行人穿越道線、斑馬線不要斜著穿越路口。
- 3、 即便交通號誌顯示綠燈時仍需要注意左右轉之車輛。
- 4、 勿因趕上學或趕公車就奔跑越過枕木紋行人穿越道線、斑馬線。



## 學生事務：體育活動

### 一、本學期重大體育活動行事曆

- (一) 113 年 9 月 5、6 日國民體育日跳繩
- (二) 113 年 9 月 26 日七年級 3 對 3 籃球比賽
- (三) 113 年 11 月 7 日八年級拔河比賽

### 二、113 學年度第 1 學期各團隊大型賽事行事曆

月份	角力	籃球	羽球
113 年 9 月	9/25-9/28 總統盃全國角力錦 標賽		9/16-21 台北市中正盃羽球 錦標賽
113 年 10 月		10/02-11 全國中正盃大學暨 中學籃球賽 10/27-10/31 113 年全國第 16 屆 風城盃籃球錦標賽	10/10-19 全國國中盃羽球 錦標賽(暫) 10/17-20 全國羽球區域性 對抗錦標賽(暫)
113 年 11 月	11/13-11/16 全國中等學校角力 錦標賽		
113 年 12 月		12/5-22 國中籃球聯賽乙級 (新北市)縣市預賽 (暫)	12/27-29 新北市中等學校 運動會(羽球)
114 年 1 月	114/01/06-07 小學角力錦標賽(暫) 114/01/08-09 新北市中等學校 運動會(角力)(暫)		
114 年 2 月			114/02/22-28 臺北市青年盃羽球 錦標賽(暫)



### 三、體育賽事榮譽榜

#### (一) 113 年新北市菁英盃角力錦標賽 (10 金 6 銀 3 銅)

##### 【金牌】

908 張芷萱／國女組自由式第三級第一名

808 黃凱莘／國女組自由式第一級第一名

908 張唯／國男組希羅式第九級第一名

808 張哲翌／國男組希羅式第三級第一名

808 陳永仁／國男組自由式第三級第一名

709 陳柏元／國男組希羅式第八級第一名

709 蔡昊廷／國男組希羅式第七級第一名

709 劉柏輝／國男組希羅式第四級第一名

709 杜昀學／國男組希羅式第三級第一名

709 杜昕學／國男組希羅式第二級第一名

##### 【銀牌】

908 邱紫綾／國女組自由式第七級第二名

808 高裕翔／國男組希羅式第九級第二名

908 葉家睿／國男組希羅式第七級第二名

808 林哲里／國男組希羅式第四級第二名

709 劉學瑜／國男組希羅式第一級第二名

709 羅昱安／國男組希羅式第二級第二名

##### 【銅牌】

808 謝卉妍／國女組自由式第五級第三名

908 高碩辰／國男組希羅式第八級第三名

808 林楷棋／國男組希羅式第七級第三名



(二) 113 年桃園是蘆警盃羽球錦標賽 (1 銅)

【銅牌】

807 周子亘 / 國女單打第三名

(三) 113 年新北市中促會籃球聯盟邀請賽殿軍

國中男子組：707 廖御翔、709 陳子騰、802 黃義翔、808 楊皓羽、  
蕭瑞展、孫永壬、史唐書奕、李昊宸、901 莊宇安、  
903 廖育賢、楊浚銘、904 洪子捷、905 林瀚森、鄭宇

(四) 113 年新北市三重義天宮媽祖盃錦標賽季軍

國中男子組：808 楊皓羽、蕭瑞展、孫永壬、史唐書奕、李昊宸、  
901 莊宇安、903 廖育賢、楊浚銘、904 洪子捷、905  
林瀚森、鄭宇亨、908 徐紹恩、史唐書成、林冠霆

四、體育類課後社團上課時間

角力隊	籃球隊	羽球隊
	星期一、三	星期一 16:00-18:00
星期一、二、三、五	16:00-18:30	星期二 17:00-19:00
16:00-17:00	星期二、五	星期三 16:00-18:00
	16:00-18:00	星期五 16:00-18:00





# 健康促進活動

維持良好體位全校目標

## (保我210)

- 8** 睡滿8小時
- 5** 天天五蔬果
- 2** 四電少於二 用活動60分鐘  
取代久坐
- 1** 天天運動30分
- 0** 喝足白開水 拒絕垃圾食物

### 多戶外活動 遠離惡視力

30/10

避免長時間近距離用眼  
30分鐘須休息10分鐘  
未滿2歲避免看螢幕，  
2歲以上每日不要超過1小時。

孩童近視若無適當控管度數，容易變成高度近視  
(>600度)可能引發：白內障、青光眼、視網膜剝離、  
黃斑裂孔、黃斑出血及黃斑退化等併發症，進而導致失明。

#### 打擊惡視力 護眼行動6招

**第1招：**  
眼睛休息不忘記；  
每日戶外活動  
2-3小時以上。



**第2招：**  
未滿2歲避免看螢幕  
2歲以上每日不要超  
過1小時。



**第3招：**  
正確閱讀習慣要養成；  
用眼30分鐘，休息10  
分鐘，看書保持35-  
40公分距離。



**第4招：**  
讀書環境要注意；  
讀書光線要充足。



**第5招：**  
均衡飲食要做到  
天天五蔬果



**第6招：**  
定期檢查要知道；  
每年固定1-2次  
檢查視力。



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



## 學生健康檢查及疫苗注射

- 一、 113 年 11 月 1 日七年級新生健康檢查。
- 二、 各項疫苗接種時程：
  - (一) 113 年 9 月 23 日八年級女生 HPV 疫苗接種。
  - (二) 113 年 10 月 21 日全校流感疫苗接種。
  - (三) 113 年 11 月 15 日（預計）全校新冠疫苗接種。



# 家庭教育：我和我的孩子



**孩子發展**

我的孩子比較容易激動，該怎麼辦？

家長與孩子互動時，  
應學習「體諒」與「容忍」，  
是幫助孩子度過情緒波動最好的方式。

掃我·小妙方！




## 家長成長




### 孩子長大了，還需要我的陪伴嗎？

孩子再大都會需要家長的陪伴，陪伴就是愛孩子的表現。


青少年在成長過程，家長應學習信任與放手，鼓勵孩子獨立自主，但適度地陪伴仍是非常重要的。



掃我！小妙方！


## 家長成長




### 我不能接受孩子認同的性別與性傾向，該怎麼辦？

性別平等教育涵蓋了認識及尊重不同性別、性別特徵、性別特質、性別認同及性傾向，這些是現代公民所需學習的重要課題。


目前公部門網站有提供該相關資訊，包含戶政、社福、醫療及親職等，家長可以多加利用。此外，除了上述公部門資源外，也有民間的資源提供家長使用，如家長諮詢專線、家長支持團體以及家長個別諮詢會談等等。



掃我！小妙方！




## 家長成長



### 孩子的功課表現一直不如我的期望，該怎麼辦？

當孩子長期的功課表現不如家長預期時，孩子會察覺到家長失望的情緒，可能會責備自己。

家長應在乎的是孩子在學習過程中的「成長」，而不是「成果」，給予孩子符合其特質的期待，孩子才能有信心探索各種可能的未來。



掃我！小妙方！




## 親子互動

**我無法相信孩子，該怎麼辦？**

想要管理自己的生活是孩子逐漸成熟的表現，家長應該協助孩子提升自我管理生活的能力與信心，而不是質疑孩子為什麼要挑戰家長。家長可以好好聽，孩子才會安心說。





## 親子互動

**我的孩子亂花錢，該怎麼辦？**

不要怕和孩子談錢，具備足夠的財務觀念，未來才能面對經濟瞬息萬變的世界。 — 曾志明。

家長可以利用線上資源，如「金融監督管理委員會 - 金融智慧網」，增進財務規劃知能。





## 社會影響

**我不喜歡孩子的朋友，該怎麼辦？**

青少年將生活重心從家庭轉向同儕，是正常的現象，家長應多尊重孩子交友的需求，耐心關心與引導。

青少年透過朋友可了解自己的獨特感，並獲得社會中的角色與地位，家長應抱持開放的心，接納孩子選擇的朋友。






## 社會影響



### 如何和孩子討論適當地使用3C產品？

當孩子進入青少年階段後，因網路隱匿性高，家長很難參與他的網路世界，網路世界並非只有陷阱與危機，也有許多有益的訊息及學習資源，家長與孩子可以共同探索網路世界，並藉此了解親子彼此的喜好，增進親子關係。



掃我·小妙方



## 國中-升學諮詢管道

### 113學年度十二年國教適性入學主要入學管道

連結網址:

<https://shs.k12ea.gov.tw/site/adapt-k12ea/category?root=230&cid=230&oid=2769>



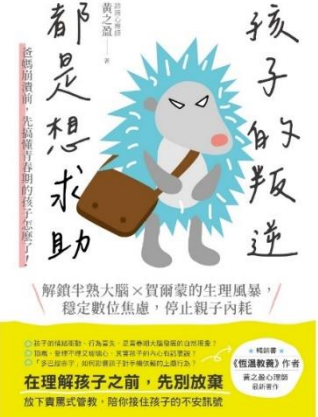
手冊內容完整版

參考資料：

我和我的孩子~一本給家長的手冊青少年篇  
(教育部家庭教育資源網)



## 親子教養優良圖書推薦

書名	簡介
	<p>作者：陳品皓            出版社：禾禾文化            出版日期：2022/7/27</p> <p>孩子的情緒常像一場暴風雨，說來就來，一不小心就席捲了整間教室或家庭。當我們想要解決問題時，方法卻又常常不奏效，反而讓孩子更歇斯底里，和大人更加對立。當孩子的情緒被點燃時，大人如何切斷反應的連結，為親子創造一個緩衝空間；並且不被孩子的暴衝、挑釁，甚或是攻擊打倒，陪伴孩子一同走過這場情緒風暴。</p>
	<p>作者：黃之盈            出版社：禾禾文化            出版日期：2023/08/07</p> <p>一上國中，孩子動不動就頂嘴、愛理不理又玻璃心，他的叛逆背後其實有話要說？網路與現實交錯的人際糾結，為什麼孩子寧願發 IG 限動也不跟你互動？這本書分享要先看懂孩子發出的訊號，爸媽才能穩定應對！</p>
	<p>作者：洛洛老師            出版社：聯經出版公司            出版日期：2023/07/13</p> <p>如果你有即將讀國中，或是正在讀國中的孩子，你腦中想得問題，大概都有解答。作者洛洛老師本身是國中老師，所以書中的方法都非常具體可行。家有國中生，可以參考這本最強父母求生指南，父母先求生，才能救孩子。</p>



## 諮商訪談機構與服務電話

機構名稱	服務項目	連絡電話
行政院衛福部安心專線	自殺防治電話諮 24 小時免付費	0800-788-995
內政部福利諮詢專線	弱勢家庭、急難救助、經濟杼困	直撥 1957
國際生命線	24 小時電話協談	直撥 1995
財團法人張老師基金會	週一至週六 9:00-21:30	直撥 1980
新北市家庭教育諮詢	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，歡迎電話諮詢。	(02)412-8185
財團法人基督教宇宙光 全人關懷機構	週一至週五 9:00-21:00 週六 9:00-18:00	(02)2369-2696
台北市佛教觀音線	心理協談服務 週一至週五 14:00-17:00;19:00-21:00	(02)2768-7733
社團法人中華民國 肯愛社會服務協會	憂鬱症病友支持團體 電話輔導關懷	(02)6617-1885
全國 24 小時保護服務 專線	保護諮詢服務	直撥 113
新北市新住民家庭服務 中心	個案扶助及各項方案服務	0800-250-880
內政部外籍配偶保護諮 詢專線	電話線上緊急求援或諮詢服務	0800-088-885
新北法扶專線	提供法律諮詢	(02)2973-7778





# 全國國中學生生涯發展紀錄手冊簡介



教育部  
MINISTRY OF EDUCATION

適用入學年度  
(113學年度)

★學生個人資料，請妥善保管，並遵守保密原則



## 國中學生生涯 發展紀錄手冊

學校名稱：\_\_\_\_\_縣（市）立\_\_\_\_\_國民中學  
國（私）立\_\_\_\_\_

學生姓名：\_\_\_\_\_

學期別	一-1	一-2	二-1	二-2	三-1	三-2
審閱核章						
審閱日期						
備註	<input type="checkbox"/> 年 月 日由 國中(班)轉入 <input type="checkbox"/> 年 月 日由 國中(班)轉入 <input type="checkbox"/> 其他：					

班級座號	轉學(轉班)註記	異動後班級座號
一年 班 號	<input type="checkbox"/> 年 月 日由 國中(班)轉入 <input type="checkbox"/> 無異動	一年 班 號
二年 班 號	<input type="checkbox"/> 年 月 日由 國中(班)轉入 <input type="checkbox"/> 無異動	二年 班 號
三年 班 號	<input type="checkbox"/> 年 月 日由 國中(班)轉入 <input type="checkbox"/> 無異動	三年 班 號

1. 本紀錄手冊平時建議由學校相關處室統一保存。發還學生填寫時，請提醒學生妥善保管，以免因遺失造成資料闕漏，影響後續生涯輔導之進行。  
2. 學生離校(畢業或轉學等)時，手冊發還本人。部分資料若學校相關處室需留存，請依相關法規辦理。

## 目 錄

項目	分項目	頁碼	填寫人	建議填寫時間
一、我的成長故事	(一)自我認識	1-2	學生	每年 9 月，依年級別填寫
	(二)職業與我	3	學生	
二、各項心理測驗	(一)性向測驗	4	學生	測驗實施後填寫
	(二)興趣測驗	5	學生	測驗實施後填寫
	(三)其他測驗	6	學生	測驗實施後填寫
三、學習成果及特殊表現	(一)我的學習表現	7-10	學生	1. 領域學習成績於每年 9 月、翌年 3 月(或可配合成績單發放時間)，依學期別填寫 2. 國中教育會考或模擬考、體適能檢測於實施後浮貼成績證明影本
	(二)我的經歷(幹部、社團)	11	學生	
	(三)參與各項競賽成果	12	學生	每年 9 月、翌年 3 月，依學期別填寫
	(四)行為表現獎勵紀錄	13	學生	
	(五)服務學習紀錄	14	學生	
	(六)生涯試探活動紀錄	15-16	學生	
四、生涯統整面觀		17-20	學生	國三(九)年級第 2 學期初(約 3 月)
五、生涯發展規劃書		21-22	學生 家長 導師 輔導教師	國三(九)年級第 2 學期(免試入學及特色招生前)
六、學生生涯發展歷程相關紀錄	(一)學生生涯發展觀察紀錄	23	導師 輔導教師	進行學生生涯諮詢、觀察或建議後，適時填寫
	(二)生涯諮詢紀錄	24	學生	每年 9 月、翌年 3 月，依學期別填寫
七、家長的話		25	家長	每年 5-6 月，依年級別填寫。家長參與簽章後，統一保管
附錄一	國中技藝教育職群與相關性向測驗、興趣測驗之對應分析結果	26-28		
附錄二	群科歸屬表(113 學年度適用)	29		
附錄三	體適能單項檢測成績門檻標準(配合 p. 9 使用)	30		

### 給國中生的話

這本生涯發展紀錄手冊主要在協助同學記錄個人生涯規劃所需的相關資料，以利在國三(九)年級做升學進路選擇時，有較完整、系統的資訊可供參考。

要如何選擇最適合自己的生涯進路？學校各領域的學習、各項社團活動及相關心理測驗等，都可以幫助同學們了解自己的人格特質、專長、興趣等。學校辦理的生涯發展教育課程及活動、生涯檔案資料等，也可以協助您透過體驗、探索來認識自己，以及了解高級中等學校(普通型、技術型、綜合型、單科型)及五專的學校特色，請思考您所做的性向、興趣測驗結果為何？是屬於學術導向？或是比較適合就讀哪種專業群科？

每一次填寫手冊時，希望您都能以認真的態度，審慎思考並完成相關資料，這樣才能建置正確、完整的資訊，讓學校老師及家長充分了解您的個人特質、進路需求及個人內外資源與限制，將各種影響生涯決策的因素納入考量，透過討論、評估，幫助您規劃出一個適合自己的生涯目標。

### 給家長的話

從孩子一落地，每位家長就投入了無數的心力，提供大量的教育資源，希望孩子健康成長、快樂學習，並能選擇最適合的發展方向，逐步實現自己的理想。為此，學校協助學生建置這本生涯發展紀錄手冊，希望彙集個人生涯規劃、進路選擇所需的資料，透過友善的輔導歷程，與家長一起展望孩子的未來，幫助孩子找到人生方向，並希望每個孩子都能擇其所愛、樂其所擇，悠遊於符合自己性向與興趣的天地中，盡情展現現才，發揮光熱，成為各行各業的翹楚。

從許多研究及實例驗證，如果孩子可以清楚自己的興趣及能力，並且設定好未來發展的目標，就較能心無旁騖、不畏艱難、堅定的朝目標前進。因為所做的是個人所愛，所以能完全投入、充滿熱情與活力；又因為有理想、有目標，所以願意堅持到底，其成就何以限量！

在強調適性揚才、多元發展的時代，我們相信每個孩子都有個人揮灑的天地。如何協助孩子發揮優勢能力並規劃生涯方向，是學校與家長共同的課題。建議您參考這本手冊的各項紀錄，找時間跟孩子聊聊、聽聽孩子的想法，必要時可與學校老師一起討論，以協助孩子在生涯洪流中，找到適合的航道，讓他們帶著滿滿的祝福，張帆遠颺，過著幸福、美滿、充實又有意義的人生！



## 新北行動資訊網絡

- 一、 如何下載？手機 APP 商店搜尋【新北校園通】點擊下載。
- 二、 家長簡訊註冊：選擇子女學區→選擇就讀學校→雙重資料驗證→註冊成功。
- 三、 新增子女：左上角三條線→設定→新增子女。





## 校園通APP 「電子成績單」 手機就能方便下載

**首創**

**新北校園通APP 成績單送到家**

方便安心：  
7/3(7/3)起，新北區中小學家長下載成績單。

簡便並行：  
紙本成績單上學後再領取，  
下載後iPad、7/3-8/7下載，參加「註冊接PK」活動。

註冊簡單，功能多，  
離帶想像，快下載！

開始使用APP之後，您可以：  
● 接收成績單 ● 查詢課表 ● 查詢及修 ● 查詢校務

「新北校園通」APP 還有更多功能！

成績查詢

110學年度第2學期成績單下載

平時成績 | 定期成績/學期成績

- 109學年 第2學期
- 定期一成績
- 定期二成績
- 定期三成績
- 學期成績
- 109學年 第1學期
- 學期成績
- 108學年 第2學期
- 學期成績
- 108學年 第1學期
- 學期成績

## 校園通APP 「上課YO」 出缺席數位請假點名

**獨家**

**學生請假**

**教師核假**

**教師點名**

**學校管理**

## 校園通APP 「教育放送臺」 訊息即時推播 不漏接

**教育局** → 政策決定 突發因應

**學校** → 緊急通知 即時聯繫

**家長** → 立即掌握 馬上應變



## 親師生平臺 教學無障礙

新北市親師生平台

- #單一簽入，方便師生使用
- #介接平臺學習資源多達130項
- #面面俱到，兼顧親師生需求






## 班班有網路，生生用平板

- 平板及充電車**  
(載具配發到校，生生皆有平板可用)
- 建設校園無線網路**  
(每校均有2G線路，可提供2,000臺平板同時上網)
- 充實數位內容與教學軟體**  
(採購資源介接親師生平臺，多元類型提供師生自由運用)

- 培訓教師用數位科技進行教學**  
(已有21,968名教師 [占全市教師比例88%] 完成智慧學習初階認證)
- 藉由大數據分析適性教學**  
(透過大數據輔助推動數位學習，全市252間學校達成4小時/月學習成效。)



## 數位素養遊戲式評量【新北星聯盟】





1. 透過遊戲化學習，使學生獲得正確之科技資訊與媒體知識。
2. 將數位素養相關資源整併於遊戲平臺網頁，如漫畫、海報等。



◆ 親愛的家長您好 

邀請您加入「**新北市教育局行動資訊網絡**」  
不管是防疫最新措施或是各項教育大小新知  
都可以第一時間及時送到您手中喔



◆ 新北市教育局官方粉絲專頁，最接地氣第一好評教育粉專 ◆  
教育政策、學校特色、教養新知、活動資訊包羅萬象，  
學習新知不無聊，趕快加入粉專與我們互動聊天，  
學Bar粉絲才有的專屬優惠好康唷。



◆ 新北市教育局會員專屬資訊頻道。 ◆  
各項官方防疫政策、颱風消息無時差，第一手馬上傳遞到家長手中，每日提供教育局與學校最新大小事，只有加入會員才能收到。



◆ 新北校園全方位應用程式 ◆  
家長可以透過APP收到學校活動推播、師生動態，了解孩子的閱讀分析、成績表現，帶著孩子積點兌換獎品，一起親子共學唷。



貼心服務陸續推出中  
敬請期待ㄟ~

