



新北市立文山國民中學

111 學年度第 2 學期

家長日手冊



## 目錄

一、	校長給家長的一封信.....	3
二、	111-2 重要活動行事曆 .....	4
三、	教務工作	
	(一)升學資訊.....	7
	(二)國中教育會考免試入學參考落點：高中篇.....	10
	(三)國中教育會考免試入學參考落點：高職篇.....	15
	(四)國中教育會考免試入學參考落點：五專篇.....	17
	(五)學校活動與聯繫資訊.....	18
四、	學務工作	
	(一)服務學習時數說明.....	19
	(二)生活教育.....	19
	(三)友善校園議題宣導.....	20
	(四)健康促進宣導.....	21
	(五)多元展能 文中榮耀.....	23
	(六)特色社團.....	24
五、	輔導工作	
	(一)親子文章分享：有時候,你也可以不必做個「好父母」.....	25
	(二)WS 文中悄悄說 Line 官方帳號 .....	27
	(三)親職講座訊息.....	27
	(四)一起成為珍愛生命守門人.....	28
	(五)善用 5W 思考法 當個聰明小偵探.....	29
	(六)親師合作 陪伴孩子築夢.....	30
	(七)新北市家庭教育中心-好康補給站.....	31
	(八)訪談機構與服務電話.....	33

## 校長給家長的一封信



親愛的家長，您好：

經過一個寒假，我們的孩子是不是又更成熟了呢？

每位孩子都是獨一無二的，我們鼓勵孩子們做夢，但我們更期待孩子們勇於追夢，一步一步走、築夢踏實，只要孩子們不顧一切努力，孩子的夢想就沒有極限，只要他還未放棄，夢想就在此刻起！讓我們一起陪著孩子一點一點的進步，找到屬於自己的舞台、圓自己的夢想！

我們期待著孩子們的表現、鼓勵孩子勇於挑戰自己，在這過程中，我們需要您的支持與鼓勵，更感謝許多善心人士及團體的贊助與支持，因為我們相信，所有的付出都可以讓我們的孩子更幸福！

面對 Covid-19 肺炎疫情，我們仍不可輕忽，勤洗手、戴口罩、額溫量測、常態性的環境消毒等防疫措施已成為我們的日常習慣，本校會隨時更新及修正各項措施，配合中央防疫工作執行，並同步公佈於本校校網防疫專區中，敬請各位家長隨時關注本校防疫動態，感謝所有家長與學校共同配合，一同關心我們的孩子。

謹祝

諸事順遂 闔家平安

校長 黃美娟敬上 112.2.24

## 新北市立文山國中 111 學年度第 2 學期重要活動行事曆

月份	週次	星期							重要活動	備註
		一	二	三	四	五	六	日		
二月	一 文中生活園	13	14	15	16	17	18	19	02/13 發上學期成績單與補考調查表 02/13{九}課後輔導開始 02/13 友善校園週教育宣導 02/16{九}社團介紹及選課 02/16-03/01 高中科學班報名(自行報名) 02/16{九}適性入學宣導-學生、導師場 02/16{九}技藝課程行前說明會	02/18 補班補課(補 02/27)
	二 多元社團	20	21	22	23	24	25	26	02/21 校內科展複審(自然、科技) <b>02/21-22{九}第3次複習考</b> 02/23{七八}多元社團介紹、選課及上課 02/23{九}新北市職科特招專業群科校內報名 02/24 前{九}完成服務時數及均衡學習積分校對 02/24 家長日(含適性入學宣導一家長場) 02/25 校內科展複審(數學)	
三月	三 文中生活園	27	28	1	2	3	4	5	02/28 第1學期服務學習補登系統截止日 03/01 幸福文中學堂課程開始 03/02{七}菸檳防制 701-708 入班宣導 03/03{八}校外教學 03/04 國小週末科學工作坊	02/27 彈性 放假 02/28 和 平紀念 日
	四 多元社團	6	7	8	9	10	11	12	03/06{九}臺北市職科特招專業群科校內報名 03/06{八}課後輔導開始 03/06 全年級課後學習扶助開始 03/06-03/13 全年級補考 03/06 健康活力班開班(第8節) 03/07 全校性防災演練(朝會) 03/10 志工代間教育講座(重建依附關係及認識情緒調節)(13:00-16:00) 03/11 高中科學班能力檢定 03/11 新北市國中學術資優鑑定初選	
	五 文中生活園	13	14	15	16	17	18	19	03/13-17 校園書展 03/13-03/16 {七}班際大隊接力比賽 03/15 學生歌唱比賽初賽 03/16 新店圖書館參訪(701、702) 03/16{八}生命教育宣導 03/16{八}技藝教育課程遴選說明會學生場 03/17{七}{八}英語單字大會考(早自習) 03/17 技藝教育課程遴選說明會(家長場)(19:00-20:30) 03/18 國小週末科學工作坊	
	六 多元社團	20	21	22	23	24	25	26	03/22 學生歌唱比賽決賽 03/24-4/14{八}技藝教育課程申請表填寫	03/25 補班補課 (補04/03)
四月	七 多元社團	27	28	29	30	31	1	2	03/28-04/12{九}第2次模擬選填志願 <b>03/29-30 全校第1次段考</b> 03/26 新北市教育博覽會 03/30{七}特殊教育學生挑戰日	
	八 文中生活園	3	4	5	6	7	8	9	04/06 校慶預演 04/06-05/25 適應體育計畫-特教班游泳課 04/08 校慶(77周年) 04/08 多元適性升學博覽會、技藝課程成果展	04/03 彈性放假 04/04 兒童節 04/05

月份	週次	星期							重要活動	備註
		一	二	三	四	五	六	日		
										清明節
	九 文中 生活 圈	10	11	12	13	14	15	16	04/11 東區英語歌曲演唱競賽 807 參賽(暫) 04/13{七}{八}閱讀講座 04/13-16 新北市科學展覽會 04/14{九}領取會考准考證 04/11-14 校園小藝人 04/11-4/14{八}班際拔河比賽 04/11{八、九}資源班校外教學(暫)	04/10 校慶 補假
	十 多元 社團	17	18	19	20	21	22	23	04/17{七}校外教學 04/18 校內語文競賽(1) 04/18{九}會考准考證勘誤申請截止 (中午 12:00) 04/19-27{九}變更就學區申請(校內收件) <b>04/20-21{九}第 4 次複習考</b> 04/21-26 全國中等學校運動會	
五月	十一 文中 生活 圈	24	25	26	27	28	29	30	04/25 校內語文競賽(2) 04/27 新店圖書館參訪(703、704) 04/24-04/28 {七}班際跳繩比賽 04/27{八}反毒宣導 04/28-05/06 新北市 111 學年度中學籃球 錦標賽 04/27{七、八}家庭教育暨感恩活動 04/27{八}技藝教育課程面試 04/27 親職教育講座-讓天賦自由(資優生 教養的頭痛問題)(19:00-21:00) 04/29 國小週末科學工作坊	
	十二 多元 社團	1	2	3	4	5	6	7	05/01{九}五專優免入學校內報名暨說明會 <b>05/02-03{九}第 2 次段考</b> 05/06 新北市國民中學學術性向資優鑑定複 選 05/07 國際家庭日「新北 Company 幸福 Family」親子體驗活動(碧潭東岸廣場)	
	十三 文中 生活 圈	8	9	10	11	12	13	14	05/09{九}升學包高中活動 05/11{七}反詐騙宣導 05/11 融合教育 SUP 活動 05/13 國小週末科學工作坊	
	十四 多元 社團	15	16	17	18	19	20	21	<b>05/16-17{七}{八}第 2 次段考</b> 05/18{九}課後輔導及課後學習扶助結束 05/18-24{九}實用技能學程校內報名 05/19 第 7 節看考場 05/20-21 國中教育會考	
	十五 文中 生活 圈	22	23	24	25	26	27	28	05/22-26{九}繳交高中職免試報名費與相 關文件 05/22{九}補考 05/22-26{八}班際排球比賽 05/23{九}產業特殊需求入學(校內報名) 05/23-26{九}作業抽查 05/24-26 金德盃全國角力錦標賽 05/25 新店圖書館參訪(705、706) 05/25{七}心衛宣導(學生場) 05/25{八}心衛宣導(學生場) 05/25 親職教育講座(發掘孩子發光發熱的 四大關鍵)(19:00-21:00) 05/25 特教班畢業旅行(暫) 05/25 融合教育 SUP 活動 05/26 幸福文中學堂校外教學(暫)	

月份	週次	星期							重要活動	備註
		一	二	三	四	五	六	日		
									05/27 國中體育班術科測驗(暫) 05/29{九}五專聯合免試入學校內報名暨說明會	
六月	十六多元社團	29	30	31	1	2	3	4	05/29-06/02{七}{八}作業抽查 05/29-06/02{九}西瓜盃籃球比賽 05/31 特教班畢業旅行(暫) 06/01 幸福文中學堂課程結束 06/03 國小週末科學工作坊	
	十七文中生活園	5	6	7	8	9	10	11	06/05{九}新北市公立高中優免入學說明會與校內報名 06/06 公布教育會考答對題數與等級對照表 06/07{九}畢業典禮預演 06/08-12{九}五專優先免試志願選填登記 06/08 新店圖書館參訪(707、708) 06/08{九}畢業典禮 06/09{九}領取會考成績單	
	十八多元社團	12	13	14	15	16	17	18	06/12-20{九}第3次模擬選填志願 06/14{九}新北市、臺北市專業群科特招、新北市公立高中優免入學、產業特殊需求入學放榜 06/15 社團成果展 06/15{九}五專優免放榜、新北市、臺北市專業群科特招、新北市公立高中優免入學報到 06/17 新生報到 06/17 新生報到親職講座(國中生了沒?陪伴是最好的教養)	06/17 補班 補課 (補06/23)
	十九文中生活園	19	20	21	22	23	24	25	06/20-06/21 特教班新生試讀(暫) 06/21-29{九}高中職免試網路正式選填志願 06/21{八}課後輔導及{七}{八}課後學習扶助結束 06/21 生涯手冊、生涯檔案檢核	06/22 端午節 06/23 彈性放假
七月	二十多元社團	26	27	28	29	30	1	2	06/29{九}返校領取高中職免試志願表(15:00-16:30) 06/29-30{七}{八}第3次段考 06/30{九}返校繳交高中職免試志願表(09:00-11:00) 6/30 休業式	
	暑假	3	4	5	6	7	8	9	07/01 暑假開始 07/06 803 返校打掃 07/11 高中職免試放榜 07/13 804 返校打掃 07/14 高中職免試入學報到 07/17 805 返校打掃 07/20 806 返校打掃 07/27 807 返校打掃	
		10	11	12	13	14	15	16		
		17	18	19	20	21	22	23		
		24	25	26	27	28	29	30		

# 升學資訊



## 1. 會考考程表

第一日：112年5月20日(六)		第二日：112年5月21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	<b>社 會 70分</b>	⌚08:30-⌚09:40	<b>自 然 70分</b>
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	<b>數 學 80分</b>	⌚10:30-⌚11:30	<b>英語(閱讀) 60分</b>
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	<b>國 文 70分</b>	⌚12:05-⌚12:30	<b>英語(聽力) 25分</b>
15:00- 15:40	休息 40分		
⌚15:40- 15:50	考試說明 10分		
⌚15:50-⌚16:40	<b>寫作測驗 50分</b>		

## 2. 會考題型

112年教育會考英語科聽力試題為3選1的選擇題型、數學科包含非選擇題型之外，其他考試科目均為4選1的選擇題型。採標準參照方式將學生在國文、英語、數學、社會、自然等5個科目之答對題數，透過標準設定的評量技術，分為「精熟」、「基礎」及「待加強」3個等級。

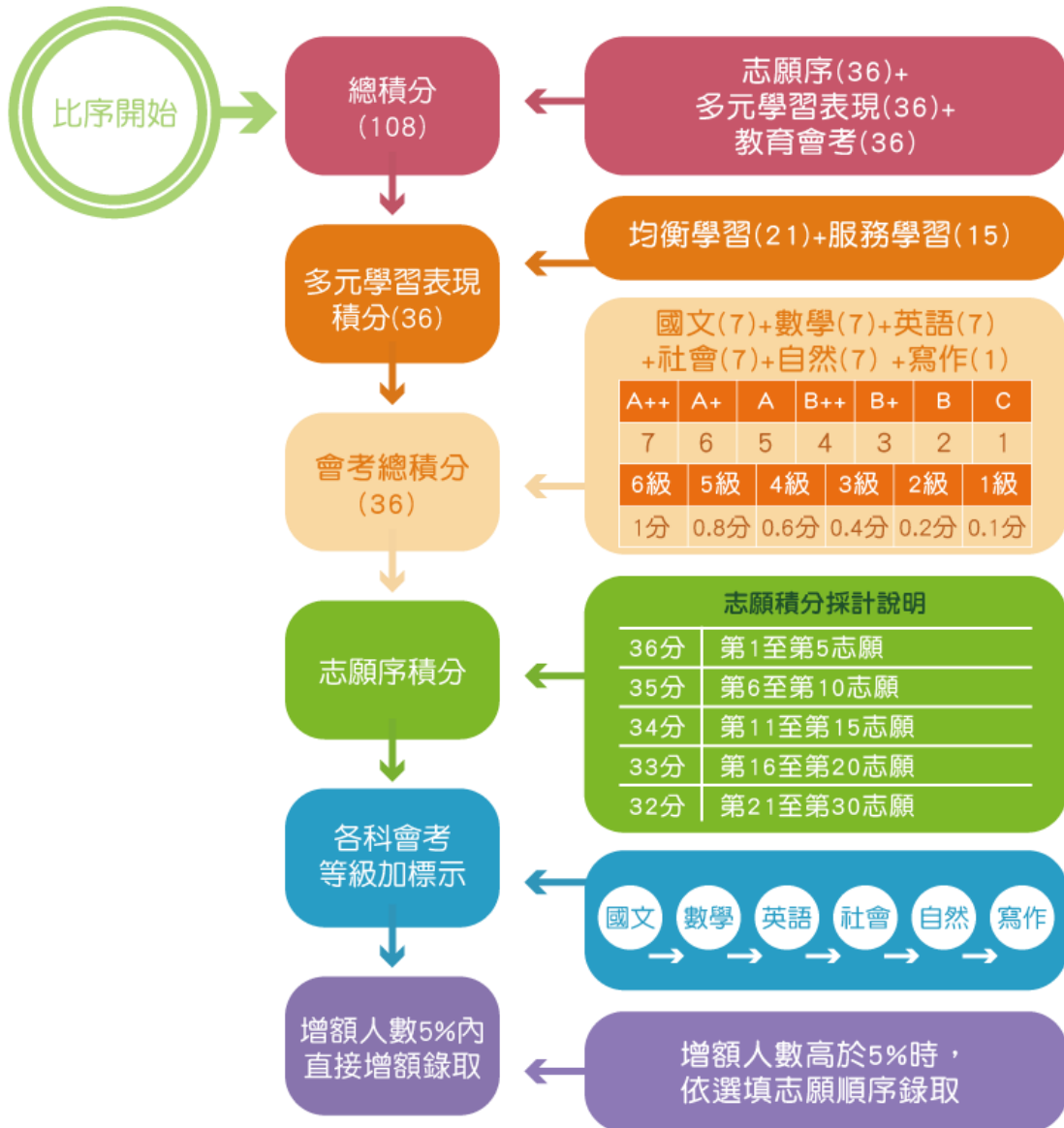
科目	時間	題數	命題依據
國 文	70分鐘	38~46題	「十二年國民基本教育課程綱要」 語文領域-國語文/第四學習階段/學習表現及學習內容
英 語	閱讀 60分鐘	40~45題	「十二年國民基本教育課程綱要」 語文領域-英語文/第四學習階段/學習表現及學習內容 (最基本1,200字詞參見課綱附錄五：表一)
	聽力 25分鐘	20~30題	
數 學	80分鐘	25~30題 (選擇題23~28題； 非選擇題2題)	「十二年國民基本教育課程綱要」 數學領域/第四學習階段/學習表現及學習內容
社 會	70分鐘	50~60題	「十二年國民基本教育課程綱要」 社會領域/第四學習階段/學習表現及學習內容
自 然	70分鐘	45~55題	「十二年國民基本教育課程綱要」 自然科學領域/第四學習階段/學習表現及學習內容
寫作測驗	50分鐘	1題	「十二年國民基本教育課程綱要」 語文領域-國語文/第四學習階段/學習表現及學習內容

3. 基北區高級中等學校免試入學超額比序項目積分對照表（112年方案）

附表一 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、藝術、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		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	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											





備註：九年級相關升學期程會發放彙整表給學生。

## 國中教育會考免試入學參考落點：高中篇

(本資料僅做為參考，建議考慮適才適性與參照該年度的個人序位以及區排名)

學生免試入學錄取榜單【北一女中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
110	臺北市立第一女子高級中學	A++	A++	A++	A++	A++	五	35.8
109	臺北市立第一女子高級中學【科學班】	A++	A++	A++	A++	A++	六	36
109	臺北市立第一女子高級中學	A++	A++	A	A++	A++	五	33.8

學生免試入學錄取榜單【建國中學】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立建國高級中學	A++	A+	A++	A++	A++	五	34.8
111	臺北市立建國高級中學	A++	A++	A++	A+	A++	四	34.6
110	臺北市立建國高級中學	A++	A++	A++	A++	A++	四	35.6
110	臺北市立建國高級中學	A++	A++	A+	A++	A++	五	34.8
110	臺北市立建國高級中學	A++	A+	A++	A++	A++	四	34.6
109	臺北市立建國高級中學	A++	A++	A++	A++	A++	五	35.8
109	臺北市立建國高級中學	A++	A++	A++	A++	A++	五	35.8
109	臺北市立建國高級中學	A++	A++	A++	A++	A++	五	35.8
109	臺北市立建國高級中學	A+	A++	A++	A++	A++	五	34.8

學生免試入學錄取榜單【師大附中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	國立台灣師範大學附屬高級中學【數理資優班】	A+	A++	A++	A++	A++	四	34.6
111	國立台灣師範大學附屬高級中學【數理資優班】	A+	A++	A++	A+	A++	五	33.8
111	國立台灣師範大學附屬高級中學【科學班】	A+	A++	A++	A+	A++	四	33.6
110	國立台灣師範大學附屬高級中學【科學班】	B++	A	A++	A	A	四	26.6
109	國立台灣師範大學附屬高級中學【資訊特色班】	A+	A+	A++	A++	A++	四	33.6

學生免試入學錄取榜單【中山女高】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立中山女子高級中學	A++	A++	A	A+	A++	五	32.8
111	臺北市立中山女子高級中學	A++	A++	A+	A+	A	五	31.8
111	臺北市立中山女子高級中學	A++	A+	A+	A+	A+	四	31.6

學生免試入學錄取榜單【成功高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立成功高級中學	A++	A+	A++	A++	A	四	32.6
111	臺北市立成功高級中學	A++	A+	A+	A++	A	四	31.6
111	臺北市立成功高級中學	A++	A	A	A++	A++	四	31.6
110	臺北市立成功高級中學	A+	A	A++	A+	A++	五	31.8
110	臺北市立成功高級中學	A++	A++	A	A++	A	五	31.8
109	臺北市立成功高級中學	A+	A++	A+	A++	A++	四	33.6
109	臺北市立成功高級中學	A+	A+	A++	A++	A++	四	33.6
109	臺北市立成功高級中學	A++	A++	A+	A++	A	五	32.8

## 國中教育會考免試入學參考落點：高中篇

(本資料僅做為參考，建議考慮適才適性與參照該年度的個人序位以及區排名)

學生免試入學錄取榜單【松山高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立松山高級中學	A	A++	A++	A	A++	四	31.6
111	臺北市立松山高級中學	A+	A+	A++	A	A+	五	30.8
109	臺北市立松山高級中學	A	A++	A++	A++	A	四	31.6
109	臺北市立松山高級中學	A++	A+	A	A++	A		30.8
109	臺北市立松山高級中學	A++	A+	A+	A	A+	四	30.6

學生免試入學錄取榜單【大同高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
109	臺北市立大同高級中學	A++	A++	A	A	A+	四	30.6
109	臺北市立大同高級中學	A++	A+	B++	A++	A	五	29.8
109	臺北市立大同高級中學	A++	A++	A	A	A	五	29.8

學生免試入學錄取榜單【政大附中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	國立政治大學附屬高級中學	A+	A	A	A++	A++	一	30.1
110	國立政治大學附屬高級中學	B++	A+	A++	A++	A	四	29.6
109	國立政治大學附屬高級中學	A+	A++	A++	B++	A+	四	30.6
109	國立政治大學附屬高級中學	A	A+	A++	A++	A	四	30.6
109	國立政治大學附屬高級中學	A+	A++	A	A+	A	四	29.6

學生免試入學錄取榜單【中崙高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
110	臺北市立中崙高級中學	A	B++	A++	A++	A++	四	30.6
109	臺北市立中崙高級中學	B++	A++	A	A++	A+	四	29.6
109	臺北市立中崙高級中學	B++	A	A++	A++	A+	四	29.6

學生免試入學錄取榜單【板橋高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
110	新北市立板橋高級中學	B++	A	A+	A++	A++	五	29.8
110	新北市立板橋高級中學	B++	A+	A++	A++	A	四	29.6
110	新北市立板橋高級中學	A	B++	A++	A++	A	五	28.8
110	新北市立板橋高級中學	A+	A	A++	A	A	四	28.6
109	新北市立板橋高級中學	A++	A	A	A++	B++	五	28.8

學生免試入學錄取榜單【成淵高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立成淵高級中學	A+	A++	A	B++	A	四	27.6
109	臺北市立成淵高級中學	B++	A++	A+	A+	A	四	28.6

## 國中教育會考免試入學參考落點：高中篇

(本資料僅做為參考，建議考慮適才適性與參照該年度的個人序位以及區排名)

學生免試入學錄取榜單【和平高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立和平高級中學	B++	A+	A	A	A++	四	27.6
110	臺北市立和平高級中學	B++	A	A+	A++	A+	四	28.6
110	臺北市立和平高級中學	A+	A+	A+	B++	A	五	27.8
110	臺北市立和平高級中學	B++	A++	B++	A++	A	四	27.6
109	臺北市立和平高級中學	A++	A	A+	A	A	四	28.6

學生免試入學錄取榜單【西松高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立西松高級中學	B++	A++	B++	A+	A	四級分	26.6
109	臺北市立西松高級中學	B++	A++	A	A	A	五	26.8
109	臺北市立西松高級中學	A+	A	A+	B++	B++	四	25.6

學生免試入學錄取榜單【景美女中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立景美女子高級中學	A+	A	A	A+	A	五	27.8
111	臺北市立景美女子高級中學	A++	A++	A	B++	B++	四	27.6
111	臺北市立景美女子高級中學	B++	A++	A	B++	A	四	25.6
111	臺北市立景美女子高級中學	A	B++	A	B+	A++	五	24.8
111	臺北市立景美女子高級中學	B++	A	A	A+	B++	四	24.6
111	臺北市立景美女子高級中學	A	A+	A+	B+	B+	四	23.6
111	臺北市立景美女子高級中學	A	A	B++	A	B++	四	23.6
110	臺北市立景美女子高級中學	A+	A+	A	B++	B++	五	25.8
110	臺北市立景美女子高級中學	A+	B+	A	A	A+	四	25.6
110	臺北市立景美女子高級中學	A+	A	B++	B++	A	四	24.6
109	臺北市立景美女子高級中學	B++	A+	A	A	A+	五	26.8
109	臺北市立景美女子高級中學	A+	A	B++	A	A	四	25.6
109	臺北市立景美女子高級中學	A+	A++	B++	B++	B+	五	24.8
109	臺北市立景美女子高級中學	A	A+	B++	A	B++	四	24.6

學生免試入學錄取榜單【明倫高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立明倫高級中學	A++	B+	A+	B++	A	四	25.6

學生免試入學錄取榜單【百齡高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
109	臺北市立百齡高級中學	A++	A++	B++	B+	B	五	23.8

## 國中教育會考免試入學參考落點：高中篇

(本資料僅做為參考，建議考慮適才適性與參照該年度的個人序位以及區排名)

學生免試入學錄取榜單【永平高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	新北市立永平高級中學【優免】	B++	A	B++	B++	B++	四	21.6
109	新北市立永平高級中學	B++	A+	A+	B++	B++	四	24.6
109	新北市立永平高級中學	A++	B++	A	B++	B++	四	24.6
109	新北市立永平高級中學	B++	A	B+	A++	B++	四	23.6
109	新北市立永平高級中學	B	B++	A	A	A++	四	23.6
109	新北市立永平高級中學	B++	B	A+	A	A	五	22.8
109	新北市立永平高級中學	A	A	B++	B++	B++	四	22.6

學生免試入學錄取榜單【新店高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	新北市立新店高級中學	B++	B++	A	B++	A	四	22.6
111	新北市立新店高級中學	B+	A	A	B++	A	四	22.6
111	新北市立新店高級中學【優免】	B+	A	A	A	B++	四	22.6
111	新北市立新店高級中學【優免】	B++	B	A	A+	B++	四	21.6
111	新北市立新店高級中學	B+	A	A	B++	B++	三	21.4
111	新北市立新店高級中學【優免】	B++	A++	B+	B+	B+	四	20.6
111	新北市立新店高級中學【優免】	A	B+	B++	B++	B++	四	20.6
111	新北市立新店高級中學【優免】	B++	A	B	A	B+	五	19.8
111	新北市立新店高級中學【優免】	A	B+	A	B+	B+	四	19.6
111	新北市立新店高級中學【優免】	B++	A+	B++	B	B+	四	19.6
111	新北市立新店高級中學【優免】	A+	B++	B+	B+	B	六	19
111	新北市立新店高級中學【優免】	A++	B	B+	B+	B+	五	18.8
111	新北市立新店高級中學【優免】	B++	B+	B++	B+	B++	五	18.8
111	新北市立新店高級中學	B	A+	B	B	B	四	14.6
111	新北市立新店高級中學【優免】	B++	B	B	B	B	四	12.6
111	新北市立新店高級中學【優免】	B	B	B	B+	B+	四	12.6
111	新北市立新店高級中學	B+	C	C	B+	B	四	10.6
111	新北市立新店高級中學	B	C	C	B	C	二	7.2
111	新北市立新店高級中學	C	C	C	C	B	四	6.6
110	新北市立新店高級中學	A	A	A	A++	A++	五	29.8
110	新北市立新店高級中學	B++	A	A+	B++	A+	四	25.6
110	新北市立新店高級中學【優免】	B++	A	B+	A++	A	五	24.8
110	新北市立新店高級中學	B++	B++	B++	A++	B++	四	23.6
110	新北市立新店高級中學【優免】	A	B++	A	B++	B++	四	22.6
110	新北市立新店高級中學【優免】	B+	B++	B++	A+	B++	四	21.6
110	新北市立新店高級中學【優免】	A	B	A+	B++	B++	四	21.6
110	新北市立新店高級中學【優免】	B++	B+	B++	A+	B++	三	21.4
110	新北市立新店高級中學【優免】	B++	B+	B++	A	B++	六	21
110	新北市立新店高級中學【優免】	B++	B++	B++	B++	B++	四	20.6
110	新北市立新店高級中學	B++	B++	B++	B++	B+	五	19.8
110	新北市立新店高級中學【優免】	B++	B++	B++	B+	B++	五	19.8
110	新北市立新店高級中學	B++	B++	B++	B++	B+	四	19.6
110	新北市立新店高級中學	B++	B+	A	B+	B++	四	19.6
110	新北市立新店高級中學	B++	B	A	B++	B+	五	18.8
110	新北市立新店高級中學	B+	B	A+	B+	B++	四	18.6

## 國中教育會考免試入學參考落點：高中篇

(本資料僅做為參考，建議考慮適才適性與參照該年度的個人序位以及區排名)

學生免試入學錄取榜單【安康高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	新北市立安康高級中學	B++	B++	B	B+	B+	六	17
111	新北市立安康高級中學	B+	B++	B	B++	B	四	15.6
111	新北市立安康高級中學	B+	B++	B	B++	B	四	15.6
111	新北市立安康高級中學【優免】	B++	B	B	B+	B+	五	14.8
111	新北市立安康高級中學【優免】	B+	B	B+	B+	B+	四	14.6
111	新北市立安康高級中學【優免】	B+	B	B	B++	B+	四	14.6
111	新北市立安康高級中學	B	B+	B	B	B	四	11.6
110	新北市立安康高級中學【優免】	B++	B+	B++	B+	B+	四	17.6
110	新北市立安康高級中學	B+	B	B+	A	B++	四	17.6
110	新北市立安康高級中學	B+	B+	B++	B+	B+	五	16.8
110	新北市立安康高級中學	B+	A	B	B++	B	四	16.6
110	新北市立安康高級中學	B++	B+	B+	B++	B	四	16.6
110	新北市立安康高級中學	B+	B++	B++	B+	B	四	16.6
110	新北市立安康高級中學	B+	B+	B+	B+	B++	四	16.6
110	新北市立安康高級中學	A	B	B+	B+	B+	四	16.6
110	新北市立安康高級中學	B	B	A	B++	B+	三	16.4
110	新北市立安康高級中學	B+	B+	B++	B+	B	四	15.6
110	新北市立安康高級中學	B++	B	B	B++	B+	四	15.6
110	新北市立安康高級中學	B	A	B+	B+	B	四	15.6
110	新北市立安康高級中學【優免】	B++	B+	B	B+	B	五	14.8
110	新北市立安康高級中學【優免】	B++	B	B	B++	B	四	14.6
110	新北市立安康高級中學【優免】	B++	B	B	B++	B	四	14.6

學生免試入學錄取榜單【石碇高中】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	新北市立石碇高級中學	B	B+	B	B	B++	四	13.6
111	新北市立石碇高級中學	B	B++	B	B+	B	四	13.6
111	新北市立石碇高級中學	B+	B+	B	B+	B	四	13.6
111	新北市立石碇高級中學【優免】	C	B	B+	B	B+	二	11.2
111	新北市立石碇高級中學	B+	B	C	B	B	四	10.6
111	新北市立石碇高級中學【優免】	B	B	B	B	C	四	9.6
111	新北市立石碇高級中學【優免】	B	C	C	B	B	五	8.8
111	新北市立石碇高級中學【優免】	B	B	C	B	C	四	8.6
110	新北市立石碇高級中學	B+	B	B	B+	B+	四	13.6
110	新北市立石碇高級中學	B	A	B+	B	C	三	13.4
110	新北市立石碇高級中學	B+	B	B	B+	B	五	12.8
110	新北市立石碇高級中學【優免】	B+	B	B	B	B	四	11.6
110	新北市立石碇高級中學【優免】	B+	C	C	B	B	四	9.6
109	新北市立石碇高級中學	B	B++	B+	B	B	三	13.4
109	新北市立石碇高級中學	B+	B	B	B	B+	四	12.6
109	新北市立石碇高級中學【優免】	B	B	B	B	B	四	10.6

## 國中教育會考免試入學參考落點：高職篇

(本資料僅做為參考，建議考慮適才適性與參照該年度的個人序位以及區排名)

學生免試入學錄取榜單【大安高工】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立大安高級工業職業學校(電子科)	A+	A+	B++	A+	B++	四	26.6
111	臺北市立大安高級工業職業學校(電子科)	B++	A++	A+	A	B++	四	26.6
111	臺北市立大安高級工業職業學校(電子科)	A++	B+	A	A	A	四	25.6
111	臺北市立大安高級工業職業學校(控制科)	B++	B++	B+	A++	A	四	23.6
111	臺北市立大安高級工業職業學校(冷凍空調科)	A+	A++	B++	B+	B+	三	23.4
111	臺北市立大安高級工業職業學校(汽車科)	B++	B	B+	B++	B++	四	17.6
110	臺北市立大安高級工業職業學校(電子科)	B++	A+	A	A++	B++	四	26.6
109	臺北市立大安高級工業職業學校(電機科)	A	A+	A+	A	A	四	27.6
109	臺北市立大安高級工業職業學校(冷凍空調科)	B++	A++	A	B+	B+	四	22.6
109	臺北市立大安高級工業職業學校(冷凍空調科)	B++	A	A	B+	B++	四	21.6
109	臺北市立大安高級工業職業學校(製圖科)【技優】	B++	A	B+	B++	B++	四	20.6
109	臺北市立大安高級工業職業學校(綜合高中)	B++	B++	A+	B	B++	四	20.6
109	臺北市立大安高級工業職業學校(機械科)【技優】	A	B+	B++	B+	B++	五	19.8

學生免試入學錄取榜單【士林高商】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
109	臺北市立士林高級商業職業學校(廣告設計科)	A	B+	B+	B++	B+	五	18.8
109	臺北市立士林高級商業職業學校(資料處理科)【技優】	B	B++	B+	B	C	四	12.6

學生免試入學錄取榜單【新北高工】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	新北市立新北高級工業職業學校(資訊科)	B	B+	B++	B++	B++	四	17.6
110	新北市立新北高級工業職業學校(電機科)	B++	B	B+	B++	B+	四	16.6
108	新北市立新北高級工業職業學校(電機科)	B+	B+	B+	B+	B+	三	15.4

學生免試入學錄取榜單【松山家商】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
109	臺北市立松山高級商業家事職業學校(商業經營科)	B	B++	B++	B++	B++	四	18.6
109	臺北市立松山高級商業家事職業學校(商業經營科)	B+	B+	B+	B++	B++	四	17.6

學生免試入學錄取榜單【松山工農】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立松山高級工農職業學校(資訊科)	B	B++	A	B+	B++	三	18.4
111	臺北市立松山高級工農職業學校(資訊科)	B+	B	B++	B+	B++	三	16.4
111	臺北市立松山高級工農職業學校(園藝科)	B+	C	B	B	B	四	10.6
111	臺北市立松山高級工農職業學校(機械科)【技優】	B	C	C	C	B	零	7
110	臺北市立松山高級工農職業學校(電子科)	B+	A+	B++	B++	B++	五	21.8
108	臺北市立松山高級工農職業學校(食品加工科)	B+	B++	B	B+	B	四	14.6
109	臺北市立松山高級工農職業學校(園藝科)	A	B+	B	B	C	五	13.8

## 國中教育會考免試入學參考落點：高職篇

(本資料僅做為參考，建議考慮適才適性與參照該年度的個人序位以及區排名)

學生免試入學錄取榜單【內湖高工】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文等級	英語等級	數學等級	社會等級	自然等級	寫作	總積分
111	臺北市立內湖高級工業職業學校(應用英語科)	B+	B+	B	B	B	四	12.6
108	臺北市立內湖高級工業職業學校(資訊科)	B++	B	B+	B+	B	四	14.6

學生免試入學錄取榜單【木柵高工】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(機械科)	B	B	B++	B++	B++	三	16.4
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(電子科)	B+	C	B+	B+	B+	一	13.1
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(電子科)	B	B	B+	B+	B	四	12.6
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(電機科)	B	B	B++	B	B	四	12.6
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(機械科)	B	C	B	B+	B+	四	11.6
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(電機科)	B	B	B	B	B	四	10.6
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(機械科)	C	B	B	B	B	四	9.6
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(機械科)	B	B	C	B	B	二	9.2
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(機械科)	B++	C	C	B	C	一	9.1
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(機械科)	B	B	C	B	B	零	9
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(製圖科)	B	C	C	B	B	四	8.6
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(模具科)	B	C	C	B	B	三	8.4
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(機械科)	B	C	C	B	B	零	8
111	臺北市立木柵高級工業職業學校(機械科)	B	C	C	B	C	四	7.6
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(電子科)	B++	B+	B+	B++	B++	四	18.6
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(電子科)	B	B	C	B++	B	四	11.6
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(電機科)	B+	A	B++	B+	B	四	17.6
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(電機科)	B++	B++	B++	B	B+	四	17.6
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(電機科)	B	B+	B++	B+	B+	四	15.6
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(電機科)	B	C	B++	B+	B+	三	13.4
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(多媒體設計科)	B+	B	B	B	B	四	11.6
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(多媒體設計科)	B	B	C	B	C	四	8.6
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(製圖科)	B	C	C	B	B	二	8.2
110	臺北市立木柵高級工業職業學校(模具科)	C	C	C	C	C	一	5.1

免試入學錄取榜單【南港高工】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
110	臺北市立南港高級工業職業學校(機械科)	B	B	B	B	B	四	10.6
108	臺北市立南港高級工業職業學校(冷凍空調科)	B	B	B+	B	B	四	11.6

免試入學錄取榜單【鶯歌高工】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	新北市立鶯歌高級工商職業學校(資料處理科)	B	B+	C	B	B	四級	10.6

免試入學錄取榜單【淡水商工】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
108	新北市立淡水高級商工職業學校(控制科)	B+	C	C	B	C	0	8



## 國中教育會考免試入學參考落點：五專篇

(本資料僅做為參考，建議考慮適才適性與參照該年度的個人序位以及區排名)

學生免試入學錄取榜單【國立臺北商業大學】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	國立臺北商業大學(財政稅務科)	A	B++	A+	B++	B++	四	23.6
110	國立臺北商業大學(企業管理科)	B++	B++	A	A+	A	五	24.8
110	國立臺北商業大學(會計與資料科學科)	A+	B++	B+	B++	B++	四	21.6

學生免試入學錄取榜單【耕莘健康管理專科學校】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	耕莘健康管理專科學校(護理科)(新店校區)	B+	B	B+	B++	B++	四	16.6
111	耕莘健康管理專科學校(嬰幼兒保育科)	B+	B	C	B	C	四	9.6
111	耕莘健康管理專科學校(健康餐旅科)(宜蘭校區)	B	C	C	B	B	二	8.2
111	耕莘健康管理專科學校(護理科)(宜蘭校區)	B	C	C	B	C	四	7.6
111	耕莘健康管理專科學校(嬰幼兒保育科)(新店校區)	B	C	C	B	C	四	7.6
111	耕莘健康管理專科學校(口腔衛生與健康照護科)(新店校區)	C	C	C	C	C	四	5.6
111	耕莘健康管理專科學校(嬰幼兒保育科)(新店校區)	C	C	C	C	C	二	5.2
110	耕莘健康管理專科學校(護理科)(新店校區)	B++	B+	A	B++	B++	四	20.6
110	耕莘健康管理專科學校(護理科)(新店校區)	B++	B+	B	B	B	四	13.6
110	耕莘健康管理專科學校(護理科)(新店校區)	B	B	B	B+	B	四	11.6
110	耕莘健康管理專科學校(護理科)(新店校區)	B	C	B	B	C	四	8.6
110	耕莘健康管理專科學校(護理科)(新店校區)	C	B	C	B	C	0	7
110	耕莘健康管理專科學校(護理科)(新店校區)	C	C	C	C	C	二	5.2
110	耕莘健康管理專科學校(嬰幼兒保育科)(新店校區)	B++	C	C	B	B	四	10.6
110	耕莘健康管理專科學校(嬰幼兒保育科)(新店校區)	C	B	C	C	C	四	6.6
110	耕莘健康管理專科學校(嬰幼兒保育科)(新店校區)	C	C	C	C	C	四	5.6
110	耕莘健康管理專科學校(化妝品應用與管理科)(新店校區)	B	C	C	B	B	五	8.8
110	耕莘健康管理專科學校(化妝品應用與管理科)(新店校區)	C	C	C	B	C	四	6.6

學生免試入學錄取榜單【馬偕醫護管理專科學校】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
110	馬偕醫護管理專科學校(視光學科)	B	C	C	C	C	四	6.6

學生免試入學錄取榜單【致理科技大學】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
111	致理科技大學(財務金融科)	B	B	B+	B	B	四	11.6
110	致理科技大學(國際貿易科)	B	C	C	B	B	四	8.6

學生免試入學錄取榜單【康寧大學】對應會考分數								
年度	錄取學校	國文	英語	數學	社會	自然	寫作	總分
110	康寧大學(資訊管理科)(臺北校區)	C	C	B	B	C	四	7.6
110	康寧大學(視光科)(臺北校區)	C	C	C	C	B	四	6.6



## 學校活動與聯繫資訊



### 1. 課輔及重要考試時間

項 目	時 間	對 象
補考	03/06~13	七八九年級 111 學年度第一學期學科成績不及格者
	05/22	九年級 111 學年度第二學期學科成績不及格者
九年級課後輔導課	02/13~05/18	九年級參加課輔的學生
九年級 會考趨勢講座	03/04 至 03/30 (詳閱報名表)	九年級有興趣的學生
課後輔導課	03/06~06/21	參加課輔的學生
課後作文班	03/02~06/01	七八年級參加的學生
課後學習扶助班	03/06~06/21	七八年級參加的學生
課後學習扶助班	03/06~05/18	九年級參加的學生
段考	第 1 次 03/29-03/30	七八九年級全體學生
	第 2 次 05/02-05/03	九年級全體學生(畢業考)
	第 2 次 05/16-05/17	七八年級全體學生
	第 3 次 06/29-06/30	七八年級全體學生
複習考	第 3 次 02/21~02/22	九年級全體學生
	第 4 次 04/20~04/21	
國中教育會考	05/20~05/21	九年級全體學生
英文單字大會考	03/17	七八年級全體學生

# 生活教育

## 一、服務學習時數說明

### (一)採計期程

1. 七上至九上，連續5學期選3學期，每學期完成6小時，可得5分，上限15分。
2. 自111學年度起入學學生(今年七年級學生)，服務學習上限調整為12分，每學期完成6小時，可得4分。

### (二)服務學習時數認證

1. 學校規劃之活動由學校認證。
2. 非學校規劃之服務學習活動。

### (三)服務學習時數登入

1. 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、生活教育

### (一)每週頒發守時班獎狀

全班週一至週五上午7時40分以前到校，頒發班級獎狀，肯定孩子守時的好習慣。

### (二)學生請假辦法

1. 公、事、喪假：須於事前完成請假手續。
2. 病假：事後3日內完成請假手續。
3. 防疫假：如需請自主防疫假，請先知會導師或致電至學務處請假，再於銷假時將假卡併同「防疫假申請單」繳回；如使用「新北校園通APP」線上請假，務必先電話聯絡導師點選學生假單。
4. 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

依「國民小學及國民中學學生成績評量準則」規定，學生獎懲抵銷後，未滿三大過可予以畢業證書。

### 三、友善校園議題宣導

<p>反霸凌</p>	<p>教育部反霸凌專線電話 1953</p>
<p>防制學生藥物濫用</p>	<p>教育部防制學生藥物濫用資源網</p> 
<p>防制校園詐騙</p>	<p>新北學 Bar</p> 
<p>交通安全宣導</p>	
	

#### 四、健康促進宣導

本學年度學校健康促進計畫，分別以「健康體位」及「視力保健」為主、次議題，並自選「傳染病防治」來推動辦理。

(一)請家長一起推行「85210」，培養學生「均衡飲食，規律運動」之習慣。



(二)近視預防及控制方法：

1. 戶外活動防近視
2. 3010 眼安康
3. 控制度數來防盲
4. 光線充足照明好
5. 定期檢查要做到

(三)開學防疫注意事項：

因應新冠肺炎防疫，為維護孩子健康請家長配合以下措施：

1. 確診或快篩陽性者，請居家隔離 5 天不到校，並通知導師。
2. 同住家人確診之密切接觸者及返國入境者，採 7 天自主防疫，期間如出現症狀請勿上學及自行快篩，並通知導師安排線上上課。
3. 上學前請在家測量體溫，若有發燒、呼吸道症狀、嗅、味覺異常或不明原因之腹瀉者，請儘速就醫，落實生病不上學(不補習)。
4. 3 月 6 日前學生在校期間於室內仍需戴口罩，請於書包準備 1-2 個口罩可以更換，並隨時補充。
5. 訪客進入校園請配戴口罩、訪客登記、手部消毒及體溫測量，若您有發燒、疑似症狀者，請勿進入校園。
6. 配合中央防疫工作執行，學校會隨時更新及修正各項措施，並公告於校網防疫專區。

# 2/7起0+7自主防疫指引調整

對象：確診者隔離起始日為2月7日(含)以後之密切接觸者  
航班表定抵臺時間為2月7日0時(含)以後之入境者

## NEW 檢測措施

- ◆有症狀時，以家用快篩試劑進行檢測，並於自主防疫地點休息【快篩陽性則依第2點處置】

自主防疫處所環境條件  
以符合1人1室(獨立衛浴)條件之自宅、親友住所或旅館與民宿為原則

## 快篩檢測陽性處置

- ◆可透過遠距/視訊診療、委由親友或由地方政府衛生局安排至診所或負責居家照護之責任院所(含衛生所)評估快篩陽性結果
- ◆經評估確診之輕症個案可於原自主防疫地點(不含一般旅館)、加強型防疫旅館或集中檢疫所進行居家照護。如有就醫需求，可自行開車、騎車、步行、家人親友載送(雙方全程佩戴口罩)或依地方政府衛生局安排就醫。就醫時請佩戴口罩且禁止搭乘大眾運輸工具前往

## 其他注意事項

- ◆外出、上班、上學期間全程佩戴口罩，維持社交距離，有飲食需求可暫免佩戴口罩，並於用畢後立即佩戴口罩
- ◆有用餐需要，得於餐廳內獨自或與特定對象共餐。離開座位時及餐點使用完畢後應立即佩戴口罩
- ◆儘量避免接觸重症高風險對象(包括65歲以上長者、6歲以下幼童、免疫不全及免疫力低下者等)
- ◆避免前往醫療機構及長照機構，如有必要前往，需具當日快篩檢測陰性證明

2023/02/01

中央流行疫情指揮中心

新北市政府 教育局  
112年新北開學校園防疫  
READY TO GO

備妥防疫物資

- 快篩試劑 各校存量100%
- 量測體溫器具
- 消毒及洗手用品
- 酒精、口罩

強化防疫措施

- 三級防護
  - 在家量體溫
  - 入校量體溫
  - 隨時關懷學生身體狀況
- 健康五原則
  - 量體溫
  - 勤洗手
  - 戴口罩
  - 保持教室通風
  - 生病不上課
- 開學前配合環保局完成環境消毒，室內空間請進行徹底清消。
- 用餐如無法維持社交距離，請使用午餐隔板。

落實防疫應變

- 召開防疫專責小組會議，確認防疫整備及應變。
- 確診個案採取應變措施提供相關人員快篩試劑，並進行校安通報。
- 落實生病不入校。

## 五、多元展能 文中榮耀

比賽名稱	獲獎同學及名次
中華民國 111 年全民運動會	807 班鄒妮璇舞蹈運動單人單項競賽捷舞第一名
111 年全國自由式暨希羅式角力錦標賽	908 班曾少澤國中男子組希羅式第六級第一名 908 班曾柏軒國中男子組希羅式第四級第二名 908 班何品毅國中男子組希羅式第七級第三名
111 年總統盃全國角力錦標賽	908 班曾少澤國中男子組希羅式第六級第一名 908 班何品毅國中男子組希羅式第七級第一名 908 班曾柏軒國中男子組希羅式第四級第二名 903 班廖振幃國中男子組希羅式第五級第二名 908 班范皓為國中男子組希羅式第六級第二名 908 班謝卉鎔國中女子組自由式第五級第三名 808 班張祐綺國中女子組自由式第一級第三名 808 班薛博仁國中男子組希羅式第二級第三名 806 班王詹森國中男子組希羅式第一級第三名
新北市 112 年中等學校運動會角力競賽	708 班張 唯國中男子組希羅式第九級第一名 908 班石秉洋國中男子組希羅式第四級第一名 908 班范皓為國中男子組希羅式第六級第一名 808 班張祐綺國中女子組自由式第一級第二名 903 班廖振幃國中男子組希羅式第五級第二名 708 班李天妤國中女子組自由式第五級第三名 806 班王詹森國中男子組希羅式第一級第三名 808 班薛博仁國中男子組希羅式第二級第三名 808 班林 斌國中男子組自由式第一級第三名 908 班謝卉鎔國中女子組自由式第六級第三名 908 班林俊勇國中男子組自由式第四級第三名 808 班曲韋薰國中女子組自由式第四級第五名 908 班潘宥霖國中男子組自由式第四級第五名 908 班張舜鈞國中男子組自由式第八級第五名
2022 年國慶華江盃羽球錦標賽	908 班張兆勝國中三年級組男子單打冠軍 708 班王紹宇國中一年級組男子單打亞軍
111 年全國羽球區域性對抗錦標賽	908 班高毓涵國中組女單第三名 908 班張兆勝國中組男單第三名 804 班張可妮、908 高毓涵國中組女雙第三名 708 班王紹宇、908 張兆勝國中組男雙第三名

## 六、特色社團

### 一、體育類課後社團上課時間

	角力隊	籃球隊	羽球隊
上課時間	週一至週五放學後 (15:50-17:00)	週一至週五放學 後(15:50-18:00)	週一至週五放學 後(15:50-19:00)
費用	無	隊費	隊費

有意願者，請向學務處體育組報名。

### 二、藝文性社團上課時間

	醒獅團	打擊樂團
上課時間	隔週四社團時間 (第6、7節)	隔週四社團時間(第6、 7節)
招生對象	本校七、八年級學生	本校七、八年級學生
費用	無	無

有意願者，請向學務處訓育組報名。



# 有時候，你也可以不必做個「好父母」

本文摘錄中崙諮商中心 2021. 12. 03

文/ 柯宥璿 諮商心理師

「媽寶」「爸寶」這兩個詞，最近因為新聞事件不斷出現在媒體中又再次火熱。當一個成人被認為是媽寶、爸寶時，是該檢討他(她)自身承擔責任、獨立自主的能力，然而，我們不可避免地要去看是誰塑造了這樣的媽寶、爸寶？無可否認的，往往也就是我們眾人世俗眼光中，具有「好媽媽」「好爸爸」形象的「好父母」。

思考一下，所謂當個好父母，這個「好」，定義何在？

是傾全力給予孩子物質上、喜好上、人際上最好的條件與環境，而且對孩子生活圈每一細項都瞭若指掌，盡可能保護與掌控，顯示你對他(她)的關心與在乎？還是接收所有專家的建議，不要打罵小孩，對孩子絕對不能生氣，每件事都要去同理孩子，傾聽孩子，以孩子為中心，給孩子充分的自由與空間，不斷用愛用耐心，花很多時間跟他們好好說理？

然而，你是否在期許自己如此地當個好媽媽、好爸爸後，最後卻反而變成管不住孩子而對孩子情緒發飆？你不斷的同理，講求民主，卻看不到孩子對你的同理而感到憤怒與無奈，導致親子關係更雞飛狗跳，自己筋疲力盡？然後又看到發脾氣的自己，看到被自己飆罵後的孩子瑟瑟發抖及無辜眼神，感到愧疚襲心，責怪自己成不了好父母，討厭自己的樣子？

## 做個民主威權型的父母

所謂真正的好父母，是民主威權型的，是可給也能收的。在孩子鬧情緒的行為下，看懂孩子的需求後，能夠果斷堅定且溫和地跟孩子設立界限，不與之妥協，讓孩子從他的行為中，學習承擔後果，從中建立對自己與對他人的責任感。父母的身分就是父母，身為父母的你，永遠不可能改變身分變成孩子的同儕朋友，請記得是先有你才有孩子，家庭系統上你的位置永遠在孩子的上層，而非孩子凌駕在你之上。但你可以用朋友的理智尊重的態度跟孩子溝通，給予選擇，佐以父母以身作則，前後一致的威信，為孩子設立行為準則，才能幫孩子培養對人事物有為有守的態度。到孩子長大成人後，看到你們塑立的模範，才能在律己與待人上都有分寸與真正的承擔。

## 有界限的同理

傾聽理解仍是必須的，但真正的理解背後是有一條線的，這條線是讓自己能有距離的觀察孩子，不被孩子的情緒所牽引，也能夠阻止孩子得寸進尺的予取予求。有界限的同理，才能夠看到孩子當下行為真正的需求與渴望，也不會讓自己陷入急於要幫孩子解決問題的泥沼而爆發情緒。

更重要的是，孩子不會因為你的堅定不妥協而覺得父母不愛他，反而，他們可以從這樣的態度中，學習到人與人的界限與尊重，進而將這份能力從家庭擴展到學校及其他生活圈裡。

## 做個及格父母就好

親職角色，是需要白臉黑臉的交替，而父母雙方更要做到一致性的白臉或一致性的黑臉，才能讓孩子發展健全的自我認同。請別要求自己要做到 100 分的父母，唯有及格的父母，才能給自己更多空間的喘息與進步，也給孩子有更多空間學習自立。愛，非單一直線非微觀的，它是多元的宏觀的，沒有一種愛的樣貌可以絕對評斷標準父母的樣子。成為父母，是一生不斷學習、覺察、反思、修正的循環歷程，所以請別為自己偶而的失控而不斷自責苛刻自己，該檢視的應是身為父母的你，在失控下的對孩子的期待與對自己的期待，有無含帶著社會的比較與自身的議題(包括原生家庭與夫妻關係)，才能避免情緒戲碼不斷重複上演。

## 檢視自己對親職角色的期待與背景

如果你堅持要做個很好的父母，就必須要檢視自己這個信念是否受到過往成長歷程的影響了。不管你的原生父母，在你的眼中是好還是不好，如果能夠放下因童年經驗而形成的對自己的要求與期待，只是單純專注在孩子的行為，你才有可能跟孩子連結，看到孩子當下真正的行為問題去冷靜處理，而非帶著自己的議題，導致情緒介入了你辛苦維護的親子關係。

## 顧好自己才是良好親子關係的穩定基石

最後我要說的是，教養，從來就不是件容易的事，但身為父母的你，唯有先把自己照顧好，別因為孩子而失去了自己，多給自己紓壓的空間，並適度放下你想要控制的事情，到最後，你會發現，教養，你也可以自在的游刃有餘。

## 「WS文中悄悄說Line官方帳號」

家長與孩子如有需要輔導諮商與心理師需求，請用手機掃描下方QRCORD，將有專員為您服務喔!!

### WS文中悄悄說Line官方帳號



- 有任何困擾令你持續無法解決
- 經常令你記掛著很不開心，很擔心
- 不要猶豫，請找人聊聊
- 持續多於1週，請掃描左方QR CODE加入
- 服務時段：08:00-17:00

### 親職講座訊息

時間	講題/活動	主講人	對象	地點
02.24(五) 19:30-21:00	112 年度國中畢業生適性入學 宣導說明會	永平高中 劉怡伶主任	家長	文碧 2 樓 會議室
03.10 (五) 13:00-16:00	代間教育講座 重建依附關係及認識情緒調節	家庭教育中心 講師	家長 志工	
04.27(四) 19:00-21:00	讓天賦自由 資優生教養的頭痛問題	王意中臨床 心理師	家長	
05.25(四) 19:00-21:00	發掘孩子發光發熱的四大關鍵	葉明修講師	家長	
06.17(六) 10:00-12:00	國中生了沒? 陪伴是最好的教養	待聘講師	家長	

一句問候 一句關心

## 一起成為珍愛生命守門人

撇步 1 2 3

1 **問** 主動關懷與積極傾聽

2 **應** 適當回應與支持陪伴

3 **轉介** 資源轉介與持續關懷

24 24小時免費安心專線

**1925**  
(依舊愛我)

## 心情溫度計 (簡式健康量表)

請您仔細回想「在最近一星期中(包含今天)」，這些問題使您感到困擾或苦惱的程度，然後圈選一個您認為最能代表您感覺的答案。

	完全沒有	輕微	中等程度	厲害	非常厲害
1. 睡眠困難，譬如難以入睡、易醒或早醒——	0	1	2	3	4
2. 感覺緊張不安——	0	1	2	3	4
3. 覺得容易動怒——	0	1	2	3	4
4. 感覺憂鬱、心情低落——	0	1	2	3	4
5. 覺得比不上別人——	0	1	2	3	4
★ 有自殺的想法——	0	1	2	3	4

### 得分與說明

前5題的總分：

0-5分 一般正常範圍

6-9分 輕度情緒困擾：建議找親友談談，抒發情緒

10-14分 中度情緒困擾：建議尋求心理衛生或精神醫療專業諮詢

15分以上 重度情緒困擾：建議尋求精神醫療專業諮詢

★ 有自殺想法評分為2分以上(中等程度)時：建議尋求精神醫療專業諮詢



Who

這個網頁是誰寫的？  
他們是否為專家？  
是否有作者的簡介？

What

這個網站的目的  
為何？

When

這個網站何時架構的？  
最近是否有更新？

Why

確認此資訊內容本身是  
否是你想要的？資訊內  
容是否確實對我有用？  
可否幫助我解決問題？

Where

資訊來源為何？  
可否找到這個網站的出  
版者或贊助商？

善用5W思考法

當個聰明小偵探

Fact

Check



全民國家安全網

# 親師合作 陪伴孩子築夢

您的子女在校生活情形和學習狀況，需要父母與老師一起關心，您可以隨時和導師電話聯繫或親自來訪。若有親子溝通上的問題，輔導處非常願意做您傾訴的對象，絕對保密且提供適當的協助，竭誠歡迎您的來訪或利用以下所提供各輔導諮詢專線。



文山國中 總機：(02)-2913-4300 及各處室分機

教務處	610	學務處	620	輔導處	640
教學組	611	訓育組	621	輔導組	641
註冊組	612	生教組	622	資料組	642
課研組	613	體育組	623	特教組	643
總務處	630	保健中心	625	輔導老師	645
補校	646	警衛室	635	特教老師	644
七導辦公室	656	八導辦公室	659	九導辦公室	660



~~~陪伴 是最好的禮物~~~

## 新北市政府家庭教育中心家長宣導資料

~ 珍愛家庭 用心經營 愛在新北 幸福相隨 ~

### 諮詢專線 幸福快遞

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。



### 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 APP 踏出自我健康的第一步



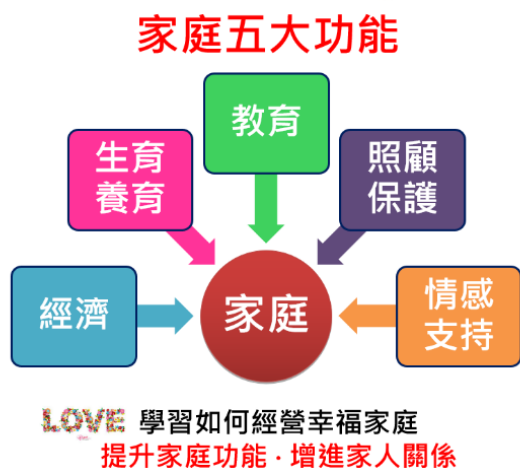
### 視力保健 幸福「視」界

從「善用 3C，避免網路沈迷」，遠離視力傷害的具體做法

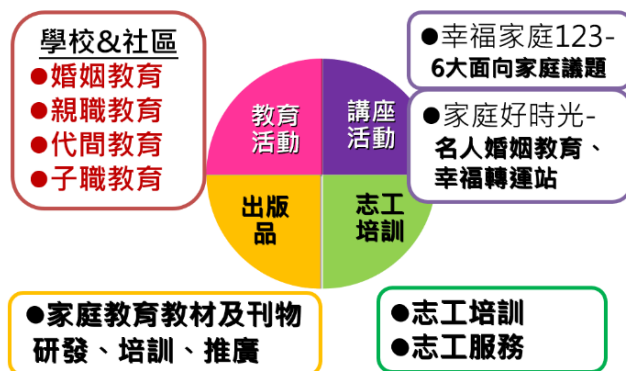
- ◆先釐清上網目的：包括找資料、找朋友、無聊、娛樂、舒解壓力、緩解情緒起伏。
- ◆建立現實的人際關係，強化人際互動技巧：包括從一些可接觸的家人、朋友開始，多分享多接觸。安排親子可以互動的活動，協助孩子強化交朋友的技巧，多傾聽及了解孩子挫折的人際關係。
- ◆提升自我肯定：包括他人肯定及自我肯定，讓孩子學習自我回饋，鼓勵表現自我的優勢，鼓勵進行自我挑戰。

- ◆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。

### 新北市家庭教育中心簡介



### 新北家庭教育平台資源 LINE





## 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。 | 412-8185<br>(手機加區碼 02) |
| 財團法人基督教宇宙光<br>全人關懷機構 | 週一至週五 9:00-21:00<br>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<br>14:00-17:00;19:00-21:00                 | (02)2768-7733          |
| 社團法人中華民國<br>肯愛社會服務協會 | 憂鬱症病友支持團體<br>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          |