



新北市立文山國民中學

112 學年度第 1 學期

家長日手冊



## 目錄

一、	校長給家長的一封信.....	2
二、	112 學年度第 1 學期重要活動行事曆.....	3
三、	升學資訊.....	6
四、	學校資訊.....	9
五、	資訊安全宣導.....	12
六、	多元展能 文中榮耀.....	14
七、	訓育活動及生活教育.....	17
八、	體育活動.....	19
九、	健康促進活動.....	22
十、	學生健康檢查及疫苗注射.....	24
十一、	新北市政府教育局粉專.....	25
十二、	我和我的孩子(國中篇).....	27
十三、	生涯發展紀錄手冊.....	32
十四、	親師合作 陪伴孩子築夢.....	33
十五、	親子教養優良圖書推薦.....	34
十六、	新北市家庭教育中心-好康補給站.....	35
十七、	訪談機構與服務電話.....	36

## 校長給家長的一封信



親愛的家長，您好：

每位孩子都是獨一無二的，我們鼓勵孩子們做夢，更期待孩子們勇於追夢，我們告訴孩子：「Big Dream, small Start」。目標要大，方法要很踏實，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，一起關心並支持孩子的學習，鼓勵他們建立良好的學習習慣和自主學習能力，達成我們所強調的「學會學習、學會尊重」兩個關鍵能力。我們更從「守時」、「整潔」、「禮節」等三項生活常規培養孩子尊重、友善和社會責任感。

我們要感謝許多善心人士及團體的贊助與支持，除了挹注弱勢學生課後輔導費外，也達成全校班班有大型觸控式螢幕。我們相信，所有的付出都可以讓我們的孩子更幸福！

今年除 Covid-19 肺炎疫情外，尚須密切關注登革熱和流感等傳染病的預防，除了進行常態性的環境消毒外，更要求孩子們注意自己的人衛生習慣。同時，本校也會隨時配合中央更新及修正各項措施，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 112.9.16

# 新北市立文山國中 112 學年度第 1 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		
八月	一 文中生活園	28	29	<u>30</u>	31	1	2	3	08/30 開學 08/30{九}課後輔導開始 08/30 幹部訓練(午休) 08/31{九}晚自習開始 08/31{九}社團介紹及選課 08/30 資優班開課 08/31 {九}生涯手冊填寫 08/31 {八}生涯手冊填寫 08/31 {九}生涯發展教育講座 09/01 國家防災日宣導 09/01 資源班開課	8/27 祖父母節 8/30-9/05 友善校園週
九月	二 多元社團	4	<u>5</u>	<u>6</u>	7	8	9	10	09/04{七}國民體育日活動-單人跳繩 09/05-09/06 第一次複習考 09/06{八}國民體育日活動-晨跑 09/06-09 總統盃全國角力錦標賽 09/07{七}{八}社團介紹及選課 09/07 {九}技藝課程行前說明會 09/08 反詐騙宣導及{八}HPV 疫苗接種宣導	
	三 文中生活園	11	12	13	14	15	16	17	09/11-15{七}特教入班特教宣導 09/12 國家防災日演練預演 09/14{七}健促宣導-視力保健 09/14{八}健促宣導-視力保健 09/15{八}女生 HPV 疫苗接種 09/16 家長日暨親職教育講座(1)	
	四 多元社團	18	19	20	21	22	23	24	09/18-09/23 {八}{九}補考 09/18 國家防災日演練預演 09/21 國家防災日正式防災演練 09/22 網路性剝削宣導(一) 09/23 補班補課(補 10/9 星期一課程)	9/23 補班補課
	五 文中生活園	25	26	27	28	29	30	1	09/25 {七} {八}課後輔導開始 09/25 全年級學習扶助課程開始 09/25-{七}全校反毒入班宣導 09/25 幸福文中學堂開課 09/26 教師節感恩大會 09/27-{八}全校反毒入班宣導 09/28-{九}全校反毒入班宣導 09/28{八}創造奇蹟, 魔幻人生生命教育講座	09/29 中秋節放假1日
	六 多元社團	2	3	4	5	6	7	8	10/02{七}新生健康檢查 10/02 {八}性向測驗、{九}興趣測驗 10/06 {七} {八}英文單字大會考	
十月	七 文中生活園	9	10	11	12	13	14	15	10/12{七}健促宣導-健康體位-健康飲食 10/12{八}健促宣導-健康體位-健康飲食	10/09 調整放假 10/10 國慶日放假
	八 多元社團	16	<u>17</u>	<u>18</u>	19	20	21	22	<b>10/17-10/18 第 1 次段考</b>	
	九 文中生活園	23	24	25	26	27	28	29	10/25{七}跳繩班際比賽 10/26{七}生命教育十堂課 10/26{八}學生心衛宣導	

月份	週次	星期							重要活動	備註
		一	二	三	四	五	六	日		
	園								10/26 {八}生涯加速器計畫(國瑞 Toyota 汽車廠參訪) 10/27 國防教育及交通安全教育宣導 10/27 全校流感疫苗接種(上午)(暫)	
	十多元社團	30	31	1	2	3	4	5	11/02 親職教育講座(2)	
十一月	十一文中生活園	6	7	8	9	10	11	12	11/06-11/10 校內科展報名 11/06-08{九}校外教學 11/07 課後閱讀講座 11/09{七}愛滋病入班宣導 11/09{八}班際拔河比賽 11/09{七}產業參訪 11/09{七}學生心衛宣導 11/10 反霸凌宣導	
	十二多元社團	13	14	15	16	17	18	19	11/13 校內英語文競賽 11/13-14{八}校外教學 11/15 特教班校外教學(暫) 11/16 教師輔導知能研習(1) 11/18 {九}薪火相傳-學長姐返校分享(暫)	
	十三文中生活園	20	21	22	23	24	25	26	11/23{八}劇場開箱-到校京劇欣賞	
	十四多元社團	27	28	29	30	1	2	3	<b>11/29-11/30 第2次段考</b> 12/01 網路性剝削宣導(二)	
十二月	十五文中生活園	4	5	6	7	8	9	10	12/04 全校法律知識及交通安全知識大會考 12/04-08 校模範生代表競選 12/05 {九}生學祈福許願活動 12/05 資源班校外教學(暫) 12/06 體育班性別平等教育講座 12/07 資優鑑定說明會(暫) 12/07 {八}社區高級中等學校專業群科參訪 12/07{七}閱讀講座 12/10 領袖訓練與論壇	
	十六多元社團	11	12	13	14	15	16	17	12/11-15 融合活動:愛心小天使週 12/12 校模範生代表選舉投票(暫) 12/14 教師輔導知能研習(2) 12/14 親職教育講座(2) 12/15 世界人權日宣導	
	十七文中生活園	18	19	20	21	22	23	24	12/18-29 校園小藝人週 12/21-12/22 第二次複習考 12/21{八}校內英語歌曲演唱競賽	
	十八多元社團	25	26	27	28	29	30	31	12/26-12/29 作業抽查 12/28 幸福文中學堂課程結束 12/29 特教感恩活動	
一月	十九文中生活	1	2	3	4	5	6	7	01/04{七}創價學會曲德義個展 01/04{八}創價學會曲德義個展	01/01開國紀念日放假

月份	週次	星期							重要活動	備註	
		一	二	三	四	五	六	日			
	圈										
	二十 多元 社團	8	9	10	11	12	13	14	01/12 {七} {八} 課後輔導結束 01/12 全年級學習扶助課程結束		
	二十一	15	16	17	18	19	20	21	01/18{九} 課後輔導及晚自習結束 <b>01/18-01/19 第3次段考</b> 01/19 休業式		
			22	23	24	25	26	27	28		
			29	30	31	1	2	3	4		
	二月	寒假	5	6	7	8	9	10	11	02/08 除夕前一日調整放假 02/09 除夕 02/10-2/14 春節	
12			13	14	15	16	17	18	02/15 開學日不上課(行政人員上班) 02/16 開始上課日 02/17 補行上班上課		

備註：行事曆若有更動，將公告於校網。

# 升學資訊



## 文山國中112年優異升學表現

連續11年畢業生錄取高中科學班、資優班、實驗班!

市立北一女中- 詹o瑀【科學班】

市立建國中學- 陳o睿

市立成功高中- 李o萬【數資班】

- 洪o廷【數資班】

市立松山高中- 徐o哲

國立政大附中- 汪o倫【數資班】

適性  
學習

✓ 新北市學力up計畫連續3年獲獎

✓ 技職領航、適性揚才

### 新北市立文山國中，在地就學首選學校！

升學輔導、增A減C、技職教育、特殊教育、資優教育、體育專業、閱讀教育、語文競賽、科學競賽多元展能的幸福學校！

# 112學年度-九年級適用

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110學年度(七年級)上學期至112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	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									



## 112學年度·七、八年級適用

附表二 基北區高級中等學校免試入學超額比序項目積分對照表  
(111學年度起入學國民中學學生適用)

類別	項目	採計上限	積分換算							說明	
志願序		36分	36分	第1至第5志願							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	24分	6分	符合1個領域							健體、藝術、綜合、科技四領域前五學期平均成績及格者。
			0分	未符合							
	服務學習	12分	4分	每學期服務滿6小時以上							
			0分	每學期服務未滿6小時							
國中教育會考	五科	35分	7分	6分	5分	4分	3分	2分	1分	國文、數學、英語、社會、自然五科，各科按等級加標示轉換積分1-7分。	
			A++	A+	A	B++	B+	B	C		
	寫作測驗	1分	1分	0.8分	0.6分	0.4分	0.2分	0.1分	寫作測驗1-6級分轉換積分0.1-1分。		
6級	5級	4級	3級	2級	1級						
總積分	108分										

## ★課輔及重要考試時間★

課後輔導	09/25-01/12 七八九年級補救教學(學習扶助) 09/25-01/12 七八年級課後輔導 08/30-01/18 九年級課後輔導 08/31-01/18 九年級晚自習
英單會考	10/06英單大會考(七八年級)(早自習)
段考	10/17-10/18 七、八、九年級第一次段考 11/29-11/30 七、八、九年級第二次段考 01/18-01/19 七、八、九年級第三次段考
複習考	09/05-09/06 九年級第一次複習考 12/21-12/22 九年級第二次複習考

## 國民中學畢業條件

A學習	八大學習領域有四大學習領域，總平均成績60分以上。
B出席	學習期間扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上。
C獎懲	經獎懲抵銷後，未滿三大過。



### ★八大領域

語文、數學、社會、自然科學、健康與體育、藝術、綜合、科技



# ★112學年度課程安排★

## 基礎課程：鞏固學力

八、九年級英語適性分組：

七、八、九年級數學課中補救：

小組適性教學協助學生擁有英數基本學力，讓學習更具成效。

七、八、九年級課後學習扶助：

放學課後小組適性教學，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。

- 暑假作文營
- 暑假夏日樂學營
- 閱讀講座
- 文中生活圖多元講座

.....

- 國語文競賽
- 英語文競賽
- 英語歌曲比賽
- Cool English競賽
- 新北市科展
- 全國科展
- 臺灣國際科展
- 國際思維運算比賽

.....

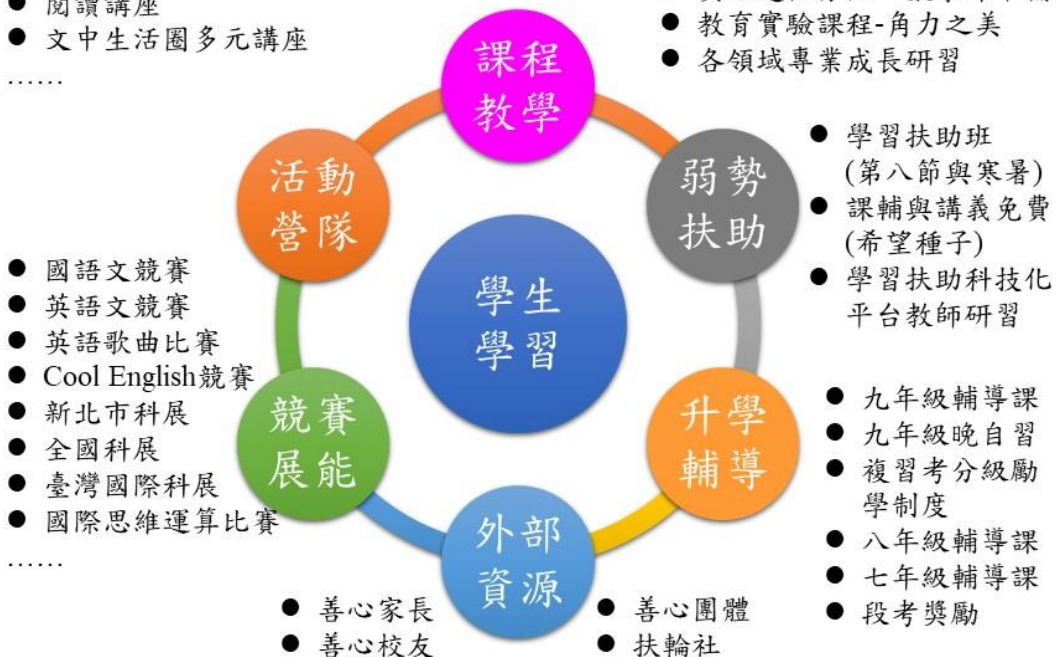
- 善心家長
- 善心校友

- 12年國教中堅學校
- 部定課程、校訂課程
- 英語適性分組、數學課中補救
- 教育實驗課程-角力之美
- 各領域專業成長研習

- 學習扶助班  
(第八節與寒暑)
- 課輔與講義免費  
(希望種子)
- 學習扶助科技化  
平台教師研習

- 九年級輔導課
- 九年級晚自習
- 複習考分級勵  
學制度
- 八年級輔導課
- 七年級輔導課
- 段考獎勵

- 善心團體
- 扶輪社



## ★112學年度課程安排★

### 九年級升學輔導

#### 九年級課輔：

目標為協助九年級學生能掌握各科重點，於會考中有理想的表現。

#### 九年級晚自習：

提供學生可安靜自習的教室，在規律的作息下，讓學生做好時間安排與規劃，自主複習。

## ★十二年國教校訂課程★

### 七年級

閱讀大觀園(1)  
英悅繪(1)  
認識家園(1)  
文中生活圈(1)  
多元社團(1)

### 八年級

英樂會(1)  
數學寫作(1)  
時光隧道(1)  
文中生活圈(1)  
多元社團(1)

### 九年級

英閱匯(1)  
科普閱讀力(1)  
公民視界(1)  
學術社團(1)  
多元社團(2)

# 資訊安全宣導



## ★學生篇★

- ▶ 教育部「全民資安素養網」網站  
<https://isafe.moe.edu.tw/>
- ▶ 臺北市政府教育局建置之「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>)。

## ★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

## ★家長篇★

- ▶ **一聽**：傾聽孩子的需求。
- ▶ **二規**：對孩子上網作規範。
- ▶ **三動動**：每使用30分鐘3C產品，就要活動10分鐘。
- ▶ **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。
- ▶ **五慣**：五種網路使用的好習慣：
  - (1)人：和父母討論網路交友情形。
  - (2)事：保護自己與他人隱私。
  - (3)時：規定每天網路使用時間上限；  
每天先做完功課再上網。
  - (4)地：睡覺時手機不放床邊。
  - (5)物：使用適合年齡遊戲。
- ▶ **六讚讚**：多稱讚孩子合理使用網路的行為。

# 多元展能 文中榮耀



## ★國文領域：文山小墨客★

- ♥ 111年全國語文競賽  
黃品鈞 閩南語字音字形特優
- ♥ 112年文山分區語文競賽  
林沛妤 國語朗讀 第一名(參加市賽)  
潘涵憶 客語朗讀 第一名(參加市賽)  
黃品堯 閩南語字音字形 第一名(參加市賽)  
余蕎安 寫 作 第四名
- ♥ 中文閱讀能力適性診斷評量  
-----團體A組成績優異獎

## ★英語領域：文山小文青★

### ♥ 111年新北市英語文競賽

顏廷翰	【作文】	特優
何昱璇	【演說】	優等
劉宇杰	【作文】	優等
李天妤	【演說】	甲等

## ★科技領域：文山小工程師★

### ♥ 112年教育部大學社會責任實踐計畫- 彈指翻轉競賽「S2A物聯網設計競賽」

李昀諺	王于城	第一名
蕭均宇	蔡杰倫	第二名



★數學領域：文山小學者★

♥ 中華民國第63屆全國中小學科學展覽會

藍翊庭	莊 瑋	【數學科】	第一名
顏廷翰	黃品鈞	【數學科】	第三名

## ★★★訓育活動

### 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、112 學年度起入學學生(今年七、八年級學生)，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、重大活動行事曆

- (一)112 年 8 月 23、24 日-新生始業輔導
- (二)112 年 11 月 6-8 日-九年級 3 天 2 夜校外教學(畢業旅行)
- (三)112 年 11 月 13-14 日-八年級 2 天 1 夜校外教學(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
隔週四社團時間 (第 6、7 節)	隔週四社團時間 (第 6、7 節)	正式團：週二、週四 16:20-18:15 預備團：週四、週五 16:20-18:15

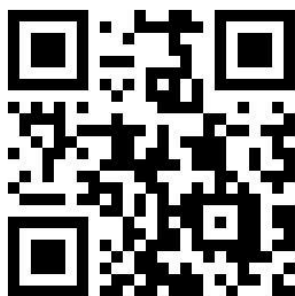
## ★★★生活教育

### 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、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



### 三、學生請假辦法

(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。

1.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。

2.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。

(三)其餘請參閱學生手冊。

### 四、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。

### 五、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。

### 六、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斑馬線

## 七、下載新北校園通 APP

(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 1.選擇子女學區 2.選擇就讀學校 3.雙重資料驗證 4.註冊成功

(三)新增子女 1.左上角三條線 2.設定 3.新增子女

## ★★★體育活動

### 一、本學期重大活動行事曆

(一)112 年 9 月 6 日國民體育日-八年級晨跑

(二)112 年 9 月 13 日國民體育日-七年級單人跳繩

(三)112 年 10 月 25 日七年級班際跳繩比賽

(四)112 年 11 月 9 日八年級拔河比賽

### 二、112 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
112 年 9 月	9/6-9/9 總統盃全國角力錦標賽		09/25-30 台北市中正盃羽球錦標賽 09/24-28 新北市城市夏季盃全國羽球錦標賽
112 年 10 月		10/01-12 全國中正盃大學暨中學籃球賽	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)
112 年 11 月	11/23-11/25 全國中等學校角力錦標賽	10/30-11/15 新北市籃球基訓站區域性對抗賽	
112 年 12 月		12/6-19 國中籃球聯賽乙級(新北市)縣市預賽(暫)	113/01/03-05 新北市中等學校運動會(羽球)
113 年 1 月	113/01/06-07 小學角力錦標賽 113/01/08-09		

	新北市中等學校運動會 (角力)		
113年2月			113/02/22-28 臺北市青年盃羽球錦標賽(暫)

### 三、體育賽事榮譽榜

#### (一)新北市 112 年角力中等學校運動會(3 金 2 銀 6 銅)

##### 【金牌】

(畢業學生)石秉洋-國男希羅式第四級第一名

(畢業學生)范皓為-國男希羅式第六級第一名

808 張唯-國男希羅式第九級第一名

##### 【銀牌】

908 張祐綺-國女自由式第一級第二名

(畢業學生)班廖振樟-國男希羅式第五級第二名

##### 【銅牌】

906 王詹森-國男希羅式第一級第三名

908 林斌-國男自由式第一級第三名

908 薛博仁-國男希羅式第二級第三名

(畢業學生)林俊勇-國男自由式第四級第三名

808 李天妤-國女自由式第五級第三名

(畢業學生)謝卉鎔-國女自由式第六級第三名

#### (二)112 年全國角力錦標賽(2 金 2 銀 3 銅)

##### 【金牌】

(畢業學生)曾柏軒-國中男子組希羅式第四級第一名

(畢業學生)曾少澤-國中男子組希羅式第六級第一名

##### 【銀牌】

(畢業學生)范皓為-國中男子組希羅式第六級第二名

(畢業學生)何品毅-國中男子組希第七級第二名

##### 【銅牌】

906 王詹森-國中男子組自由式第二級第三名

(畢業學生)張雅瑄-國中女子組自由式第五級第三名

(畢業學生)謝卉鎔-國中女子組自由式第六級第三名

#### (三)112 年全國原住民族運動會(2 銀 1 銅)

##### 【銀牌】

(畢業學生)曾少澤-青少年男子組希羅式第六級第二名

(畢業學生)張雅瑄-青少年女子組自由式第五級第二名

##### 【銅牌】

908 林斌-青少年男子組自由式第一級第三名

**(四)112 年全國中等學校運動會(2 銀 2 銅)**

**【銀牌】**

(畢業學生)石秉洋-國中男子組希羅式第四級第二名

(畢業學生)范皓為-國中男子組希羅式第六級第二名

**【銅牌】**

(畢業學生)何品毅-國中男子組希羅式第六級第三名

(畢業學生)曾少澤-國中男子組希羅式第六級第三名

**(五)112 年新北市菁英盃角力錦標賽(6 金 2 銀 8 銅)**

**【金牌】**

908 林斌-青少年男子組希羅式第一級第一名

908 張祐綺-青少年女子組自由式第二級第一名

906 王詹森-青少年男子組自由式第二級第一名

708 陳永仁-青少年男子組自由式第一級第一名

708 高裕翔-青少年男子組希羅式第九級第一名

708 黃凱莘-青少年女子組自由式第一級第一名

**【銀牌】**

808 蔡維力-青少年男子組希羅式第八級第二名

708 謝卉妍-青少年女子組自由式第四級第二名

**【銅牌】**

908 謝呈宇-青少年男子組希羅式第五級第三名

908 張宣婕-青少年女子組自由式第五級第三名

904 張家毓-青少年男子組希羅式第四級第三名

808 葉家睿-青少年男子組希羅式第七級第三名

808 高碩辰-青少年男子組希羅式第八級第三名

808 張唯-青少年男子組希羅式第十級第三名

708 林哲里-青少年男子組希羅式第三級第三名

708 吳承峰-青少年男子組希羅式第三級第三名

**(六)112 年度總統盃全國角力錦標賽(1 銀 2 銅)**

**【銀牌】**

708 黃凱莘-國中女子組自由式第一級第二名

**【銅牌】**

908 林斌-國中男子組希羅式第一級第三名

906 王詹森-國中男子組希羅式第二級第三名

**(七)112 年臺北市青年盃羽球錦標賽(1 銀)**

**【銀牌】**

(畢業學生)黃子耀-國男單打第二名

**(八)112 年新北市議會議長盃羽球錦標賽(1 銀)**

**【銀牌】**

(畢業學生)黃子耀-國男單打第二名

#### 四、體育類課後社團上課時間

角力隊	籃球隊	羽球隊
星期一、二、三、五 16:00-17:00	星期一、三：16:00-18:30 星期二、五：16:00-18:00 星期四：16:00-17:00	星期二：17:00-19:00 星期四：18:00-19:00 星期五：16:00-19:00

#### ★★★健康促進活動

一、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。

二、維持良好體位，為全校共同目標。請家長一起推行「85210」(保我210)，培養學生「均衡飲食，規律運動」之習慣

### 維持良好體位全校目標 (保我210)



# 護眼eye新北市!

學童眼界與眾不同

做好個人防護  
切莫放鬆

09.14 星期四  
新北市驗光生公會  
簡金龍常務理事

本期話題

- 青少年常見的眼疾病及預防方式
- 隱形眼鏡配戴感染問題與預防方式



# 健康體位與健康飲食

今日話題

營養百分百  
人生才精彩



特邀講師  
謝瑄營養師  
統鮮美食股份有限公司

10/12 星期四



# 防治登革熱 蚊蟲不上身



- 落實巡、倒、清、刷
- 校園環境整潔及清消
- 穿著淺色服裝
- 使用政府核可防蚊液
- 出現疑似症狀儘速就醫

發燒 頭痛 後眼窩痛 肌肉關節痛 出疹



新北市政府 教育局

# 新北校園開學 小心疫疫



- 落實防疫三部曲
  - 備妥防疫物資
  - 強化防疫措施
  - 落實防疫應變
- 落實個人衛教宣導
 

注意手部清潔消毒、遵守咳嗽禮節等
- 落實生病不上學、不上班
 

有發燒、呼吸道等相關症狀之師生建議佩戴口罩

新北市政府 教育局



★★★學生健康檢查及疫苗注射

一、112 年 10 月 2 日-七年級新生健康檢查。

二、各項疫苗接種時程：

(一)112 年 9 月 15 日-八年級女生 HPV 疫苗接種。

(二)112 年 10 月 27 日-全校流感疫苗接種。

注意：流感同意書今年改為電子化簽名，校園流感疫苗電子化系統(CIVS)推廣短片

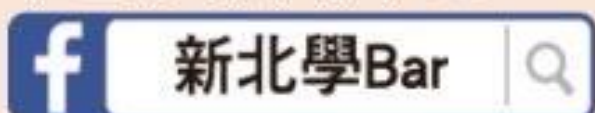


加入新北市政府教育局粉專  
獲得最新教育政策活動資訊

**Step1** 打開FB，搜尋**新北學Bar**  
或直接掃描QR Code

**Step2** 按讚(追蹤)成為**粉絲**  
不定期推出**專屬優惠&抽獎**

趕快掃描吧！



親愛的家長您好

邀請您加入「**新北市教育局行動資訊網絡**」

防疫最新措施、各項教育大小新知  
都可以第一時間即時送到您手中喔！



新北學Bar



Facebook

◆ 新北市教育局官方粉絲專頁 ◆

- 邁向20萬追蹤，第一好評教育粉專  
不定期推出粉絲專屬 📺 優惠、抽獎!!
- 教育政策、防疫新知，學校特色與成果、  
教育資源和新知，活動資訊等包羅萬象
- 別忘了按讚+追蹤，才能看到每日精彩貼文喔！



YouTube



新北市教育局



◆ 新北市教育局官方影音頻道 ◆

- 國中會考、學習歷程、名師線上課程、活動Live  
直播、Podcast等精彩影音各種新北教育相關報  
導通通有～！
- 现在就趕快訂閱+開啟小鈴鐺吧！



新北校園通



◆ 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！

ios



android



貼心服務陸續推出中  
敬請期待乙～





新北市政府家庭教育中心  
Family Education Center, New Taipei City Government



# 我和我的孩子

## 國中篇



新北市政府家庭教育中心  
Family Education Center, New Taipei City Government

## 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。



# 孩子發展



## 如何與孩子談「性」？

對於「性」的避而不談，可能會讓孩子陷入最需要幫助時，無人可以求助的境地。

孩子的成長只有一次，青春期給孩子自然且正確的性教育，會是您給孩子最好的成年禮。



# 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。





## 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。



## 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。 — 曾志朗。

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我的獨特感，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。



## 健康上網不迷惘 陪孩子打贏網路BOSS

### 注意孩子網路成癮的特徵

- 無法控制上網衝動
- 無法上網時感到煩躁、易怒或憂鬱
- 上網時間越來越長
- 出現人際疏離、健康受損、拒學

※若孩子非常符合上述情形，  
建議可進一步尋求專業協助唷~





# 生涯發展紀錄手冊



## 七年級



## 八年級



## 九年級



這本手冊蒐集學生的性向、興趣、價值觀，家人的期待，自己的學習表現，包括學習成就、社團、幹部經歷、獎懲、職業試探結果等，可做為升學選校的參考。

# 生涯手冊家長的話



每年5-6月會發回請家長檢視，請爸媽仔細看完孩子的各項紀錄，找時間與孩子聊聊、於手冊110版第26頁/111版第26頁/112版第25頁寫下給孩子的鼓勵建議並簽名。



## 新北市適性發展職涯領航

### 變動世代的準備

協助孩子培養未來關鍵能力，以「適性發展」為核心理念，辦理各項試探、跨域及精進活動

### 適性發展

升學關鍵資訊、職業試探有樂營隊、技藝教育班、金手培訓、創客教育、各項跨域活動、出國參訪、領袖培育、國際教育

### 專業直營LINE社群

- 專一直營，社群由教育局直接經營，安全有保障！
- 專業分享，純教育資訊，絕無廣告推銷！
- 專區問答，專人為您解惑！
- 專門服務，避免遇到問題找不到人問的狀況！

# 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	658、659	八導辦公室	660、661	九導辦公室	656、657

## 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

## 親子教養優良圖書推薦

書名	簡介
 <p>說不出口的， 更需要被聽懂</p> <p>胡展誥 著</p> <p>目擊賊心對話練習·走進孩子的心</p>	<p>作者：<u>胡展誥</u></p> <p>出版社：<u>遠流</u></p> <p>出版日期：2021/10/27</p> <p>大人與孩子的對話模式，是否仍停留在各說各話、各自表述卻沒有交集的狀態中？這本書與家長分享先從改變觀點與視角開始，可以看見孩子行為背後的內在需求，透過與孩子有效的對話，成為一個身心安定的大人！</p>
 <p>都是想求助</p> <p>黃之盈 著</p> <p>孩子叛逆</p> <p>解鎖半熟大腦×賀爾蒙的生理風暴， 穩定數位焦慮，停止親子內耗</p> <p>在理解孩子之前，先別放棄</p>	<p>作者：<u>黃之盈</u></p> <p>出版社：<u>禾禾文化</u></p> <p>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>校園生活 親子溝通 升學讀書</p> <p>中學老師親授與青少年適用的實用秘笈</p> <p>最國中三年！ 強父母求生指南</p> <p>洛洛老師 著</p> <p>家有國中生，父母好焦慮， 青春期的叛逆和升學的壓力接踵而來。</p>	<p>作者：<u>洛洛老師</u></p> <p>出版社：<u>聯經出版公司</u></p> <p>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，你腦中想得到的問題，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>

## 新北市政府家庭教育中心好康補給站


### 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	新北家庭教育平台資源 LINE
	

### 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。
- ◆提升挫折忍耐力：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。

## 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、經濟紓困	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 (手機加區碼 02)
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