

112
ACADEMIC YEAR

VOL.
2023



基隆市立南榮國民中學

新生始業輔導手冊



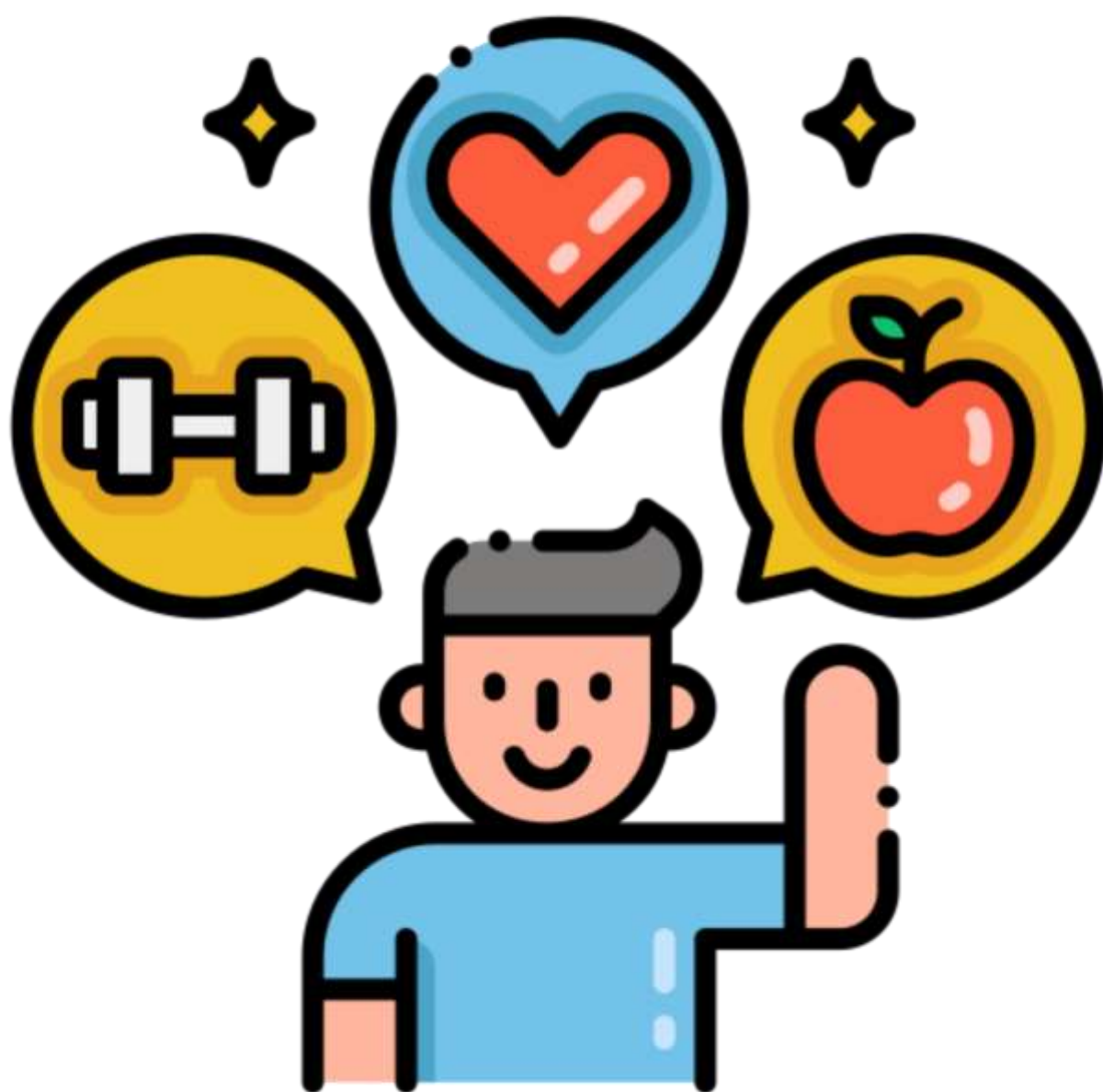
目 錄

一、基隆市立南榮國中 112 學年度新生始業輔導期程·····	1
二、生活教育組·····	2-16
三、體育衛生組·····	17-19
四、教學設備組·····	20-22
五、註冊組·····	23-31
六、實驗教育組·····	32
七、資訊教師·····	33
八、輔導組·····	34
九、生涯規劃組·····	35-36
十、特教組·····	37
十一、輔導室的叮嚀·····	38-40
十二、認識特殊的朋友·····	41-44
十三、名人故事分享·····	45-50
十四、總務處·····	51-54

基隆市立南榮國中 112 學年度新生始業輔導期程

日期	時間 節次		課程內容	承辦單位 或主持人	地點	備註
八 月 二 十 八 日 (四)	早自習	07:15 07:30	集合	導師	各班級	點名及電聯
		07:30 08:00	始業典禮	校長 各處室	圖書室	校長致詞 各處室行政人員
	第一節	08:10 08:55	總務處	總務主任 各組組長	圖書室	總務處業務介紹 總務處各組業務介紹
	第二節	09:05 09:50	教務處	教務主任 各組組長	圖書室	教務處業務介紹 教務處各組業務介紹
	第三節	10:00 10:45	輔導室	輔導主任 各組組長	圖書室	輔導室業務介紹 輔導室各組業務介紹
	第四節	10:55 11:40	導師時間	班導師	各班級	班級業務 (編班排座次、班級隊伍) 填寫基本資料 選班級幹部
	11:50 12:50		午餐、午休			
	第五節	13:00 13:45	學務處	學務主任 各組組長	圖書室	學務處業務介紹 學務處各組業務介紹
	第六節	13:55 14:40	學務處	學務主任 各組組長	圖書室	校園環境介紹 生活常規 注意事項講解
	第七節	14:50 15:35	導師時間	班導師	各班級	班規訂定 環境整理
	第八節	15:45 	統一放學	學務處 班導師	圖書室	學務處廣播通知

生活教育組



新生須注意事項

- 一、到校時間：請於07：30前到校並完成打掃工作(實際到校時間依各班規定)，有遠到證者可於07：50到校(需申請通過)。
- 二、到校請穿著學校制服，體育班學生在專訓時間請穿著規定的訓練服，不可穿著隨意的便服，並於練習完後換回學校制服；冬季則可添加便服外套。在學校內請保持禮貌，見到學校師長請親切問好；如果是校外來賓，也請問候「來賓好」，展現南榮學生該有的禮儀。
- 三、基隆容易下雨，走廊濕滑，嚴禁在走廊奔跑，且下雨天一律行走於走廊，勿於走廊外淋雨，若發現者，處愛校服務打掃一週處分。
- 四、各處室在下課時間常有廣播事項，請各班同學在下課時仔細聆聽廣播聲，並依照廣播事項到該前往的處室集合。
- 五、國中生每學期需有六小時服務學習時數，各處室均有招募小志工，同學可依照需求前往各處室應徵，以達到服務學習時數的要求。
- 六、生教組本學期有招募週朝會司儀人員、衛生與秩序糾察以及旗手，歡迎七年級學生踴躍報名，以上請到生教組填寫申請表，表現良好將核發服務學習時數。

基隆市立南榮國民中學112學年度第一學期遠到證申請辦法

有鑑於本校有來自非學區之學生，交通因素已至於無法在校訂時間07:30前抵達學校，特設立此辦法供其申請，給予遲到時間延至07:50，請各位同學先檢視居住地是否符合以下資格並仔細思考是否需要。

居住地申請資格：

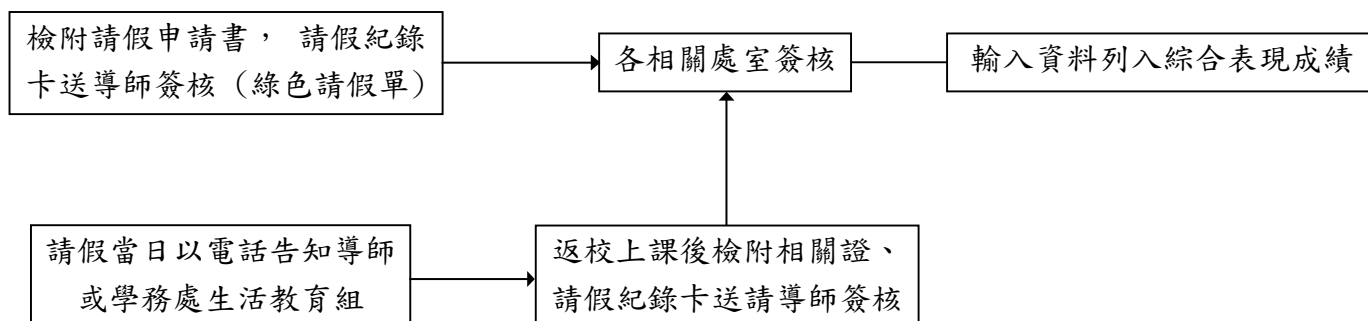
- 一、 往汐止方向過七堵火車站者
- 二、 往暖暖方向過四腳亭者
- 三、 往安樂方向過基金—麥金路口
- 四、 往深澳方向過基隆地方法院者
- 五、 超過國立海洋大學者
- 六、 其他(由學務處審核)

◆ 申請時間：112/08/30 至 112/09/06（逾期不候）

如何辦理請假手續

一、請假種類計有公假、事假、病假、喪假、生理假、產假等。

請假流程表（事前請假）



二、如請假紀錄登記錯誤時，請於接獲通知單立即持相關證明、缺曠課通知單向導師或學務處生教組申請更正。

「國民中學學生獎懲實施要點」有關出缺勤相關規定

為了鼓勵學生持之有恆的學習；也為了培養學生守法的觀念和習慣，「國民中學學生獎懲實施要點」特別明列有關出缺勤的規定，請學生家長督促貴子弟避免有下列的行為。

一、無正當理由曠課，屢勸無效者，應予以警告處分。

二、不假離校外出者，應予以小過處分。

三、無故不參加重要集會者應予以小過處分。

「國民中學學生成績考查辦法」有關出缺勤相關規定

學生請假及曠課將影響到日常生活表現成績，請留意。

日常生活表現成績之考查，以 80 分為基本分數，並依各項規定，分別予以加減；其中出缺勤結果而予以加減之標準：

- 一、以月份為單位，當月未缺席者加 1 分，每學期最高以 5 分為限。
- 二、全學期事假每滿 30 節課者，減 1 分。
- 三、全學期病假每滿 80 節課者，減 1 分。
- 四、無故曠課者每節課減 0.5 分。
- 五、集會（包括升降期、早操、課間活動及其他等）無故缺席者，每滿 4 次減 1 分。
- 六、因公、喪假或不可抗力事件經准假者，不予缺席計。

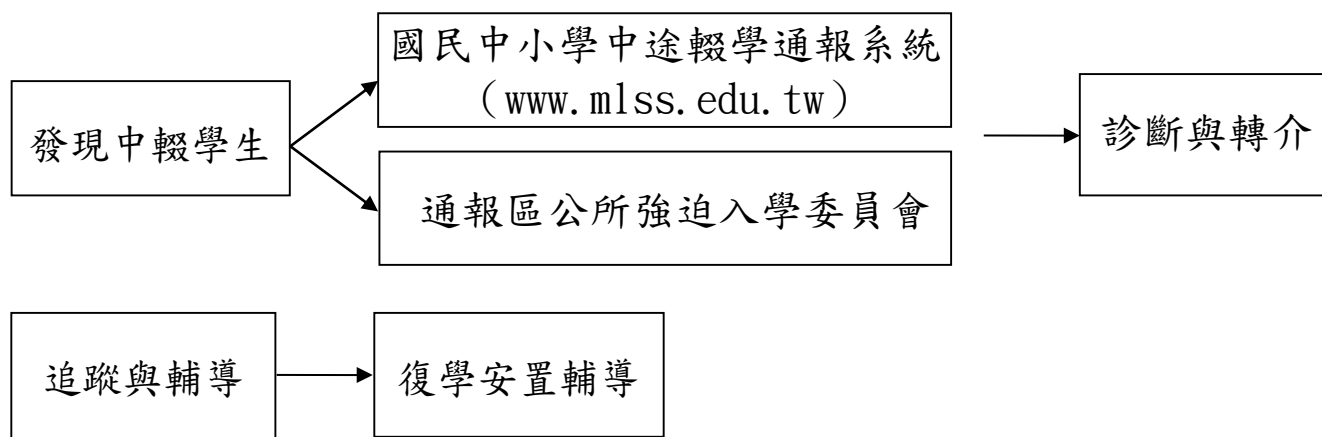
無故缺席之結果

無故缺課將造學習進度無法銜接，影響後續的學習；更重要的是：缺席可能只是表面是的現象而已，真正的原因可能是行為異常或心裡有所困擾，若不及時關心及協助處理，可能衍生更嚴重的問題，請務必和學校老師合作，共謀解決之道。

一、下列缺席的情況將被列為中途輟學：

- （一）未經請假未到校上課達 3 天以上。
- （二）學期開學未到校上課達 3 天以上。
- （三）轉學時未向轉入學校報到達 3 天以上。

二、中輟學生處理流程：



三、中輟生之診斷與轉介：

(一) 了解學生之診斷與轉介。

(二) 協調各處室配合中輟生個案輔導。

(三) 依學生中輟原因轉介至社會局、警察局、醫療院所或所在地區之少輔組等相關機構協同追蹤輔導與協尋。

(四) 中輟學生復學安置輔導學校對復學生就編班、補救教學、親師懇談及個案輔導等做適切安置輔導，並請家長及相關單位共同輔導。

家長備忘

「強迫入學條例」第九至十一條內容摘要-----

- 一、 以入學之適齡國民，無故中途輟學或長期缺課者，由學校勸導督促；如不遵從，報請區公所處罰其父母或監護人。
- 二、 經警告並限期入學，仍不遵從者，由區公所處一百元以上罰鍰並限期入學；如未遵現入學，得繼續處罰至入學為止。
- 三、 逾期不繳者，移送法院強制執行。

基隆市立南榮國民中學學生臨時外出管理辦法

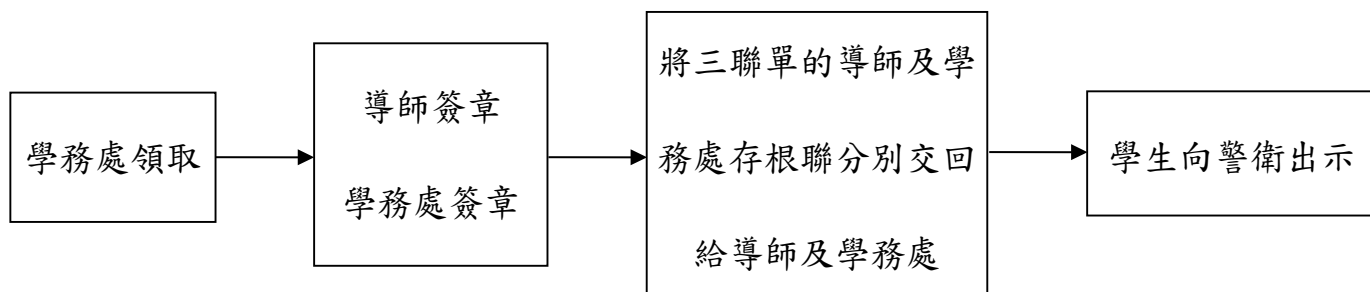
一、主旨：

- (一) 學生急事或病痛經導師准許，進出校門之管理。
- (二) 培養學生遵守校規，以養成規範及保持校園寧靜。
- (三) 確實掌握學生外出情形，以維護學生離校後之安全。

二、辦法：

- (一) 本外出單一式三聯，置放於學務處。
- (二) 經導師同意，至學務領取三聯單填寫。
- (三) 由導師簽名、學務處簽章後，將存根聯分別交給導師及學務處。
- (四) 在出校門時將學生收執聯出示於警衛證明，始可外出。

三、外出流程圖：



長班	時間	外出事由	外出時間	外出地點	基隆市立南榮國民中學學生臨時外出請假單
導師	月 日 時 分至 月 日 時 分				年 班 號 座 姓名
副班長	時間	返校時間	月 日 時 分		

明經養護身隨生學：聯三第

長班	時間	外出事由	外出時間	外出地點	基隆市立南榮國民中學學生臨時外出請假單
導師	月 日 時 分至 月 日 時 分				年 班 號 座 姓名
副班長	時間	返校時間	月 日 時 分		

理管勤納出正班學：聯二第

長班	時間	外出事由	外出時間	外出地點	基隆市立南榮國民中學學生臨時外出請假單
導師	月 日 時 分至 月 日 時 分				年 班 號 座 姓名
副班長	時間	返校時間	月 日 時 分		

委存納傳：聯一第

基隆市立南榮國民中學生活常規實施要點

一、服裝儀容：

- (一) 服裝：全體學生平時應著校服或依各班導師訂定穿著該班班服。
- (二) 鞋襪：無硬性之規定。
- (三) 書包以不塗鴉之 學校書包為主 。

二、平日禁止帶至學校之物品：

- (一) 香煙、檳榔等吸食物品。
- (二) BB 槍、鞭炮、刀械等危險物品（美工刀因課程所需除外）。
- (三) 其他與學習活動無關之書刊（郵購目錄、小說、漫畫等 ）、錄音帶、CD、光碟、電動物品如遊戲機、平板電腦、MP3）等。

三、班級活動：

- (一) 全班移動一律整隊再帶至指定地點、行進間禁止交談，保持安靜。
- (二) 非教室課或集合，於指定時間三分鐘內就位完畢。
- (三) 上課或聆聽演講時，保持安靜及規定姿勢，藝能課亦不能影響他班。

四、個人行為：

- (一) 嚴格禁止學生有言語恐嚇、強借款物、亂傳話、抽煙、吸食違禁物等行為。
- (二) 個人遭受侵害或有不法行為時應發揮道德勇氣，儘速向導師或學務處老師報告，協助導正。
- (三) 在校內不大聲喧嘩，製造噪音，更不得在教室內、外及走廊打球、奔跑，以維安全。
- (四) 遇見學校老師輕聲說「老師好」，遇見外賓說「來賓好」；遇見老師與外賓同行說「老師好、來賓好」
- (五) 尊敬師長不得頂撞，自認有委屈，應找導師、學務處、輔導處申訴，尋求解決。
- (六) 上學不得遲到早退，未請假不得擅自離校，禁亂丟垃圾、禁說穢言，禁止嚼食檳榔、口香糖、吸管。
- (七) 未經老師允許不得進入其他班級教室或空教室之中，亦不可到非本年級走廊走動。

五、上學、放學：

- (一) 注意交通安全，走人行道天橋，禁止三人以上並排行進。過馬路走斑馬線，排隊上下車不得推擠，交通車上嚴守乘車紀律。
- (二) 上下學途中不得於店家、放學路線逗留，購買完物品立刻離開，更不可有邊走邊吃或服儀不整等妨礙校譽之言行。
- (三) 不得由家長以外人員接送，機車接送者須有駕照並同時戴安全帽。
- (四) 早上六時五十分前避免到校以維護自身安全，到校之後一律在教室食用早餐，至打掃時間方能出教室。
- (五) 放學鐘響二分鐘內，除老師規定留校者外，其餘學生必須迅速離開教室放學，放學過程中，不得藉故延宕。

六、每位同學個人責任：

- (一) 準時繳交作業，準時上學不遲到。
- (二) 每天回家讀書，書包裏至少有兩本以上的教課書及一本聯絡簿。
- (三) 每天在家分擔家務，循規蹈矩，不給家長、老師添麻煩。

七、愛護公務，珍惜資源：

- (一) 電燈、電扇，使用完後務必關上電源，洗手應節約用水。
- (二) 蓄意破壞公物者一律請家長到校賠償，並按校規懲處。

◆ 上列各點，請務必遵守，違反校規者，除接受行政處分外，並抄寫生活常規實施準則乙次。

班級：____年____班 座號：_____ 姓名：_____

家長簽名：_____

年 月 日

輔導與管教的時機

遵守校規，行為良好之學生不會受懲罰，會有快樂自在之學校生活。任何學生若有下列行為，則需要接受輔導與管教：

- 一、干擾或妨礙教學活動正常進行者
- 二、違反校規、社會規範或法律者
- 三、從事有害身心健康之行為者

(教師輔導與管教學生辦法第八條)

畢業條件

學生畢業與否，日常生活表現成績是重要關鍵因素，所謂日常生活表現成績乃指學生的出缺席情形、獎懲、日常行為表現、團體活動表現、公共服務表現、校內外特殊表現。

❖ 學生畢業條件，需兼具下列條件：

- 一、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、學生經過學校提供改過銷過機會後，未有記滿三大過者。
- 三、八大學習領域有四大學習領域以上畢業總平均成績丙等以上者。

❖ 修業期滿成績不合前項規定者，發給修業證明書。

請注意

- ※ 曠課每節扣0.5分，只要某學期曠課太多，則日常行為表現成績就會不及格。因此，凡因故不能上學者，請務必依學校規定請假，避免因曠課太多而無法畢業。尤其逃學、翹課是造成曠課之主因，請家長督促學生按時上學。
- ※ 受懲罰記過紀錄者，會扣減日常生活表現成績分數。因此經考察已有改過自新之事實者，可請老師向學務處提出銷過申請，以免留下紀錄及扣減成績。
- ※ 凡學生在校期間能謹守本份，遵守校規，努力向學，就是畢業之保證。切莫以身試法而無法順利畢業。

校園性侵害性騷擾或性霸凌防治

◆ 校園性侵害、性騷擾或性霸凌之樣態及界定：

一、性侵害：指「性侵害犯罪防治法」所稱性侵害犯罪之行為。

二、性騷擾：指符合下列情形之一，且未達性侵害之程度者：

（一）以明示或暗示之方式，從事不受歡迎且具有性意味或性別歧視之言詞或行為，致影響他人之人格尊嚴、學習、或工作之機會或表現者。

（二）以性或性別有關之行為，作為自己或他人獲得、喪失或減損其學習或工作有關權益之條件者。

（三）性霸凌：指透過語言、肢體或其他暴力，對於他人之性別特徵、性別特質、性傾向或性別認同進行貶抑、攻擊或威脅之行為且非屬性騷擾者。

（四）性別認同：指個人對自我歸屬性別的自我認知與接受。

校園性侵害性騷擾或性霸凌防治準則特別摘錄

第 7 條 教師於執行教學、指導、訓練、評鑑、管理、輔導或提供學生工作機會時，在與性或性別有關之人際互動上，不得發展有違專業倫理之關係。教師發現其與學生之關係有違反前項專業倫理之虞，應主動迴避或陳報學校處理。

第 8 條 教職員工生應尊重他人與自己之性或身體之自主，避免不受歡迎之追求行為，並不得以強制或暴力手段處理與性或性別有關之衝突。

校園霸凌防制準則特別摘錄

- 第 六 條 學校應加強教職員工生就校園霸凌防制權利、義務之認知；學校教職員工生於進行校內外教學活動、執行職務及人際互動時，應發揮樂於助人、相互尊重之品德。校園霸凌防制應由班級同儕間、師生間、親師間、班際間及校際間共同合作處理。
- 第 七 條 學校應透過平日教學過程，鼓勵及教導學生如何理性溝通、積極助人及處理人際關係，以培養其責任感、道德心、樂於助人及自尊尊人之處事態度。學校及家長應協助學生學習建立自我形象，真實面對自己，並積極正向思考。
- 第 八 條 學校對被霸凌人及曾有霸凌行為或有該傾向之學生，應積極提供協助、主動輔導，及就學生學習狀況、人際關係與家庭生活，進行深入了解及關懷。
- 第 九 條 教師應啟發學生同儕間正義感、榮譽心、相互幫助、關懷、照顧之品德及同理心，以消弭校園霸凌行為之產生。教師應主動關懷及調查學生被霸凌情形，評估行為類別、屬性及嚴重程度，依權責進行輔導，必要時送學校防制校園霸凌因應小組確認。

懲罰說明表（一）

學生獎懲實施要點第十一條

● 凡學生有下列行為之一者，應予記警告。記警告者，每次減綜合表現成績1分。

- 一、禮貌不周，經勸導後仍不知改正者。
- 二、與同學吵架，情節輕微者。
- 三、學生間發生金錢借貸行為情節輕微者。
- 四、上放學期間未遵守交通規則，經尊長勸導後仍不知改正者。
- 五、上課時不專心聽講，屢經提醒仍不知改正者。
- 六、不聽班級幹部善意勸告者。
- 七、屢次不按時交作業者。
- 八、升降旗或各項集會態度隨便者。
- 九、不履行班會規定或生活公約情節輕微者。
- 十、值勤不盡職者。
- 十一、無正當理由經常遲到者。
- 十二、在公共場所大聲喧嚷影響秩序者。
- 十三、上課或集會無故離開者。
- 十四、因過失破壞公物而不自動報告者。
- 十五、篡改電腦程式造成老師困擾者。
- 十六、網路留言不當，散佈不當圖片、影片者。
- 十七、言詞或行為導致他人名譽減損，情節輕微者。
- 十八、欺騙尊長情節輕微者。
- 十九、寒暑假期間未依規定返校打掃，且未辦理請假。
- 二十、在校或代表學校參加校外活動、競賽，未向學務處申請而擅自使用手機者。

懲罰說明表（二）

學生獎懲實施要點第十二條

- 凡學生下列行為之一者，應予記小過。記小過者，第一次減綜合表現成績 2 分，第二次減 2 分，第三次以上每次減 3 分。

- 一、欺騙尊長屢勸不改者。
- 二、學生間發生金錢借貸行為情節嚴重者。
- 三、故意破壞公物情節輕微者。
- 四、違反試場規定情節輕微者。
- 五、攜帶不正當書刊，圖片或影帶者。
- 六、隨地吐痰或拋棄廢物，妨害團體整潔者。
- 七、冒用或偽造家長文書印章者。
- 八、不假離校蹺課者。
- 九、塗改請假單，點名簿成績單或其他資料者。
- 十、竊盜行為情節輕微者。
- 十一、不遵守交通規則情節重大者。
- 十二、上課不遵守上課秩序屢勸不聽。
- 十三、無故不參加重要集會或活動者。
- 十四、毆打同學或故意致同學受傷情節輕微者。
- 十五、違犯記警告之規定，其情節較嚴重者。
- 十六、經學校性別平等教育委員會調查確認為校園性騷擾或性霸凌事件行為人但情節輕微者。
- 十七、無照騎乘機車 經查明屬實者
- 十八、網路留言不當，經勸導後 屢勸不聽。

懲罰說明表（三）

學生獎懲實施要點第十三條

● 凡學生有下列行為之一者，應予記大過。記大過者，每次減綜合表現成績7分。

- 一、樹立幫派或不良組織者。
- 二、集體械鬥。
- 三、上課不遵守上課秩序或毆打同學情節重大者。
- 四、誣蔑師長，態度傲慢者。
- 五、竊盜行為情節較重者。
- 六、勒索、威脅、恐嚇者。
- 七、酗酒、賭博、吸食或注射麻醉品、經查明屬實者。
- 八、攜帶違禁物品，足以妨害公共安全者
- 九、故意損毀公物情節重大者。
- 十、糾合校外人士到校滋事者。
- 十一、經學校性別平等教育委員會調查確認為校園性侵害，或性騷擾及性霸凌事件行為人，但情節嚴重者。
- 十二、經學校防制校園霸凌因應小組調查確認為校園霸凌事件加害人。
- 十三、提供機車供同學騎乘。
- 十四、無照騎乘機車屢勸不聽。
- 十五、校內或穿著校服於校外抽菸 電子煙、飲酒破壞校譽者。
- 十六、參予校外教學活動 攜帶違禁物品經查明屬實者。
- 十七、參予校外教學活動與他校學生發生衝突以致影響校譽。
- 十八、違反公共危險條例者。
- 十九、違返試場規定情節重大者。
- 二十、涉入校外打架滋事者。
- 二十一、遭警寄送偏差行為書且經查明屬實者。
- 二十二、抽煙 含電子煙、飲酒、嚼檳榔或攜帶、提供經查明屬實者。

認識南榮國中上、放學危險路段

請同學們行經該路段時，都應更加小心，注意安全以減少意外事件的發生。

◎ 以下照片是我們每天上放學會經過的幾個較危險路段。



校外斜坡涼亭轉彎處，行走時應注意來車！



南榮國小校門口，注意家長接送停車時，造成道路狹窄問題。



此路口通行車輛較多，務必行走天橋。另需注意319巷道路較狹窄，會車時行人更需小心！



往八堵方向的路口，通行時務必遵守交通號誌！



行人綠燈通行此路口時，仍有車輛可紅燈右轉上南新街。行走時務必注意前後來車！



往三坑火車站方向，通行時務必遵守交通號誌及行走於斑馬線上，勿任意穿越馬路。

因應對策：加強宣導，並請值週老師於值勤時特別注意，同時學務處老師於上放學時間會在各危險路口不定點巡邏，避免危險產生。

體育衛生組



體育器材借用規定

- 一、本校體育正課、運動賽會、代表隊訓練及師生課外活動等借用器材，悉依本借用規定辦理。
- 二、本校運動器材借用以教學為主，除體育課、校隊練習、校內比賽及教職員活動可借用器材外，其他課外活動、社團練習及比賽需視本校場地及器材使用狀況而定。
- 三、借用器材須先辦理登記手續，手續規定：體育授課教師指派學生至學務處，填妥體育器材借用登記簿，清點數量後即可領取器材，上課結束後，應立即歸還器材，交由管理人員清點確認無誤，於登記簿上簽名即完成歸還程序。
- 四、體育正課使用器材，由各班負責同學至器材室辦理借用登記手續，下課後十分鐘內並負責立即歸還程序。
- 五、器材遺失或損壞者，如屬上課借用者由借用班級共同負責賠償，如屬個人借用者由個人賠償。
- 六、借用器材用畢後，嚴禁私相轉借，如有損壞或遺失應由原借用人照價賠償，如係自然破損者，應即送還器材室，不得任意拋棄，其未送還者，則以遺失論。
- 七、本校各項器材未經允許，一律禁止借出校外使用。

資源回收宣導



一、認識資源回收標誌：

回收標誌中四個逆向箭頭中，每一個箭頭分別代表資源回收四合一制度中之一者，即為社區民眾、地方政府清潔隊、回收商及回收基金四者共同參與資源回收工作。

二、分類原則：

(一) 廢紙類：先行除去塑膠封面、膠帶、線圈、釘書針等非屬紙類物品，裝成一箱或打包成一捆（書籍）。

(二) 保特瓶：

1. 去瓶蓋，並將瓶蓋另外分裝。

2. 倒空容器內之殘餘物，用水洗淨，瓶身壓扁。

(三) 塑膠類：倒空容器內之殘餘物，用水洗淨，塑膠杯疊放整齊。

(四) 紙餐盒：倒空容器內之殘餘物，用水洗淨，紙盒、紙杯依大小疊放整齊。

(五) 鐵鋁罐：倒空容器內之殘餘物，用水洗淨，壓扁。

(六) 鋁箔包：倒空容器內之殘餘物，去除瓶身塑膠包裝，壓扁。

(七) 玻璃類：將瓶上的軟木、金屬圈、金屬蓋等除下，並清洗乾淨。

(八) 廢光碟片、廢電池：直接送至學務處體衛組回收。

資源回收時間：每週二、五，中午12：10 至12：25

請依類別回收，勿任意將回收物品丟置於地上！

保護地球，人人有責！

基隆市立南榮國中 學務處體衛組



校園蚊子最愛的地方 你清了嗎？



廁所馬桶



花盆底盤



水溝



洗手台下方



打掃用具



瓶罐空箱



冷卻水塔



塑膠布、帆布



樹洞



清除孳生源4步驟

1 巡

經常巡檢，
避免戶內外積水

2 倒

清除積水，
必要的容器倒置

3 清

容器減量，
清除不要的容器

4 刷

刷洗容器，
避免蟲卵再附著



衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC



www.cdc.gov.tw



1922防疫專線
www.facebook.com/TWCCDC

疫情通報及關懷專線：(1922) 24小時

教學設備組



工作內容簡介

- 一、編排課表、抽查教室日誌及作業。
- 二、辦理教學設備之借用事宜。
- 三、師生圖書借閱事宜。
- 四、本土語言課程辦理。

注意事項

- 一、請各班學藝股長或職務代理人於每日早自習結束後至教務處查看當日調代課表，並和授課教師確認授課節次。如教師於課堂鐘響 5 分鐘後，尚未進入班級授課，請學藝股長或職務代理人至教務處通知。
- 二、教學日誌及課堂作業不定期辦理抽查，請各班學藝股長及新生注意相關訊息。
- 三、如有申請參加本土語言課程，請注意教學組通知授課時間及注意事項。

112 學年度第一學期重要教學活動事項

- 一、課後課程開課時間及結束時間：

	時間
七八九年級第八節課輔	112 年 9 月 18 日(一)起至 12 月 28 日(四)止
九年級夜自習	112 年 9 月 18 日(一)起至 12 月 28 日(四)止
學習扶助	112 年 9 月 25 日(一)起開課

- 二、本學期三次成績定期評量時間：

	時間
第一次定期評量	112 年 10 月 11、12 日（星期三、四）
第二次定期評量	112 年 11 月 28、29 日（星期二、三）
第三次定期評量	113 年 1 月 18、19 日（星期四、五）

三、學期結業時間：113 年 1 月 19 日(五)。

四、第二學期開學日：113 年 2 月 17 日(六) 正式上課。

基隆市南榮國中線上學習資源

以下收錄其他線上學習網站，亦可從校網進行連結（學校網頁→教學專題→防疫停課不停學-線上學習網站→均一教育平台、因材網、pagamo教育平台），方便學生於課後進行線上學習。

康軒學習網	https://www.yourclass.com.tw/
南一線上學習網	https://student.oneclass.com.tw/
翰林線上學習網	https://eventprotect.hle.com.tw/
因材網	https://adl.edu.tw/HomePage/home/
均一教育平台	https://www.junyiacademy.org/
教育雲線上教學便利包	https://learning.nchu.cloud.edu.tw/onlinelearning/
英語線上學習平台	https://www.coolenglish.edu.tw/
PaGamO 線上學習平台	https://www.pagamo.org/
科普一傳百	https://etrans.tw/
LIS 情境科學教材	https://lis.org.tw/

以上資訊可參考本校網站：<https://nrjh.kl.edu.tw/> 教學專題 / 防疫停課不停學-線上學習訊息

其他訊息

- 一、 有關十二年國民基本教育課程綱要，相關宣導簡報及常見問答等資料下載網址如說明(路徑：教育部官網首頁/資料下載/十二年國教課綱座談會會議資料；網址：
https://www.edu.tw/News_Content.aspx?n=0217161130F0B192&s=F203B0FC1270A1B9)，請各位家長自行下載使用。
- 二、 函轉教育部國民及學前教育署委請國立臺北教育大學建置「國民中小學課程與教學資源整合平臺」之推廣文宣資料。資料下載網址如說明（平臺介紹短片：<https://reurl.cc/lQjlap>）。

註冊組



一、學籍管理：

- (一) 新生入學編班、學生基本資料建立。
- (二) 學生註冊。
- (三) 學生轉出、轉入及畢業生離校等學籍異動作業（相關規定如附件）。
- (四) 學籍證明（如學生證、樂學卡、在學證明及畢 / 修業證書等）之製發。
- (五) 樂學卡 / 學生證。

- 1. 申辦：七年級統一申辦，繳交照片電子檔（建議正式或國小畢業照片）。
- 2. 遺失：可線上申辦（停卡掛失→線上申請補發→超商繳費100\$→卡片寄到家）。

二、成績管理

- (一) 成績處理及成績單印發。
- (二) 書卷獎及進步獎印發。
- (三) 補考通知及成績處理。
- (四) 應屆畢業生畢修業學業成績審核（相關規定如附件）。

三、獎助學金及減免申請：

- (一) 辦理獎助學金申請作業。
- (二) 辦理減免身分。
- (三) 申請方式：導師推薦或學生主動申請。

四、升學報名：

- (一) 九年級辦理四次模擬考。
- (二) 會考報名。
- (三) 離校手續。
- (四) 高中、高職及五專之升學報名。

*** 升學管道：完全免試、優先免試、基北免、五專、特色招生…**

五、本土語相關業務：

- (一) 協助安排本土語課程。
- (二) 辦理相關檢定作業。
- (三) 本土語課程成果製作。

基隆市國民中小學學生成績評量補充規定

96年3月30日基府教學貳字第0960070471號函頒

97年5月21日基府教學貳字第0970128814號函頒修正

101年8月27日基府教學貳字第1010173635號函頒修正

104年2月17日基府教學貳字第1040206359號函頒修正

109年2月15日基府教學壹字第1090204680號函頒修正

全文十五點

- 一、 本補充規定依國民教育法第十三條第一項及國民小學及國民中學學生成績評量準則訂定之。
- 二、 基隆市公私立國民小學與國民中學(以下簡稱國民中小學)辦理學生成績評量，除依國民小學及國民中學學生成績評量準則之規定外，應依本補充規定辦理。
- 三、 國民中小學學生領域學習課程成績評量範圍如下：
 - (一) 國民小學階段：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、健康與體育等七項領域。
 - (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、健康與體育等八項領域。
- 四、 國民中小學學生日常生活表現之評量，應參酌下列行為事實記錄之：
 - (一) 出缺席情形：含事假、病假、曠課、公假及喪假等紀錄。
 - (二) 獎懲情形：依實際獎懲情形記錄之。
 - (三) 團體活動表現：依班級活動、社團活動、學生自治活動、學校活動及綜合活動學習領域等參與情形評量，並以文字詳實描述。
 - (四) 品德言行表現：依平日個別行為觀察、談話紀錄、家庭訪視紀錄之資料等評量，並以文字詳實描述。
 - (五) 公共服務及校內外特殊表現：依實際表現記錄之。

五、國民中小學學生成績評量方式，由學校課程發展委員會通過後實施。

領域學習課程及彈性學習課程定期評量中紙筆測驗之次數，每學期至多三次；除學校另有規定外，六年級及九年級下學期以二次為原則。

六、國民中小學學生領域學習課程及彈性學習課程之定期及平時評量，各占該學習課程之學期成績評量結果百分之四十及百分之六十為原則。

領域學習課程之學期總成績，為各領域學習課程之學期成績，乘以各該領域課程每週學習節數所得總和，再以每週領域學習課程總節數除之。

國民中學學生領域學習課程有二學科以上者，其成績評量得分科辦理，分科成績占該領域學習課程成績之權重比例，依各分科授課時數比例訂之。

七、國民中小學學生經核准給假，不能參加定期評量者，准予銷假後補行評量；未請假因故不能參加評量者，經申請後准予補行評量。

補行評量應於學期成績評量結果完成前辦理。

學生未參加定期評量且未補行評量者，該次評量成績以零分計算。

八、國民中小學學生補行評量成績依下列方式計算：

（一）經學校核准給假、大陸或國外轉學生轉入當學期或其他不可抗力因素，致不能參加定期評量者，按實得分數計算。

（二）非前款所列情形，補行評量成績在六十分以下者，依實得分數列計；超過六十分者，其超過部分以七折計算後列計。

九、國民中小學學生經學校核給公假，公假期間之平時評量，得以實作評量代替之。

十、國民中小學學生依規定辦理長期病假後復學者，得採計其復學後重讀之成績；請假期間提前復學者，成績計算應以復學後之成績為準。

轉入學生如其部分課程成績無法連貫計算時，得依轉入前就讀學校之課程成績計算，或按學科測驗之成績評定之。

十一、國民中小學學生成績評量之登記及處理應資訊化，並依下列規定辦理：

(一)國民中學學生領域學習課程及彈性學習課程由學校教務處主辦；日常生活表現由學校學務處主辦；各班級導師及任課教師應配合辦理。

(二)國民小學學生領域學習課程、彈性學習課程及日常生活表現，由各班級導師或任課老師辦理。

十二、國民中小學學生學習過程中各領域學習課程及彈性學習課程之成績評量結果未達及格基準者，學校應實施補救教學或相關補救措施。學生經補救教學或相關補救措施成績評定及格者，前項學習課程成績應調整為六十分；不及格者，就其補救教學或相關補救措施成績或原評量成績擇優登錄。

十三、國民中小學應成立學生成績評量審查委員會(以下簡稱審查委員會)，研議、審查學生成績評量事宜。

審查委員會置委員五至十七人，由學校行政人員、教師、教師會及家長會等代表組成。

十四、國民中學學生除學校函送家長切結書經本府核准者外，均應參加國中教育會考。

十五、本補充規定經市務會議通過後函頒實施。

基隆市南榮國民中學學生成績評量結果未達丙等之預警、輔導、補考實施要點

105年03月16日臨時校務會議通過

109年02月24日期初校務會議修正通過

一、依據：

- (一) 教育部108年6月28日修正「國民小學及國民中學學生成績評量準則」第十一條。
- (二) 基隆市政府109年2月17日基府教學壹字第1090204680號函頒修正「基隆市國民中小學學生成績評量補充規定」。
- (三) 基隆市政府104年02月26日基府教學參字第1040207117號「基隆市國民中小學學生成績評量結果未達丙等之預警、輔導、補考實施原則」。

二、目的：

為整合相關資源，針對學習低成就學生落實預警、輔導及補救措施並及時提供協助，縮短學習落差，提升學生學習成效與評量正常化。

三、預警及輔導措施：

- (一) 每學期利用校內會議、新生始業輔導及親職座談會等各項管道，向老師、家長及學生宣導成績評量相關規定。
- (二) 期初預警：每學期初由教務處統計前一學期學習領域不及格之學生名單及科目，以書面通知學生及家長，於學校指定日參加學校辦理之補考補救措施。
- (三) 期中預警：領域任課教師依據定期評量結果，針對學生學習成效不佳者，應提醒學生加強課業學習，並安排課餘時間進行課業教學輔導，適時給予補救措施，輔導方式由教師自行規劃，並做成輔導紀錄表。

(四) 期末通知：於每學期結束後一個月內，將學生學習領域及日常生活表現之成績評量紀錄及文字描述以書面成績單通知家長，使家長了解學生之學習成果。對於領域學期成績未達丙等之學生提醒其注意子女之學習成效，共同協助提升學生弱勢科目之學習成效或督促其行為之改善，期能順利領取畢業證書。

(五) 各班導師及任課教師對於學習低成就之學生應詳作記錄，以瞭解成績落後之原因，對於學習有困難之學生，應主動聯繫並協商提高該生學習成效之方案，並視需要得轉介輔導室或相關處室進一步協助。

四、補考措施：

(一) 實施方式：

1. 於每學期第一次定期評量前，由教務處統計學習領域成績未達丙等之學生名單及科目，印製補考通知單暨家長同意書通知學生及家長。
2. 每位學生各學期各科以公告時間補考1次為限，未繳交同意書回條或逾期未參加者，視同放棄補考機會。

(二) 考試日期：依教務處公告。

(三) 考試範圍：以該學期教學內容為原則。

(四) 評量方式：以多元評量方式辦理，並以同年級相同評量方式為原則，如紙筆測驗及表單、實作評量、檔案評量等。各教學領域應於每學期第一次領域會議，決定補考評量方式，並錄事於會議記錄。

(五) 命題：每學期由各教學領域排定補考命題負責教師，依教務處公告之日程，於補考日程前一週繳交試題，由教務處製卷。

(六) 監考：由各教學領域排定補考監考負責教師。

(七)閱卷：由各教學領域排定補考閱卷負責教師，於補考結束一週內完成閱卷及成績登錄。

(八)成績計算：補考及格者，該領域學期成績以60分計算；補考不及格者，由該領域學習成績及原始分數擇優採計。補考後之成績將取代學期領域成績。

五、本要點經校務會議討論通過後，經校長核定後實施，修正時亦同。

基隆市立南榮國民中學學生成績優良獎勵要點

103年5月2日校內訓輔會報通過

一、目的：為鼓勵本校學生勤奮向學，爭取榮譽，提高讀書風氣，期能激發其榮譽心與責任感，特訂定本要點。

二、獎勵種類：

(一)書卷獎：段考各科成績達80分以上，且總平均達90分以上。

(二)進步獎：每學期第二次、第三次段考較前次段考成績進步最多，每班1名。

三、獎勵方式：頒發獎狀乙紙，並公開頒獎表揚。

四、本要點經校內訓輔會報通過後實施。

基隆市南榮國民中學112學年度辦理實驗教育入（轉）學要點

一、依據教育處109年4月23日基府教學參字第1090218979號函、基隆市南榮國中109學年度學校型態實驗教育計畫辦理。

二、新生入學辦理原則

（一）招生對象：設籍本市之新生；以設籍本校學區內之新生優先，若有餘額則開放設籍本市其它學區之新生入學。

（二）招生人數：新生普通班2班，每班20人(含特殊生酌減人數)；體育班1班，每班20人，共計60人。

（三）辦理方式：

1. 以設籍本校學區內之新生優先分發入學，額滿為止。學區裡別包含誠仁、曲水、福仁崇文、吉仁、育仁、英仁、龍門、德厚、文安、獅球、兆連、同風、明德、朝棟、書院、光華。
2. 學區內報到人數若超過招生人數，依學生設籍先後排序分發至額滿為止。若設籍日期相同，以抽籤決定。
3. 學區內新生報到作業截止後若尚有餘額，將於校網公告缺額，於指定時間開放設籍本市其它學區及學區內補報到之新生現場登記報到。若登記人數超過缺額人數，則於公告登記時間截止後，辦理現場抽籤決定。現場抽籤叫號三次未到者，視同放棄。
4. 新生辦理登記報到時均須攜帶一年內開具(以報到日往前推算)且含詳細記事之戶口名簿或戶籍謄本，於學校公告指定時間內完成報到作業。逾時或資料不全視同未完成報到手續。
5. 凡學區內因超額、未完成報到手續以及其它因教育選擇考量不就讀本校之新生，均依其設籍地距離，轉介至鄰近未額滿學校就讀。設籍本市其它學區但未獲錄取之新生，應返回其原學區學校辦理入學。

6. 報到作業完成後，若已錄取之新生放棄報到或轉出至其它學校，學校不另再辦理補報到招生作業，其釋出之缺額將於開學前依本校轉入學原則公告辦理。

三、轉入學辦理原則

- (一) 學校考量實驗教育系統性與學習歷程之完整性，轉入需以完整學期為範圍，學期當中不招收轉學生。如因學生轉出或其他原因而產生缺額時，統一於寒暑假開放辦理轉入登記，每學期以辦理一次為原則。各年級轉入之缺額及辦理登記時間於開學前一週於校網公告，開放設籍本市之學生辦理登記。公告時間截止後，轉入生依人數較少之班級順序編配。若登記人數超過缺額人數時，辦理抽籤決定；若登記人數不足，餘額則保留至下學期寒暑假辦理。
- (二) 因教育選擇考量欲辦理轉出之學生，若設籍本市其它學區，則返回其原學區學校辦理入學。若設籍本校學區，得依其設籍地距離，轉介至鄰近未額滿學校就讀。

四、本要點自中華民國一百零九年八月一日以後入學之新生適用之。

實驗教育組



實驗教育組

★ 工作內容簡介：

- 一、辦理實驗教育相關計畫規劃、運作、核銷與成果。
- 二、辦理實驗教育相關教師研習。
- 三、規劃辦理各項實驗教育課程、營隊與參訪活動。
- 四、實驗教育理念宣導。
- 五、其他臨時交辦事項。

★ 活動預告：

- ◎ 8月：學習力與表達力營隊。
- ◎ 9月、10月、4月：攀樹與定向越野體驗營。
- ◎ 9月：進學禮。
- ◎ 10月：網紅社群表達力課程。
- ◎ 12月：AI課程、電商拍賣活動。
- ◎ 6月：校際交流活動。

更多精采有趣的課程活動，等你/妳來體驗跟探索！

資訊教師

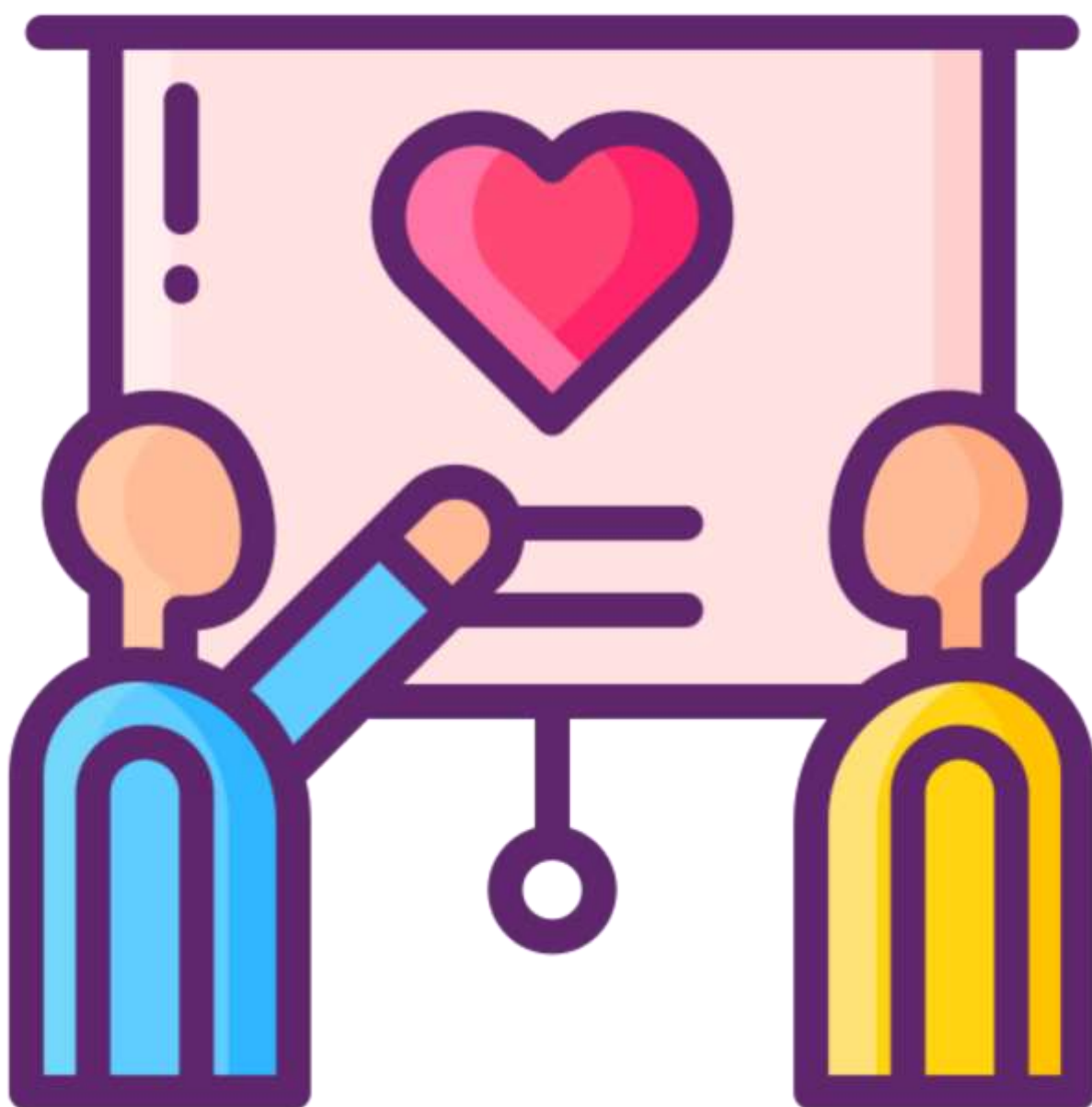


資訊教師

● 工作任務：

- 一、 全校資訊設備之管理與維護。
- 二、 學校網路管理。
- 三、 資訊教育工作計劃。
- 四、 openid使用者帳號之建立與權限管理。
- 五、 電腦教室管理。
- 六、 電腦網路系統及主機維護。
- 七、 資訊教育相關之交辦業務。
- 八、 「實驗揚帆、南榮領航」臉書社團管理。
- 九、 行動載具管理。

輔導組





照顧你的心情、關心你的生涯、學習尊重與接納

輔導主任：江慧玲老師

輔導組長：黃悅娥老師

- 一、 輔導知能：辦理教師增能研習、定期召開輔導會議。
- 二、 學生輔導：執行學生個別與團體輔導措施。
- 三、 性平教育：辦理性別平等教育宣導活動。
- 四、 生命教育：辦理生命教育宣導、憂鬱及自殺防治宣導。
- 五、 家庭教育：辦理親職座談、進行高風險家庭通報。

生涯規劃組



生規組長：張心穎老師

- 一、 心理測驗：辦理各項測驗，包含智力測驗、性向測驗、興趣測驗。
- 二、 職群試探：進行職群課程實作，協助同學們認識技職教育職群。
- 三、 輔導資料：建立 A、B 表，幫助老師和家長更瞭解孩子。
- 四、 升學輔導：建立生涯檔案、填寫生涯手冊、升學宣導、升學諮詢，協助同學們進行進路選擇，培養同學們生涯抉擇能力。
- 五、 技藝教育：輔導同學們認識技職職群，並為繼續升讀職業學校或實用技能班等奠定基礎。

心理測驗



讓同學瞭解自己能力、性向、興趣、人格特質...

職群試探活動



協助同學對技職教育職群與工作世界之認識與了解

升學輔導工作



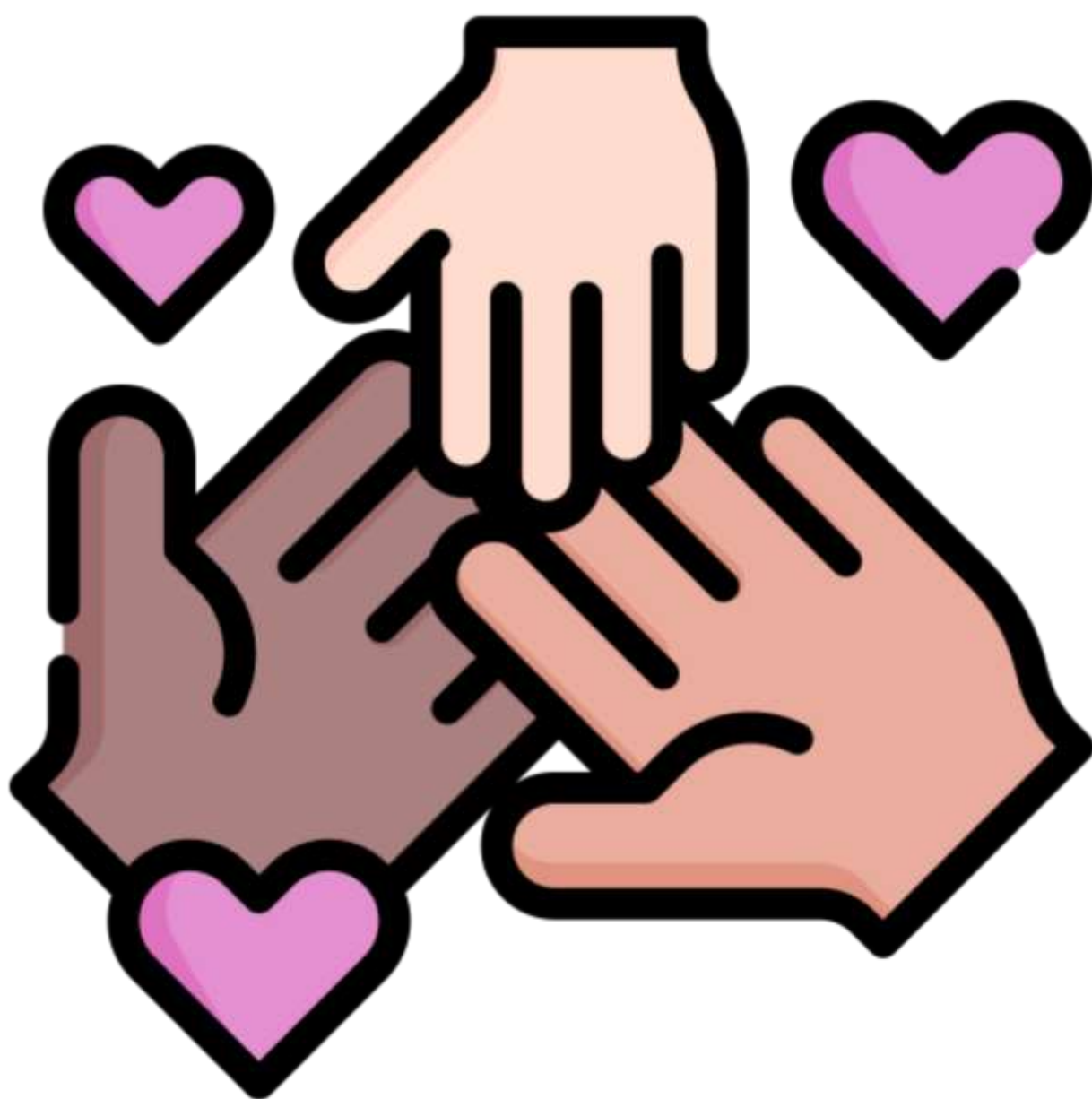
協助同學進行升學進路選擇

技藝教育課程



輔導同學認識技職職群

特教組



特教老師：郭芷伶老師

- 一、 特教課程：辦理特殊生安置輔導與轉介相關作業。
- 二、 生活輔導：協助特殊生生活輔導與紀錄。
- 三、 課業輔導：提供特殊生課業與心理輔導。
- 四、 IEP 計劃：建立特殊生個別化教育計畫及執行。
- 五、 辦理特教相關之工作業務。

專輔教師：李美蘭老師

- 一、 負責校內初級、二級、三級預防輔導工作，撰寫並建立資料。
- 二、 評估學生或班級需求，實施班級團體輔導。
- 三、 進行個案研討、參與個案研討會議。
- 四、 提供學生個別輔導，進而有效運用社會資源進行輔導、追蹤、通報或轉介。
- 五、 提供家長與教師輔導及管教相關知能之諮詢服務、輔導策略，並促進學生心理健康與社會適應。

希望在我們的照顧之下，你們會像一棵大樹一樣慢慢成長茁壯！



💖 輔導室的叮嚀 💖

青少年是由兒童轉變為成年的一個重要的歷程，期許同學們在這個身心發展快速的時期中，養成正確的價值觀，並時時檢視自我。

- 一、 對父母、師長、長輩態度良好且舉止合宜。
- 二、 對同學友善，不結交校外複雜人士。
- 三、 使用 3c 產品時間不宜過長，使用半小時宜休息 10 分鐘；不宜熬夜上網。
- 四、 每日準時回家，深夜不要在外逗留，且不出入不正當場所。
- 五、 不接觸煙、酒或毒品，不無故攜帶刀械、棍棒。

Q：如果我遇到性騷擾該怎麼辦？

A：

*** 大聲說「不」：**

如果你有不舒服的感覺，千萬不要懷疑，更不要猶豫，大聲說「不要」、「我不喜歡」、「不舒服」，請對方立即停止，即使他是你所尊敬的師長。

*** 確定懷疑：**

如果不太確定是否被騷擾了，要立即向對方表明自己的不舒服及懷疑被性騷擾。

*** 立即反擊：**

抓住不當觸摸的手，並理直氣壯的表達你的憤怒，甚至拿手邊的物品，如：雨傘、包包、鞋子等反擊。讓現場周圍的人知道，他們才會注意這件事，並且幫助你。

*** 事後行動：**

如果錯失了立即反擊的機會，你要做的是：勤加練習迅速反應且有效的阻止，並向相關單位提出申訴。

Q:如何避免遭受性侵害？

A:

根據統計：40%的加害者是被害人所認識的鄰居、社區成員，47%的加害者是與被害人有血緣關係的人，只有 8%-10%的加害者是陌生人。所以幫學生建立自我保護策略是非常重要的！

- * 請相信自己的直覺，覺得不對勁，就儘速離開，並請求協助。
- * 認識自己的身體，了解自己才是自己身體的主人。明確拒絕別人任意觸摸自己的身體安全界限。
- * 遇到危險時想辦法「跑開」：告訴學生如何求助。例如跑到人多的地方。
- * 若不幸遭到侵害後，還是要告訴可靠的大人。
- * 若無法逃脫性侵害，最重要的原則是保命要緊，事後告訴信任的大人。

Q:如何避免遭受家庭暴力的侵害？

A:

*** 平時親子相處之道：**

- 一、指導學生了解保護身體安全為自身權益，同時建立家庭成員平權的觀念。
- 二、尊敬父母，建立良好的親子關係，營造彼此尊重的家庭氣氛。
- 三、善用溝通及自我表達的技巧，增進父母對學生的了解與信任，減少父母不必要的疑慮。
- 四、善於察顏觀色，父母不悅時，避免不必要的干擾或談論爭議性之話題，以免受到波及。
- 五、不必太介意父母善意的嘮叨，微微一笑就可以了。最好能建立雙方均可接受之最佳管教方式。
- 六、犯錯時，坦誠地表現悔意及適當的沉默，可使父母不悅的情緒提前結束。

*** 親子關係緊張時之處理要領：**

- 一、儘量保持理智的方式應對，暫且克制自己，不要頂嘴，待氣氛緩和時再說。
- 二、避免使用負面的詞彙回答，諸如「囉嗦」、「不要管我」、「那是我的事」，以免激怒父母。
- 三、如自認錯不在自己，即使不願道歉，但可以說「我知道了」作為化解爭執的句點。
- 四、若親子衝突不可避免地擴大，應尋求親戚長輩、老師之協助，如遇（或可能）暴力加身，必要時應暫離紛爭現場並尋求警政、社政單位庇護。

Q: 當我心情不好，有壓力的時候怎辦？

A:

*** 自我減壓七原則：**

- 一、運動休閒、放鬆身心。
- 二、大笑、大哭，釋放情緒。
- 三、聽音樂、唱唱歌、看看書，轉移注意力。
- 四、學習新事物，培養小興趣。
- 五、不當宅男女，多交益友且保持聯絡。
- 六、思考多方面向，不鑽牛角尖。
- 七、人生遇挫折，吃苦當吃補，雨過天又晴。

*** 到輔導室尋求協助，或找信任教師談談。**

★認識特殊的朋友★

近幾年由於特殊教育努力推行「融合教育」的理念，讓輕度障礙或是學習、情緒適應上有困難的學生，除了在特教組接受直接教學和間接諮詢的服務之外，大部份皆回歸普通班級與一般學生共同活動，以提供他們適性的學習環境。

期望家長能帶著孩子一同認識這些特殊的朋友，同理他們的困難。

為建立正向思考，本校於 109 學年度開始，將資源班稱為「學習中心」

△認識特殊的朋友－智能障礙者 * 記憶力不好，容易忘記事情。 * 注意力分散，喜歡依賴別人。 * 缺乏想像力和隨機應變的能力。 * 有些人會面無表情，有些人會莫名其妙大笑。 * 不懂怎樣分辨是非善惡，自我照顧能力比較不足。 * 動作比較遲緩，敏捷度、協調性和力量有不足的現象。 * 有的會眼神呆滯，有的眼睛會不停的轉，有的會毫無目的的左右張望。	△如何與他相處？ * 和他說話語句要明確短淺。 * 告訴他的事情，要有耐心多說幾遍。 * 對他多說鼓勵的話，讓他有信心學習。 * 可以用各種有趣的方法，幫助他學習。 * 教他學習要有實際的物品讓他親自操作。 * 讓他自己練習處理身邊的瑣事，不要事事幫他做好。
△認識特殊的朋友－學習障礙者 * 注意力不能持續。 * 常常不能找出事物的細節。 * 學習常常顯得混亂、無頭緒。 * 口語或文字表達常發生困難。 * 上課或活動時常無法正確的判斷大小、遠近、深淺。	△如何與他相處？ * 幫助他用多種感官學習。 * 給他一個有規律的學習程序。 * 提供他一個單純的學習環境。 * 教他各種學習的方法，解決問題。 * 鼓勵他自我控制，克服學習困難。 * 鼓勵他參加學校各項活動，建立自信心。

△認識特殊的朋友－語言障礙者 *說話不清楚。 *發聲音質很沙啞或尖銳。 *說話音調過高或過低。 *說話聲音太大或太小。 *說話時下句不易接上句。	△如何與他相處？ *有耐心的聽他說話。 *多利用圖片幫助他說話。 *多用遊戲方法進行說話訓練。 *利用玩具、布偶、錄音機引導他說話。 *製造和諧愉快的氣氛，刺激他多說話。 *當他說話的時候，不要取笑他，讓他喜歡說話。
△認識特殊的朋友－自閉症 *社會互動困難。 *語言發展遲緩。 *說話眼睛不看人。 *不主動和人說話。 *好動，經常離開座位。 *喜歡做重複的動作或事情。 *常常自言自語或嘻笑或尖叫。	△如何與他相處？ *主動接近他，和他說話。 *安排他和人說話的機會。 *瞭解他動作所代表的意思。 *用他喜歡的事物，引導他學習。 *事前儘量先說明活動程序，讓他有心理準備。 *和他做朋友，陪他遊戲，增進他的人際互動關係。
△認識特殊的朋友－注意力缺陷過動症 *做遊戲時常常犯規。 *常找不到簿本、文具。 *注意力不足，學習不專心。 *上下課時喜歡跑來跑去。 *寫作業，做功課常粗心犯錯。	△如何與他相處？ *讚美他好的行為。 *告訴他處理行為的方法。 *隨時鼓勵他的努力，發現自己的進步。 *用他喜歡的事物或興趣，消除亂動的行為。 *訂立他能做得好的行為規範，增強他的成就感。

△認識特殊的朋友—情緒障礙者 *喜怒無常。 *經常發脾氣，攻擊別人，控制能力弱。 *對外界感覺較遲鈍，或出現反應過度。 *有搖頭、抓髮、扭衣角、擺動身體等習慣性動作。 *無法料理好自己的生活，也不曉得清楚的表達和要求。 *經常說些無關緊要的事，常用尖銳或特別低沉的音調講話。	△如何與他相處？ *協助穩定他的情緒。 *指導情緒紓解的方法。 *鼓勵他做自己能做的事。 *有好的行為要多鼓勵他。 *接納他特殊的行為或舉動。 *了解他的情緒表達方式，不激怒他。
△認識特殊的朋友—身體病弱者 *需要長期吃藥。 *患有疾病不能太勞累。 *身體經常虛弱無力、容易暈倒。 *長期住院、請病假，不能來上學。 *輕微運動就會臉色發紫、呼吸困難。 *可能會過份依賴、放縱、孤立退縮。	△如何與他相處？ *避免好奇的眼光。 *了解他的身體病況。 *找出優點來讚賞他。 *有困難時主動幫助他。 *陪他一起遊戲、散步。 *當他的小老師，教他功課。 *他不舒服時告訴老師或護士阿姨
△認識特殊的朋友—多重障礙者 *經常用身體動作表達自己的需求。 *自我控制力差，激動時會傷害自己。 *同時具有兩類以上生理功能的障礙。 *食、衣、住、行等需求需要別人協助和照顧。 *對週遭事物較無法理解，有時連對自己的名字都沒反應。	△如何與他相處？ *敞開心胸接納他。 *耐心傾聽他說話。 *引導他參與活動或工作。 *不譏笑他的障礙行為。 *不要投以歧視的眼光或好奇地追根究底。 *即使是很小的進步，別忘了鼓勵、讚美。

△認識特殊的朋友－資賦優異者 *解決問題的能力強。 *學得快、學得廣、學得好。 *喜歡交朋友，尤其是大朋友。 *生活中點子特別多，富有創意。 *喜歡獨立思考研究，不喜歡受約束。 *推理能力和創造能力強，思考周密。 *說話詞彙豐富，文筆和口才表達通暢。 *記憶力比較強，對知識有強烈的好奇心。 *精力充沛、對周遭的事物或學科特別感興趣。	△如何與他相處？ *接納他的創意。 *分享他的成長經驗。 *參與他的想法和點子。 *分享他的學習成果和樂趣。 *和他一起追求生活的真善美。
--	--

「跳 TONE」人生的密室逃脫術

簡單老師

每個人都有不同的特質，每個人都可以活出屬於自己的精彩人生！然而我們卻常常不自覺被「世俗的觀點」與「旁人的眼光」牢牢禁錮，以致自廢武功，捨棄了最寶貴的「選擇權」。在這本書中，我採訪了 20 位職人，報導他們不按「常軌」運行，很「跳 TONE」的生命故事，希望讓對人生還懵懵懂懂，或正探索未來、甚至已面臨生涯抉擇的孩子看見：原來，成績不好居然還有路可走；原來，世界上竟然有這麼多有趣的職行業；原來，人生還有這麼多種可能的活法！

我更希望讓「已經考 99 分，還為沒有 100 分而懊惱」的孩子抬起頭來，看一看真實的世界，想一想自己的未來，想一想自己想要什麼樣的人生，讓這些被困在青春密室裡的孩子看見希望的光，發現當我們有熱切追尋的目標、有想投入的事情時，學習可以多麼急切、多麼帶勁、多麼有意義！書名雖叫《活得精彩的 100 種方法》，其實豈只 100 種！

我在教育現場發現：分數掛帥的制度下，成績前端與後端的學生，往往因為截然不同的理由，都失去了選擇權。分數百分比等級在後段班（例如 PR 值 30 以下）的學生，在純粹以紙筆測驗成績比序的制度下，手中條件薄弱，沒有太多選擇，這可以理解；但百分等級在前段班（例如 PR 值 90 以上）的學生，可以選擇的範圍不是應該很寬嗎？為什麼也沒得選？因為他們往往已經被社會，甚至被自己預設立場，認定有大把分數在手裡，當然要填「高分的志願」！

有選擇才叫自主，能自主決定才有自由。如果努力用功的結果，反而讓自己失去選擇校系或人生的自主權，學習將變得多麼無奈、被動！我聯想到電影「天堂的孩子」，在劇中，哥哥跑步得第一卻傷心的哭了，即使冠軍的獎品更昂貴，但他想贏得的，卻是第二名的獎品—球鞋，好能送給妹妹！甲之蜜糖乙之砒霜，我渴望的世界與我跟他人的比序無關，選校系優先考慮的，不應該是自己的興趣

嗎？為什麼成績好反而被分數框死？因為許多人還停留在以分數排志願的刻板印象裡，選校系時只想到分數配得上坊間排名的哪間學校、哪個科系，卻無視學習的主體是活生生的人！如果讓人的主體性泯滅，淹死在茫茫分數的排比裡，那真是太可惜了！

要怎樣才能打開學生的視野，引導他們看見更遼闊的世界、發現更多元的可能、激勵學習的動機、帶領他們逃出彷彿被封鎖的生涯密室呢？師長可以引介更多元的生涯類型，學校可以辦理職業講座或邀請職人到學校現身說法，讓孩子認識各種各樣的職行業樣貌；家長可以帶領孩子認識親朋好友的工作，實地參觀；學生自己也要多觀察周遭人物的生活樣貌。更重要的是要了解職場底細，直接上門探個究竟！所以我設計了學習單，讓學生觀察並採訪社區附近的職行業類別與工作內容，討論社區常見的店家或產業；也可洽詢商家與學校合作，帶學生到場參訪工作流程、邀請職人到校示範、教孩子動手試做；越來越多縣市政府教育局也鼓勵學校規劃這樣的職業試探課程。同時，更要引導孩子閱讀職行業的人物傳記、媒體雜誌對出色職人的採訪報導，追蹤各種行業和職人的自媒體或 Youtube，窺看多元職行業的內幕，了解職人的成長歷程。

在這之中，閱覽採訪報導是最不受時空限制，也是成本相對低廉的方式，書籍不但可以重複閱讀、全班共讀，還能學長姐傳承，學校還可以漸次累積更豐富多元的人物故事與生涯類型，提供學生依照個別差異主動挑選自己有興趣的領域和對象深入了解。這也是我想出版這本書的重要理由。

我長期擔任教育部生涯發展教育宣導專員，基於專業與職責，加上觀察分析也是興趣所在，一直透過大量閱讀，密切關注世界潮流與產業趨勢，也長期追蹤政府公開的數據資料，分析臺灣社會與人口變化、推測未來產業需求演進，並持續參加遠端醫療與醫療科技發展趨勢、食農新創產業加速器、5G 物聯網與大

數據分析、臺灣與印度產業合作發展……等國內外各產業各領域的研討會，力求掌握時代趨勢與脈動，才能提供更專業的生涯諮詢與協助。

有學校老師更進一步詢問職人的聯絡方法，直接邀請職人到學校演講，不僅掀起話題旋風，也激發學生「有為者亦若是」的典範移轉效果。許多老師與家長持續敲碗催促，希望這些內容能集結成書，提供給錯過每週一期週報的親師生，讓他們有完整閱讀多元職人生涯故事的機會。就這樣，千呼萬喚中，終於把書催生出來了。

這本書的選文重點在多樣化，力求打開學生的視野，因此先挑選了日常生活不一定常接觸，但是專業獨特、形象鮮明的「跳TONE」職人。不管是塗鴉大師、賽車手、魔術師、森林護管員、水下攝影師、無人機操手、公仔原型師、水電技師、昆蟲館館長……，每一個都享受著自己熱愛的工作（對！當你樂在其中時，工作不但不苦，根本是享受），做得風生水起、興趣盎然。

我深深相信：一枝草一點露，每個人都有與生俱來的天賦，天生我材必有用，一定有你可以發光發熱的舞臺！如果每個人都能發揮潛力，做自己喜歡又做得好的事（自我實現），在工作中刷出存在感（找到生命的意義），感受到服務他人與社會的成就（體現生命的價值），還能因此得到精神與物質相應的回饋，每天快樂又幸福，這樣的世界多麼美好，哪裡還會因為欲望不滿足而去偷拐搶騙？

蘋果電腦創辦人賈伯斯曾說：「只有那些瘋狂到以為自己可以改變世界的人，才能改變這個世界。」我深深相信：如果每個人都能找到讓自己發光發熱的天命，並全力以赴，從事讓自己樂在其中的工作，肯定能讓世界變得更美好！邀請師長與孩子／學生，從打開這本書共讀、討論開始，讚嘆職人精彩的生命故事，也拓展自己觀看世界的視野，幫助孩子找到生涯亮點、踏上屬於自己的舞臺、活出屬於自己的精彩！

用自己的方式為成功下定義

魔術表演家 黃柏翰

我初次與簡單老師見面，是擔任受訪者，那時老師正在為國語日報系的中學生報寫生涯專欄。她跟我想像中嚴肅的學校主任截然不同，訪談過程中活力十足，對於魔術師的工作充滿好奇，並殷切的提問。我一直不解到底是什麼原因，讓老師放棄退休的悠閒生活，每天忙著撰稿、東奔西跑到各地演講？

在聆聽完她那場「去趟印度，人生一樣不一樣？」的分享會後，一切豁然開朗，原來是因為老師對教育充滿熱情，平時的玩樂就是分享故事！那場講座好像在開派對似的，老師將印度之旅好玩的、刺激的、瘋狂的過程，鉅細靡遺的分享給在場的學生，豐富的肢體動作逗得大家哈哈大笑，讓學習表演的我讚嘆不已。

你對自己的未來感到迷惘嗎？正在黑暗中摸索，不知該往何處去嗎？這本書可以藉由了解別人的工作型態，來協助你找出自己的喜好，並選擇適合自己的方向。

書中的主角是各行各業的職人，這些職業你可能不曾想像過，或是心想：

「哇！這竟然能當工作？」他們熱愛自己正在做的事，而且做得有聲有色；他們用高標準的眼光去審視一切，深知偉大是由很小的事情集合而成的；他們看到別人沒看到的細節並做得更好，將職人精神發揮得淋漓盡致，用自己的方式為成功下定義！

無法取代的自己

Y0-Y0 球紀錄保持人 楊元慶

記得採訪當天，我忙到焦頭爛額，因為隔天正好是「街頭作品實驗室」亮相的日子——這是一個扶持街頭藝人創作的組織，期待因為我們的行動，能讓街頭藝人在社會中得到更多關注。然而這一切焦慮，竟在簡單老師的拜訪中，彷彿得到了解放。

我是一位旅居臺北的街頭藝人，南部出生及家長期待我成為醫生的背景，使我經常受到媒體、報刊雜誌的採訪。有時我會感受到採訪者用「打卡上班」的心態在與我對談，而我只需要「表演」他們期待的內容就好。但眼前看到的簡單老師，完全是衝著我來的，她不只做足了功課，在討論到夢想及教育時，眼神還不斷散發光彩。

一問之下，我才知道簡單老師已在教育界打滾二十多年，對於「何謂教育」有滿滿的經驗談，試想如果自己能在求學時與這樣的一位老師對談，我鐵定會更勇敢的追尋自己的夢想，畢竟我認為學生不該盲目的讀書，當確立目標後，才會知道自己為何而讀，即便成績不理想，那些讀進腦子的知識才能轉化成未來成長的動能！可惜的是，我在長大後才遇見簡單老師；值得慶幸的是，我成為了這本書的一分子。

以前我常說：「不是要當最厲害的，而是要成為無法取代的。」在遇見簡單老師後，我才發現其實也不需要那麼厲害，因為我們本來就無法取代。在這本書裡，你可以看到很多「發現自己的人」，或許在這個科技不斷進步的時代，「做自己」才能夠真正無法取代！

不一樣的選擇

水下生態攝影師 Lynn

一開始受邀採訪，其實我有點掙扎，因為我知道踏上追逐夢想這條路，走得有多辛苦。若我有個寶貝女兒，突然揹起包包跟我說要出去追夢，我應該會很心疼，因此生氣，甚至想先打斷她的腿，讓她留在我身邊，也不願她出遠門受苦。

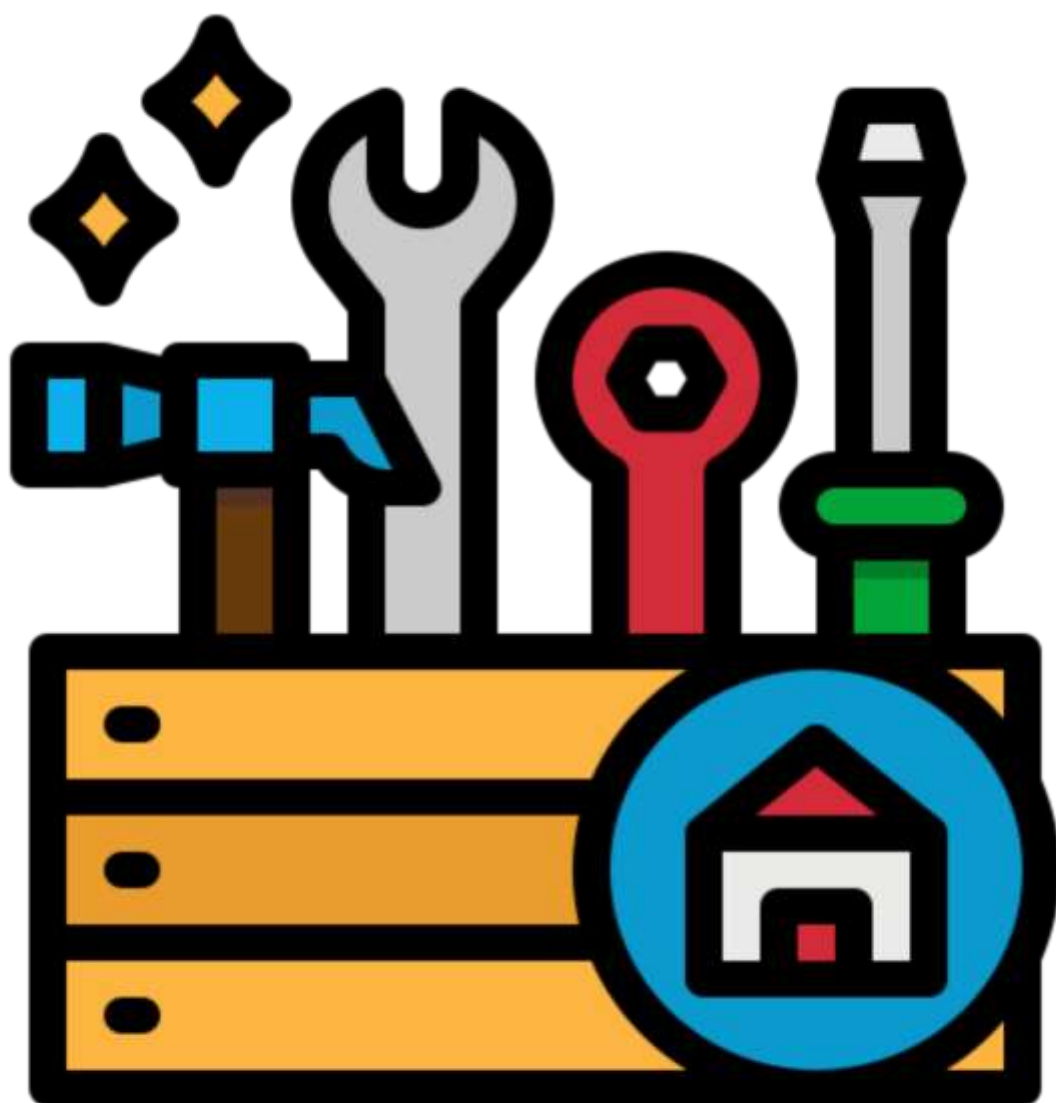
但仔細想想，這麼做其實能拓展孩子們的視野，也是好事一件。

從小我爺爺就已經幫我做好了生涯規劃，非常中規中矩的三選一：老師、公務人員、銀行行員，我也不負期待的成為銀行行員，在一家銀行努力工作，一待就是十二年。這樣的生涯規劃與選擇其實沒什麼不好，認真工作之餘，我利用休假閒暇開拓興趣，生活過得也挺愉快的，只是心裡總覺得少了什麼。後來，我單純是因為愛上潛水，進而想記錄水下美好的畫面和家人朋友分享，才慢慢轉換人生跑道。

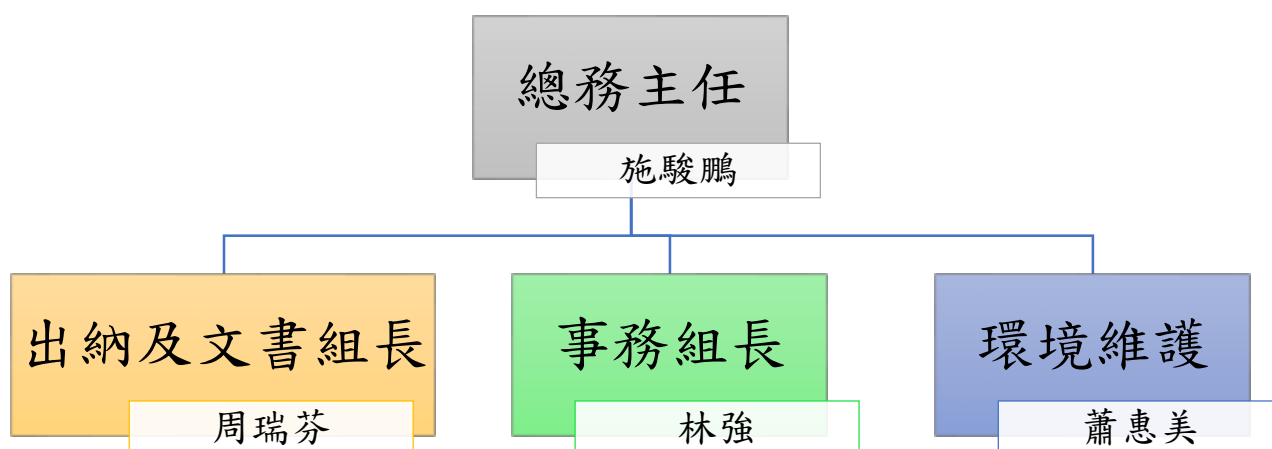
現在是一個資訊爆炸的時代，各種行業、生涯規劃，都超乎我們原先的認知，以前我們也許可以仰賴家長的判斷與規劃而少走冤枉路，現在單靠這些訊息已經不夠了，孩子們必須更了解自己，探索出適合自己的路才行！這本書裡收錄了二十位職人的精彩生涯，每一種都很不一樣，想必能大大拓展孩子對工作的認知，幫助他們日後對生活、職涯的選擇。我不只推薦孩子看這本書，更推薦老師、家長透過本書來拓展自己對各行各業的了解，這樣一定更能和孩子們溝通，並協助給予建議。

最後，我想跟孩子們說：不管你選擇走哪一條路，路上都一定會遇到困難。挫敗了、跌倒了，請別氣餒！這只是必經過程，可以暫時休息一下，但還是要爬起來繼續往前走。你一定可以做到的！

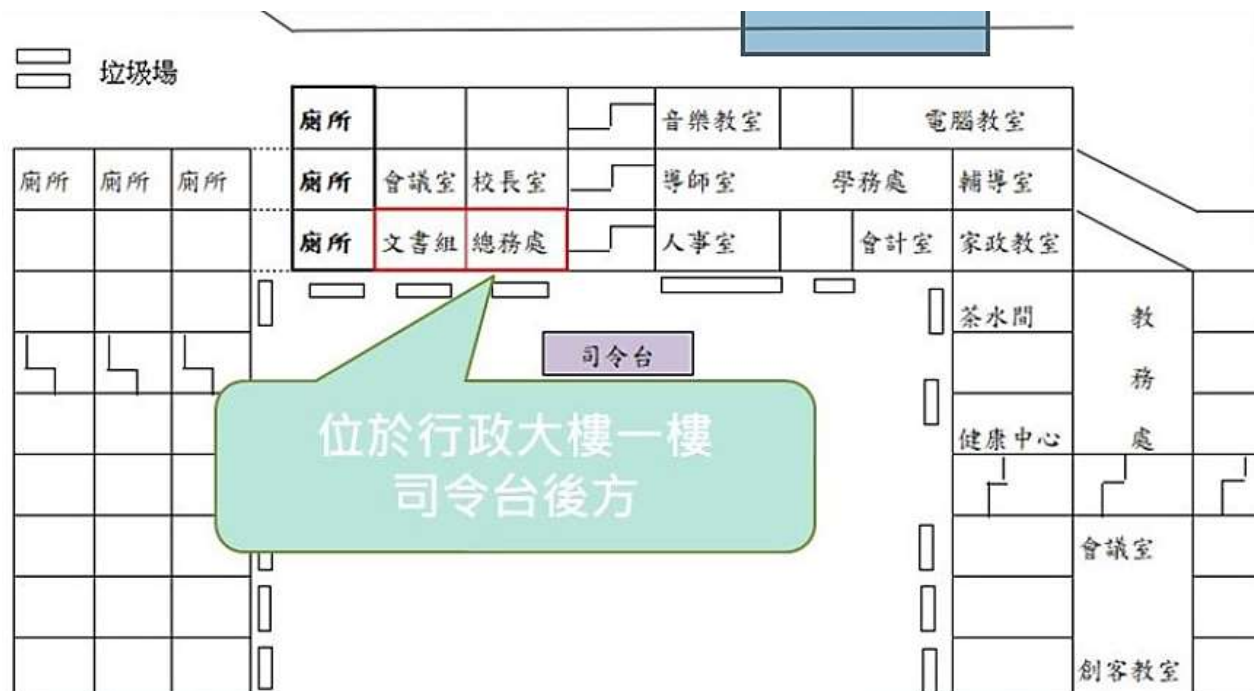
總務處



總務處成員



總務處位置介紹



● **工作職掌：**

- 一、校園安全檢核，監視器、保全系統定期維護，落實門禁進管制。
- 二、每年暑假清洗水塔；每月定期飲水機保養維護、消毒、不定期水質檢測。
- 三、校園工程及設備興修，建築物安全及耐震初步評估。
- 四、加強排水溝疏通及屋頂排水孔清潔，落實災害整備。
- 五、廁所修繕。
- 六、定期桌椅檢修。
- 七、家長會窗口。

● **總務處與你切身相關的事：**

- 一、粉筆、板擦領用。
- 二、課桌椅維修。
- 三、門窗、手（洗手台）、電（設備）維修登記。
- 四、販賣機故障。

● **你們能做什麼：**

- 一、愛惜公物。
- 二、節約能源：
 - （一）不在教室請檢查電燈開關、關電風扇及冷氣。
 - （二）不浪費水資源。
 - （三）下課及放學關閉電腦主機與螢幕。
- 三、飲用水定期保養及檢測，請安心飲用。
 - （一）暑假飲水需求量大，請同學自己帶水。
 - （二）每次盛裝適量的水。

● 午餐教育：

- 一、餐前：確實以肥皂清洗雙手。
- 二、抬餐：同學至合作社江餐桶抬回教室。
- 三、取餐：注意個人衛生。
- 四、用餐：

（一）安靜勿談話。

（二）愛惜食物。

五、餐後：餐具清潔、飯後潔牙。

六、三餐均衡有規律：

正值青春發育時期，即使課業再忙碌，也要注意飲食衛生與均衡飲食，適當熱量攝取，維持健康原動力！

（一）早餐是一天活力的泉源，一定要吃，實在來不及也要喝杯牛奶或帶到學校，早自習時候吃！

（二）活動量大、容易肚子餓時，除了三餐之外，餐與餐之間可以選擇三明治、茶葉（水煮）蛋、乳品類（牛奶、原味或低糖優格）、豆漿、新鮮水果等營養又健康的點心！

（三）健康的外食選擇：

1. 三少二多：多蔬果、多全穀；少油脂、少加工、少調味。
2. 買在地、吃在地、支持在地產品、新鮮又環保。

因應**新冠病毒** 午餐供餐要注意

洗手



飯前要洗手

專人帶口罩打菜

打菜後食物請加蓋

同學盛菜不交談 飯菜不交換



戴口罩打菜

不交談

不交換菜色



打菜後加蓋



每日飲食指南



(02) 2428-2188



aa5423@gm.kl.edu.tw



www.nrjh.kl.edu.tw/

歡迎加入南榮國中

實驗揚帆、南榮領航