

# 高中部 109 學年度 親職教育手冊

1.親職教育活動程序表	P4
2.109 學年度行事曆	P5
3.教室配置圖	P9
4.各單位聯絡電話	P10
5.行政組織表	P13
6.各年級導師姓名及聯絡分機	P14
7.教務處報告	P15
8.學生事務處報告	P18
9.總務處報告	P30
10.輔導工作委員會報告	P31
11.圖書館報告	P32
12.親職成長篇	P41

## 校長的話

敬愛的家長，您好：

首先歡迎您來參加 109 學年度第一學期的親職座談會，跟我們一起來關心孩子的學習與成長，透過親師生攜手合作創造「灣中新時代」。我們必定會全力以赴，努力開創學校的新巔峰，更期望您能與我們一起共同為灣中注入新活力，為孩子們營造「耕深育才，領航未來」的優越學習環境。



您的孩子在國中階段一定是相當優秀，才有機會進入大灣高中就讀。因為集合了各校的菁英，我們歷屆學長姐們的表現都非常出色，所以未來的三年並不輕鬆，因此請各位家長務必給孩子多多鼓勵，讓您的寶貝能快樂順利的完成高中學業。高中課程的深度與廣度大於國中甚多，學習策略就是積極、主動，遇有不了解之處就立即詢問，弄懂關鍵，這樣才能循序漸進的學好高中課程。更重要的是孩子要積極探索個人的興趣與專長，以利將來找出適合自己的大學進路。

今年我們升大學的成績再次攀上高峰，在繁星計畫、個人推甄、大學學測及大學指考都創造了最佳成績。這都歸功於同仁的認真付出，以及師生之間亦師亦友的關係。在大學學測與指考考場，行政同仁、導師們及科任教師全程陪著孩子一起度過，這是有別其他學校的，是良好師生關係的最佳寫照，相信未來灣中學子在老師們的指導下表現會更好。

為拓展孩子們的國際視野，除了辦理日本教育參訪，這兩年我們還安排了美國及日本…等國外學子到本校遊學，讓孩子有機會接觸各國學生，學習不同國家的文化，有助於孩子提早適應國際村時代的來臨。

孩子們未來將面對臺灣少子化與高齡化社會的來臨，以及全球化的競爭，考驗將更形嚴峻，因此教育的新課題將是提升孩子的競爭力與成就每一個孩子。提升教學效能與建構優質學習環境是學校的職責，我們老師採用「翻轉教室」、「學習共同體」、「學思達」…教學策略，搭配平板電腦或 Chromebook 的使用，讓學生運用 Google Apps for Education 和均一學

習平台學習，同時在校內成立 G.E.G(Google Educator Group)的學習中心，並藉由開放教室讓老師能夠有機會彼此觀課，交換分享教學的方法及心得。進而增進學生的學習興趣，大幅提高學習成效。在面對未來的變化時，能夠立即反應，即時調整，深獲教育部高度肯定。在今年的全國高中創新教學競賽中，榮獲金質獎及銅質獎。我們的老師甚至遠赴香港、馬來西亞...等地區，和其他國家老師分享教學的經驗，國外老師也曾多次到校訪問。

在孩子的適性學習歷程中，家長也是參與者，別忘了要多了解孩子的興趣、志業、性向以及孩子在高中階段的所有學習的紀錄，更要適時地給孩子鼓勵與激勵。

本校連續 12 年獲得教育部評定為優質高中，這兩年更擔任教育部新課綱的前導學校，並曾任台南地區的召集學校，「卓越灣中」是具體且可達成的目標，我們正在逐步實現中。多年來學校一直和 Google 公司合作，大量利用各種網路資源作為學生的學習

工具，2019 年 3 月，我們獲得 Google 公司肯定，成為台灣中南部第一所公立認證學校 (Google Reference School)。

學校現階段除了加強孩子生活常規的管理外，也持續提升教學與學習品質，塑造優質的學習環境，營造學校的教學特色，讓每一個灣中的孩子都喜歡學校、樂於學習。孩子成長的歷程僅有一次，無法重來，與孩子共同攜手走過人生最重要的時期，將會是他人生中最美好的記憶；學校、老師與家長都是孩子最重要的貴人，讓我們一起努力打造灣中的黃金時期，提供給孩子最佳的學習環境，提升孩子的競爭實力，迎向璀璨的未來。

敬祝

健康快樂，心想事成。

臺南市立大灣高中校長 楊力鈞敬上 2020/09/19

# 臺南市立大灣高中 109 學年度親職教育座談活動 程序表

## 國中部

國中部時間	活動項目	地點	主持人	參加人員
8:00~8:30	準備工作	各班 班級	導師	志工學生
8:30~9:00	適性輔導宣導(入學暨家長生涯發展教育手冊宣導)暨綜合座談	活動 中心	校長及各處室主任	國中部 學生家長及導師
9:00~10:30	技職教育宣導 親職教育講座「優質教養、 健康上網」	活動 中心	資料組沈志銘組長 鹽水國中輔導主任 陳慧鈴	國中部 學生家長
10:30~12:00	班親會	各班 教室	導師	國中部全年級 學生家長及導師
12:00~13:00	場地復原	各場地		各場地承辦人

## 高中部

高中部時間	活動項目	地點	主持人	參加人員
8:00~8:30	準備工作	各班 班級	導師	志工學生
8:30~10:00	班親會	各班 教室	導師	高中部全年級 學生家長及導師
10:00~11:00	升學說明會	展示廳	葉千惠 輔導老師	高中部中六 學生家長
10:00~11:00	課程說明會(家長場)	演講廳	輔導室	中四中五 家長
11:00~11:10	徵兵處理宣導說明會	演講廳	民政局 徐婉芝小姐	高中部 學生家長
11:10~12:00	綜合座談	演講廳	校長及各處室主任	高中部 學生家長及導師
12:00~13:00	場地復原	各場地		各場地承辦人

臺南市立大港高中109學年度行事曆(109.08.28校務會議通過)

月份	週別	日	一	二	三	四	五	六	教務處	學務處	輔導室	圖書館
8	1	23	24	25	26	27	28	29		28日全校返校日	23日祖父母節	
		30	31						31日開學正式上課			
9	1			1	2	3	4	5	3-4日中五大學測模擬考1 5-6日語文競賽分區預賽(南一區、南區)	2日導師會報 4日生活競賽評分人員訓練(午休) 2日高中部班級幹部訓練 31日-4日友善校園週 4日高中部社團幹部訓練		
2	6	7	8	9	10	11	12	13	7日中一二單字檢定考1(社團課) 7日輔導課開始 8-9日中三複習考1	7日生活競賽評選 7日敬師卡片設計比賽開始 7日國中級幹部訓練 11日高中部社團開始	個別諮商輔導開始 8日技藝課程開始 7日期初輔導工作委員會(第2節) 敬師卡活動	
3	13	14	15	16	17	18	19	20	14日中三單字檢定考 19日語文競賽全市決賽(原住民族語朗誦)	14日生活競賽、資源回收競賽、廁所整潔競賽 開始評分 14日中一二社團開始 14日國家防災日演演(升旗時間) 16日301-306拍攝個人照 17日307-312拍攝個人照 18日313-316拍攝個人照 17日國家防災日演演(升旗時間-僅原地推誠) 21日國家防災日防災演練(9點21分)	19日班報會、親職教育講座、「優質教育、健康上」親職教育講座(第一場) 大專院校招生宣導活動開始	14日中一圖書館利用教育(第1、2節) 16日第4節中四圖書館利用教育、國中班級圖書館領書
4	20	21	22	23	24	25	26	27	20日語文競賽全市文場決賽 26日調整上課(補原10/2(五)課程)		中四學校能力測驗 中六大學系探索量表 21日國中初期iep會議 23日高中初期iep會議	26日補10/2(五)上課 23日高中班級共讀書庫領書 25日晨讀開始評分
5	27	28	29	30					27日語文競賽全市武場決賽 30日中五學科補試	28日中一防恐講座(第1節、暫定) 28日中一交通安全暨法律常識宣講(第2節)	小團體輔導開始、高關懷課程開始 28日期初推會	
10	5					1	2	3	中秋節連假(10/1-10/4)(暫訂) 10/2(五)彈性放假			
6	4	5	6	7	8	9	10	11	6-8日第一次段考(國中部7-8) 9日國慶日彈性放假 10日國慶日 雙十節連假(10/9-10/11)	7日導師會報	5日多元第一次評量	
7	11	12	13	14	15	16	17	18	12日擴大升旗 13日法律達人 14日期初班聯大會	12日擴大升旗 13日法律達人 14日期初班聯大會	17日生命教育成長團體讀書會(家長、志工、湧泉讀書會)、期初志工大會	15日中學生閱讀心得比賽上傳截止

8	18	19	20	21	22	23	24	24日「小小解說員」競賽(暫訂) 24日高中英語聽力測驗第一次考試 24日Google Edx研習工作坊	19日防制學生藥物濫用暨法律常識宣講(中一)(第2節) 21日(三)中五-第4節-活動中心實彈射擊勳勤前教育說明及射擊示範	19日-23日生命教育暨祖孫週禮節活動 24日週末潛能班開始 21日中六如何準備備審週會演講	19日(一)(2)中二南瀾文學講座
9	25	26	27	28	29	30	31	26日「魔法語花一頁書」競賽禮收件(10/26-11/6)	26日中二正確用藥講座(第1節、暫定) 27日(二)5-7節中五實彈射擊體驗活動	中四與圖書表 26日學障鑑定說明會 祖孫週活動(10/25-10/31) 2日中二-特教暨生命教育專題演講	31日中學生小論文比賽上傳截止
10	1	2	3	4	5	6	7	4日中四五英語聽試 台灣科學館(10/31~11/15), 校內科展報名	4日導師會報 3日教室佈置評分		
11	8	9	10	11	12	13	14	8日數學競賽複賽(暫定) 10日科學日		特教宣導周(9-13日) 11日中五生命教育週會演講 14日週末親職教育講座-從大腦科學談青少年手機成癮(第二場) 16日多元班第二次評量	11日國中班級圖書館、高中班級共讀書庫換書
12	15	16	17	18	19	20	21	16日中一中二單字檢定考3(第1節) 18日中四五學科聽試	20日校慶運動會		
13	22	23	24	25	26	27	28	25-27日第二次段考(國中部26-27) 28日臺南市109年國中英語文競賽(暫訂) 28日109年全國語文競賽(11/28-11/30南投縣)(暫訂)	25日下午中五CPR研習 25-27日中三校外教學(暫定)	週末潛能班課程結束	
14	29	30							30日中二愛滋病防治講座(第1節、暫定) 30日擴大升旗		
15	6	7	8	9	10	11	12	8-9日高中部作業抽查 10-11日中二層恒露臺 12日高中英語聽力測驗第二次考試	2日導師會報 4日捐血活動(下午) 7日中一營養教育講座(第1節、暫定)	中四多元性向測驗 五日週末親職講座(第二場) 9日中六生涯演講	7-11日圖書館週活動 星星和我心系列活動1
16	13	14	15	16	17	18	19	15-16日國中部作業抽查			調閱全校《閱讀護照》
17	20	21	22	23	24	25	26	21日中一英文單字檢定考4(第1節) 23日中四五英語聽試 23-24日中二複習考2		生涯檔案抽查 21日國三適性安置說明會	星星和我心系列活動2 25日晨讀評分結束
18	27	28	29	30	31			28日中一中二英語聽期末考	30日期末班聯大會 31日歲末聯歡暨才藝競賽 31日國重人才招募宣講		
1	1	2						1日元旦 元旦連假(1/1-1/3)			1/1(五)元旦放假一天
19	3	4	5	6	7	8	9	8日輔導課結束	6日導師會報	4日多元班第三次評量	
20	10	11	12	13	14	15	16	15-19日第三次段考(國中部18-19)		11日期末科推會 期末國高中iep會議 網路成癮防制宣導(1/11-1/15)	
21	17	18	19	20	21	22	23	段考週 20日休業式 21日寒假開始 *22-23日本學入學、學科能力測驗			1/20(三)上學期結業式



13	9	10	11	12	13	14	15	*15-16日 110年國中教育會考		10日擴大升旗 10日中一口院衛生講座(第1節)	12日中四級結語講習團課程諮詢	
14	16	17	18	19	20	21	22	18-19日高中部作業抽查			潛能班課程結束、中五團體課程諮詢	21日晨讀評分結束、調開全校《閱讀護照》
15	23	24	25	26	27	28	29	24日中一中二英文單字檢定考4 (第1節) 25-26日國中、部作業抽查		24日中一、中二班際競賽 26日班聯會主席政見發表會 28日捐血活動(下午)	24日畢業生輔導轉銜會議(2) 29日親職講座(第二場)*期末志工大	
16	30	31					31	31日中一中二英聽期末考(第1節)		節能教育週 31日中一環境教育講座(第2節)	31日期末輔導工作委員會(2)	
16			1	2	3	4	5	2日中四五英聽考試		中三班際競賽 2日導師會報 4日高中部社團評鑑		國中部班級圖書館期末還書、高中部班級書庫 期末還書
17	6	7	8	9	10	11	12			中三班際競賽 2日導師會報 4日高中部社團評鑑 9日期末班聯大會 11日畢業典禮籌備滿堂及獨奔頒獎 15日畢業典禮	生涯檔案抽查 7日多元班第三次評量	15日圖書館借書作業停止
18	13	14	15	16	17	18	19	6/14(一)端午節放假一天				
19	20	21	22	23	24	25	26	25-29日第三次段考(國中、部28-29)			網路成癮防制宣導週(6/21-6/25)	21日期末特推會、國高中期末tep會議
20	27	28	29	30				6/30(三)下學期結業式				
7					1	2	3	7/1-3日大學指定科目考試				
	4	5	6	7	8	9	10					
	11	12	13	14	15	16	17					
	18	19	20	21	22	23	24					



109 學年度教室配置圖

集思樓	3F 美術教室 音樂教室 表演教室	藝文教室 D701	音樂教室 D702	校史籌備室 D703	軍械室 D704	地科教室 D705	7F				
	2F 音樂教室 烹飪教室	電腦教室 D601	語言教室 D602	文史科研究室 D603		化學實驗室 D604	6F				
	1F 廚房	生命教育生涯諮商中心 D501	生涯規劃與e化教室 D502	生物實驗室 D506	生物實驗室 D505	健護教室 D503	物理實驗室 D504	5F			
	星象教室	4-1 D401	4-3 D402	4-2 D403	走道		5-6 D404	5-5 D405	5-4 D406	4F	
圖書館		走道		4-4 D409	4-5 D408	4-6 D407	走道				
		6-1 D301	6-3 D302	6-2 D303	走道		5-2 D304	5-3 D305	5-1 D306	3F	
		走道		行動學習教室 D309	視巡辦公室 D308	分組教室 D307	走道				
		6-5 D201	6-4 D202	6-6 D203	走道		高辦 2 D204	高辦 3 D205	高辦 4 D206	2F	
		走道		自主學習教室 D208		高辦 1 D207	走道				
		會議室 D101	校長室 D102	秘書室 D103	大樓前庭		輔委會 D104	諮商室 D105	團輔室 D106	1F	
展示廳	演講廳		坡道	川堂	坡道	地下停車場					
	1-1 C331	1-2 C332	1-3 C333	1-4 C334	3F 教辦(4)	1-5 C335	1-6 C336	1-7 C337	1-8 C338	力行樓	
	1-9 C321	視聽教室 C322、323		1-10 C324	2F 教辦(5)	電腦室(1) C325	油印室 C326	資訊中心 C327	電腦室(2) C328		
	生科教室 1 C311	生科教室 2 C312、C313		語言教室 C314	川堂	多元學習教室 C315	特教辦公室 C316	多元學習教室 C317	1-11 C318		
	3-1 B231	3-2 B232	3-3 B233	3-4 B234	2F 教務處	3-5 B235	3-6 B236	3-7 B237	3-8 B238	宏道樓	
	3-9 B221	3-10 B222	3-12 B223	3-13 B224	2F 多媒體教室	3-14 B225	3-15 B226	3-16 B227	2-17 B228		
	1-12 B211	1-13 B212	1-14 B213	1-15 B214	川堂	1-16 B215	3-11 B216	1-17 B217	1-18 B218		
3F 理化實驗室		2-1 A131	2-2 A132	2-3 A133	2-4 A134	3F 教辦(1)	2-5 A135	2-6 A136	2-7 A137	2-8 A138	敬學樓
2F 理化實驗室		2-9 A121	2-10 A122	2-11 A123	2-12 A124	2F 教辦(2)	2-13 A125	2-14 A126	2-15 A127	2-16 A128	
1F 生物實驗室	樂活教室 A111	樂活教室 A112	總務處 A113	檔案室 A114	川堂	學務處 A115、A116					
活動中心		大門			守衛室	社區大學	體育教師	器材室			



大灣高級中學電話一覽表【總機：2714223、2712404、2722653】

處室名稱	專線	分機	處室名稱	分機	處室名稱	分機
	傳真機					
校長室	2712668	16	秘書室秘書 秘書室助理	70	高中教師辦公室1	18
	2737742			10		
總務處主任 庶務組長 幹事 出納組長 幹事	2054633	69	夜間部	30	高中教師辦公室2	28
		11				
	2714875	25			高中教師辦公室3	19
		66				
50						
檔案室 文書組長		27	體育室	20	高中教師辦公室4	79
人事室主任 組員	2058613	15	資訊室	41	教師辦公室1(A-B3F)	35
		49				36
會計室主任 佐理員	2052305	29	D棟演講廳	52	教師辦公室2(A-B2F)	33
	2713313	59				
學務處主任 生輔、衛生組長 訓育、幹事	2054637	12	守衛室	14	教師辦公室3(A-B2F)	23
	2051410	39				
		75				
校安專線	2055499					
輔委會主任 輔導、資料組長	2054634	17	視巡辦公室	56	教師辦公室4(C3F)	22
	2056409	67				
		68				
特教辦公室(C1F)		51	生命教育(D5F)	71	教師辦公室5(C2F)	34
生涯中心(D5F)		61	健護教室(D5F)	76	英聽教室(二)(D6F)	73
教務處主任 教學、註冊組長 設備、實驗組長 試務組長、幹事	2054635	13	視覺教室(一)(E3F)	44	電腦教室(三)(D6F)	74
	2733325	42	視覺教室(二)(E3F)	45	音樂教室(D7F)	72
	31					
圖書館	2054636	24	音樂教室(三)(E3F)	46	美術教室(D7F)	53
		32				
		64				
健康中心	2719655	26	表演教室(E3F)	47	南音樂教室(一)(E2F)	62
營養午餐辦公室	2050415	40	家長會辦公室	48	北音樂教室(二)(E2F)	63
	2712791					
合作社	2737740	21	家長會辦公室專線		2736828	

# 109 教師座位與分機表

●第一、二棟2樓南：教辦3(分機 23)

蔡鳳玉	教學協行
柯潔茹	郭倍甄
汪秀花	蘇耿進
高天文	莊郁諄

門

鐘晨日	蔡佩君
李雅惠	邱嘉品
劉佳容	田晴如
黃建銘	丁郁真

●第一、二棟2樓北：教辦2(分機 33)

胡嘉芬	廖淑如
游若琳	石麗雯
王淑秋	任元蓓
郭珉豪	吳韶純

門

黃美玲	易怡欣
劉啟旭	王俊淵
胡雅茜	蔡雅真
劉慧敏	邱譯嫻

門

●第三棟2樓：教辦5(分機 34)

廖偉宏	蕭淑琴	林佩霏	胡秀華	王麗枝
楊貴芳	陳宥慈	王佳惠	李貞儀	包雅瑋

電腦	蔡郁儂	黃秋虹	王熾茜	胡琬婷
電腦	施茹萍	陳守勳	楊尹婷	吳耿任

門

門

●第三棟3樓：教辦4(分機 22)

林素如	許芳瑜	林怡秀	王月春	李佳蓉
張雅惠		胡惠茹		涂瑀涵

陳廣益	陳俊成	陳正發	電腦	電腦
魏菱萱	郭榮芳	郭尚穎		電腦

門

門

●第一棟3樓：教辦1 (分機 43)

黃雪鳳		楊茵茹	余瑞蓮	陳智馨	劉育君	許育昌	葉虹		王婷瑜	陳韻淑	謝玉萍
	蔡佳玲	戴郁芝		葉佳雯		郭雅婷	謝忻倪	陳秋宜	林真如	劉慕怡	陳薇戎

黃哲民	林惠玲	周紹芬	王永佳	鄭智求			蔡麗玉			楊雅婷	王巧生
吳蕙琪	羅貴齡	林佳欣	林美利	陳郁絮	余昭瑢	施秀珍	劉淑敏	莊慧鈴		蔡旻芝	莊月香

門(分機 35)

門

(分機 36)門

●體育老師與教練辦公室(分機 20)

羅寬祥	翁祥彬	洪碧蓮	楊淑貞	周峻寬	陳金梅		楊介仲
李建宥	陳明斌	王仁和	曾孟君	鄭明育	鄭智恭	趙家慧	分機 58

門

●第一棟3樓：教辦1南(分機 35)


門

●大樓2樓：高辦1(分機 18)

李心愉	實驗組
楊麗卿	黃志燻

許文聰	鄭博仁
黃品頻	陳貞俐

陳榮堂	王瑋臻
黃文欣	劉容瑜

王朝陽	楊千慧
教務協行	張詠梅

孔慶麗	宋呈祥
林美華	顏秀穎

門

門

●高辦2(分機 28)

曾煥升	楊馨芳
趙令勤	彭瑞萱

門

●第三棟1樓：特教辦(分機 51)

黃銘君	陳美如
劉雅慧	黃靜芳
	汪美玲

●高辦3(分機 19)

李惠茹	試務組
張庭芳	郭育嘉

●高辦4(分機 79)

吳彥立	陳妍廷
	葉緬庭

門

許珍慈	程奕嘉
黃玉	丁素梅

門

吳盈泰	葉千惠
農寶鈴	林淑珍

門

	潘怡卉

門

	蔡君臨
陳佑承	李俊賢

門

●第一棟2樓：夜補辦(分機 30)

	王國彬
黃馨萱	
	林建宏

門

行政處室同仁座位及分機一覽表

(109.08.31)

秘書室		人事室		會計室		圖書館					
秘書	康彥軍 70	主任	沈仲源 15	主任	戴怡晴 29	64	張立承	資媒組長	主任	張仁獻	32
助理	陳秀英 10	組員	張淑珠 49	佐理員	59	24	張煥淇	採編協辦	採編組長	林明儀	24

輔委會

楊嫌薰 67	專輔教師	特教組長	林錦伶 67
石哲綺 67	社工師	電腦	
張玉芳 67	臨時人員	電腦	

主任		徐鳳麟 17	
沈志銘 17	資料組長	輔導組長	黃煥敏 17
黃妹菀 68	輔導協辦	專輔教師	林依璇 68
陳澤寶 68	資料協辦	專輔教師	呂宜潔 68

門

門

綜合大樓 501 生涯諮商

專輔教師
葉千惠 61

教務處

教務協辦	教學協辦	約僱人員	專案助理
鄭雅文 65	謝芸欣 65	李美雲 54	韓葳 54

門

油印室

主任	鄭貞慧 55	黃子珊 42	曾盈輯 31	劉冠君 31
	教學組長	約僱人員	設備組長	管理員
陳昆顯 分機 37	註冊組長	實研組長	試務組長	幹事
	吳雅雯 13	侯如憶 42	蘇裕凱 57	蘇慧娟 57

約僱人員
黃子昌

學務處

分機 39			
李靜瓊	衛生組長	生輔組長	林佳霏
黃雪鳳	衛生協辦	教官	邱文忠
施昱丞	約僱人員	教官	吳素梅

分機 12			
周東慶	國中部主任	學務主任	林欣穎

黃巧靈	訓育組長	訓育協辦	楊婷如
分機 75			
林學良	幹事	管理員	鍾佳臻

健康中心分機 26

護理師	護理師
卓千汶	蔡幸蓉

門

門

總務處

主任	陳欣忠 69
幹事	周佳蓉 25
出納組長	陳毓婕 66

庶務組長	汪慶祥 11	郭祐宏 11	約僱人員
管理員	潘麗娟 50	陳文華	約僱人員

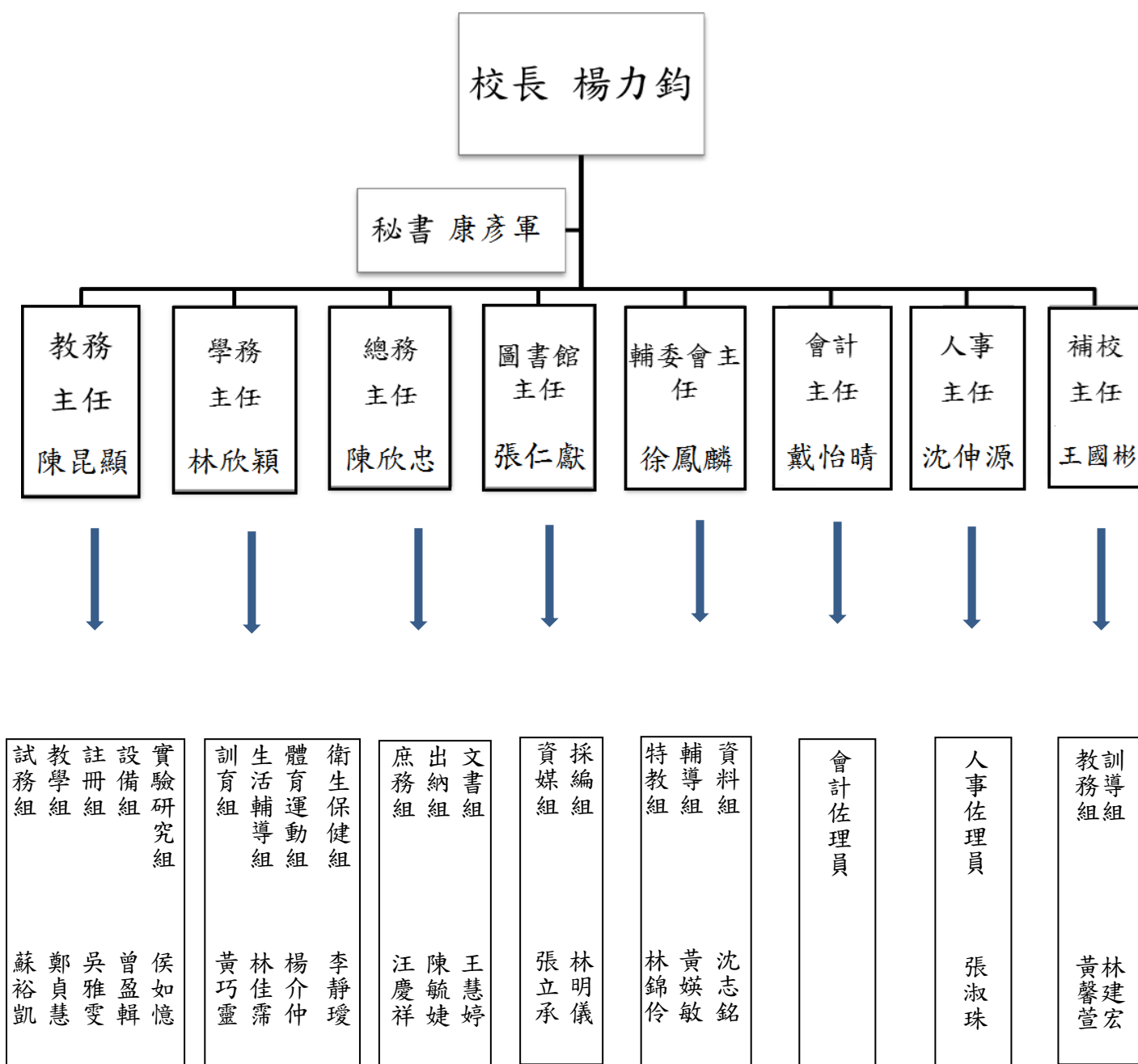
門

檔案室

文書組長
王慧婷 27

門

# 行政組織表



臺南市立大灣高中 109 學年度各年級導師名單(分機)

中一

101 余昭瑢(36)	102 胡秀華(34)	103 劉慧敏(33)	104 王婷瑜(36)	105 蔡佳玲(36)	106 王月春(22)
107 邱嘉品(23)	108 謝玉萍(36)	109 高天文(23)	110 林佳欣(35)	111 柯潔茹(23)	112 王淑秋(33)
113 陳薇戎(36)	114 劉啟旭(33)	115 吳耿任( )	116 林惠玲(34)	117 陳智馨(43)	118 王仁和(20)

中二

201 郭榮芳(22)	202 胡嘉芬(33)	203 李雅惠(23)	204 林佩霈(34)	205 郭倍甄(23)	206 王俊淵(33)
207 余瑞蓮(43)	208 游若琳(33)	209 王麗枝(34)	210 許芳瑜(22)	211 劉佳容(23)	212 戴郁芝(43)
213 張雅惠(22)	214 黃哲民(35)	215 廖淑如(33)	216 蘇耿進(23)	217 曾孟君(20)	

中三

301 許育昌(43)	302 楊貴芳(34)	303 楊茜茹(43)	304 任元蓓(33)	305 涂瑀涵(22)	306 王巧生(36)
307 李佳蓉(22)	308 黃秋虹(34)	309 鐘晨日(23)	310 林真如(36)	311 莊郁諄(23)	312 陳正發(22)
313 周紹芬(35)	314 汪秀花(23)	315 王熾茜(34)	316 鄭明育(20)		

中四 ~ 中六

401 李俊賢(79)	402 楊千慧(28)	403 王朝陽(28)	404 黃志燻(18)	405 吳盈泰(19)	406 劉容瑜(28)
501 彭瑞萱(28)	502 李惠茹(19)	503 葉緬庭(79)	504 黃品頻(18)	505 郭育嘉(19)	506 曾煥升(28)
601 程奕嘉(19)	602 王瑋臻(28)	603 丁素梅(19)	604 陳榮堂(28)	605 趙令勤(28)	606 黃文欣(28)

## 【教務處】報告事項

一、週一至週五夜間提供舒適空間供高中部學生自習，歡迎家長鼓勵學生參加，並協助督促學生遵守相關自治公約規定，以達預期學習效果。【晚自習：於9月7日開始】

二、有關各年級所使用的教科書版本、校內外各項獎助學金訊息、申請成績證明單、轉學手續...等相關的事務，在學校的網頁上都有公告，家長可隨時上網瀏覽。

三、現行新舊課綱同時並行，有關本校高中生畢業規定，如附件一所示。提醒家長，請注意學生的學習狀況，避免學生最後未達到畢業標準而無法畢業。

四、因應新課綱，高一高二的學生，在個人申請階段，各大學科系會參採學生的學習歷程檔案。

本校學習歷程系統可進入本校官網→[電子化校園]→[高中學習歷程(采葳)]

或直接輸入網址: <https://ep.dwhs.tn.edu.tw/>進入



The screenshot shows the website header for Dwhs Tn Education (大灣高級中學) with the URL www.dwhs.tn.edu.tw. The navigation menu includes 'Digital Campus' (電子化校園), which is expanded to show options like 'GOOGLE行事曆', '成績登錄查詢暨選課系統', and '高中學習歷程(采葳)'. A search bar on the right is used to find '高中學習歷程(采葳)'. The main content area displays a list of articles related to the learning portfolio system.

另提供學習歷程相關資訊 111 學年度大學申請入學參採高中學習歷程資料完整版查詢系統:

[https://www.cac.edu.tw/cacportal/jbcrc/LearningPortfolios\\_MultiQuery/index.php](https://www.cac.edu.tw/cacportal/jbcrc/LearningPortfolios_MultiQuery/index.php)

給家長參考。

五、110 年學測日期為 110/1/22(五)~110/1/23(六)，相關升學作業與考試資訊可參閱大學招生委員會

聯合會網站：<http://www.jbcrc.edu.tw/>

**[此網站極其重要!!!請家長們務必謹記!]**



The screenshot shows the website of the Joint Board of College Recruitment Commission (大學招生委員會聯合會). The header includes the organization's name and logo. The main content area features a '本會置頂訊息' (Featured Messages) section with various notices and news items. There are also navigation links for '本會簡介', '最新消息', '入學管道', '新聞專區', '常見問題', '相關網站', '下載專區', and '聯絡我們'.



The screenshot shows the website of the University Entrance Examination Center (大學入學考試中心) for the 110th academic year. The main heading is '110 學年度考試簡章' (110th Academic Year Examination Regulations). Below the heading, it lists the types of exams: '高中英語聽力測驗' (High School English Listening Test), '學科能力測驗' (Subject Ability Test), and '指定科目考試' (Designated Subject Test). A table provides the exam names, registration dates, and exam dates.

考試名稱	報名日期	考試日期
高中英語聽力測驗 (第一次考試)	109年 9月 4日(五) ~ 10日(四)	109年10月24日(六)
高中英語聽力測驗 (第二次考試)	109年11月 9日(一) ~ 13日(五)	109年12月12日(六)
學科能力測驗	109年10月30日(五)~11月13日(五)	110年 1月22日(五)~23日(六)
指定科目考試	110年 5月18日(二) ~ 27日(四)	110年 7月 1日(四)~ 3日(六)

109 學年 **高三** 大灣高中高中部畢業條件：

1、畢業之最低學分數為 160 學分(必 120、選 40)，包括

(一)必修學分：表中所列之必修科目均須修習，至少須 120 學分成績及格，始得畢業，其中必須包括後期中等教育共同核心課程 48 個學分。

(二)選修學分：至少須修習 40 學分，其中「第二外國語文」、「藝術人文」、「生活、科技與資訊」、「健康與休閒」、「全民國防教育」、「生命教育」、「生涯規劃」、「其他」等八類合計至少須修習 8 學分。課程包括：

高一	生命教育、生涯規劃、文化教材
高二、高三	資訊科學與應用專題、資訊科學
高二	生命教育
高三	文化教材
高三	選修藝術人文(暫定)
高三	選修音樂(暫定)

2、160 學分中必須包含下表所列之 48 個必修學分。

※後期中等教育共同核心課程領域、科目及學分數表

領域名稱	科目	學分數	備註
語文領域	國文	8	
	英文	8	
數學領域	數學	8	
社會領域	歷史	6	
	地理		
	公民與社會		
自然領域	物理	6	
	化學		
	生物		
藝術領域	音樂	4	任選兩科目 共 4 學分
	美術		
	藝術生活		
生活領域	生活科技	4	任選兩科目 共 4 學分
	家政		
	相關科目		
體育領域	體育	4	
必修學分數總計		48	



## 109 學年 高二、高一 大灣高中高中部畢業條件：

1、畢業之最低學分數為 150 學分(至少必 102、選 40)，包括

(一)必修學分：表中所列之必修科目均須修習，至少須 102 學分成績及格，其中必須包括後期中等教育共同核心課程 32 個學分，始得畢業。

(二)選修學分：至少需修習 40 學分且及格。

2、自主學習必須達到 18 小時。

※後期中等教育共同核心課程領域、科目及學分數表

領域名稱	科 目	至少需修學分數	備註
語文領域	國 文	4	
	英 文	4	
數學領域	數 學	4	
社會領域	歷 史	4	可任採 2 科共 4 學分
	地 理		
	公 民 與 社 會		
自然領域	物 理	4	可任採 2 科共 4 學分
	化 學		
	生 物		
	地 球 科 學		
藝術領域	音 樂	4	可任採 2 科共 4 學分
	美 術		
	藝 術 生 活		
綜合活動	生 命 教 育	4	可採跨領域選擇 2 科以上，共 4 學分
	生 涯 規 劃		
	家 政		
科技領域	生 活 科 技	4	
	資 訊 科 技		
健康與體育	體 育	4	健康與護理、體育各 2 學分。
	健 康 與 護 理		
必 修 學 分 數 總 計		32	

## 【學務處】報告事項

訓育組報告

# 大 灣 高 中 學 校 教 育 儲 蓄 戶

推動緣起：

1. 落實教育施政主軸「社會關懷」之理念，協助經濟弱勢學生就學。
2. 在理念上，係以弱勢中小學生為對象，俾實現社會對弱勢的關懷。
3. 在作法上，結合學產基金、民間團體、社會大眾、地方政府之力量，共同發揮愛心協助確有需要之經濟弱勢學生順利完成學業，並建立提供社會大眾發揮教育大愛之管道。
4. 在機制上，規劃授權校長及老師（管理小組）管控運用此項專戶經費，並請縣市政府協助鼓勵、管理及支持學校設立專戶。
5. 在策略上，區分地區差異及需求之急迫性，除公開接受各界共襄盛舉並以合宜方式適度表揚善心團體或人士以資鼓勵，並設定學產基金依需求緩急之基本補助額度與方式。

照顧對象：

就讀公立高中職及國民中小學之下列家庭之在學學生

- (一)低收入戶、中低收入戶。
- (二)特殊境遇家庭。
- (三)家庭突遭變故，致無力順利接受教育，需經濟援助者。
- (四)前三款以外，家庭須協助順利就學之特殊個案。



**本校教育儲蓄戶每年補助多名同學順利就學，**

**歡迎善心人士捐款，善款收支明細皆公開徵信，有**

**意捐款者請洽學務處或總務處。**



# 大 灣 高 中 多 元 學 生 團 隊

現在是多元學習的時代。大灣高中為了讓學生有更多舞台能展現才華，成立許多優秀團隊。在傳統藝術部分有舞龍、舞獅、戰鼓。在音樂部分有管樂隊、直笛隊、合唱團。在體育方面除了體育班外，一般生可參加籃球隊。近年來在老師及學生的努力之下，各團隊皆有優秀成績，如：籃球隊近兩年獲得 108 全國中學校際籃球賽第六名、108 台南市中等學校籃球對抗賽第一名、108 年中等學校籃球錦標賽全市第四名、108 學年國中籃球聯賽縣市第三名、108 學年國中籃球聯賽南區複賽南區 8 強；傳統藝術近兩年獲臺南市 107 學年度傳統藝術比賽國中組競技舞龍甲等、並受教育局邀請於 107 年臺南市全市聯合運動會開幕舞龍表演、107 年臺南市中等學校聯合運動會開幕舞龍表演，而音樂團隊近年來參加台南市學生音樂比賽也獲合唱比賽甲等、管樂比賽優等、直笛比賽優等，管樂團並在文化局所舉辦的 2018、2019 臺南市管樂藝術季參與演出。

學生團隊除了利用社團時間練習外，也利用課後時間練習，孩子有豐富而充實的課後活動安排，在各項表現上便能更有自信與正面積極。此外，參加多項比賽及演出，除了讓同學從中獲得成就感，在升學時在多元比序的競賽加分項目下，也獲實質幫助，因此邀請家長多多鼓勵孩子參與學生團隊。

## 認識並防治登革熱疾病

### 一、概述：

登革熱 (Dengue fever)，是一種由登革病毒所引起的急性傳染病，這種病毒會經由蚊子傳播給人類。臺灣位於亞熱帶地區，像這樣有點熱、又有點溼的環境，正是蚊子最喜歡的生長環境，為登革熱流行高風險地區。

### 二、傳播方式：

臺灣主要傳播登革熱的病媒蚊為埃及斑蚊 (Aedes aegypti) 及白線斑蚊 (Aedes albopictus)，這些蚊子的特徵身體是黑色的，腳上有白斑。

### 三、發病症狀：

每個人的體質不一樣，有些人感染登革熱時，症狀輕微，甚至不會出現生病症狀。而典型登革熱的症狀則是會有突發性的高燒 ( $\geq 38^{\circ}\text{C}$ )，頭痛、後眼窩痛、肌肉痛、關節痛及出疹等現象；然而，若是先後感染不同型別之登革病毒，有更高機率導致較嚴重的臨床症狀，如果沒有及時就醫或治療，死亡率可以高達 20% 以上，所以民眾千萬不能掉以輕心！

### 四、預防方法：

登革熱是一種「社區病」、「環境病」，且病媒蚊對於叮咬對象並無選擇性，民眾平時應做好病媒蚊孳生源的清除工作。

(一) 一般民眾的居家預防：

家中應該裝設紗窗、紗門；睡覺時最好掛蚊帳，避免蚊蟲叮咬清除不需要的容器，把暫時不用的花瓶、容器等倒放。家中的陰暗處或是地下室應定期巡檢，可使用捕蚊燈。家中的花瓶和盛水的容器必須每週清洗一次，清洗時要記得刷洗內壁。放在戶外的廢棄輪胎、積水容器等物品馬上清除，沒辦法處理的請清潔隊運走。平日至市場或公園等戶外環境，宜著淡色長袖衣物，並在皮膚裸露處塗抹衛生福利部核可的防蚊藥劑。

(二) 清除孳生源四大訣竅—澈底落實「巡、倒、清、刷」：

1. 「巡」—經常巡檢，檢查居家室內外可能積水的容器。
2. 「倒」—倒掉積水，不要的器物予以丟棄。
3. 「清」—減少容器，使用的器具也都應該澈底清潔。
4. 「刷」—去除蟲卵，收拾或倒置勿再積水養蚊。

(三) 感染登革熱民眾，應配合的事項：

感染登革熱民眾，應於發病後 5 日內預防被病媒蚊叮咬，病房應加裝紗窗、紗門，病人可睡在蚊帳內。防疫單位應進行孳生源清除工作，並依相關資料綜合研判後，評估是否有必要實施成蟲化學防治措施。

### 五、治療與就醫：

由於目前沒有特效藥物可治療登革熱，所以感染登革熱的患者，一定要聽從醫師的囑咐，多休息、多喝水、適時服用退燒藥，通常在感染後兩週左右可自行痊癒。

此外，對於登革熱重症病患應安排住院，適時的介入措施，提供完整嚴密及持續的照護，可將死亡率從 20% 以上降到 1% 以下。

# 對抗登革熱



## 容器減量



一瓶夫人



房貨二胎



三圖五常



大四 東南西北



生肖五圖

認識 **13大** 孳生容器  
記好口訣，速清除！

愛社區、愛家園、愛學校  
你我可以怎麼做？

- ✓ 家戶動起來：  
配合地方政府公告清運日，每家戶清出不需要的容器。
- ✓ 校園動起來：  
1. 鼓勵各級學校師生參與校內及社區容器減量。  
2. 透過學校聯絡簿及衛教宣導，帶動家長參與環境清潔。
- ✓ 戶外作夥來：  
配合地方清潔隊，村(里)長帶領社區民眾，逗陣做環境清潔及容器減量。



十三撲克牌



十二阿鐘塔



蕭十一郎



道路十全



九圖文化



道路六合



生肖七圖



天龍八部 廣告



教育部



衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC



www.edu.gov.tw



1922防疫達人  
www.facebook.com/TWCCDC

疫警通報及諮詢專線：1922

# 校園愛滋防治宣導資料

## 一、愛滋疫情現況：

我國愛滋疫情現況以年輕族群及男男間性行為族群最為嚴重，愛滋感染者累計通報人數截至108年7月31日止，達40,255人，其中15-24歲感染者共2108人(佔全年齡層11.37%)，而近年來新增的感染者中，9成以上是透過不安全性行為傳染，而部分感染之傳染途徑與合併使用成癮藥物或網路交友導致不安全性行為有關。

## 二、認識愛滋病：

### (一)認識愛滋病毒

愛滋病是由愛滋病毒所引起的疾病。愛滋病毒會破壞人體原本的免疫系統，使病患的身體抵抗力降低，當免疫系統遭到破壞後，原本不會造成生病的病菌，變得有機會感染人類，嚴重時會導致病患死亡。

### (二)傳播方式

愛滋病毒的主要傳染途徑是性行為、血液或母子垂直傳染，故輕吻、蚊子叮咬、日常社交生活，如擁抱、握手、共餐、共用馬桶、游泳、一起上班、上課、共用電話、水龍頭，均不會傳染愛滋病毒。

### (三)預防方法

1. 安全性行為：單一固定的性伴侶，避免嫖妓、援交、一夜情，性行為時要全程正確使用保險套，若需要使用潤滑液，應選用水性潤滑液，不可使用油性潤滑物質（如嬰兒油、凡士林），以避免保險套破損。
2. 不要共用注射針頭、針筒、稀釋液。
3. 性病者請儘速就醫，並檢驗愛滋病毒。
4. 懷孕時要接受愛滋病毒檢查，如果媽媽確定為愛滋病毒病患感染者，從懷孕期間就要開始接受預防性用藥，有需要時選擇剖腹產，並且避免餵母乳。

### (四)治療方法與就醫資訊

目前臺灣採用雞尾酒式混合療法藥物，可以有效控制病情，延緩發病時間，且近年來由於藥物的發展進步，原本治療過程產生的副作用也漸漸改善，但仍無法根治。

民眾若擔心自己有可能得到愛滋病，可以到[愛滋病指定醫院](#)或其他醫療院所接受愛滋病篩檢，或可至[衛生局\(所\)](#)、[全國匿名篩檢點](#)進行匿名篩檢，證實感染後，請立即至全國愛滋病指定醫院接受治療。

## 三、感染者權益保障：

若愛滋病毒感染者受到各項不公平待遇或歧視時，可以於事實發生日起1年內，依據「人類免疫缺乏病毒感染者權益保障辦法」第7條規定進行申訴。如果感染者受到就學或就業等不公平待遇或歧視時，請先向原機關(構)、學校或團體負責人(雇主)提出申訴，如對於該項訴處理有延遲或對處理結果不服，則可向當地衛生局提出申訴，如對當地衛生局處理結果不服者，得向衛生福利部提出申訴。若感染者在於安養或居住方面受到不公平待遇或歧視時，請直接向當地衛生局提出申訴，如對於當地衛生局處理結果不服者，得向衛生福利部提出申訴。

**為維護貴子弟健康請家長與孩子共同建立良好的生活習慣：**

## 一、健康體位五大核心概念( 85210):

數字	意義	實施方法
8	每天睡滿八小時	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 養成規律的讀書習慣，安排時間</li> <li>2. 最好 9 點以前，最晚 11 點以前上床睡覺</li> <li>3. 培養良好且規律的睡眠習慣</li> <li>4. 睡前避免看電視、打電腦、玩電動聲光刺激大的活動。</li> </ol>
5	天天五蔬果	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 儘量提供孩子各種顏色（綠、黃、紫、紅、黑、白等等）蔬果。</li> <li>2. 3 份蔬菜+2 份水果</li> <li>3. 用餐時間要滿 20 分鐘。</li> </ol>
2	電子用品每天使用時間少於二小時	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 看電視、玩電動、打電腦、用電話每天少於 2 小時</li> <li>2. 近距離用眼每 30 分鐘，休息 10 分鐘。</li> <li>3. 望遠凝視，讓眼睛放鬆。</li> <li>4. 鼓勵孩子多從事戶外活動。</li> </ol>
1	每一天運動達到 30 分鐘	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 多步行或騎腳踏車。</li> <li>2. 早起出門運動。</li> <li>3. 搭公車提前一站下車。</li> <li>4. 多走樓梯，少搭電梯。</li> <li>5. 約同好一起打球。</li> </ol>
0	喝零熱量的「白開水」  (減少高糖份、高油脂飲食)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 外出人人帶水杯、水壺。</li> <li>2. 不以含糖飲料獎勵孩子。</li> <li>3. 拒絕垃圾飲料、調味奶</li> <li>4. 午餐附餐不提供含糖飲料</li> <li>5. 喝足白開水，每天要喝體重 30 倍水量。</li> </ol>

## 二、衛生教育宣導重點：

宣導主題	健康促進宣導內容
視力保健	<p><b>第 1 招：眼睛休息不忘記</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 每天和假日都要有戶外活動時間。</li> <li>◇ 看電視要遵守 3010 原則，每 30 分鐘休息 10 分鐘，每天總時數少於 1 小時。</li> <li>◇ 下課務必走出教室外活動或讓眼睛望遠休息至少 10 分鐘。</li> <li>◇ 早睡早起，充分休息。</li> </ul> <p><b>第 2 招：均衡飲食要做到</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 多攝取維生素 A、B、C 群及深綠色蔬菜、水果。</li> <li>◇ 日常飲食種類多樣化、不偏食、不暴飲暴食。</li> </ul> <p><b>第 3 招：閱讀習慣要養成</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 每閱讀 30-40 分鐘應休息 10 分鐘。</li> <li>◇ 看書或執筆寫字，保持 35-40 公分的距離。</li> <li>◇ 不在搖晃的車上閱讀，也不要躺著看書。</li> </ul> <p><b>第 4 招：讀書環境要注意</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 光線要充足，桌面照度至少 350 米燭光以上。</li> <li>◇ 書桌高度要讓手肘自然下垂平放，椅面要讓臀部坐滿，雙腳要踩到地。</li> </ul> <p><b>第 5 招：執筆、坐姿要正確</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 書桌光線不直接照射眼睛，習慣用右手寫字，檯燈放左前方，左撇子則相反方向。</li> <li>◇ 姿勢端正，兩肩放輕鬆，腰打直，不歪頭、不趴著。</li> <li>◇ 執筆由前三指來挺筆並帶筆運行，後二指要穩定。</li> </ul> <p><b>第 6 招：定期檢查要知道</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇ 滿四歲前應至眼科進行視力檢查；每年固定一至二次視力檢查。</li> <li>◇ 當接到學校視力篩檢未達合格標準之通知，需至合格眼科醫師接受複檢。</li> <li>◇ 遵照醫師指示配合矯治，定期回診追蹤。</li> </ul>
口腔保健	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 每天使用含氟牙膏至少刷 2 次牙；睡前刷牙、選另外時機至少一次。</li> <li>2. 牙膏氟離子濃度應在 1000ppm 以上。</li> <li>3. 減少含糖飲食（如糖類, 餅乾）的次數與用量，鼓勵餐後潔牙。</li> <li>4. 定期的口腔檢查(至少每 6 個月一次)。</li> </ol>
電子煙防制 知能	<p><b>1. 含尼古丁電子煙具成癮性，過量、中毒頻傳</b></p> <p>電子煙含尼古丁之濃度約 2-18mg/ml(一般約 6 mg/ml)，一瓶 30ml 補充液即含 180mg 尼古丁，相當於 225 支紙菸 (超過 11 包菸)。若以每支煙匣可注入 2-6ml 計算，尼古丁量約相當於 12-36 根紙菸。因消費者不易控制使用量，非常容易過量。</p> <p><b>2. 電子煙含一級致癌物甲醛</b></p> <p>食品藥物管理署抽驗電子煙中，100% 含有甲醛，90.3% 含有乙醛，二者皆有致癌性。依據國際癌症研究署(International Agency for Research on Cancer, 簡稱 IARC)癌症因子分類，甲醛歸類為 1 級(確定為致癌因子)，乙醛 2B 級(可能為致癌因子)。</p>



	<p><b>3. 電子煙具爆炸危險性</b></p> <p>電子煙係由鋰電池點燃，而鋰電池受損後可發生自燃，導致溫度升高。美國聯邦緊急事務處理總署 (FEMA) 指出，電子煙存放的環境、周圍的溫濕度、充電的環境、使用者不當使用載具之安全性，都有可能具有潛在的危險，如灼傷、電池爆炸等。桃園地院 105 年 4 月 29 日曾就乘客於飛機上吸食電子煙，依涉違反民用航空法第 102 條第 1 項非法使用干擾飛航器材罪，處罰金新臺幣(下同)4 萬元。</p> <p><b>4. 電子煙亦曾被驗出含安非他命、大麻等毒品成分</b></p> <p>因電子煙油可隨意添加，國內外已查獲多起電子煙含毒品之案例，包括安非他命、大麻等毒品成分，可能讓使用者因此染上毒癮，嚴重戕害身體健康。</p> <p><b>5. 製造、輸入與販售電子煙均屬違法</b></p> <p>電子煙外型似菸品形狀，違反菸害防制法第 14 條規定：任何人不得製造、輸入或販賣菸品形狀之糖果、點心、玩具或其他任何物品。違反者，對製造或輸入業者可處 1 萬元以上 5 萬元以下罰鍰，販售業者可處 1,000 元以上 3,000 元以下罰鍰。若含有尼古丁，則屬偽劣假藥，依藥事法處理，製造或輸入者，最高可處 10 年以下有期徒刑；販賣者最高可處 7 年以下之有期徒刑。倘電子煙產品宣稱具「幫助戒菸」、「減少菸癮」或「減輕戒斷症狀效果」等醫療效能詞句，即使不含尼古丁成分，亦違反藥事法有關廣告之規定，可處 60 萬元以上 2,500 萬元以下罰鍰，並沒入銷燬之。</p>
菸害防制	<p>◎高中職以下校園及週邊全面禁菸，違者得處 2 千至 1 萬元。</p> <p>◎未滿 18 歲以下吸菸，必須接受戒菸教育，無正當理由不到場，得處 2 千至 1 萬元，並按次連續罰鍰。賣菸或提供菸品 18 歲以下者，罰 1 至 5 萬元。</p>
拒檳宣導	<p>1. 檳榔子含有<b>致癌物質</b>，其粗纖維會造成<b>口腔黏膜硬化及牙齒磨損</b>。</p> <p>2. 嚼食檳榔者的<b>口腔癌罹病率</b>，較未嚼食檳榔者，高出<b>28 倍</b>。合併有吸菸、飲酒行為者，其罹患口腔癌是常人的<b>123 倍</b>。</p>
愛滋病	<p>1. 愛滋病毒經由<b>不安全性行為、血液（共用針頭）及母子垂直感染</b>，其中以<b>不安全性行為為主要傳染途徑</b>，<b>禁慾及固定單一性伴侶為最根本的預防之道</b>，其次，堅持<b>每一次性行為全程且正確使用保險套</b>，也能有效預防感染愛滋病毒。</p> <p>2. 日常相處不易感染愛滋病毒，因此，不需恐懼或排斥感染者，希望大家以<b>尊重、包容與關懷</b>的態度面對愛滋病。</p>
登革熱	<p><b>請大家務必清除孳生源，以降低社區病媒蚊密度</b>。如有發燒、頭痛、後眼窩痛、肌肉痛、關節痛、出疹等疑似症狀，應儘速就醫，並告知醫師旅遊史、活動史，以利醫師診療及通報。</p>
流行性感冒	<p>1、加強正確洗手等個人衛生習慣之養成，及注意呼吸道衛生，儘量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。如有呼吸道症狀時應配戴口罩；打噴嚏時應用面紙或手帕遮住口鼻，或用衣袖代替；與他人交談時，儘可能保持 1 公尺以上。</p> <p>2、對感染流感之師生，應請其戴口罩，指導其適當休息與適當補充水分，並依醫師指示接受治療，落實「生病不上課、不上班」原則，並儘量與家長溝通，讓學生在家休養直至症狀解除後 24 小時始返校上課。</p>

	<p>3、平日注意營養、均衡飲食、運動及充足睡眠，以增強個人的免疫力，吃東西前、如廁後需加強洗手。</p>
食品資訊素養	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 辨識正確及不實之食品資訊方法。</li> <li>2. 提供民眾正確食品資訊管道（食安資訊百貨專櫃及闢謠專區）並持續更新內容。</li> <li>3. 遇到存疑食品資訊時，如何透過正確管道查證(撥打1919 全國食安諮詢專線)。</li> </ol>
珍惜醫療資源，健保服務帶著走—分級醫療、健康存摺	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 「厝邊好醫師，社區好醫院」： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)提醒民眾社區家庭醫師守護民眾健康，當有需要協助轉診合作醫院，引導正確就醫及轉診觀念。</li> <li>(2)家醫計畫已建立社區醫療群體 24 小時電話諮詢專線，民眾可即時獲取就醫資訊。</li> </ol> </li> <li>2. 提供開診資訊，導引民眾就醫： <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)民眾可由本署全球資訊網、健保快易通 APP 查詢附院所開診，就近就醫。</li> <li>(2)調整門診與急診部分負擔(依核定內容辦理)，平日急診時段與未經轉診至醫學中心就醫者調高部分負擔，經轉診至醫學中心與區域醫院就醫者調降其收取金額。</li> </ol> </li> <li>3. 健康存摺 2.0 資料內容 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)醫療類資料：西、中、牙醫門診資料、住院資料、過敏資料、器捐或安寧緩和醫療意願、檢驗資料、影像或病理檢查報告資料、出院病歷摘要、成人預防保健結果、預防接種資料等。</li> <li>(2)保險計費及繳納類資料：健保卡狀況及領卡紀錄、保費計費明細及保險費繳納明細。</li> </ol> </li> <li>4. 健康存摺 2.0 功能 <ol style="list-style-type: none"> <li>(1)健康資料以圖呈現，方便民眾閱讀。</li> <li>(2)連結衛教指引，提升民眾健康知能。</li> <li>(3)運用健康資料，提供疾病管理服務。</li> <li>(4)提供互動式服務，如行事曆、生理量測紀錄、貼心叮嚀。</li> <li>(5)免插卡、不限瀏覽器登入，可立即查詢。</li> </ol> </li> <li>5. 健康存摺-APP 版 <p>功能全面提升，民眾可隨時隨地利用行動裝置查詢個人多項健康資料、記錄個人健康記事或生理量測結果。</p> </li> </ol>
珍惜醫療資源，健保服務帶著走—急診檢傷	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 急診檢傷分類定義（五級）。</li> <li>2. 正確轉診制度資訊。</li> <li>3. 維護急重、難症病人的醫療照護品質。</li> </ol>

## 體育組

1. 體適能為免試入學超額比序項目之一，本校辦理之體適能檢測以團體報名方式參加。
2. **體適能檢測**：由大灣高中體適能檢測站舉辦，國一新生預計在每年11-12月舉辦，全校統一報名參加，會另行通知，評分標準及評分計算(以年齡而非年級)，學校首頁右邊連結學生可自行上網確認體適能成績，如有問題請洽體育組查詢，學生校外自行參加檢測之成績需將成績單交至學務處登錄才能予以計算。
3. (一)體適能成績計算：四項檢測以兩項最佳成績計算加分，滿分為10分。

### ★13歲標準

男生	中等 25%	銅 50%	銀 75%	金 85%	女生	中等 25%	銅 50%	銀 75%	金 85%
坐姿(公分)	18	24	30	33	坐姿(公分)	24	30	35	39
仰臥(次數)	29	33	39	42	仰臥(次數)	23	29	33	36
立定(公分)	148	170	190	200	立定(公分)	122	138	155	165
1600m(分秒)	11.16	9.50	8.20	7.54	800m(分秒)	5.16	4.43	4.16	4.03

### ★14歲標準

男生	中等 25%	銅 50%	銀 75%	金 85%	女生	中等 25%	銅 50%	銀 75%	金 85%
坐姿(公分)	18	25	31	34	坐姿(公分)	23	30	37	40
仰臥(次數)	30	35	40	43	仰臥(次數)	22	27	32	35
立定(公分)	165	185	203	213	立定(公分)	122	138	155	165
1600m(分秒)	10.59	9.14	7.57	7.28	800m(分秒)	5.23	4.49	4.23	4.10

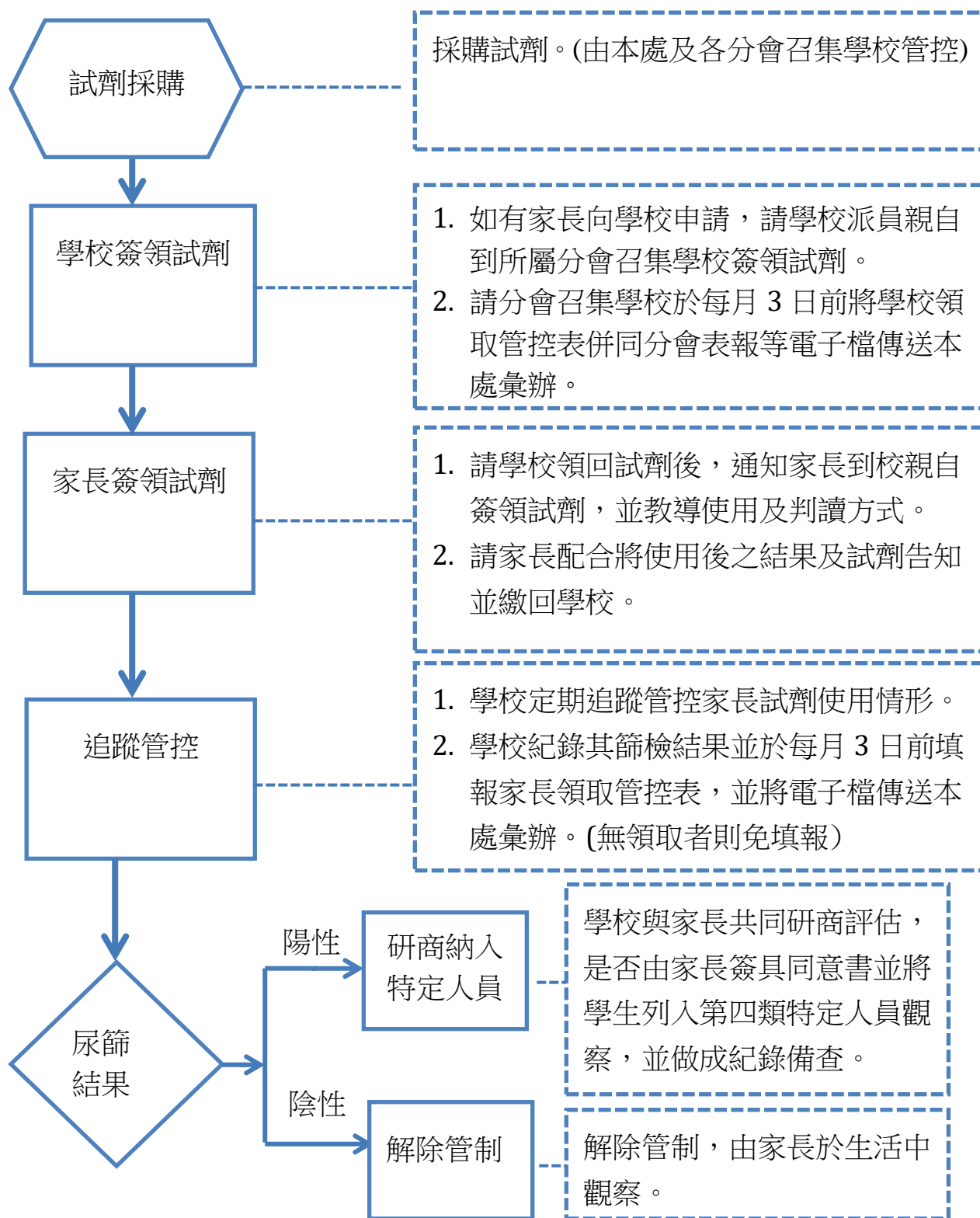
- (二) 1. 同一次檢測四項均無(或僅一項)達門檻者，得4分。
2. 同一次檢測任二項檢測成績達門檻者，得6分。
3. 同一次檢測任二項檢測成績達百分等級50以上者，得8分。
4. 同一次檢測任二項檢測成績達百分等級75以上者，得9分。
5. 同一次檢測任二項檢測成績達百分等級85以上者，得10分。

### (三) 身心障礙學生、重大傷病及體弱學生之計分：

持有各級主管機關特殊教育學生鑑定及就學輔導會鑑定為身心障礙學生之證明，或領有身心障礙手冊(證明)者，或持有公立醫院證明為重大傷病、體弱學生，考量學生身心發展差異及就學權益，比照門檻標準，予以計分(6分)。

# 教育部臺南市聯絡處防制學生藥物濫用—

## 一般型(家長)尿液篩檢試劑作業程序



# 了解孩子

## 別讓他誤入歧途

### 毒



#### 家長看過來，小心！這些都是毒品！

毒品種類百種，除了一到四級毒品外，現行氾濫的糖果包裝花樣炫麗，更易引發青少年誤食，且為混合性毒品，危害更加乘！

- 1級毒品**  
如海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼等
- 2級毒品**  
如安非他命、搖頭丸、大麻、MDPV(浴鹽)等
- 3級毒品**  
如愷他命(K他命)、FM2、喵喵等
- 4級毒品**  
如5-MeO-DIPT(火狐狸)、佐配眠等

#### 混合性新興毒品

市售改裝混合填充	山寨品牌混合填充	可愛造型卡通圖樣	糖衣外表 零食外貌
破壞原貌再包裝 有拆封痕跡	包裝完整 無拆封痕跡	以特殊造型 吸引青少年食用	以糖果樣式混淆 引誘青少年誤食

#### 家長請注意！您的孩子是否行為異常？

關心孩子，如何從孩子的行為察覺是否染毒？

進一步了解孩子染毒的原因。



#### 提醒家長們，這些管道可以幫助您！

讓我們透過以下管道一同守護孩子的未來，保護孩子遠離毒害！

##### 學校政府單位

**教育部**  
家庭教育中心諮詢專線：  
(02)412-8185

**學校資源**  
香煙小組輔導戒治：  
• 輔導課程  
• 尿液篩檢

**社政單位**  
各地方政府社會局(處)的協助資源：  
• 家庭輔導教育  
• 社福資源提供

##### 醫療輔導單位

**毒防中心**  
毒品危害防制中心的協助資源：  
• 諮詢服務  
• 輔導追蹤

**醫療單位**  
醫療單位的協助資源：  
• 門診及住院治療  
• 藥癮衛教及諮詢

##### 警政單位

**警政單位**  
警政單位的協助資源：  
• 法律諮詢  
• 轉介服務

**少年輔導委員會**  
少年輔導委員會的協助資源：  
• 個案輔導及諮詢  
• 預防宣導

戒成專線 **0800-770-885**  
(請請您，幫幫我)



教育部防制學生藥物濫用資訊網



教育部防制學生藥物濫用粉絲團



反毒大本營

教育部 關心您

## 【總務處】報告事項

一、總務處已完成與即將進行之工程：

### ■108 學年度已完成與即將完成之工程：

- 1.西側籃球場防滑改善工程
- 2.建置校園防蚊防臭環保水溝蓋第一期
- 3.體育教師與教練辦公室修繕工程
- 4.恆毅樓樓板防水及天花板油漆工程
- 5.恆毅樓 4 樓西側女廁改建為性別友善廁所
- 6.力行樓東西兩側及科學大樓頂樓防水工程
- 7.汰換專科教室及自修教室老舊冷氣
- 8.增置及汰換老舊飲水機
- 9.協助教務處建置生活科技教室設備
10. 協助學務處建置活動中心改善羽球場地燈具
11. 協助圖書館建置校園前瞻教學網路設備建置
12. 協助圖書館建置校門口與文賢街口 3 座動態 LED 螢幕建置

### ■109 學年度預計辦理工程：

- 1.建置太陽能光電綠能屋頂
- 2.城市智慧停車系統第一期工程
- 3.更新教師辦公室及行政辦公室 OA 辦公桌櫃
- 4.恆毅樓 1 樓中庭北側採光防風防雨工程
- 5.西側籃球場校隊運動防曬改善案

二、感謝家長會建設基金預算編列補助，以協助本預算不足或無核銷科目之緊急採購，也請繼續給予相同的協助。

## 【輔委會】報告事項

### 輔導組:

1. 【生命教育】、【生涯發展教育】、【性別平等教育】及推展各項輔導工作。
2. 【個別諮商輔導工作】:期許每位需要協助的學生，都能有一位專業輔導教師關心他(她)。
3. 【親職講座】:推動家長成長課程，由專業的心理師或講師，以活動或讀書會方式，增進親職知能與互動技巧，協助創作更幸福之家庭關係。
4. 【輔導志工團】:邀請家長與社區人士，參與協助本校【潛能開發班課程】，給學生更寬廣的視野去看世界，增加自己生命的深度。
5. 【每週一文】家長可與孩子一起共讀，各班也有『心得分享活動』(班級投稿及網路投稿)，孩子期待您的陪伴與分享。

### 特教組:

【多元學習教室】將需要特別協助的學生或課業落後的孩子，抽離出原班於本校第三棟一樓(合作社上方)，給他們更適切的教育。多元學習班教師辦公室位於第三棟一樓(靠近操場)，電話為 271-4223 轉分機 51。

### 本學期輔委會目前預計推展活動有：

#### (一)宣導性活動

- 1、班親會暨十二年國教適性輔導說明會(9/19日週六上午)。
- 2、敬師節相關活動(給老師的一封信):中一、中四。
- 3、特教宣導活動(海報有獎徵答特教議題融入電影回饋單)。
- 4、生命教育、性別平等教育、家庭教育-祖孫週融入課程。
- 5、辦理生命教育專題演講、家庭教育、性別平等、特殊教育專題演講。
- 6、親職教育系列講座(預定於11月份開始)歡迎家長報名。
- 7、生命教育體驗營(中一)。
- 8、歲末愛心物資募集與義賣。
- 9、寒冬送暖與教養院參訪。
- 10、中二生涯職業類型初探(12/7)。

#### (二)個別化介入性輔導活動

1. 小團體輔導(計有「人際探索」、「生涯」、「情緒探索」等三個小團體課程)
2. 長期認輔諮商(認輔教師、專輔教師、輔導志工)。
3. 潛能開發班課程
4. 高關懷課程

#### (三)本年度預定召開特教會議暫訂日期如下：

1. IEP暨安置會議 國中 9/21(一)、高中 9/23(三)。
2. 期初特教推行委員會 9/28(一)、期末特教推行委員會 1/11(一)。
3. 學障鑑定說明會 10/26(一)。
4. 期末 IEP 會議 1/15-19。

## 【圖書館】報告事項

### 《圖書館》

- 一、圖書館在開學日即開始借、還書作業服務，本館現有藏書約 80,000 冊，報章期刊(雜誌)近 290 餘種，非書資料(光碟)近 12,701 片，電子書 45 本及 5 種線上資料庫，各項館藏豐富且多元，提供全校師生充分利用圖書館各項資源。
- 二、圖書館於第三週在「演講廳」進行中一、中四同學之「新生圖書館利用教育—集合式圖書館介紹課程」，期許新生在講述與實務兼具的圖書館利用課程指導下，能夠親近、喜愛圖書館且樂於閱讀，期間感謝所有老師的熱心協助與指導。
- 三、辦理圖書館服務學習志工徵選活動，學生志工服務學習時間：109/9/21(一)~109/01/08(五)中午 12:35~13:05 每週選定 1 次午休到館服務；報名時間：自即日起至 9 月 15 日(二)中午 12:35 前截止報名。
- 四、圖書館持續推動國中部晨讀十五分鐘，本學期於 9/25(五)開始評分，每週五上午 7:45—8:00 實施，請國中部班級於晨讀時間進行課外閱讀，段考前一週暫停，實施辦法詳見首頁公告。
- 五、圖書館本學期持續辦理國中部(一 ~ 三年級)閱讀推廣「班級圖書館」暨「班級共讀」活動，活動辦法及共讀書目九十餘種，請見本校首頁圖書館公告。
- 六、大灣高中 109 學年度圖書館活動備忘錄

活動項目	辦法	對象	時間
開館流通借閱時間	學期中可借圖書 5 本、光碟 3 片、期刊 8 本，借期 1 週，可續借 1 週，寒暑期增量。	全體同學	◎上課到第八節開放至 17:30 ◎上課到第七節開放至 17:00 ◎寒暑假開放至中午 12:00
檢索暨專題研究區電腦使用規則	檢索區只提供查詢本校圖書館館藏，請勿上其他網站；專題研究區電腦可開放借用，請先到 1F 櫃台登記即可。	全體同學	與開館時間相同 ★專題研究區電腦使用：請先到 1F 櫃台登記★
閱讀護照	每學期查閱 3 篇，班級『優秀作品』記嘉獎乙次，佳作可得 5 支優點，中一、中二、中四、中五未完成者記警告乙支，中三、中六以班為單位自由參加。	全體同學	第 16 週查閱
畢業典禮書卷獎	三年借閱質量及閱讀護照	全體同學	每年五月中旬審核
讀報活動	以班級為單位，由教師提出申請贈報，讀報方式由教師規劃，若需活動學習單請洽圖書館索取。	全體同學	學期末由教師送出優秀作品，並由圖書館記優點或嘉獎，以予鼓勵。



活動項目	辦法	對象	時間
閱讀卡好-以好文換卡-海報畫卡索取活動	以閱讀護照文章兌換，每兩篇可兌換一枚海報或書卡。	全體同學	每週五上午 10:00-10:10、11:00-11:10，在圖書館櫃台兌換
晨讀 15 分鐘	於晨讀時間進行課外閱讀，素材形式不拘，巡堂紀錄表現優異班級，頒發獎狀及圖書禮券，並增加該班全體同學借閱冊數。	國中部	星期五上午 7:45—8:00，晨讀十五分鐘（段考前一週暫停）
班級圖書館	國中部各班設置班級圖書櫃，圖書館提供書籍 50 本，期初領書，期中換書。班級自訂借閱規則。	國中部	本學期領書時間：中一 9/8(二)、中二 9/9(三)、中三 9/10(四) 上午的下課時間；期中統一於 11/11(三)換書，11/12(四)放學前到圖書館簽核確認換書完成。
國中班級共讀	圖書館備有國中 90 餘種共讀書籍，任課老師選定書籍，通知圖書館準備圖書及清冊，由班級圖書股長到館領書及後續歸還。	國中部	借閱時間：以一次段考為限，可續借一次，續借時間請於歸還時間一周前登記。
高中共讀書庫	由圖書館規劃，每學期依年段分班級，領換中英文共讀書籍或影片。	高中部	第 4 週(9/21)領書，第 11 週換書，第 18 週期末還書。
中學生網站讀書心得寫作比賽	圖書作者與內容簡介：100~200 字。內容摘錄：100~300 字，務需註明頁碼。我的觀點：主要內容一千字。討論議題：至少提出一個。	高中部	網站上傳期限： 每年兩梯次 10/10、3/10
中學生網站小論文比賽	詳見中學生網站--全國高級中等學校小論文寫作比賽格式說明暨評審要點	高中部	網站上傳期限： 每年兩梯次 10/15、03/15
與作家有約	邀請廖炳焜老師，於本校演講廳進行文學座談。	國中部	10/19(1)(2)由中一中二曾以班級為單位借閱廖老師套書之班級優先。
數星星系列活動	藉由大自然天體「星星」，激發學生潛能，引導主動探索大自然相關的主題，融合語文、自然與藝術領域，提供學生探索場域。	全體師生	109.9~110.4 星星主題班級共讀及個人借閱.12/5 參訪南瀛天文館 110.4 參觀校內星象館 110.4 文學講座
圖書館週系列活動	詳見活動辦法	全體師生	每年十二月第一週為全國圖書館週，依學校行事活動時間調整。
各項圖書館利用活動	新生圖書館利用、配合教學活動需求到館、因應其他活動需求到館。	全體師生	請於活動前洽詢圖書館，以利配合。
其他閱讀推廣活動	依據專案經費辦理	全體師生	視專案計畫時間而訂，請密切注意圖書館各項活動公告。
影印機	使用方式：個人購卡，自助式影印。 紙張限 A4、B4 尺寸	全體同學	開放時間：下課時間 費用：120 元(押卡費 20 元可退)
<u>多元學習表現系統</u>	<u>帳號密碼查詢</u> ，固定於 <u>每週一下午</u> 到圖書館找資訊組張立承組長。	<u>國中部</u>	<u>每週一下午的下課時間</u>

# 臺南市立大灣高級中學學生自主學習實施規範

108年06月03日高中第01次課發會審議

依據：教育部103年11月28日臺教授國部字第1030135678A號發布之《十二年國民基本教育課程綱要總綱》暨《十二年國民基本教育課程綱要總綱高級中等學校課程規劃及實施要點》訂定本規範。為培養學生自主學習及適性發展，使學生能在教師指導下，擬定自主學習計畫，自主實踐與完成計畫，並自主辦理成果發表，特訂定此規範，說明自主學習實施、管理與輔導相關事宜。

## 一、組織成員及職掌：

(一) 學生自主學習小組由校長擔任主席，主辦處室主任擔任執行秘書，成員包含圖書館主任、教務主任、學務主任、實驗研究組組長、高中部學生代表二名（由班聯會推薦）、高中部課程諮詢召集人、高中部教師代表及高中部自主學習任課教師代表，共10名。

## (二) 職掌：

職稱	工作內容	備註
校長	1、主席。 2、負責協調各部門工作事誼。	
圖書館主任	1、執行秘書。 2、期初召開自主學習小組審查學生自主學習計畫。 3、統籌自主學習之相關業務。 4、審查學生自主學習計畫書。 5、對高中新生宣導自主學習的規範及作法。 6、紙本印製或網路公告學生自主學習的表單及相關時程。 7、籌劃發表學生期末自主學習的成果。 8、期末收回學生自主學習計畫書。	
教務主任	1、期初提供自主學習師資、教師專長及相關範本。 2、規劃自主學習節次。 3、規劃自主學習地點。 4、統計自主學習教師的時數鐘點及費用。 5、審查學生自主學習計畫書。	
學務主任	1、掌握學生出缺席狀況。 2、審查學生自主學習計畫書。	
實驗研究組組長	1、協助教務主任處理相關業務。 2、審查學生自主學習計畫書。	
高中部課程諮詢召集人	1、提供學生自主學習課程的諮詢及專業建議。 2、審查學生自主學習計畫書。	
高中部教師代表	1、審查學生自主學習計畫書。	由高中部教師互推一位代表

高中部自主學習任課教師代表	1、審查學生自主學習計畫書。	由自主學習教師互推一位代表
高中部學生代表	1、審查學生自主學習計畫書。	誼班聯會推派二位。

## 二、實施原則：

(一) 學生自主學習由**圖書館**主辦，統整各處室辦理事宜，並召開學生自主學習小組會議。

1. 學生自主學習小組會議應討論學生自主學習之計畫申請、輔導管理、計畫檢視諮詢、成果發表及相關事宜，並議定業務分工。
2. 學生自主學習小組會議決議需有三分之二(含)代表出席，並經出席代表二分之一(含)同意通過，陳校長核可後公布與執行。

(二) 學生自主學習計畫申請說明會應與課程說明會同時辦理完(建議實施時間：高中部新生訓練和班親會)，於每學期開學前召開學生自主學習小組會議並公布彙整結果。

(三) 學生自主學習計畫申請與計畫修正建議，辦理原則：

- 1、自主學習計畫以學期為規劃單位。
- 2、學生於每學期開學前之截止時間前提出自主學習計畫申請，擬訂計畫內容項目時應經監護人同意，導師協助提出，必要時得諮詢自主學習任課教師群。
- 3、自主學習任課教師檢視評估設備、場地與學習資源之可行性，協助學生修正計畫。
- 4、高一新生或轉學生應於開學後二週內提出自主學習計畫規劃，再召開學生自主學習小組會議並公布彙整結果。

### ※高中部一年級新生自主學習甘特圖(上學期)

流程項目	08月	09月	10月	11月	12月	01月
教務處提供自主學習的師資和教師專長說明(高中新生訓練前完成)	■					
圖書館準備自主學習事誼和資料	■					
教育宣導(自主學習相關流程)	■					
自主學習計劃書寫		■				
自主學習小組審查計劃			■			
自主學習		■	■	■	■	■
成果發表開始籌劃					■	
成果發表						■
班級所有資料繳回(圖書館)						■

### ※高中部二年級自主學習甘特圖(上學期)

流程項目	07月	08月	09月	10月	11月	12月	01月
教務處提供自主學習的師資和教師專長說明	■						
圖書館準備自主學習事誼和資料	■						
自主學習計劃書寫		■					
自主學習小組審查計劃			■				
自主學習			■				
成果發表開始籌劃						■	
成果發表							■
班級所有資料繳回（圖書館）							■

※高中部一、二年級自主學習甘特圖（下學期）

流程項目	01月	02月	03月	04月	05月	06月
教務處提供自主學習的師資和教師專長說明	■					
圖書館準備自主學習事誼和資料	■					
自主學習計劃書寫		■				
自主學習小組審查計劃			■			
自主學習			■			
成果發表開始籌劃						■
成果發表						■
班級所有資料繳回（圖書館）						■

（四）學生自主學習成果得於導師、任課教師或相關單位協助下，由學生自主列入學生學習歷程檔案（多元表現項下）。

（五）學生自主學習資源及平台由圖書館建置維護，蒐集學生自主學習計畫與成果，在學生同意下，提供其他學生參考運用。

（六）學生自主學習於高一、高二實施，每學期均得規畫至少 18 節，但高三之彈性學習時間，以學校排定之活動為優先。

（七）本實施規範經課程發展委員會通過陳校長核可後實施，其修正時亦同。

### 三、輔導與圖書管理：

（一）學生自主學習之任課教師及場地由教務處安排與公告。

（二）學生出缺勤管理由學務處負責。學生請假須依據本校學生請假規則辦理相關事宜，自主學習時間不得規劃公假外出。

（三）學生自主學習之任課教師有擔任授課或指導之義務。學生自主學習任課教師，需辦理下列事項：

1. 負責出缺勤點名與通報，按月檢視學生執行情形、了解與記錄其執行進度，並提供諮詢。
2. 協助學生使用資源，如場地、設備等，並檢核學習成果是否完成。
3. 使用專業教室、實驗室等場地或設備，需經場地管理人員、設備保管人員及任課教師同意，並由教師陪同下進行。

四、計畫書格式：詳如範例附件

## 臺南市立大灣高中學生自主學習計畫書

臺南市立大灣高級中學 學生「自主學習」計畫規劃書					
班級		座號		申請人	
申請人簽名				法定代理人簽名	
申請學期	____學年度__學期		申請時數		____節/週(請列舉)
一、自主學習計畫名稱					
二、計畫執行期程			年 月 日 至 年 月 日		
三、共學成員姓名					
四、計畫之動機與目的					
五、計畫內容(請摘要描述)					
六、執行方法(請描述透過何種行動、策略或方法達成)					
七、預期效益					
八、成果展現形式			<input type="checkbox"/> 靜態方式 <input type="checkbox"/> 動態方式… <input type="checkbox"/> 其他方式		
九、指導、協辦 或贊助單位	(一)所需資源 或設備 (若無可免填)				
	(二)協助專家簽 章及其建議				
以下為審查填寫欄，申請者勿填					
規格審查	<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過 <input type="checkbox"/> 其他_____				
初審	審查意見：		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過		
	簽名：				
複審	審查意見：		<input type="checkbox"/> 通過 <input type="checkbox"/> 不通過		
	簽名：				

## 臺南市立大灣高級中學 自主學習進度週報表

週次	學習內容進度	場地	備註(每週 規劃進 度檢討)	教師認證
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				

本計畫請於\_\_\_\_\_前完成內容及簽章後以班級為單位，按座號排整後，交由導師轉圖書館。

任課教師檢視與諮詢後簽章：\_\_\_\_\_

建議與修正：\_\_\_\_\_

## 臺南市立大灣高級中學

成果記錄與省思：\_\_\_\_\_學年度    上學期    學期

時間			
班級座號		申請人簽名	
計畫主題		監護人簽名	
完成回顧：			
省思(可於成果發表後再填寫)：			
成果展示	<input type="checkbox"/> 同意於校內平台提供本人自主學習成果與資料給其他同學 <input type="checkbox"/> 不同意於校內平台提供本人自主學習成果與資料給其他同學參考		

本記錄請於\_\_\_\_\_前完成內容及簽章後以班級為單位，按座號排整後，交由導師轉圖書館。

任課教師確認後簽章：\_\_\_\_\_





邁向新世紀的父母，若是沿用過去父母教導自己的方法來教導現在的孩子，而企盼孩子未來有很好的發展，恐怕是很困難的。應如何調適自己的角色與職責，才能做「新世紀」的「新父母」呢？以下幾點心得，希望能為您提供一個努力的方向：

### 1.效能父母不要越俎代庖

現代每個父母都唯恐孩子會「輸」在起跑點上，「輸」在才能上，事實上，父母的一切努力都可能輸在「為孩子做得太多」、「想得太多」，而使孩子失去了主動思考、積極負責的能力。所以，有效能的父母就是「用小指出力，讓孩子主動積極為他自己努力」的「涼」爸爸和「涼」媽媽。

### 2.善用別人的經驗和智慧

每個人幾乎都是生了孩子之後才學如何做父母的。但孩子的成長不像織毛衣，不滿意可以重新來過，所以學習運用別人的經驗和智慧，找到教養的關鍵按鈕，才可能啟發孩子的無限可能。孩子的未來成就如何，能力不是真正的要素，意願才是。所以父母要能了解孩子、激勵孩子，才能讓孩子發揮潛能、成就生命。

### 3.傾聽孩子內心的聲音

溝通是個流行語，是許多父母親心頭的痛。親子間經常有「溝」無「通」，關鍵在於每個人都重視自己的感受及看法，而忽略了必須先重視對方的一切，我們才有可能被對方接納和看重。所以，溝通---「會聽」比「會說」重要，父母要懂得聽孩子內在真正的聲音，親子之間才能有良性的互動。

### 4.以關心詢問代替無謂質問

我們常會問孩子：「為什麼你要這樣？」這往往找到了行為的原因，卻毫無可著力之處。若我們關切「原因」和「理由」，並且能發揮好的引導，才能讓孩子從事件中學習和成長。所以，我們要問孩子：「如何做才會更好呢？」、「我們從何時開始努力呢？」從有品質的問題著手，才能創造良好的親子互動。

### 5.用心經營成功的經驗

親子間不在於發生了什麼問題，而著重在我們創造了什麼樣的經驗，任何挫折、衝突都是有意義的，端看我們如何看待它。若我們能從中找到平衡點，維持愉悅的親子關係，則正向的經驗將創造許多成功的可能。人是情緒的動物，正向的經驗帶領我們走向美好，負向經驗則將引導走向挫敗。所以，每天用心經營成功的經驗，是家庭和樂、幸福、成功的基石。

### 6.疼愛子女之前先愛自己

父母是陪孩子一起成長，而非教導孩子成長的，人生的各種角色都非單向付出，而是雙向的互動，父母在過程中內省、覺察、學習，我們要學習做自己的朋友，傾聽內在的心聲，才能做孩子真正的朋友。好好愛護自己、善待自己，可是非常重要的，只有心靈不受委屈，才能無條件付出。

新世紀的新父母，最重要的一點，就是讓孩子為自己負責，全力以赴達成自己的目標，讓孩子成為這個世界的一個美好禮物。

# 洪蘭：教養孩子要像放風箏

天下雜誌

作者：洪蘭

台灣的學生很不快樂，曾有位高中的輔導老師把塞利格曼 (M.Seligman) 的憂鬱量表給全校學生做，結果發現有百分之七十的學生在憂鬱症邊緣。其實憂鬱症比起其他的精神疾病算是較有希望治療的。美國心理學家／哲學家 William James 說：「人可以因為心態的轉變而使生命轉變，改變心態就改變了生命」。很多人因為聽了某場演講、看了某本書而豁然開朗，從此人生不一樣，就是這個意思。

心態的轉變並不難，但需要智慧、引導與啟發。英國的格林爵士說：「學校教育的目的不是在學到什麼有用的東西，而是培養人格和情操，教導正確的價值觀和讓學生交到好朋友」。現代知識的進步太快了，昨天的定理今天會被推翻，反而是基本的核心價值：忠誠、正直、公平、正義是恆久不變的做人道理。

《金銀島》的作者史蒂文遜 (R. L. Stevenson) 說：「朋友是你給你自己最好的禮物」，人只要有一個知心的朋友就不會去自殺。人生路很長，沒有朋友相伴，這人生是寂寞的。好朋友就像天上的星星，有時看不見，但是你知道他在那裡。很多父母反對孩子參加社團，認為浪費時間，其實社團是交到志趣相投朋友最好的地方，在校園中若有朋友相互支持，較不易被霸凌。

憂鬱症的特徵之一是沮喪，對困境無能為力時，自信心會崩潰。「有夢最美」固然很好，但是要誠實檢視自己的能力，當目標定得太高時，美夢變成噩夢，會賠上自己性命。

很多父母以「恨鐵不成鋼」來為自己打罵孩子作藉口，那是錯的。他如果是塊鐵，硬要他成鋼，不是逼死孩子嗎？我曾有同學拿他父母照片給我們看，問我們親子像不像，因為他懷疑他不是父母親生的，他說沒有人會打親生兒打得這麼凶。打罵是短期見效，長期來說是反作用，你不尊重他，他怎麼會尊重自己呢？

「我是為你好」大概是年輕人最不愛聽的話了，有時讓孩子去碰壁吃苦是必要的。瑞典的孩子在零下三十度之內都在外面玩，瑞典人說：「只有不合適的衣服，沒有不合適的天氣」。成就感不是禮物，沒有人可以給，孩子必須從克服挫折中去贏到它。

球類運動是訓練孩子忍受挫折很好的方法。打球有贏有輸，勝敗是兵家常事，孩子習慣了今天輸，明天又贏之後，他對輸贏成敗不會看得那麼重，反正永遠有明天，有明天就有希望，就有機會翻盤。小學時的體育課很重要，這種「可以失敗、不可以被打敗」的人生觀要從小要建立，因為它儲存在神經連接的突觸上，是內隱的學習，跟隨著孩子一生。

教養孩子要像放風箏，線要放得長，風來時才飛得起來，線太短，風箏只能跟在你身邊，但是手一定要捏得緊，因為一鬆手，飛去的風箏永遠找不回來。所有的成功都不是一步登天，美夢要成真，除了有能力，還要有毅力，要能挺得住挫折，百分之七十的學生不快樂是個警訊，不能再有孩子跳樓了。



