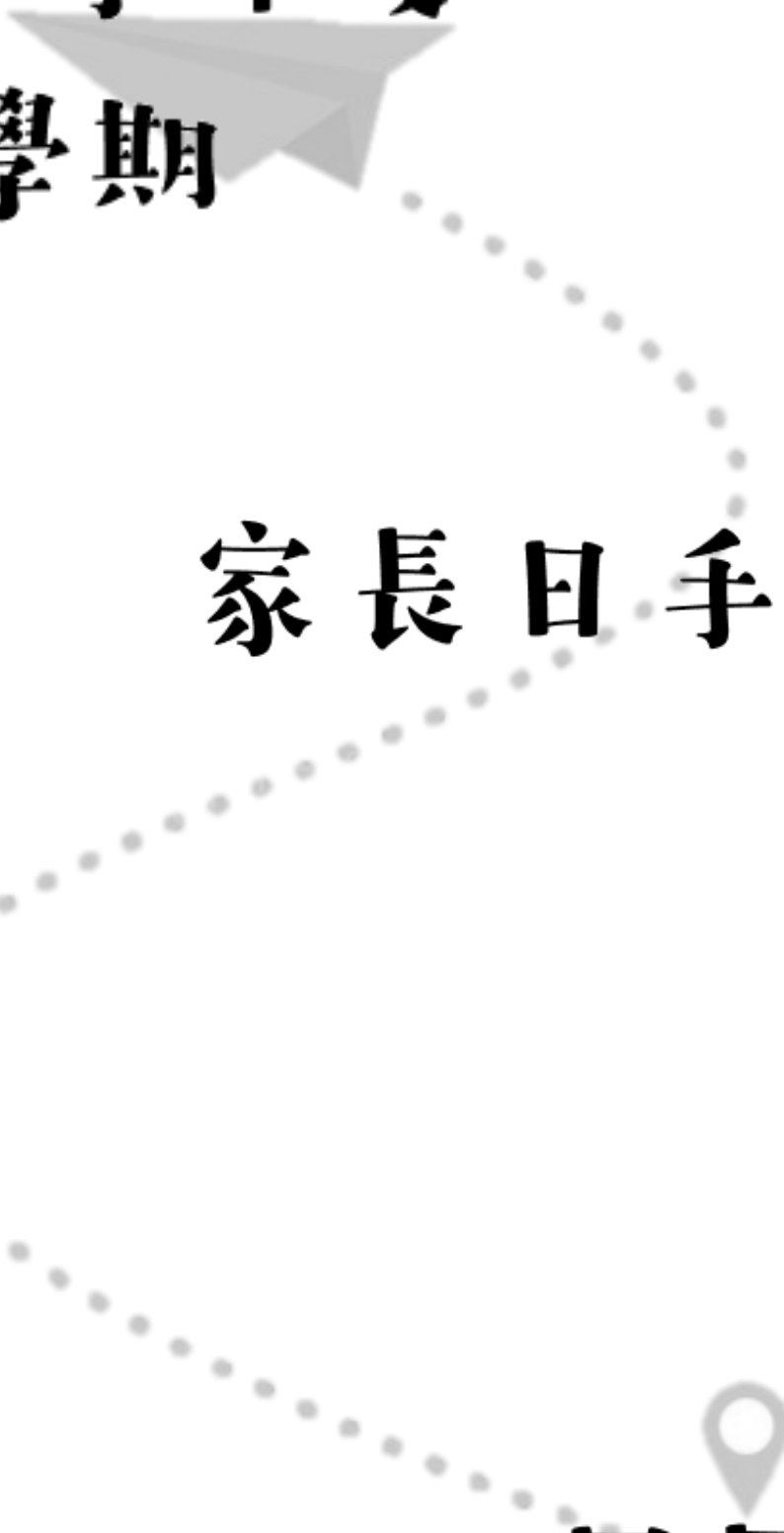


**111學年度
上學期**



家長日手札

八里國中



目次

家長日活動流程暨各處室分機一覽表.....	1
校長的話 / 「里中是我家」優質教育靠大家！.....	2
【教務處】	
㊦ 學生有效的學習，由親師共創.....	3
㊦ 新北市政府防疫線上學習方案.....	8
【學務處】	
㊦ 健康促進 促進健康 拒絕菸害最健康.....	11
㊦ 健康促進 促進健康 健康體位保健康.....	12
㊦ 八里國中 雙心校園 防疫真用心 上學好安心.....	13
㊦ 里中校隊介紹暨新北市立八里國民中學學生請假流程.....	14
【總務處】	
㊦ 相關業務宣導.....	15
㊦ 新北市立八里國民中學教室冷氣使用與維護管理辦法.....	16
㊦ 111 學年度學校教室平面配置圖.....	19
【輔導處】	
㊦ 輔導，無所不在.....	20
㊦ 生涯夢想領航員.....	21
㊦ 技藝，讓生涯更多元.....	23

新北市立八里國中 111 年度第一學期

「家長日」活動流程

活動時間	活動項目	地點	主持人
17:00 ~ 18:00	教室佈置	各班教室	各班導師
18:00 ~ 20:00	親師懇談 1. 親師面對面座談 2. 任課老師出席	各班教室	各班導師
20:00 ~ 21:00	校長致詞、處室宣導 1. 校務簡介 2. 教務處：多元升學管道簡介 3. 輔導處：多元升學管道簡介 生涯輔導手冊宣導	視聽教室	輔導處



各處室分機一覽表

處室	姓名	分機	處室	姓名	分機
校長	詹志偉	101	生教組長	沈哲賢	302
教務主任	謝宜霖	200	衛生組長	曾英惠	303
學務、補校主任	陳俊傑	300	訓育組長	葉士如	304
總務主任	郭周蓉	500	輔導組長	李孟芸	601
輔導主任	張若蕾	600	資料組長	郭芊欏	602
教學組長	黃菁慧	201	特教組長	林靖雅	603、631
註冊組長	羅婉菁	202	學務處幹事	陳依霓	305
設備組長	洪佳如	203	教務處幹事	藍婉瑜	205
資訊組長	嚴玟杏	204	護理師	李秀宜	306
體育組長	洪靖惠	301	營養師	楊宜靜	339

「里中是我家」優質教育靠大家！

敬愛的家長：

首先感謝真真校長帶領里中團隊及全體親師生共同的努力，讓學校不斷精進，培育出許多優秀學子。志偉有幸於 111 年 8 月 1 日接任校長，回到自己的母校服務，同時也回故鄉服務鄉里的子弟，接棒傳承教育使命，必當全力以赴！

學校是師生的第二個家。教師與學生一天當中除了家庭外，停留時間最長的地方應該就是學校，在校園裡教師關愛學生、學生尊敬師長，相處融洽如同一家人，所以「里中是我家」優質教育靠大家！

新學期新氣象，期望里中的孩子都能「有健康、有禮貌、有學習、有創新」，說明如下：

一、有健康—防疫工作靠大家

Covid-19 疫情肆虐全球至今，不僅打亂大家的生活步調，更嚴重影響到大家的身心健康狀況。在疫情期間「有健康」特別重要，有健康的身心也才能快樂成長與學習。請家長協助督促及落實孩子生病不上學、戴口罩、勤洗手及量測體溫...等防疫措施，同時鼓勵孩子完整疫苗接種，親師共同攜手對抗疫情，守護校園安全及孩子健康。

二、有禮貌—生活教育靠大家

世界音樂大師貝多芬曾說：「要給孩子最好的禮物不是金錢，而是好品德。」本校非常重視生活教育，而生活教育的第一步就從禮貌做起，禮貌縮短人與人的距離，讓彼此感受到溫暖與愉快，也讓校園變得更溫馨友善。俗話說：「有禮走遍天下，無禮寸步難行」，一位有禮貌有教養的孩子，不論在生活或未來工作中，都能得到眾多青睞，得到別人的尊重。反之經常口出穢言、行為舉止野蠻的孩子，在團體中易被排擠、不受歡迎。家庭是孩子學習的第一個場域，父母更是孩子的第一位教師，我們一起叮嚀及督促孩子，養成有禮貌的好習慣、落實生活常規，讓孩子有禮貌、校園有溫馨、社會處處有溫暖。

三、有學習—適性揚才靠大家

美國哈佛大學迦納(Gardner)教授提出「多元智能理論」，打破傳統主智主義，相信天生我才必有用，每個孩子都有不同的興趣與專長，需要不同的啟發與舞台。本校開設多元社團及展能競賽，同時規劃技職教育課程，讓孩子除課業上學習表現外，透過社團課程培養興趣，參與多元展能競賽獲得自我肯定，並藉由技職課程探索性向，進而學習一技之長。本校將努力營造多元適性、彈性跨域學習環境，讓每位孩子在國中階段都能發揮專長與天賦，自我肯定加值自信，孩子畢業後都能帶著自信與笑容走出學校大門迎向光明未來。

四、有創新一點亮未來靠大家

管理大師彼得·杜拉克(Peter Drucker)曾說：「不創新即滅亡」，是許多企業遵循的法則。而創造力即未來競爭力，本校將配合教育部「生生有平板」計畫，創新課程開展數位學習，讓孩子發揮創造力及創意點子，實現夢想點亮未來。

疫情期間敬祝大家 身體健康 闔家平安！

八里國中 校長 詹志偉 111.9.23

II 學生有效的學習，由親師共創 II

支持學生 有效學習的鷹架

- 教師**部分：八、九年級英數適性分組教學，每位教師公開授課、領域教學研究會、各領域教師增能研習...等。
- 學生**部分：九年級會考加強班、學習扶助教學、第八節輔導課、閱讀計畫的推動、生態探索實驗課程、川山家計畫、八里幸福方程式(校訂課程)、八里文化鑑賞家、八里學術高峰會。
- 硬體**部分：科技教室，理化及生物實驗室、音樂教室、英語情境教室、美術教室等專科教室設備皆已改建完成，增購圖書館藏書、新設教室內布告欄、新設教室內導師OA辦公區、活動中心冷氣更換、**生生有平板(本學期每位學生皆會配發個人使用的 I-PAD，輔助其學習)**...等。

希望：藉由教師專業能力的提升、輔以良好的教學環境及設備，加上對學生學習成效的追蹤輔導，以提升其學習成效，對於學生學習的支撐方案，希望家長能支持並同意學生於放學後能留下來參加學習扶助課程、第八節課輔、九年級會考加強班，以收提升學生學習之效。

一、 八、九年級英數適性分組計畫說明

本校自 107 學年度起向國教署提出實施適性分組教學申請，經過四年的實施，英、數兩科 C 組上課皆有高達九成以上的同學表示認同此教學方式，對於學生會考學力的提升有相當大的助益。

- (一) 本校英、數領域教師皆表達願意辦理適性分組教學，且八、九年級全數參加，顯示教師們高度認同該計畫之教學模式，符合個別化、適性化的差異化教學目標，除可提升後段學生之基礎能力，已具基礎能力之學生也可以再向上提升與都會學生之競爭力，降低雙峰學習現象，提升學生學習品質。
- (二) C組學生之來源係經由任課教師及導師評估，該生原則上具備學習意願，需要更多教師個別化指導的學生，並非是班上成績最差的學生，C組的”C”意思為Combination，即”組合”之意思，家長若有收到「八里國中111學年度英數適性分組學習班家長同意書」，請支持貴子弟加入該班已提升其英數學學習成效，C組學生進出該班以一學期為原則，下學期會重新評估。
- (三) C組班級與原班同時上課，不會影響貴子弟其他課程進度。

二、 多元校訂課程選修

本校因應 108 課綱，為七年級新生研發「八里幸福方程式」課程，課程內容涵蓋 15 個與八里在地相關的主題，希望里中學子可以更了解在地的文化，涵養愛鄉愛土之情懷；八年級則開設「八里生活實踐家」，每個主軸課程由相關領域老師接力授課，設計一學期課程計畫，讓學生上、下學期可自由選課，進行加深加廣的探究實作課程；九年級開設「八里學術高峰會」，課程引入七、八年級學過的概念，藉由螺旋式課程培養系統思考與解決問題的能力。

各年級校訂課程計畫可點選學校首頁「新北市課程計畫備查資源網」→「學校課程計畫分享」查詢，期課程大致說明如下：

(一)七年級新生校訂課程「八里幸福方程式」，計 10 個課程，如下表：

八里幸福方程式(七年級校訂課程-跨領域主題式課程)					
上課 班級	701	702	703	704	705
每周三	八里 ABC	八里 LOCAL	八里 FOCUS	八里 ART	八里 ECO
第五節	來自八里及 postcrossing	八里好石光	八里好食力	八里宗教音樂	生態八里
	葉佳郡老師	孫芳儀老師	黃淑玲老師	黃菁慧老師	王俊凱老師
第六節	英文小旅行	八里行腳	在八里的故事	十三行樂陶陶	生態八里
	曲延珮老師	黃庭舒老師	徐婷婷老師	孫芳儀老師	王俊凱老師

(二)八年級學生校訂課程「八里生活實踐家」，計 5 個課程，如下表：

八里生活實踐家(八年級校訂課程-跨領域主題式課程)					
課程名稱	劇本創作坊	繪出英文力	奠基數學系	科學探究所	文化鑑賞家
上課地點/ 每週四第 3~4 節	801	802	803	804	805
授課教師群	洪國峰 郭芊欏	曲延珮 陳秀慧	嚴玟杏 王姿萍	陳怡瑄 阮莉芸	徐婷婷

(三) 九年級學生校訂課程「八里學術高峰會」，計 3 個課程，如下表：

八里學術高峰會(九年級校訂課程-主題課程)			
課程名稱	英樂玩很大	身歷其境坊	圖文閱讀社
授課教師群	英語領域教師	黃庭舒	曾英惠

三、家長您一定要知道

(一)因應108課綱實施，新增科技領域，依修正後之學生成績評量準則第十二條規定，國民中小學學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格，由學校發給畢業證書；未符合者，發給修業證明書：

1. 出席率及獎懲：學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。
2. 領域學習課程成績：
 - (1) 國民小學階段：語文、數學、社會、自然、藝術、綜合活動、健康與體育七領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。
 - (2) 國民中學階段：語文(含國文、英文、本土語言)、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育八領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等(60分)以上。

(二) 每學期開學後，會提供上學期國文、英文、數學、社會、自然等五個學習領域成績未達丙等的同學一次補考的機會，教務處發放補考通知書由學生自行報名、經家長簽名同意後參加補考。若錯過這次機會，學校不會再辦理第二次補考，若貴子弟未有四個領域達丙等以上成績，請家長務必督促貴子弟參加補考，以免無法順利取得畢業書。110學年度第二學期領域學期成績不及格補考作業預計於9/17(六)上午9:00於指定教室統一進行補考，教務處將於9/2發放各班學生補考通知單。預計9/8放學前收齊後彙整。本次施測科目為國文、數學、社會、自然；英文補考預計於9/7發心智圖繪製紙，並於9/16放學前交回。

各科科目	補考方式
國文領域	題庫 (校網首頁學生專區-補考題庫專區)
英文領域	110-2 三次段考中，使用專用紙並從各段考挑一篇文章繪製心智圖，共 3 篇
數學領域	題庫 (校網首頁學生專區-補考題庫專區)
社會領域	題庫 (校網首頁學生專區-補考題庫專區)
自然領域	題庫 (校網首頁學生專區-補考題庫專區)

(三) **請家長務必協助事項：**

- 務必督促貴子弟規律生活，來到學校應該是精神飽滿狀態，才会有學習的動力。
- 貴子弟放學返家後應養成複習、寫作業的習慣，所學的課程才有可能內化成他自己的涵養。
- 協助孩子發掘興趣，才不至於將來在選擇升學方向時一頭霧水，做出錯誤的選擇。
- 引導孩子養成閱讀的習慣，多鼓勵孩子看課外書，或帶他去、鼓勵他去圖書館，利用圖書館豐富自己的人生。
- 若學校因肺炎疫情停課或學生請防疫假、居家隔離，學校實施線上授課或分流授課，請家長叮嚀學生於上課時間進入學校首頁左側「線上視訊教室」專區，進入各班視訊教室上課，為顧及學生視力之保護，各節課學生直視螢幕時間以不超過30分鐘為原則，教師搭配學生自行動手操作或自行演練上限25分鐘。

(四) **111 學年度各年級定期考及模擬考期程**

- 111學年度第一學期三次段考日期如下表：

段考期別	第一次段考	第二次段考	第三次段考
考試日期	10/18(二)~10/19(三) 段考前上課日:33天	12/1(四)~12/2(五) 段考前上課日:30天	1/17(二)~1/18(三) 段考前上課日:31天

- 111學年度九年級模擬考期程：

次數	考試時間	版本	範圍
1	111/09/06(二)~111/09/07(三)	南一	1~2 冊(國英數社)、1、3 冊(自然)
2	111/12/22(四)~110/12/23(五)	翰林	1~4 冊
3	112/02/21(二)~112/02/22(三)	康軒	1~5 冊
4	112/04/20(四)~111/04/21(五)	南一	1~6 冊

(五) 111學年度各領域平時及定期考試成績評量方式，如下表

領域	平時成績計算方式		平時成績比例	段考成績比例
國文	1. 作業50%：習作、課本應用練習、學習單、作文三篇 2. 小考40%：每課字詞、文意之測驗與評量 3. 上課態度10%：出席、口語表達、小組討論		60%	40%
本土語	(一)七年級 1. 學習表現：40%(出席、口語表達、小組討論合作) 2. 作業：30%(筆記、學習單、應用練習、其他作業) 3. 小考：30%(拼音、漢字、口說)	(二)八年級 1. 學習表現：10%(出席、口語表達、小組討論合作) 2. 作業：80%(筆記、學習單、應用練習、其他作業) 3. 小考：10%(拼音、漢字、口說)	100%	0%
英語	(一) 實體課程：習作、聽力、心智圖、共備講義、平時小考 (二) 線上教學課程線上之分數比例： 平時：出席率、習作、聽力、心智圖、共備講義、平時小考		60%	40%
數學	上課表現 30%、習作 50%、小考 20%		60%	40%
自然	作業 45%；實驗操作、多元評量 45%；上課表現 10%		60%	40%
社會	習作 30%；作業筆記 30%；小考 30%；課堂表現 10%		60%	40%
綜合	(一)童軍		100%	0%
	實體 1. 上課表現70%(小隊表現與個人實作) 2. 學習單20% 3. 自互評10%	線上 1. 線上回饋60% 2. 學習單40%		
	(二)輔導			
	實體&線上 1. 出席率15% 2. 上課表現30%(含課堂發言、線上測驗及留言等) 3. 實作評量40%(含學習單、生涯手冊與檔案等) 4. 期末自評與課堂回饋15%			
	(三)家政			
	實體 1. 上課表現50%(課程參與、小組討論、學習單等) 2. 實作評量40%(烘焙、烹飪、手工藝等成品及紀錄單) 3. 出席與自互評10%	線上 1. 上課表現50%(課程參與、線上測驗、專題報告等) 2. 實作評量40%(檔案及作品拍照上傳) 3. 出席與自評 10%		
藝文	實作占 50%、學習單占 30%、學習態度占 20%		100%	0%
健體	(一)健教：課堂表現(包含出席狀況、上課態度、課堂參與、技能操作等)、習作 (二)體育：課堂表現(包含出席狀況、上課態度、課堂參與、技能操作等)60%、階段性評量40%		70%	30%

(六) 今年會考錄取公立學校學生共計 42 名(共 102 人應考)，其中公立高中計 18 名、公立高職計 24 名、公(國)立錄取率 38%。

111 年度八里國中公(國)立學校錄取金榜

序號	班級	姓名	錄取學校	會考成績	升學管道
1	905	林○宇	建國中學	35.6	基北免
2	901	吳○正	中正高中	23.6	基北免
3	905	張○豪	百齡高中	23.6	特殊管道
4	904	陳○睿	新北高中	21.6	基北免
5	905	張○銘	新北高中	21.6	基北免
6	905	王○辰	新北高中	20.8	基北免
7	905	劉○寧	新北高中	20.6	基北免
8	902	張○真	新北高中	19.8	基北免
9	903	何○恩	新北高中	19.8	基北免
10	903	張○鉸	新北高中	19.6	基北免
11	905	葉○亨	新北高中	19.6	基北免
12	904	楊○蓉	士林高商資料處理科	19.6	基北免
13	903	高○婷	新北高中	18.8	基北免
14	902	李○易	三民高中	18.4	公立優免
15	903	謝○棋	三民高中	16.6	公立優免
16	904	華○橙	三重商工汽車科	15.6	基北免
17	901	林○君	淡水商工餐飲管理科	14.6	公立優免
18	902	張○頤	復興高中	14.4	基北免
19	903	洪○英	復興高中	13.6	基北免
20	904	凌○恩	淡水商工會計事務科	13.4	基北免
21	904	徐○元	淡水商工電子科	12.4	基北免
22	901	林○聖	淡水商工普通科	11.6	基北免
23	901	康○晟	淡水商工普通科	11.6	公立優免
24	903	李○製	淡水商工電機科	11.6	技優甄審
25	905	張○悅	石碇高中	11.6	基北免
26	902	張○瑞	三重商工機械科	10.4	技優甄審
27	902	吳○霆	淡水商工控制科	8.6	基北免
28	902	李○臻	淡水商工園藝科	8.6	基北免
29	903	林○萱	三民高中	8.6	體育班獨招
30	902	胡○皓	淡商園藝科	8.4	公立優免
31	903	何○庭	淡水商工園藝科	8.4	公立優免
32	904	顏○安	士林高商商經科	8.4	技優甄審
33	901	郭○明	淡水商工資訊科	7.4	基北免
34	905	魏○恩	淡水商工門市服務科	6.6	適性安置
35	901	張○安	淡水商工資訊科	6.4	基北免
36	904	張○演	三重商工進修部汽車科	6.2	基北免
37	904	黃○興	三重商工進修部汽車科	6	技優甄審
38	903	王○成	淡水商工電子科	5.6	基北免
39	905	康○麟	淡商控制科	5.4	公立優免
40	905	林○璇	淡水商工園藝科	5.4	適性安置
41	903	張○林	淡水商工電子科	5.1	適性安置
42	906	藍○森	新北特教學校		適性安置

|| 新北市政府防疫線上學習方案 ||

【停課不停學◆學習送到家】

一、新北親師生平台暨校園通App

新北市教育局因應新冠肺炎疫情，在其間為強化親師生互動、提升線上學習效益，特推出「新北親師生平台暨校園通 App2.0 版」，並且提供以下諸多服務。

1 如何下載

- 新北校園通 2.0 為原「新北校園通」全新改版



- 未曾使用 用戶：手機APP商店 搜尋「新北校園通」按 **下載**
- 已下載原「新北校園通」用戶：手機APP商店 搜尋「新北校園通」按 **更新**



1 家長簡訊註冊 123 GO!

- 家長使用**手機簡訊驗證**，一支手機可同時**綁定不同學制、多位子女身分**，不須重複登出、登入作業
- 子女資訊與**校務系統資料比對**，完成親子關係綁定服務



Start: 進行家長註冊



1.選擇子女學校地區



2.選擇子女學校



3.雙重資料驗證
(子女資料比對、手機號碼簡訊驗證)



Success: 註冊成功

1 新增子女



二、 網路守護天使3.0



趨勢科技家長守護特色

支援五大作業系統     

網站過濾：封鎖色情、暴力及惡意網站

兒少搜尋文字雲：了解孩子上網經常搜尋哪些網站或影片

即時遮蔽不雅影像：遮蔽裸露情色的圖像/ Youtube 影片內容和搜尋結果

遠端管理：遠端禁用裝置*、遠端暫停網路*

手機時間管理：螢幕使用時間*、禁用特定App*、睡覺/休息時間、護眼提醒

手機定位：即時定位

阻擋廣告：封鎖網頁廣告、第三方追蹤器

一對多台裝置管理



立即下載

三、 健康上網一起來



II 健康促進 促進健康 拒絕菸害最健康 II



「新興菸品 認識電子煙及加熱式菸具」

所謂「電子煙」或「霧化器」或「電子尼古丁傳送系統」，就是將尼古丁、丙二醇和其它化學品與重金屬等毒素所組成的化學混合物進行汽化，再傳送給使用者的產品。

電子煙多含有尼古丁、甲醛、乙醛、丙二醇、丁二酮、多溴聯苯醚、重金屬或其他藥物及香料等有害物質，不僅傷害人體健康，還潛藏爆炸的危機，甚至會遭有心人在載具中放入毒品。事實上，吸食電子煙一樣會上癮，一樣有害，不但無法幫助戒菸還會延後戒菸的時機。



新北市已於 110 年 8 月 4 日通過「新北市電子煙及加熱式菸具管理自治條例」，規定、罰鍰與紙菸皆相同哦。提醒家長一起維護、關心孩子的健康。

「拒絕菸害 戒菸就贏」

戒菸 20 分鐘：血壓、心跳數下降

戒菸 1 天：心血管的健康危險因子減少

戒菸 1 年：冠狀動脈疾病危險減半

戒菸 5 年：中風危險性=不抽菸者

戒菸 10 年：肺癌危險性減半

為了自己和家人的健康趕快來試試有效的戒菸方法：

- 戒菸門診：拿著健保卡到醫療院所看戒菸門診，接受戒菸專業醫療服務。
- 戒菸專線：撥打 0800-63-63-63 免費戒菸專線進行戒菸諮商。
- 華文戒菸網：當菸癮突然來襲時，立即上 24 小時全年無休的「華文戒菸網」了解菸害及各種戒菸方法，還可動手安排自己的戒菸 e 計畫及戒菸菜單。

(資料來源：<https://www.hpa.gov.tw/Pages/Detail.aspx?nodeid=1405&pid=8699> 衛福部國民健康署)

II 健康促進 促進健康 健康體位保健康 II



兒童健康體位靠三寶—健康飲食、身體活動、充足睡眠

親愛的家長您好：

研究指出，兒童若肥胖會增加罹患慢性疾病，如心臟血管疾病、糖尿病及某些癌症的風險，對於骨骼肌肉、呼吸、內分泌及社交學習也會有影響。國中時期的肥胖，將來高達七到八成是肥胖成人，且會增加成年期的肥胖併發症、心理的不良影響。我們應該要隨時掌握小朋友體位(包含過輕、正常、過重、超重等類型)，若體位為過重或超重，就必須從健康飲食、身體活動及充足睡眠三方面調整生活型態，為孩子們的健康體位把關。

依據教育部學童體位資料顯示，110 學年度全臺國中生過輕率為 7.67%、過重率為 12.89%、超重率為 18.32%，而本校學生的過輕率為 7.40%、過重率為 10.60，而超重的比率高達 25.70%，全校有超過四成的學生體位不良，非常需要我們的關心及重視。

健康飲食、身體活動、充足睡眠 三管齊下 為孩子打造健康體位

我們可參考衛生福利部公布之「兒童及青少年生長身體質量指數(BMI)建議值」，當 BMI 超過該年齡層的 85 百分位時為過重，超過 95 百分位時為超重。對照兒童或青少年之年齡和性別並計算 BMI 值，就可以馬上判斷體重是否標準。此外，也可參考本校健康中心每學期初發給學生的身高體重測量結果通知單，了解孩子目前的體位狀況。維持正常的健康體位必須從健康飲食、身體活動及充足睡眠三管齊下，請家長與學校齊力合作，才能事半功倍。

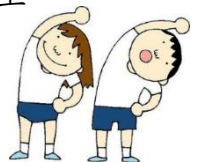
一、健康飲食：

- (一) 自備水壺：以「白開水」或「無糖」飲料取代含糖飲料。
- (二) 適量取代大份量食物：降低吃甜食、零食、速食、高脂、高糖等。
- (三) 新鮮蔬果多樣性：多攝取原態食物，以全穀類取代精製穀類食物。
- (四) 每天吃早餐：鼓勵家長與小孩在家中一同吃健康早餐。



二、身體活動：

- (一) 青少年每天都應至少達到30分鐘以上中度身體活動，即每週累積210分鐘以上。
- (二) 鼓勵學生下課時多至戶外運動，減少久坐，對視力保健也有幫助。
- (三) 多運動，運動前補充水分、運動中定時喝水(每20分鐘補充水分)。
- (四) 降低每日(含假日)觀看螢幕時間，每日少於2小時，避免靜態久坐的生活。



三、充足睡眠：鼓勵養成規律生活習慣，避免晚睡及熬夜，每天至少睡眠8小時。

學生健康體位的維持需要家長、校長、學校老師、護理師、營養師等一起提供孩子健康的成長環境，培養孩子健康飲食、身體活動和充足睡眠的習慣，將健康的觀念和態度傳遞給孩子，家長也能以身作則，鼓勵帶孩子外出運動、接觸大自然、陪同孩子用餐。讓我們一起努力，使健康體位和健康的生活型態成為孩子終身受用的健康資產。

八里國中 雙心校園

-防疫真用心 上學好安心-

飲食用餐防疫

- ♥ 除飲食外，校園內全程佩戴口罩
- ♥ 固定打菜同學，手部清潔、戴頭套、口罩、手套
- ♥ 用餐使用個人專屬防疫隔板，加強餐後消毒
- ♥ 飲水機不以口就飲，並加強消毒



教學活動防疫措施

- ✱ 保持教室通風，加大桌椅間距
- ✱ 固定座位成員，課堂點名
- ✱ 音樂、體育課程教學活動可不戴口罩，但課程結束後立即佩戴
- ✱ 設備器材避免共用，輪替使用前清潔消毒



校園場地與人員開放措施

- ✱ 校園環境完成清消工作
- ✱ 教室每週進行消毒



校外人員入校規範

訪客	原則不入校
洽公	以電話聯繫，應在校門口或指定區域
志工	優先安排已施打疫苗或篩檢陰性者
家長	原則不入校，有需求者另安排

八里國中健康安全防疫措施

- ✱ 入校進行體溫篩檢，學生一天兩次體溫量測，關心學生健康狀況
- ✱ 每班備有額溫槍、酒精及漂白水
- ✱ 落實入教室前、餐前、如廁後確實用肥皂勤洗手
- ✱ 教職員工完成三劑疫苗接種
未完整接種疫苗者提供入校前3日內快篩證明
- ✱ 教職員工生「生病不入校」



家長可以做的事

- ➡ 孩子每日上學前在家量體溫，若有發燒、咳嗽、流鼻水等呼吸道症狀，請主動通知學校，並迅速就醫在家休息，落實生病不上學，
- ➡ 孩子書包內多放幾個備用口罩，以備不時之需
- ➡ 提醒孩子勤洗手，勿共飲、共食，養成良好衛生習慣
- ➡ 與孩子約定接送時間，不提早等待，減少校門口群聚狀況
- ➡ 維持均衡營養與運動習慣及充足的睡眠，以增加免疫力
- ➡ 家長不入校，有事請先電話聯絡老師



--校園防疫「生病不上班，不入校」，共同維護師生健康--

品學兼優 能文能武 歡迎加入里中體育代表隊的行列



新北市八里國民中學—學生請假流程

步驟 1.

拿取請假單三聯單（學務處），填寫完整，導師及家長簽名完成，至學務處辦理。



步驟 2.

★至學務處生教組辦理請假登記手續★

- 請假三日以內：學務處生教組長核章。
- 連續請假三日以上：需經學務主任核章。
- 連續請假七日以上：需經校長核章。
- 連續請病假三日以上需附醫師診斷證明書

學務處依學務處存根聯於系統登錄請假紀錄，務必完成此手續始完成請假手續。



步驟 3.

導師存根聯由導師留存，學生自存聯請貼於聯絡簿上。

☆ 臨時離校(包括外出)手續，學生仍須填寫請假單，導師及學務處簽章一聯，回校後補辦手續，當天憑單出校門，並請導師聯絡家長，確定監護人能到校接人。

☆ 家長可以下載「新北校園通APP」，利用手機或電腦，線上幫學生請假。APP請假有任何問題，請撥電話26102016分機302、305。

■ 總務處相關事務宣導 ■

一、**校園門禁管制**：為使學生能有一個安全的學習環境，若家長於上課期間來訪，請配合以下事項：

(一) 校外人員入校規範：

※(防疫期間依據教育局<新北教體衛字 1101547786>號函辦理)

1. **校園訪客：家長及訪客原則不入校**，洽公請以電話、視訊聯繫、或在校門口、或至指定區域。
2. 家長：原則不入校；唯身障生確實有陪同到班之需求者，請學校優先安排人員協助，確有需家長陪同者，應妥善規劃家長入校動線。(進校園前，請配合警衛量測體溫並進行訪客登記，配戴口罩後再行入校)
家長交託物品或臨時接送孩子，請與警衛詳細說明孩子就讀班級、姓名以及導師，警衛室將協助為您聯繫。
3. 進校園前，請配合警衛量測體溫並進行訪客登記，配戴口罩後再行入校。如無法配合配戴口罩，學校改採替代方式取代入校方式辦理，如協助傳遞物品及訊息，或請欲訪之人員至校門口獨立通風空間會客，以減少訪客入校之頻率。故為了保障學生，請家長到校務必攜帶口罩。
4. 各位家長來訪前，請務必先與約訪教師或處室聯繫到校時間。
5. 進校前，請先與門口警衛表明約訪單位以及來意，並出示證件登記及穿著識別背心。家長交託物品或臨時接送孩子，請與警衛詳細說明孩子就讀班級、姓名以及導師，警衛室將協助為您聯繫。

二、**班級學生置物櫃**：本校為讓學生能有足夠空間放置學習物品，每位學生都能有自己的置物櫃，置放自己的學習物品。

三、**班班有冷氣**：

政府為提升學生學習環境，全校皆已達到「班班有冷氣」的目標，讓學生有一個舒適的學習環境。學校冷氣的使用與收費將依<新北市立八里國民中學教室冷氣使用與維護管理辦法>辦理，有任何問題或建議，歡迎洽詢學校總務處 02-26102016 分機 500。

新北市立八里國民中學教室冷氣使用與維護管理辦法

110.08.31 校務會議通過

一、依據

110.08.26 新北教工環字第 1101559434 號函

二、宗旨

為配合政府節能減碳政策，妥善管理教室冷氣，並符合使用者付費原則，使學生養成節約能源的習性及維護冷氣設備正常使用，讓師生能在舒適環境下教學與學習，特訂定本辦法。

三、冷氣使用及維護費用之原則

(一) 111年度起冷氣電費及維護費循程序預算編列。

四、冷氣開放使用原則及規定

(一) 冷氣開放時間：每年四月中旬至十一月中旬之正常上課時間暨暑假輔導課期間，室溫仍達攝氏28°C（含）以上方可開機。

(二) 冷氣關閉時間：室外課及每日放學前皆應關閉電源，倘發現教室無人且有電源未關之情事，則停止該班級使用冷氣一週。

(三) 冷氣電源開啟：卡片讀取後才開啟冷氣電源。

冷氣電源關閉：先關閉冷氣電源後才卸除卡片。

(四) 冷氣溫度設定：使用之溫度設定以26°C~28°C為宜，以免影響身體健康。

(五) 送風口方向：應調整往天花板上吹送，使冷空氣藉由風扇循環，以達舒適之效果。

(六) 各班應依實際情形使用冷氣，若非必要請秉節能減碳原則，節約用電。

(七) 室內3人(含)以上，始得使用冷氣。

五、冷氣管理方式及維護

(一) 冷氣機相關設備之巡視與清潔由各班事務股長負責。

1. 事務股長應於每日第一節前巡視冷氣及讀卡機等設備，如發現遭破壞、漏水、漏電等故障異狀，應儘速報告導師及總務處處理，如未能即時報告，經發現且無法查明原因，將視同該班責任，除賠償修復費用外，並追究責任依校規嚴懲，人為因素破壞由班級付費、自然因素由學校付費。

2. 冷氣濾網及外觀清潔應每月清潔一次，清潔完畢應登記於維護表。

- (二) 教室冷氣管制卡及冷氣遙控器由各班事務股長專責管理，倘有遺失或損壞，另須繳交100元製卡費（正常使用之損壞免收）。
- (三) 管制卡於每學期結束時交還總務處。
- (四) 每班可至總務處領取搖控器一支，於每學期結束前繳回總務處，若搖控器不見者，則照價賠償每支800元（依當時實際市價為準）。
- (五) 畢業班應於畢業典禮前一天確實繳回管制卡及冷氣遙控器。
- (六) 總務處不定時巡查各班冷氣使用狀況，若發現班級下午四點後忘記關掉冷氣，則該班隔日停止使用冷氣半日。

六、 專科教室、辦公室冷氣管理方式及維護

- (一) 活動中心、視廳教室、圖書館、各專科教室等辦理之活動，請視活動性質及規模，適當開啟使用冷氣台數及時間。
- (二) 辦公室、專科教室設有冷氣及搖控器，請各處室和任課老師視需求自行啟動使用，並考量室內人數多寡再開啟冷氣並輔以電扇使用，減少用電容量，以節約用電。
- (三) 遙控器放置於固定架上並妥善保管，冷氣設備嚴禁拆卸、更動，請勿扳動內部開關，以避免觸電危險。
- (四) 冷氣開放期間，應將門窗關妥，進出辦公室、專科教室請隨手關門，專科教室無人使用時務必關閉冷氣。如有未關冷氣之情形，總務處將登記並簽請通知改善。
- (五) 冷氣超出瞬間用電最大容量時，總電源將會自動斷電，請大家務必節約能源。避免超出契約容量產生罰款金額。
- (六) 如發現冷氣漏水或故障時，務必立即通知總務處，以儘速連絡廠商派人維修。

七、 使用冷氣注意事項：(正確使用方法，具有節能與永續的功能)

- (一) 室溫達28°C以上始可使用冷氣，未達28°C以上吹自然風或電風扇。
- (二) 溫度應設定在26°C~28°C之間(健康舒適之理想溫度)，溫度設定每提高1°C，冷氣將可節省6%之電費，除可節約能源外，並可延長冷氣機壽命。
- (三) 開機前5分鐘應先送風，放學前15分鐘應先關掉冷氣改成送風(最省電)，並於專科教室下課或班級教室放學後確實關閉冷氣。
- (四) 應配合教室電扇使用，將使室內冷氣加速循環且分布平均，可使冷氣事半功倍，提高冷氣效率、節省用電。另外提醒冷氣不可直向人吹，送風口應往上吹，使冷氣藉由電扇循環，以達舒適效果與人體健康。
- (五) 空調使用時，應緊閉門窗、拉下窗簾、減少開門次數，以防止冷能外洩、熱氣滲

入，而減低冷房效果、增加空調負荷。(疫情期間使用冷氣時，應於教室對角處各開啟一扇窗至少15公分，以促進空氣流通)

(六)每星期五下午九年級技藝班課程，班級教室若無人不開放冷氣使用；如七八年級逢社團課，教室無人時亦同。

八、 課後、暑假輔導課使用冷氣等收費之原則

(一)教室使用冷氣費用由該班參加輔導課同學分擔，每度費用暫以2.82元收費，總務處可參考每年電價及實際用電情況，經主管會報同意後，調整每度電收費額度。

(二)教室冷氣儲值卡及冷氣遙控器由輔導課班級推派專責同學管理，倘有遺失或損壞，除儲值卡內金額不退還外，另須繳交100元製卡費（正常使用之損壞免收），並應重新加值。

(三)IC卡儲值計費：每張IC卡儲值為新台幣500元，儲值費交至出納組後轉事務組協助加值。

(四)班級使用冷氣設備時，需加值儲值卡金額請至總務處出納組辦理。

(五)依照新北市公私立國民中小學學雜費暨各項代收代辦費收取基準表」辦理，如有賸餘款，於學期結束後1個月內退還學生。

九、 本辦法經校長核可後辦理，修改時亦同

111.05.23 教室配置會議決議通過



II 輔導，無所不在 II

親愛的爸爸、媽媽與教養者：

國中階段的孩子正值青春期的，有時滿滿的心事不願意跟家人說，卻只願跟他的麻吉說；有時多問他幾句，就準備要掀起家庭革命了，這樣的情景在家中可能常常上演……對於孩子，我們有許多的疑問，工作上、生活上的瑣事有時會壓得我們喘不過氣，不知您是否也有這樣的心情與感覺？

一、 輔導處工作重點

- (一)適性揚才，多元關懷：面對108課綱多元的升學管道，輔導處安排了一系列「生涯」相關的講座與課程，引導孩子了解自我的性向與興趣，進而探索學生的潛能、發展多元智能，並從中找到適合自己的生涯進路。
- (二)親師合作，提升知能：積極落實「三級輔導工作」，除了推進全體教職同仁初級輔導知能外，亦鼓勵家長參加輔導處安排的親職講座，並協助建立親師溝通的橋樑，共創親師生的友善校園。
- (三)輔特合作，友善校園：輔導處與特教老師每月定期召開「輔導工作會議」，進行個案討論，共同服務適應困難的孩子，使受輔學生的各項資源得以串聯。

二、 輔導處聯絡方式

輔導處也設立了FB粉專，小編會不定期發佈文宣、辦活動或抽獎，不想錯過的要快點加入哦！如果您有任何問題，都歡迎您私訊我們，或撥打學校的電話，輔導處有專業的輔導老師與行政同仁，或竭盡所能地提供幫助。讓我們一起，守護里中孩子們的身心健康！



三、 111學年度上學期親職講座



梁宵萍 臨床心理師



999 likes

12/16 晚 7:00 · E 世代
不迷惘～談網路議題之

如之海濱 升/111 11月

本學期，輔導處於12/16(五)晚間7:00，邀請吾心基金會的梁宵萍臨床心理師與家長們進行GOOGLE MEET線上講座，與大家在空中相會。

心理師會以生活案例與實戰經驗，引導家長們面對3C網路世代，如何從單向「管教」變成雙向「共識／共享」經驗，深度剖析網路教養的現況與解方！讓家長與孩子在陪伴成長的過程中達到雙贏！。

本講座全程免費，歡迎您報名參加。

相關報名表件將於12月初請各班導師統一發放，誠摯邀請您的加入。

II 生涯夢想領航員 II

國中階段，是青少年探索自我，以養成具獨立思考能力的階段，如何在這個階段培養孩子對未來寬闊世界有更深的瞭解，對於工作與生涯有更深的探索與規劃，是十分重要的課題。

一、什麼是生涯發展教育

生涯發展教育是透過一系列有關生涯發展的學習活動，來幫助我們具備未來生活及工作所需的各項能力（如：價值觀、人生觀、性向、專長、助力、工作態度、人際關係、生涯選擇技巧、工作技能等之學習）為將來成功的生涯發展作準備。

二、 國中生生涯發展教育簡介



- (一) 七年級：藉由自我探索的過程來評估自己生涯發展的基本能力。
- (二) 八年級：協助孩子認識工作世界，來增進對工作職群及外在世界的瞭解。
- (三) 九年級：各項目標訂定與行動方案，來適應社會環境的變遷，並架構生

三、 生涯發展教育對同學們的幫助

里中的輔導老師指導同學填寫完成「**國中學生生涯發展記錄手冊**」、「**生涯檔案**」，在九年級時除可作為進路抉擇的參考外，具技藝性向的同學也可以配合興趣選修「技藝教育課程」，作為生涯發展的參考。

四、生涯發展紀錄手冊介紹

	生涯輔導紀錄手冊 分為六大單元： 一、成長故事 二、心理測驗 三、學習成果 四、生涯面面觀 五、生涯發展規劃書 六、生涯發展紀錄	說明： 1. 單元一、單元二、單元四由學生依學期別於輔導活動課填寫。 2. 單元三、單元五、單元六由學生、家長、導師、輔導老師共同完成。 3. 每學年於 9 月發回導師指導學生填寫→家長簽名→收回輔導處。 4. 每學期列入輔導活動課成績評量，期末並由資料組進行檢核。 5. 九年級家長可參考性向測驗與興趣測驗結果，與學生一起討論升學進路。
--	---	--

「生涯輔導手冊」里中會統一在七年級新生開學日發下，並加強宣導手冊的功能，且需記錄與保管三年的重要性。

「手冊到手，絕不放手」是輔導處與孩子們的共識。校內會由導師、輔導老師共同協助孩子完整寫下各項學習與生涯試探的紀錄，手冊中有一部份「家長的話」，於每學年第二學期期末會由孩子攜帶回家，需要您陪伴孩子共同閱看紀錄給予鼓勵。

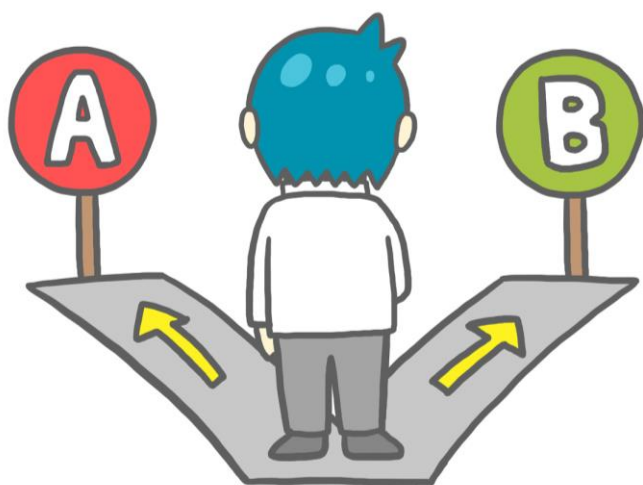
以下是「生涯輔導手冊」裡邀請您共同完成的部分，讓我們一起陪伴孩子，在適性發展的學習階段有堅定的力量向前行！

年級	參閱資料	給孩子的鼓勵及建議	親師溝通導師簽章
一	☐ 我的成長故事 (P.1- P.3) ☐ 各項心理測驗 (P.4- P.6) ☐ 學習成果及特殊表現 (P.7- P.15) ☐ 生涯輔導紀錄 (P.21- P.23)	家長簽章：_____ _____年____月____日	_____年____月____日
二	☐ 我的成長故事 (P.1- P.3) ☐ 各項心理測驗 (P.4- P.6) ☐ 學習成果及特殊表現 (P.7- P.15) ☐ 生涯輔導紀錄 (P.21- P.23)	家長簽章：_____ _____年____月____日	_____年____月____日
三	☐ 我的成長故事 (P.1- P.3) ☐ 各項心理測驗 (P.4- P.6) ☐ 學習成果及特殊表現 (P.7- P.15) ☐ 生涯統整面觀 (P.16- P.18) ☐ 生涯發展規劃書 (P.19- P.20) ☐ 生涯輔導紀錄 (P.21- P.23)	家長簽章：_____ _____年____月____日	_____年____月____日

師長綜合意見	
家長意見	綜合以上相關資料，我希望孩子選擇：(可複選) ☐ 1. 普通型高級中等學校 (高中) ☐ 2. 技術型高級中等學校 (高職，含實用技能學程、建教合作班等) ☐ 3. 綜合型高級中等學校 (綜合高中) ☐ 4. 單科型高級中等學校 ☐ 5. 五專 ☐ 6. 軍校 ☐ 7. 就業 ☐ 8. 其他 _____ 說明：
簽章	

「九年級：請家長參閱資料後，可以與孩子討論生涯規劃的方向，寫下給孩子志願選擇的建議，幫助孩子確認生涯選擇的方向。」

「七、八、九年級：請家長參閱資料後，可以寫下對孩子的觀察與鼓勵，幫助孩子多元探索自我的興趣，並協助孩子探索職群選擇的方向。」



人生最重要的不是努力
不是奮鬥，而是抉擇

■ ■ 技藝教育讓升學更多元 ■ ■

里中辦理「技藝教育」已行之有年，輔導處依據孩子們在八年級進行的性向測驗結果，統一規劃與高職端合作且符合學生學習意願的學群課程，在孩子九年級上課期間，利用每周五下午半天（三節課）的時間，由師長陪同、帶隊至高職選修自己有興趣的職科內容。

每一個職群的學習重點不同，也因為每一屆孩子的興趣不同而有差異，目的在希望藉由孩子的親身體驗，可以幫助自己釐清、篩選最適合自己的生涯規劃。本學期安排孩子選修的職群如下表：

合作學校	開設職群	合作學校	開設職群
自辦	食品烘焙	惇敘商工	動力機械
自辦	農業		商業管理
--	--	穀保商工	設計

多一次嘗試，便多一次選擇的機會，選擇技藝課程不代表一定得就讀該所高職，請放寬心體驗不同於國中課程的技藝課程，可以做為一次興趣探索的試探。比較特別的是，九年級的上學期末，會由技藝班老師遴選出具有潛質的學生成為參與技藝競賽的選手，並在寒假參加一系列的培訓課程，下學期代表學校參加新北市技藝教育競賽。

※ 技藝班Q&A ※

Q. 選讀技藝班有什麼升學上的優勢？

A. 修讀技藝教育課程的學生依然可以回歸一般升學管道，也就是參加國中教育會考，並透過**超額比序**的方式升學。但是如果學生已經確定要讀高職，除了可透過會考的方式進入高職外，以下提供三種升學管道，對技藝班的學生有額外加分或優勢。

✓**技優甄選入學**：以技優生資格申請入學

→完整參加完一學期之學程(未缺課超過1/3)且該職群成績達該班成績PR70以上(約班上6-9名)

→參加技藝競賽得獎

✓**五專(優先)免試入學**：

✓比序加1~3分(看原始分數)

✓**新北高職特招**加分/**部分高職獨招**加分

✓**實用技能學程、產特**有優勢