

# 目 錄

一、桃園縣立大園國民中學 101 學年度第二學期親職教育日實施計畫.....	1
二、教務處工作報告－李文商主任.....	3
三、桃園區 102 學年度高中高職免試入學「國中薦送」---大園國中名額一覽表...4	
四、桃園區高中高職免試入學超額比序項目積分對照表.....	5
五、學務處工作報告－黃加茵主任.....	6
六、總務處工作報告－陳怡璇主任.....	17
七、輔導室工作報告－李秋姿主任.....	20
八、好文章分享.....	22
1、生命教育.....	22
2、性別平等.....	23
3、生涯發展教育.....	26
4、家庭教育.....	29
九、補校宣導事項－邱奕城主任.....	30



# 桃園縣立大園國民中學 101 學年度第二學期親職教育日實施計畫

## 壹、依據：

- 一、「教育部 101 年度友善校園學生事務與輔導工作作業計畫暨地方政府及各級學校辦理事項工作手冊」辦理。
- 二、本校一〇一年度親職教育活動實施計畫辦理。

## 貳、主旨：

- 一、加強親師聯繫，了解孩子，共同參與孩子的成長過程。
- 二、提昇家長參與熱誠，了解並協助校務發展。
- 三、提供家長親職教育的方法，促進學生身心健全發展。

參、日期：102 年 3 月 23 日(星期六)。

## 肆、辦理項目及活動程序：

項次	家長活動				學生活動			
	活動項目	時間地點	負責單位	備註	活動項目	時間	負責單位	備註
一	親師座談	0825~1000 一、二年級 在各班教室，三年級 在活動中心	輔導室	一年級在 活動中心 一樓、二 年級在活 動中心二 樓，三年 級在閱覽 室(雨天)	導師 時間	0730~0805 0805~0825	導師 導師	早自習暨 環境整理
					一、二年級 趣味競賽	0825~1005	學務處 副導師	晴天活動
					三級年生 命/性平 教育影片 欣賞	0825~1005	副導師	晴天活動
					生命/性 平教育影 片欣賞	0825~1005	學務處 副導師	雨天活動
二	靜態海報展	0825~1000 學生活動中 心、中廊	學務處 教務處 輔導室	各處室自 行張貼至 適當地點	生命/性 平/家庭 教育宣導	1015~1155	導師	
三	專題演講 (十二年國民 基本教育入 學方式宣導)	1000~1200 學生活動中 心	教務處					
四	專題演講 (三年級多元 入學宣導)	1000~1200 閱覽室	輔導室					
五	優異表現暨 重大活動海 報	各處室四至六張海報(張貼地點:活動中心)						
六	午餐約會 (含午休)	1200~1310	(一、二、三年級)親、師、生					
七	班級學習 活動	1310~1550						各導師 督促學生 掃地後放 學

#### 伍、配合事項：

- 一、活動當天，請維持教室整潔，並作好情境佈置。
- 二、一、二年級副導師，請在趣味競賽時配合學務處帶領班級活動；雨天時也請在教室指導學生觀看生命／性平公播影片；三年級副導師請在親師座談時至各班教室指導學生觀看生命／性平公播影片。
- 三、本活動屬全校性活動，每位同仁務必參加；親職教育日補假日期為 3/29(五)。
- 四、當日午餐，由學校供應，吃午餐的家長需自備餐具，並調查名單（名單請確實，家長用餐具之餐具由班級提供亦可）。
- 五、各處室推行之活動或優異事蹟，以海報方式呈現在活動中心(各處室以六張全開海報為宜)。
- 六、若為雨天，一、二年級親座談會場設於學生活動中心二樓，三年級親師座談會場設於學生活動中心一樓。

#### 陸、簡要工作分配（前為主辦活動項目，後為配合單位；詳細配當表另訂）：

- 一、專題演講：教務處(十二年國教)、輔導室(多元入學)。
- 二、趣味競賽：學務處。
- 三、親師座談：輔導室。
- 四、學生影片欣賞：教務處(圖書館)、輔導室。
- 五、優異表現海報：各處室。
- 六、午餐工作：總務處。
- 七、交通、秩序：學務處。

柒、經費：本活動經費除由預算內支用，另函請大園鄉公所補助。

捌、本辦法經陳 校長核准後實施，修正時亦同。

# 教務處工作報告－李文商主任

桃園縣立大園國中101學年度師生參加縣級比賽榮譽榜

● 101 年度『精進教學』本校教師進行教學觀摩薦送審查結果成績優異：

社會領域－吳佳真老師，榮獲優等。

英語領域－許心怡老師，榮獲優等。

健康與體育領域－林于瑋老師，榮獲優等。

數學領域－許凱茵老師，榮獲優等。

藝文領域－陳子煜老師，榮獲優等。

綜合領域－陳冠樺老師，榮獲佳作。

國文領域－吳宛珮老師，榮獲佳作。

●本校「閱讀桃花源計畫」101 學年度榮獲縣府評定為績優學校。

●本校原住民合唱團參加 101 年度桃園縣鄉土歌謠及原住民說唱藝術比賽榮獲國中學  
生組優等獎。

●本校學生 211 陳佳慈參加原住民說唱藝術比賽榮獲獨唱組甲等獎。

●本校合唱團參加 101 年度桃園縣音樂比賽榮獲北區國中組優等獎。

●本校管樂團參加 101 年度桃園縣音樂比賽榮獲北區國中組優等獎。

●本校補校傑出外籍配偶家庭獎：三年甲班--黎美鳳。

●本校補校傑出外籍配偶個人獎：二年甲班--朱莉娟。

●本校莊孟璇同學榮獲第六屆聯合盃作文大賽七年級組第三名。

●桃園縣 101 年度「3Q 達人故事甄選活動」本校獲獎名冊如下：

班級	姓名	參賽類別	獲獎項目
123	黃福海	AQ 達人	縣賽佳作
205	張齡云	EQ 達人	縣賽佳作

●本校男聲合唱團榮獲 102 年度全國音樂比賽優等。

# 桃園區 102 學年度高中高職免試入學「國中薦送」 ---大園國中名額一覽表

學校名稱			鄉鎮市	龜山鄉				蘆竹鄉				大園鄉	
			編號	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59
			國中名稱	大崗國中	幸福國中	龜山國中	迴龍國中(小)	南崁國中	山腳國中	大竹國中	光明國中	大園國中	竹圍國中
國立	桃園高中	普通科	外校生	5	7	17	1	15	5	8	17	11	3
國立	中壢高中	普通科	外校生	1	1	1		6	2	4	7	13	2
國立	武陵高中	普通科	外校生	4	2	7	1	8	3	5	9	9	2
國立	陽明高中	普通科	外校生	2	4	11	1	12	5	7	17	12	4
國立	楊梅高中	綜合高中	外校生										
		資訊科	外校生			1		1			1	1	
		電子科	外校生										
國立	內壢高中	普通科	外校生	3	2	5	1	6	2	4	6	22	1
國立	馬祖高中	綜合高中	外校生										
縣立	南崁高中	普通科	外校生	5	2	2	1	55	17	15	30	6	11
縣立	大溪高中	普通科	外校生									1	
縣立	壽山高中	普通科	外校生	23	13	45	8	13	2	4	15	3	
		國際貿易科	外校生	5	2	8	2	3	1	2	3	3	2
		廣告設計科	外校生	3	3	8	1	2	2	1	2	2	1
		應用外語科(英語組)	外校生	5	1	7	1	2		1	2	2	1
縣立	平鎮高中	普通科	外校生	2									
縣立	觀音高中	普通科	外校生									3	
		直升生											
縣立	永豐高中	普通科	外校生		1	1				9		1	
		直升生											
縣立	大園國際高中	普通科	外校生	3				10	7	18	24	57	13
國立	龍潭農工	普通科	外校生	1	1	2			1			4	1

# 桃園區高中高職免試入學超額比序項目積分對照表

(102年3月15日府教中字第1020056892號)

項目	內容	上限	備註	
一、 適性輔導 上限 35分	畢業資格	符合畢業資格者6分。	6分	
	生涯規劃	可選填20志願(職業類科以1校1科為1志願)。	15分	志願序別第1志願15分,第2志願12分,第3志願9分,第4志願6分,第5志願3分,第6至20志願不計分。
		報名校、科與生涯規劃建議與「家長意見」相符者得2分;與「導師意見」相符者得2分;與「輔導教師意見」相符者得2分。	6分	
	就近入學	桃園區學生符合就近入學得8分;共同就學區學生得4分	8分	桃園區為一就學區,設籍在桃園區,或於桃園區國中就讀皆符合就近入學。
二、 多元學習表現 上限 35分	均衡學習	健康與體育、藝術與人文、綜合活動三領域,五學期平均成績及格者各得3分;未達標準0分。	9分	103年入學高中高職之新生(100年入學國中之新生)採8上、8下及9上3學期成績
	品德表現	獎勵最高4分;未記過者最高6分。	10分	品德表現採功過相抵後之獎勵紀錄,大功每次3分,記功每次1分,嘉獎每次0.5分;另未記過者6分,符合銷過後無記過(含)以上紀錄者得4分。
	服務表現	採計「擔任班級或學生幹部」(最高上限4分)及「志願服務學習時數」	10分	1.擔任班級內幹部、自治市幹部及社團幹部任滿1學期,經考核表現優良者得2分;志願服務學習時數,每1小時0.2分。 2.擔任班級或學生幹部上限為4分。
	才藝表現	1.個人賽: (1)全縣性:第1名6分/第2名5分/第3名4分/第4名3分。 (2)區域性(3縣市以上):第1名7分/第2名6分/第3名5分/第4名4分/第5名3分。 (3)全國性:第1名8分/第2名7分/第3名6分/第4名5分/第5名4分/第6名3分。 (4)國際性:第1名10分/第2名9分/第3名8分/第4名7分/第5名6分/第6名5分。 2.團體賽:依個人賽積分折半計算。	5分	1.限中央部會、教育主管機關主辦或委託辦理者。 2.特優比照第1名;優等比照第2名;甲等比照第3名;乙等比照第4名。 3.同(學)年度同項比賽擇優1次採計;同一事蹟、同一獎項不得重複採計積分。
	體適能	單項達門檻標準者各得6分(最高6分)。	6分	1.單項係指:柔軟度、瞬發力、肌耐力、心肺耐力。 2.另身心障礙、重大疾病、體弱或因故無法測試者特殊學生等依教育部相關辦法辦理。 3.非應屆畢業學生、非學校型態實驗教育學生需返回原設籍學校辦理體適能檢測;臺商學校學生、跨區學生等可至原設籍校辦理體適能檢測,或至體適能檢測站、醫院等單位辦理體適能檢測。
三 上限 30分	教育會考表現		30分	「精熟」者每科得6分;「基礎」者每科得4分;「待加強」者每科得2分。

說明:

- 「超額比序項目共計三大項,申請超額時上列項目應全數採計,當總積分完全相同且名額不足分配時以低收入戶學生為優先,其餘依比序項目(適性輔導、多元學習表現、教育會考)分別比序;如有同分,再依序比「志願序」、教育會考之(國文、數學、英文、社會、自然)各單科成績,非不得已採電腦隨機抽籤方式辦理。」
- 本區得視實際需要另訂補充辦法。
- 103年入學高中高職之新生(100年入學國中之新生)「多元學習表現」項目可由學生提出證明於七年級得積分者皆予以採計,其餘項目採計自8年級至申請報名作業前(104年以後入學高中高職之新生,採計7年級至申請報名作業前)。

# 學務處工作報告—黃加茵主任

- 壹、培養『愛整潔』、『守秩序』、『有禮貌』、『勤學習』、『好閱讀』、『多運動』的未來主人翁。
- 貳、秉持『紀律、品德、創造力』的學校願景教育大園學子。
- 參、目前學校請假單改為請假卡方式辦理，請家長協助督導學生完成請假手續，因許多學生忽略請假程序，往往學期末才發現未補齊請假手續，這幾年學務處除了不斷宣導請假程序外，並於每月於學務處中廊公告出缺席，此部分有問題可以及時更正，但是學生往往選擇忽略直到期末成績單顯現才進行補救.....希望家長能協助向孩子宣導並注意孩子請假及出席狀況，以避免影響學生權益。
- 肆、配合志願服務學習，本學年已經針對一二年級學生分別辦理淨灘活動、暑假、寒假返校打掃服務活動；未來在學期中及暑假將陸續辦理治活服務活動，請協助提醒孩子主動報名參加；另外關於校外服務學習請家長務必以安全為第一考量，原則以教育局公告之單位為主，服務完畢務必請相關機構或單位確實蓋章「必須有單位或機構章或職名章」。

## 伍、學務處各項活動：

### 1. 本學年度學生才藝得獎名單如下：

- (1)桃園縣美術比賽：311 李姍倪西畫類佳作、322 康家維西畫類佳作。
- (2)音樂比賽團體：管樂合奏縣賽優等、打擊樂合奏(管樂)甲等、男聲合唱團縣賽優等晉級全國賽。鄉土歌謠比賽團體組優等。原住民合唱團賴翊瑄、游欣語、陳雅涵、呂非凡鄉土歌謠個人組甲等。
- (3)音樂比賽個人：322 鄭鈞文小號獨奏第二名、206 賴韻芹小號獨奏第三名、207 翁文訢長笛獨奏甲等。
- (4)本縣學生個人音樂比賽加場(2013/1 月)：

項目	序號	班級	姓名	等第
鋼琴	1	220	陳力勝	甲等
	2	121	藍冠傑	乙等
長笛	3	207	翁文訢	甲等
	4	204	陳水容	甲等
	5	102	彭靚瑄	乙等
雙簧管	6	210	王珮萱	乙等
	7	112	馮馨慧	乙等



單簧管	8	215	石大忻	甲等
	9	207	林學雅	乙等
薩克斯風	10	209	方芷翎	甲等
	11	203	胡哲豪	甲等
法國號	12	213	邱怡安	甲等
	13	213	周毓珊	甲等
小號	14	218	陸以謙	甲等
	15	115	許翊萱	甲等
	16	111	宋芳真	乙等
	17	117	許容嘉	乙等
長號	18	115	陸慕溪	乙等
低音號	19	214	郭英弘	甲等
	20	207	王鏗愷	乙等
	21	216	陳思宏	乙等
	22	117	金迎	乙等
	23	202	徐子鈞	乙等

(5)本校田徑隊代表參加全縣中小學田徑錦標賽榮獲：

姓名	項目	名次	備註
游珮妤	跳高	第二名	
吳俞蒨	鉛球	第二名	
吳俞蒨	鐵餅	第二名	
林亭妤	五項	第四名	
林亭妤	跳高	第四名	
國女組田賽團體錦標		第二名	團體賽

(6)桃園縣班際大隊接力比賽—323 班榮獲全縣第一名

## 2. 本學期預計辦理活動如下：

(1)全校品格教育卡拉 OK 比賽及環保變裝秀比賽「三月份辦理」

(2)一、二年級趣味競賽「3/23 辦理—兩人三腳」

(3)一、二年級三對三鬥牛比賽「五月份辦理」

(4)青出於藍分區籃球比賽「三月—五月辦理」

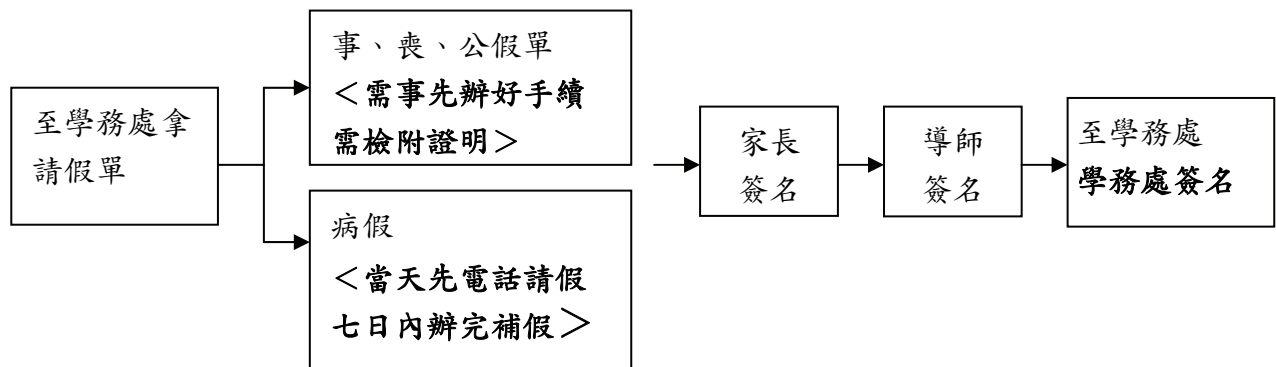
(5)大園鄉管樂節暨管樂成果發表「暫定六月份辦理」

(6)於學期中辦理『交通安全宣導』、『品格教育研習及宣導』、『環境教育研習及宣導』、『健康促進宣導』、『各相關藝文競賽』……等.各項活動請家長鼓勵孩子參與。

(7)配合一二年級十二年國教免試升學於學期中及寒暑假辦理學生志願服務學習相關活動。

## 陸、請家長配合事項：

- 1.為顧及學生上下學安全及交通順暢，請家長務必配合學校規定之行車路線及交通志工指揮，尤其家長接送及補習班接送之同學，請家長配合晚 10 分鐘到校接回，以免左行車輛停放阻塞影響左行同學之危險。請機車接送及騎乘腳踏車同學務必佩戴安全帽，以保障人身安全。
- 2.請家長配合約束孩子放學後之作息，嚴格禁止涉入不正當之場所，注意孩子網路使用之情形，督促孩子正常作息，早睡早起，充分補充水分及營養以增強身體抵抗力。
- 3.為維持學生整齊乾淨之儀容，並符合學生清新活力之形象；本學期仍固定在每月初進行服裝儀容檢查（不染、不燙、不變型、不作怪），請家長務必配合及協助。
- 4.請家長配合務必在 07:00--07:30 間送學生到校，勿讓學生養成遲到的怠惰習慣。
- 5.到校後臨時請假外出：臨時外出時,須填寫請假單，並經由導師（或該節任課教師）、訓導處、家長簽名，之後將請假單交回警衛室；必須確認到校接回學生者為學生的監護人或親屬且須滿 18 歲以確認學生之安全。
- 6.鼓勵暢通親師溝通管道，有任何疑惑或對學校規定不瞭解之處，請與老師溝通或向行政單位反應，並天天確實簽閱家庭聯絡簿，以瞭解孩子在學校的表現。
- 7.請假除了撥打導師電話或學校電話報備外，請務必提醒小孩回到學校後尚須在七天內完成書面（請假卡）請假程序，以免影響自身權益。



## 柒、上學放學規定及注意事項

- 1.步行：請靠路右側行進，若需穿越馬路，請依志工指揮行進，千萬不可任意穿越馬路。
- 2.自行車：本校不鼓勵學生騎自行車上學，若有騎乘之需要請遵守規定
  - (1)戴安全帽。
  - (2)不可雙載。
  - (3)本校僅提供停放，並不負保管之責，請同學務必上鎖。
- 3.放學時，步行和騎自行車的同學需依規定排隊，依照指揮行進。

4.學生專車：於活動中心前排隊等候上車。

5.家長接送及補習班接送：

(1)上學：一律在指定地點下車，勿任意停車以免造成交通紊亂。

(2)放學：車輛需停放至大門對面道路兩側等候，學生專車區切勿停放，學生統一排隊通過馬路（補習班或安親班接送同學，請一律先行在活動中心等候，等待公車離開後再行出校門上車，以維護自身安全及放學安全秩序）。

(3)家長接送部分請延遲10分鐘到校接送您的孩子以避免交通阻塞並維護所有學生之安全。

※公車隊等候排隊區：本校公車隊共計五線分別為光泉+聯大、潮音、青埔+聯大、三、五塊厝、埔心（八號橋）。

6.本校全校放學時間為第八節（下午16:45），未參加第八節課輔視同提早離校，請家長配合依照提早手續『辦理離校識別證、並由家長或監護人到校接送』以維護學生安全，且請家長務必確實掌控孩子狀況，切勿讓孩子因為提早離校就跑到不當場所（如網咖）等逗留，學校議會配合校外會及分局警員不定期到校外網咖等場所巡邏。

**\*\*提醒家長不要因為您一時的方便，而造成其他人的不便與危險，請各位家長務必要配合學校政策及遵守交通規則，最重要的是體諒學校志工、老師的辛苦，切記維護各位同學上學放學的安全是大家的責任!!!!**

## 捌、政令宣導

### **※宣導一：機車駕駛人及附載座人應依規定配戴安全帽**

- 1.安全帽應為乘坐機器腳踏車專用之安全帽，經經濟部標準檢驗局檢驗合格，並於帽體貼有檢驗合格標識或梅花型S產品安全標誌。
- 2.帽體及相關配件必須齊全，並無毀損、鬆脫或變更之情事。
- 3.配帶時，安全帽應正面朝前及位置正確，於顎下繫緊扣環，安全帽並應適合頭形，穩固戴在頭上，不致上下左右晃動，且不可遮蔽視線。
- 4.根據道路交通管理處罰條例第31條規定機器腳踏車駕駛人或附載座人，未依規定戴安全帽者，處駕駛人新台幣五百元罰鍰。

### **※宣導二：菸害防制法**

為維護少年之健康，於菸害防制法第十二條規定未滿十八歲者，不得吸菸，且父母、監護人或其他實際為照顧之人應禁止未滿十八歲者吸菸。同時於第十三、十四條亦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，也不得供應菸品予未滿十八歲者。

菸害防制法新規定～～98年1月11日起室內工作與公共場所全面禁菸

## 禁菸範圍

工作：三人以上室內工作場所、政府機關、公營、金融機構、郵局、電信業

食：餐飲店（如：咖啡館、速食店、中西式餐廳等）

衣：商場（如：百貨公司、便利商店、超商、大賣場等）

住：旅館、電梯、醫療機構、護理機構、其他醫事機構及社會福利機構

行：大眾運輸工具、計程車、遊覽車、捷運系統、車站及旅客等候室等

育：各級學校、圖書館、實驗室、表演廳、禮堂、展覽室、會議廳、博物館、美術館、其他文化或社會教育機構，及其他供兒童及少年教育或活動場所

樂：歌劇院、電影院、視聽歌唱業（如：KTV、MTV、卡拉OK）、資訊休閒業（如：網咖）、體育、運動或健身場所，及其他供公眾休閒娛樂場所

## 罰則

負責人：應於所有入口處及適當地點設置明顯禁菸標示，且不得供應與吸菸有關之器物，違者罰1萬至5萬元罰鍰。

吸煙者：禁菸場所吸菸罰2千至1萬元罰鍰

戒菸專線：0800-63-63-63、菸害申訴專線：0800-531-531

## 菸害防制法

第三章 兒童及少年、孕婦吸菸行為之禁止

第十二條 未滿十八歲者，不得吸菸。孕婦亦不得吸菸。父母、監護人或其他實際為照顧之人應禁止未滿十八歲者吸菸。

第十三條 任何人不得供應菸品予未滿十八歲者。任何人不得強迫、引誘或以其他方式使孕婦吸菸。

第十四條 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。

## ※宣導三：認識校園霸凌

霸凌事件國內外皆有，不僅是校園的問題也是社會的問題。因此，國內外有許多探討與研究，根據資料顯示，學生間的暴力鬥毆行為並不一定就是霸凌。挪威學者 Olweus(1993, 1999)對霸凌的定義廣為學界採用，他認為霸凌是「一個學生長時間、重複地暴露在一個或多個學生主導的欺負或騷擾行為之中」，具有故意的傷害行為、重複發生、力量失衡等三大特徵。

教育部參考挪威學者 Olweus 霸凌定義，於 99 年 3 月 16 日及 99 年 4 月 23 日邀集學者專家、民間團體、家長團體及教師會代表召開霸凌定義與防制作為相關會議，初步訂定校園霸

凌定義，引發社會各界廣泛討論，本部經再三諮詢，並於全國教育局處長會議、高中職校長及國中校長會議討論後，修正校園霸凌要件為：※具有欺侮行為；※具有故意傷害的意圖；f※造成生理或心理的傷害； ※雙方勢力（地位）不對等；其他經學校防制校園霸凌因應小組確認。校園霸凌事件均應經過學校防制校園霸凌因應小組確認。

教育部依據修正公布之教育基本法第八條規定，於 101 年 7 月 26 日發布校園霸凌防制準則，「校園霸凌」係指相同或不同學校學生與學生間，於校園內、外所發生之個人或集體持續以言語、文字、圖畫、符號、肢體動作或其他方式，直接或間接對他人為貶抑、排擠、欺負、騷擾或戲弄等行為，使他人處於具有敵意或不友善之校園學習環境，或難以抗拒，產生精神上、生理上或財產上之損害，或影響正常學習活動之進行。此外，所稱之「學生」係指「各級學校具有學籍、接受進修推廣教育者或交換學生」。校園霸凌事件均應經過學校防制校園霸凌因應小組確認。

學生有疑似霸凌個案，導師應依權責輔導學生，評估偏差行為類別、屬性及其嚴重程度，是否請求學校支援協助。疑似霸凌案件或是重大校安事件，均應送請學校防制校園霸凌因應小組等會商確認，該小組由校長召集，成員含括導師代表、學務人員、輔導人員、家長代表、學者專家，高級中等以上學校包括學生代表；會議召開時，得視需要邀請具霸凌防制意識之專業輔導人員、性平委員、法律專業人員、警政、衛生福利、法務等機關代表及學生代表。個案經確認為霸凌行為，應列甲級通報，家長依法有教養權利與義務。

校園霸凌事件存在於校園內外，同學對霸凌個案的瞭解較老師及家長更多，霸凌行為若不及時遏止，對受凌者、旁觀者、甚至霸凌者身心發展影響鉅大。因此教育部要求各級學校應加強法治教育、生命教育、人權與性別平等教育，同時向學生及全體教育人員加強霸凌行為的法律責任宣導，包含校長及教師通報義務與責任、學生霸凌行為的法律責任以及霸凌學生之法定代理人民事侵權行為連帶賠償之法律責任。兒童及少年福利與權益保障法對於涉及身心虐待之行為當事人、學校教育人員均訂有規範，校園霸凌行為，如已達身心虐待程度者，校長及老師身為教育人員，應依法通報，未依規定通報而無正當理由，而情節重大者，依兒童及少年福利與權益保障法第 100 條規定，處以罰鍰，並將依公立高級中等以下學校校長成績考核辦法與公立高級中等以下學校教師成績考核辦法規定懲處。



同學遭受校園霸凌，應鼓勵受凌者及旁觀者勇敢說出來，可以向導師、家長反映；向學校投訴信箱投訴；向縣市反霸凌投訴專線投訴；向教育部 24 小時專線投訴（0800-200-885）；於校園生活問卷中提出或是向其他管道（警察、好同學、好朋友）述說。

學生間的霸凌行為與一般偏差行為都是需要我們重視並解決的問題，尤其霸凌行為對於學生身心發展有極大影響，因此疑似霸凌個案均須積極處理，校園霸凌的預防及處理刻不容緩。

## **※宣導四：關於紫錐花運動**

### **一、背景**

政府為擴大宣示反毒，自 83 年開始舉辦「全國反毒會議」，迄今 19 年，但因新毒品層出不窮，其種類、偽裝形態及變異，不易完全察覺阻斷，故反毒宣導似難一仍舊慣，而有必要予以提高層次，以嶄新及系統性之作法加以有效因應。回顧我國近百年重大文化覺醒或風行活動，多起自校園，如民國初葉之五四運動、晚近 60 年代之校園民歌，均從校園發軔，擴散至社會，帶動沛然莫之能禦的風氣，引領了時代風騷。校園之於社會的其他系統，是一個相對單純的環境，因學生年輕識淺，涉世未深，對次文化的引誘抵抗力較弱，易受外力或有心人士的影響；但學生亦是一群有理想、熱情、自覺、自醒能力的青年或青少年，相信在優質的文化刺激下，能對當前不良風習予以批判，並做出正確的抉擇。我們認為人類施用毒品是一種嚴重的「病態文化」，為了消弭這種「病態文化」，依循以往歷史經驗，更認為應從有熱情、有理想的校園塑造新思維、新觀念，引導青年學子對自我生命的期許與熱情，以消除人類病態文化為 21 世紀的青年任務之一，並以兼善天下的抱負，將反毒的紫錐花運動由我國校園、社會再推向國際，讓全球國際社會共同奮鬥。

### **二、推動構想**

馬總統於 101 年 6 月 2 日出席 101 年反毒會議之反毒博覽會時，在民間團體、教育部蔣部長及 總統傳遞揮舞「紫錐花運動」旗幟，宣示「紫錐花運動」，由校園推向社會，由國內推向國際，全球一起來，並爭取國際認同此一反毒意象及作為永久反毒代稱。「紫錐花」係北美菊科植物紫錐菊，為北美印地安人治療蛇、蟲咬傷敷料，晚近歐美企業予以製成健康食品，以其具有內服外敷之「健身」、「抗毒」的意象，故引為「反毒」的代表花卉。我國大多數成癮性毒品均源自境外偷渡及走私，以外來品種的紫錐花意象推動反毒並推向國際，較符毒品之移動路徑；而中華民族於清朝末年以降，受毒害深重，可謂禍國殃民、動搖國本，所以反毒的決心絕對堅定，以過來人身份引領國際社會共同推動，並以「紫錐花」做為世界性標誌。推動的方法上，初步建議世界各國也都能由校園開始推向社會，再由其國內推至鄰近國家，帶動區域國家及洲際之響應，使紫錐花運動蔚為世界風潮。

### **三、我國推廣「紫錐花運動」方法**

**響應聯合國國際反毒日**

**臺灣發起紫錐花運動**

**邀請您共同推廣紫錐花標幟**

教育部、法務部、行政院衛生署及相關機關 敬啟

### **四、創作理念**

用堅毅的勇氣淨化對毒品的依賴，提倡健康互愛的心，綻放生命的光彩。紫錐花標章、標準字設計以健康、開朗與榮耀為出發點，建議以持之以恆的態度，反對濫用藥物。整體的視覺形象是盛開的花朵，也意味著燦爛的煙花，煙花的核心是一個紫錐花雌蕊象徵，意指紮根散播、健康活力、尊重生命。紫錐花標章的標準色設計以絳紫色代表優雅與堅毅，米駝色代表清淨與健康，金黃色代表熱情與榮耀。整體設計引用紫錐花具堅毅挺拔的意象，藉用其對人體健康、增強免疫力的民俗功效，強調意志力的堅定，傳達良好的拒絕毒品觀念，呼籲全民除了勇敢拒絕毒品之外，亦能勸諫周遭的人拒絕毒品誘惑，成為一個「勇於向毒品說不」、「規勸朋友拒絕毒品」的積極進取、自愛自信的健康公民。我們將用堅強的意志力抗拒不健康的誘惑，用善心和愛心建立無毒家園，讓公益慈善志業如花瓣美麗，讓紫錐花的精神如煙花綻放，大家攜手建立更美好的生活和擁有無盡的希望，這份感動，這份醒覺，到每個人的心，到世界的每一個角落。

設計：台科大紫錐設計小組 Echinacea Design Group, Taiwan Tech.

## **※宣導五：健康促進宣導**

### **主題(一)：菸品對健康的危害**

#### **(一)21 世紀吸菸者的大敵--「慢性阻塞性肺疾」**

慢性阻塞性肺疾（COPD）是一種由「慢性支氣管炎」、「肺氣腫」導致呼氣氣流受阻的慢性疾病。患者的肺臟因接觸有害微粒或氣體，產生不正常的發炎反應，會隨時間進展逐漸惡化，出現呼吸困難、咳嗽、喘及痰液增多等現象。肺部的傷害多為不可逆性，一旦罹病就如同被判無期徒刑，嚴重者可能致命。全球目前有八千萬人口罹患慢性阻塞性肺疾（COPD），已有三百萬人死於此疾病。世界衛生組織預估在 2030 年，慢性阻塞性肺疾（COPD）將成為全球第四大致死疾病。

「吸菸」是慢性阻塞性肺疾（COPD）的第一致病原。25%的吸菸者將罹患此病。吸菸者吸入的有害氣體，直接造成呼吸道、肺部的不正常發炎。這些微粒、有害的化學物質阻塞在肺部，使患者的氣管鬆軟下垂和肺泡膨脹疲乏。肺泡之間的肺泡壁受損，肺部缺乏原本細小的肺泡群，氣體交換的面積因此變小。同時氣流的路徑因此改變，氣管可能會受到刺激，細胞產生更多黏液，空氣更難排出。

**(二)世界衛生組織表示，每隔十秒鐘有一人死於吸菸草。90%吸菸者是在青少年時期開始學會，吸菸年齡連續長達 20 年以上。據醫學報導這些菸草癮君子比不吸菸者約減少 20~25 年壽命。吸菸者的記憶力退化最快。吸菸者的體內暗藏許多毒素，造成體內的氧化壓力，又容易消耗體內的抗氧化物如維他命 C，所以吸菸者老化快，皮膚粗糙，容易得心血管疾病與癌症，多和長期的氧化壓力有關。**

### (三)吸菸對婦女與兒童的危害：

不孕的問題：吸菸的女性可能等不到月經，也可能在經期有劇烈的疼痛。這樣的女性要花較久的時間才能受孕，懷孕成功機率低 25%。或導致不安全性懷孕以及胎盤剝落、前置胎盤。

懷孕、分娩期間的合併症：懷孕時吸菸的母親有可能胎位不正、流產，造成死胎、早產或嬰兒出生後馬上夭折。二手菸會經由胎盤將有害物質傳給胎兒。胎兒對於一氧化碳的吸收程度更遠高於成年人。胎兒發育中的器官都將面臨氧氣供輸量不足的缺氧狀態。

吸菸亦影響泌乳素、降低泌乳量。加上吸菸會減少黃體素的量，性賀爾蒙代謝改變，加速更年期的來臨。


### (四)吸菸對青少年的危害：生長遲緩、糖尿病、活力不足、注意力不集中

吸食菸製品是導致其之後濫用依賴物質的重要導因。吸菸的青少年成為酗酒者的機會是不吸菸者的 10 倍。嘗試毒品的機會比不吸菸者高出 25 倍。二手菸會導致中耳炎(一般造成耳聾的原因)、肺功能發展遲緩、胸腔疾病，如：急性喉氣管支氣管炎(Croup)、肺炎和支氣管炎的機率，是遠離菸害孩童的兩倍。其他呼吸道疾病：哮喘以及小兒氣喘、長期喉嚨痛、扁桃腺炎，甚至是流行性腦膜炎雙球菌感染症。

### (五)吸菸對男性的危害：

吸菸會造成精子數量減少、畸形，傷害其 DNA，導致流產或先天性缺陷。吸菸的男性可能有勃起障礙或無法持久的困擾，也會因為血液無法到達陰莖而造成陽痿。一天吸菸 20 支菸以上的男性有 42% 的可能性生出的孩子會得到癌症。

最後借用孫越叔叔的一席話，勸導抽菸的朋友：「誠如我在公益廣告中的呼籲：「你知道 COPD 嗎？它是因為吸菸造成的慢性阻塞性肺病。發病的時候連呼吸都困難...我曾是 37 年多的老菸槍，戒的太晚，現在仍承受 COPD 的後遺症。當年沒人告訴我，現在我告訴你，快把菸戒了吧！」真的，把菸戒了吧！」

 2011. 10.26

## 主題(二)：視力保健

隨著科技進步，使用電腦、平板電腦、手機大幅增加，在本學期初測量視力時發現同學們「視力」大幅退化！假性近視者愈來愈多，家長們看到「視力不良通知單」與檢查回條，請求帶同學們就醫治療也就跟著變多了！近視是會造成社會經濟負擔，因高度近視造成失明的主要併發症有四：視網膜剝離、近視性黃斑部病變、青光眼、白內障等。因此，管理貴子女「近距離用眼睛」時間實為重！以下簡單使用台大醫院林隆光醫師所述資料提供參考：



Q1：何謂「假性近視」？

A：假性近視並不是指度數輕的近視，也不是已經近視但還不用戴眼鏡之謂。假性近視主要是因長時間近距離讀書、上網或看電視，使睫狀肌過度收縮無法放鬆的狀況，造成眼球水晶體的屈折力加強，而引起「近視」的狀態，此時做驗光檢查會呈現「近視」的假象；但若經過適當休息，或點了睫狀肌鬆弛劑散瞳後驗光，受測者視力恢復正常，屈光狀態回復成正視眼（有時甚至會變成遠視），則稱之為「假性近視」。

Q2：接受醫師囑咐點眼藥，就能把近視度數治好？

A：真的「假性近視」或許可以點眼藥治療，但近視是眼球前後徑軸長不正常的增長所產生，點強效睫狀肌麻痺劑眼藥水是目前唯一被證實能控制近視之進行的方法，但不能縮短眼軸。因近視是眼軸不正常地增長，一旦確認為(真性)近視，點藥水最多也祇是維持原有度數，讓度數不再向上攀升，而無法使變長的眼軸縮為原狀，恢復正常。反之，若確認其為「假性近視」，經專業眼科醫師給予短效或弱的睫狀肌麻痺劑點眼治療使用一段時間，讓過度用力的睫狀肌獲得放鬆，大抵能夠舒解症狀。總之，點眼藥水不用戴眼鏡，絕不等同是「假性近視」。因為若近視度數輕微且未對生活造成影響時，醫師會建議家長不用急著為小朋友配戴眼鏡，而以點藥水的方式，控制小朋友的度數增加。「戴近視眼鏡」和「點眼藥水」是可以併用並行的。前者讓小朋友看遠看得清，後者希望近視度數不要加深得太快，二者是不相違背的。

Q3：幼童近視，不應戴眼鏡，否則會愈戴愈深？

A：一般而言，學生近視超過兩、三百度仍不戴眼鏡，度數反而容易加深。如果孩子的近視已經造成學習上的不便，這時家長就該為寶貝選擇一副適合的眼鏡，以避免他們因看不清楚而養成眯眼的壞習慣，或看書時越看越近，讓近視度數節節高升。

## 視力保健的方法與建議

### 一、姿勢一定要端正

- 1、閱讀寫字時保持 33 公分以上的距離，不要駝背。
- 2、雙眼與書本等距離，過短的握筆，頭會傾向一側造成兩眼與書本距離不等，可能造成雙眼不等視。
- 3、不要躺著或趴著看書或任何近距離工作，近距離工作 30 分鐘要休息 5-10 分鐘，將眼光看遠(六公尺以上或兩個紅綠燈以外的距離)，有眼鏡者可戴著，若可看清遠方物體，即表示睫狀肌得到放鬆。
- 4、隨孩子的成長調整桌椅的高度，桌子與手肘同高，椅子深度與大腿長度相配，雙腳可踩到地板。

## 二、光線很重要

- 1、光線要明亮，最舒適的光度為 60 瓦的燈泡或 20 瓦以上的日光燈。
- 2、桌面照度至少 350 米燭光，避免燈光直射眼睛。燈管變黑或閃爍時，要更換燈管。
- 3、光線來自左後方最好，若是檯燈，可在左前方。(左撇子的人方向相反)。
- 4、夜間閱讀時桌燈與室內大燈都要打開。
- 5、選擇不反光的桌面，不在直射的日光下看書。

## 三、電腦

- 1、建議 8 歲以後視力發育穩定再開始學電腦。
- 2、看電腦螢幕時，眼與螢幕內框上緣同高，眼睛與螢幕平行，距離約 60 到 70 公分。

## 四、電視

- 1、避免看畫面太小，影像不清晰的電視。
- 2、看電視時保持約 6-8 倍畫面對角線長的距離。
- 3、電視畫面高度低於平視 15 度。
- 4、勿坐在太偏的位置，約畫面左右 30 度以內。
- 5、看電視時間，一天不超過一小時，選擇有益的節目。

## 五、日常作息

- 1、多走向大自然，接觸青山綠野。
- 2、多做體育休閒。
- 3、睡眠充足，規律作息。
- 4、減少孩子的壓力，多鼓勵。

## 六、飲食

- 1、不偏食，多吃新鮮蔬果，補充維他命 A、C、E；深綠色蔬果可增加眼睛的健康。
- 2、三高：高纖、高鈣、高鐵。
- 3、三低：低鹽、低脂、低糖，避免太精緻或高熱量的飲食形態。

# 總務處工作報告—陳怡璇主任

總務處為學校後勤補給單位，以學生學習為中心，配合校務發展，以營造快樂安全的學習環境、提供優質之教學設備為努力目標。為達成此目標，總務處同仁秉持著熱心、積極的精神與態度為全校師生及家長服務。

## 一、總務處工作目標：

- (一) 支援教學活動，充實軟硬體設施。
- (二) 落實校舍維護，適度調整環境配備。
- (三) 積極美化、綠化校園環境，營造人文校園文化。
- (四) 加強財物管理與應用，養成愛物惜物觀念。
- (五) 加強用水、用電之生活服務與安全管理，落實節能減碳措施。
- (六) 加強門禁管制，確保人安、物安之學習環境。
- (七) 落實文書、檔案之管理與建檔。
- (八) 健全家長會之功能，善用社會資源，改善教學環境及設備。
- (九) 辦理午餐相關業務，培養學生正確飲食習慣。

## 二、101 學年度第二學期工作重點：

- (一) 教育學生愛惜公物，節約能源，養成良好生活習慣。
- (二) 加強校園安全維護，檢修各項校舍設施。
- (三) 強化午餐供膳之安全衛生管理，培養學生正確飲食習慣。
- (四) 繼續改善及充實教學活動所需之設備。
- (五) 持續校園環境綠化美化。
- (六) 辦理家長會業務。

## 三、101 學年度第二學期進行之工程：

- (一) 壓克力球場整修工程已於 102 年 2 月 18 日完工。
- (二) 活動中心周邊環境改善工程預計於 102 年 4 月下旬完工。
- (三) 活動中心地板改善工程預計於 102 年 5 月上旬完工。

# 桃園縣立大園國民中學重大工程成果

【起迄時間：99.07～102.03】

- 1、99年9月5日完成「教室吸音天花板修繕及更新工程」
- 2、99年11月1日完成「中庭右側榕樹移植工程」
- 3、99年11月23日完成「語言教室整修工程」
- 4、99年12月13日完成「誠心樓教室屋頂防水隔熱工程」
- 5、100年2月23日完成「防噪音門窗改善工程」
- 6、100年4月7日完成「中庭左側榕樹移植工程」
- 7、100年8月1日完成「觀雲樓教室油漆粉刷工程」
- 8、100年8月24日完成「電腦教室汰舊換新補助案」
- 9、100年9月9日完成「第二棟空調主機汰換工程」
- 10、100年12月10日完成「100年度校舍(勤學樓)防水隔熱工程」
- 11、101年1月20日完成「側門車道及停車場改善工程」
- 12、101年2月16日完成「大園鄉立綜合運動場改善工程」(司令台部分)
- 13、101年4月30日完成「西餐教室改善工程」
- 14、101年5月20日完成「教室老舊隔音箱拆卸工程」
- 15、101年6月27日完成「勤學樓左側耐震詳評工程」
- 16、101年8月20日完成「毅力樓、勤學樓教室油漆粉刷工程」
- 17、101年12月21日完成「廚房鍋爐採購」
- 18、102年1月25日完成「中餐教室改善工程」
- 19、102年2月18日完成「壓克力球場整修工程」

# 營養小事<sup>1</sup><sub>2</sub><sub>3</sub>

均衡營養 · 全面健康

食物真正的營養價值

## 增進記憶力食物大集合

- ※藍莓、草莓：具強力抗氧化力，可延緩老化、活化腦力增加記憶力。
- ※深海魚：富含 DHA，是維持大腦運作正常、提高記憶力與學習能力的「聰明食物」。
- ※全穀類食物：含維生素 B1、葉酸、菸鹼酸等，是活化大腦機能必要營養素。
- ※菠菜：含維生素 C、E、β-胡蘿蔔素可增加學習能力提高反應能力。
- ※堅果類：是護心又護腦的好食品，含豐富單元不飽和脂肪酸、維生素 E 及礦物質硒等抗氧化物質，可保護腦細胞不受自由基破壞；另外還含有「硼」可使腦部電留活絡使人反應更靈敏。
- ※雞蛋：蛋黃含卵磷脂、維生素 A、E 等，改善記憶力減退失智情形發生。
- ※燕麥：豐富可溶性纖維質，可降低膽固醇、減少阿茲海默症發生。
- ※南瓜：豐富礦物質鋅，改善注意力不集中繼力衰退情形。
- ※豆腐：含異黃酮素，對促進記憶力、改善失智有幫助。
- ※葡萄柚：含豐富維生素 C，可保護腦細胞不受自由基破壞，使其功能正常化。



# 輔導室工作報告—李秋姿主任

壹、輔導室為幫助學生瞭解自己、掌握現在、規劃未來，自九十一學年度起實施生涯發展教育活動；藉由職業領域的介紹、參觀，協助學生探索自我的興趣、性向、價值觀、人格特質，並培養學生解決問題的能力，同時做好個人的生涯規畫。

101 學年度下學期輔導室實施項目如下：

1、一年級：生涯檔案封面比賽、生涯輔導紀錄手冊、分站活動。

2、二年級：生涯輔導紀錄手冊、工作世界的認識-實作與參觀、多因素性向測驗、102 學年度技藝教育學程學生遴選

3、三年級：升學博覽會、技藝教育學程(家政職群、動力機械職群)、輪調式建教合作班宣導、綜合高中宣導、生涯興趣量表、多元入學宣導等。

貳、輔導工作

1、3 月 29 日(星期五)晚上 19：00 在本校閱覽室辦理教育學堂講座，主題為「終身閱讀的培養從家庭出發」，參加的家長於簽到後發給「學習護照」並核蓋認證章，在 102 年度參加講座累積滿四個認證章後，於 102 年 12 月 31 日將「學習護照」送交輔導室，家長即可申請教育學堂家長學習楷模獎獎狀乙紙，敬邀各班家長踴躍參加桃園縣教育局辦理之教育學堂講座。

2、4 月份將利用朝會時間於活動中心進行「家暴、性侵與酒癮防治」學生宣導，對象為七、八年級學生。

3、5 月 15 日(星期三)下午 14：00~15：00 在本校活動中心辦理性別平等教育學生宣導活動-「性別路上你、我、他」，敬邀名演說家李勝隆老師主講，宣導對象為本校七、八年級學生。

4、五月份為性別平等教育宣導月，辦理性別平等圖卡、書籤與徵文活動。

5、本校認輔志工有黃瑞楨志工、游淑如志工、郭麗美志工、莊淑玲志工、曾寶賢志工及邱游素珍志工共六位志工媽媽投入本校認輔的行列，感謝志工媽媽的付出让本校學生獲得更多的關心與照顧。

6、六月份辦理 102 年度菁英科學營甄選。

參、輔導室是您的心靈小棧，將盡力為所有的孩子提供各項的協助，也歡迎時常來電與我們共同解決孩子的問題。電話：3862029#61（輔導組）、62（資料組）、63（輔導主任）。

肆、請家長每日能撥出一些時間和子女對話，了解孩子的心聲，也讓孩子了解家長的

感受，達到雙向溝通，並增進親子關係。也請家長注意子弟的生活作息，盡量不讓子弟外宿，也不要留其他學生住宿家中，以確認學生到校出席情況。

伍、只給正面鼓勵，常給掌聲，加深學生對自己的信心，並請勿放縱。家長的鼓勵、關心、照顧是學生最重要的原動力。管教孩子有一套，請閱讀「優秀是教出來的」（作者：隆·克拉克，雅言文化出版）一書，與孩子共同成長，是您的福氣也是孩子的福氣。

陸、若您覺得孩子的學習效果差時，您可觀看洪蘭開講「如何提升學習效果？」。

柒、本室提供班級『蒲公英』希望月刊、『飛揚』雙月刊兩種刊物各一份，飛揚是刊載有關基本學力測驗的相關資訊，可請孩子閱讀後，與您分享。

捌、教養有絕招，請看洪蘭開講「如何提升學習效果？」

玖、若想讓孩子知道自己的職業性向，「工作大未來」這本書值得與孩子共讀，幫助孩子認識自己、了解自己，為將來選擇職業做準備。

# 好文章分享

## 生命教育



### 黏多寶貝－簡俊宇【畫出希望，愛中成長】

簡俊宇 (Chien, Chun-Yu)，男，1992 年出生於台北縣，4 歲那年，俊宇因為疝氣開刀，意外檢查出罹患黏多醣症第二型，四歲時，因兩側腹股溝疝氣開刀，而意外檢查出患有先天性遺傳疾病「黏多醣症第二型」(又稱韓特氏症，迄今尚未有治癒的方法並活過卅歲的醫療紀錄)，剛開始發病時，媽媽整日以淚洗面，他總是拿著面紙幫媽媽擦眼淚，並安慰媽媽不要哭。簡媽媽：「我這樣哭，這樣流眼淚，還是解決不了問題，因為我一哭，他們、我們家三個小朋友的情緒就是受我影響，他就拿衛生紙幫我擦眼淚。」

這位勇敢的黏寶寶簡俊宇，一一克服因黏多醣症帶來的智力損傷、骨骼變形、手腳僵硬、心臟萎縮等副作用，成為全球第一位黏寶寶畫家。他雖然罹患黏多醣症，卻不放棄對美術創作的熱忱，對生命的熱愛，感動身邊的每一個人。林怡如是簡俊宇的美術老師，為了指導俊宇作畫，師生兩常常一塊趴在地上。簡俊宇的美術老師林怡如：「沒辦法蹲著，像我們這樣蹲著來處理大作品，那他們沒辦法就是坐在地上或是趴著這樣子。」沒有辦法彎曲的膝蓋，僵硬的關節，因為心臟萎縮急促的呼吸，都阻止不了簡俊宇對美術創作的熱忱；色彩繽紛的作品，找不到任何一絲病痛的陰影。簡俊宇的美術老師林怡如：「他病痛的事情很少會跟我們開口。」

他雖然體力不如人，但非常樂於參與各項活動從不退縮，不管是掃地、擦黑板、發本子等總是當仁不讓、任勞任怨，參加游泳、健康操、音樂等比賽表現也令人刮目相看，最難能可貴的，是他那一顆永遠用不完的「溫暖的心」，每天感恩專職媽媽符淑玉為她所做的一切，總不忘提醒媽媽：「我怕妳會頭暈，你要快點睡才行。」

他在學校更是甘草人物，無論老師聲音變啞、同學受傷或病了……，他都能以語言或行動主動關懷；同學忘了帶學用品時，他也總是自動予以協助。尤其，學校舉辦各種救助活動，他永遠是第一位伸出援手響應的人，自自然然從事公益，令人感到無比溫暖，因此他榮獲大觀國小的「溫暖小太陽獎」的最高榮譽。

黏寶寶簡俊宇 12 歲生日只有一個生日願望：「平安長大就好。」，這樣的心願，對平均壽命不到 30 歲的黏多醣病患來說，卻是一種奢求，更因為這樣，母子倆更加珍惜每一分每一秒。簡媽媽：「如果有天上掉下來的禮物，他就是！他絕對是天上掉下來給我的禮物，如果沒有他，我不曉得，我真的不知道生命會這麼美好，我很珍惜這些，我珍惜我們家所有的緣分。」

參考資料：1. [http://www.tvbs.com.tw/news/news\\_list.asp?no=eveno20040325101049](http://www.tvbs.com.tw/news/news_list.asp?no=eveno20040325101049)

2. 摘錄自周大觀文教基金會



## 陪青少年探索兩性關係

2008-10 親子天下雜誌 2 期

作者：楊俐容 採訪整理/蔡珮瑤

爸媽外出回家，發現家門口有兩雙鞋，一雙是兒子的，另一雙是女生的……。

孩子邀了異性單獨到家裡做什麼呢？會不會已經發生了什麼事？該不該信任孩子，他們真的只是在做功課嗎？

### 誰家少年不春風

青春期的孩子，對異性產生好奇，是正常而且自然的。但多數父母擔憂孩子喜歡異性之後，會進一步陷入談戀愛的狀況，導致親子衝突、功課荒廢，甚至未婚懷孕等問題。為了這些令人擔心的因素、為了讓自己安心，許多父母索性不讓孩子接觸異性。但堅持禁止和隔離背後卻潛藏著危險，因為孩子的好奇，是禁不住的。

如果，孩子在青春期這段期間，沒有機會對異性有正常的了解和接觸，將來如何期望他自然學會跟異性相處？青春期這段期間，是孩子探索兩性關係的啟蒙階段，需要父母陪著他一起建立健康自然的兩性關係，而不是一味禁止和逃避。

該用什麼方式來面對和處理孩子的兩性互動，才能達到父母安心、孩子開心的境界？首先要從建立共識開始。

父母最好在孩子對異性好奇，但尚未陷入戀愛情境之前，先和孩子建立共識，經由開放、充分的討論，規範出哪些行為是現階段年齡可以接受，哪些範圍不能逾越。如果等到孩子談戀愛了，才去禁止他不可以跟誰交往、規範他不可以有哪些行為，那麼就像亡羊補牢，雖然為時未晚，但不只相對地比較困難，而且可能必須付出一些代價。

### 約定兩性交往守則

父母和青春期孩子對於兩性交往的議題，該有哪些共識？

- 只要戀愛，不要告白

了解並接受孩子有想戀愛的情緒，但要和孩子有共識，在實際行動上不要進行告白，進入正式的、兩人單獨交往的行為，尤其不要單獨和喜歡的異性在一個密閉空間。因為即使孩子價值觀非常正確，即使他自己告訴自己，我才不要有婚前性行為，但是某些時候，環境會催化孩子做出他們原本不見得很想做的事。

父母可以建議孩子以團體行動方式和異性相處，例如不單獨只邀請喜歡的異性，而可以邀約一群男生和一群女生一起出遊或做功課。

- 不超速、不超載

幫助孩子了解，每個年齡有每個年齡適合做的事。在青春期階段，有心儀的異性是很棒的事，但要進展到更深入的兩人交往關係，必須等自己更成熟、進入青年期之後比較恰當。讓孩子知道，喜歡某個異性是可以的，但如果因為太愛慕異性或已經向對方告白，以致於影響生活其他層面，例如書念不下、親子關係緊張，或不跟其他人交往，這樣的兩性關係已經超過青春期該承載的量了。

- 停、看、聽

父母可以在平常和孩子互動時，多鼓勵孩子看看別人的交往狀況、聽聽別人的交往故事。這對於孩子釐清在這個階段該建立的兩性關係，是很有幫助的。

討論別人的故事，孩子比較能用旁觀者角度看，也比較能夠理性思考，看出兩性關係中該留意的點。如果等到孩子自己談戀愛了，沈浸在愛戀中，就很難跳脫出來，以理性看出真正問題。

此外更需要和子女談談，什麼時候兩性關係應該要踩煞車。現在有些孩子透過網路交友而發生問題，其實這些孩子在赴約之前，多半都知道情況有一點不對勁。

父母要讓子女知道，如果發現交往對象可能不是很好、具有威脅性或對方邀約的地點可能不是太安全，甚至感到有點危險，這時無論如何都要先停下來、想清楚，再決定要怎麼做。

- 禁止前進、發出求救訊號

父母在平常就要和孩子多談談兩性交往中，可能帶來的困擾與問題，在哪些狀況下，無論如何都不能再往前踏一步，例如危險的、沒有保護的性關係、性行為。

假如孩子真的踰越了，怎麼辦？無論父母多難過多生氣，此時都要讓孩子知道，他永遠可以回過頭來，對爸爸媽媽發出求救訊號；要讓孩子信任，體認到爸爸媽媽永遠都會陪伴他面對困境、解決問題。

## 談論兩性關係的時間點

該怎麼開始和孩子聊兩性關係的議題呢？當然不是在突然覺得有進行兩性教育的必要時，直接對孩子說，「孩子，來，明天晚上七點鐘，我們來聊聊兩性關係……。」相信孩子會覺得很奇怪，彼此也會很尷尬。

- 在孩子主動提起的時候談

當孩子談到自己喜歡的人時，父母可以問問孩子，「你欣賞對方哪一點？」、「有什麼感受？」、「有什麼煩惱？」。讓孩子主動談，父母只做聆聽和整理，不要太急著進行教育，特別是性教育。讓孩子多說，父母只在適當的時候援引別人的故事來討論，孩子多半可

以自己整理出一套比較好的、對兩性關係的看法。如果急著說教，孩子可能會反感，「這我知道！」、「我又不會這樣！」、「學校老師早就講過了！」然後孩子就不再談了。當父母沒耐心聆聽，只一味的說教時，孩子通常會關閉溝通的大門。

- 在孩子感興趣的時候談

當孩子放學回家開始會談到，班上誰喜歡誰，誰答應當誰的老婆，這表示，他開始對兩性關係感到好奇。原本邈裡邈邇的孩子，突然在意外表，出門要梳裝打扮很久；平常和女生打成一片的兒子，突然某一天開始，看到女生會害羞。這些行為都可能暗示了他開始對異性感到好奇、在意異性對他的看法。

這時，就是可以開始和孩子談的時機。

- 在話題合適的時候談

和孩子在平常聊天之中，談到電視新聞的社會事件、生活周遭朋友的愛情狀況時，都可以啟動兩性關係的話題。例如當孩子聊到，班上有一對男女生之前陷入熱戀，沒多久就因為意見不合吵得不可開交；某位男生向愛慕的女生告白，信件卻被公開等。父母這時可以問問子女對這件事的看法、如果換作是自己會怎麼做，藉由孩子訴說，了解孩子想法，也幫助孩子釐清自己的價值觀。

- 在不得不談的時候談

當問題發生了，就是該談的時候，不要暗示、不要旁敲側擊。例如文章開頭的例子，孩子單獨邀請喜歡的異性到家裡做功課，父母不必覺得尷尬而猶豫要不要敲門，或一進門就開口大罵。

建議父母可以大方地進門，問問孩子，「爸媽今天不在，你邀這位同學來的想法是什麼？你很喜歡這個人嗎？」接著再告訴孩子，在什麼情況下，邀請異性一起做功課是可以的，但是什麼樣的場域可以，什麼場域不可以。

例如要單獨邀異性朋友到家裡來，必須選擇父母在家時；如果要單獨相處，最好在開放的公共空間如客廳等。

青春期的孩子，在兩性關係上，需要有人聽他說，跟他一起整理對兩性關係的看法。因此，在家中營造輕鬆對談的時間和氣氛非常重要，一旦孩子習慣和你聊，那麼當他感到困惑或面臨危險時，自然會找你談。

也唯有父母安心，孩子才能夠開心地當個春風少年。

摘自親子天下網頁：<http://www.parenting.com.tw/article/article.action?id=5020597&page=4>

## 十二年國教 國中生怎接招？

9年級生將是末代基測考生，8年級生躬逢12年國教第一屆，剛剛適應國中生活的7年級生又該用什麼心情迎接未來的挑戰？

### ◎三個年級 三種局面：

#### 九年級 教戰守則：抓住基測走向、了解自己定位及增強心理素質

研究升學制度多年的台北市景興國中校長室秘書卓意翔表示，末代基測的題型與難度，與過去相較不會有太大的改變，九年級學生處在升學制度改變的關口，不必太過恐慌。依照學校的複習考進度，安心準備即可。

卓意翔提醒考生，不論是何種版本的模考試題，大多比基測稍難，因為歷年基測考題一向維持在中間偏易程度，所以學生可以根據九年級最後兩次模考的錯題數，乘以三分之二甚至二分之一，得出最接近基測的錯題數，更精準掌握自己的落點。

至於免試入學額度是否會再提高呢？目前依照教育部規定，各考區免試比例平均已達六五%。但是「每一所」學校的狀況不同。北市前三志願高中仍堅持只開放一五%免試名額，部分社區高中與私校趨勢上是把額度拉高。

目前還無法預估免試入學階段，各校釋出的名額多少，學生不妨根據自己在校成績，參照九年級上學期的模考落點，若差距不大，可以把握免試機會，提早進入理想學校就讀。尤其，若是孩子容易受影響，學校大部分的同學在五月都已經透過「免試」決定高中，要定下心在炎炎夏日苦讀準備基測，是一個很大的挑戰。

如果還想考基測的學生，又該注意哪些事項呢？專家也提供了三項建議：

#### 1. 最後決戰在統整力和體力

有的學生經過幾次模考的成績愈考愈好，有的卻愈考愈差，關鍵在於學科統整能力與體能耐。

卓意翔指出，基測考的是三年下來累積的知識，題目在廣不在深，具備跨科統整能力的學生有可能成為考場中的黑馬。而平常有運動或體能較佳的學生，因續航力強，也有機會集中火力，基測最後出擊時，表現得比平常更好。

#### 2. 不要自己嚇自己

過來人建議，考前不要太過患得患失，要相信自己一定行。由於基測是國內穩定度最高的大型考試，每年均維持一定的難易度比例，建議考生千萬不要存有「被迫害妄想症」，自己嚇自己，看到簡單的考題懷疑「其中有詐」，最後反而可能想太多而失分。

### 3. 主動認識學校

資深的升大學補習班老師劉駿豪分析，今年除台北市以外，各縣市高中排名都已模糊化，各就學區的第一志願學校穩如泰山。但今年台南一中、女中的登記分發分數都滑落。明星高職分數反而提高。

明顯的趨勢是中段生幾乎都以住家附近社區高中為優先考量。這表示「十二年國教已經成功一半，」劉駿豪說。考生必須掌握這趨勢，打聽鄰近各校的讀書風氣與經營特色，便於選擇最適合自己的學校就讀。

此外，不建議末代基測考生重考。如果堅持重考，將與十二年國教第一屆學生一樣，可以選擇五月間舉行的全國性會考，或少數學校辦的特色招生。但必須自行報名，時程會在教育部網站公布。

明年的重考學生，若是要參加免試入學，記得回原畢業國中申請獎懲紀錄及幹部、社團、志工服務等資料。如果沒有，超額比序時會吃虧。若是要參加特色招生，目前考試方式還未公布。

#### **八年級 教戰守則：加強閱讀，認識高中職**

今年八年級生被視為十二年國教白老鼠，心中惶恐難免。其實國二這一年可以掌握認識高中職特色與生涯探索的黃金時機。家長不妨鼓勵孩子多多參與各項社團活動及職業體驗。

新北市萬里國中校長施青珍表示，全校八年級學生每一位都會被安排參觀高中職學校與體驗活動，讓學生了解各行各業必須具備的能力，現在的社會已不是「成績不好才去念高職」。國中階段有機會接觸到餐飲、海事等不同的職業類別，有助於培養學生未來就業的態度。

專家分析會考題型、難度將更接近校內模考程度，也就是比基測更難一點。通過率約在五七%到六〇%之間，也就是平均每位考生可答對六〇%的題目。但會考只分三個等級，為提高鑑別度，有難度的題數勢必會增加。卓意翔分析，未來各科都有一五%考生可達到精熟程度，不需要刻意補習，成績頂尖的學生甚至不必為會考額外做準備，真正決戰場在特色招生。

因此，除了要拚前三志願的學生之外，八年級生只要跟著學校進度，把課內部分搞懂，五〇%的考生都能達到「普通」等級，未來要選擇社區高中職就近入學並非難事。

#### **八年級生可以把握以下幾個原則來準備會考：**

##### 1. 加強閱讀的深度與廣度

根據基測題型走向分析，會考題幹有愈來愈長的趨勢，取材也非常生活化，因此專家建議改變過去「背多分」的念書方式，評量卷也不需大量埋頭苦寫，反而應廣泛閱讀長篇及科普文章，學著從中抓出重點，才符合出題走向。

##### 2. 平常心面對加分項目

在超額比序項目中引起不少爭議的志工或幹部加分標準、體適能等，令許多家長恐慌。其實學校都會努力為每一位學生創造機會，也負責把關與認證，學生只要有心，一般都能得到這部分的分數，不需過度擔憂。

##### 3. 慎填志願序

未來一個志願序的積分可能差三分以上，影響很大，八年級生應多聽取專業教師及學校

輔導室的分析，根據自己的性向、能力志趣及可能的落點評估。並把握就近入學原則，不要只根據過去各校間的排名高低而盲目亂填，才能做出對自己最有利的抉擇。

劉駿豪則提醒：不少八年級生因為「一定有學校可念」的預期心理，學習態度上早已懈怠，此時還能自我要求，並保持積極進取的人，會更容易脫穎而出。

### **七年級 教戰守則：加強生活自理與規劃，同時培養英聽能力**

台北市中正國中七年級導師張老師表示，剛從國小升上國中的七年級生，要讓自己儘快適應新生活，應把握以下幾項原則：

#### 1. 作息正常，早睡早起

都會區不少七年級生放學後還得去安親班報到，等到父母下班再接回家，往往都是晚上八、九點了。不少孩子從國小開始就有熬夜習慣，導致第二天上課精神不佳。張老師建議七年級生最晚不要超過十一點上床，第二天早上七點半之前才能從容到校，且最好在家吃完早餐，迎接早自習時光的晨讀或小考。由於國中課程比起國小難度提高許多，上課時間也較長，更需要高度專注力與好體力，睡眠不足會是學習的大敵，一定要避免。

#### 2. 各科作業與考試要親自準備

國中不比國小，有導師在旁耳提面命，和安親班照顧所有回家作業和念書進度。七年級生必須學會自己規劃各科作業及大小考進度準備，善用聯絡本是個好方法。家長在剛開學的第一個月，每天花一點時間查看孩子的聯絡本，並要求孩子將做完的項目，包含作業及複習進度，逐項打勾，養成習慣。

#### 3. 避免缺交作業或作品

國中每學期有一次作業抽查，學生如果有缺交會接到教務處通知，在一週期限內補交，若是置之不理就可能被記警告。此外，藝能科作品也不應掉以輕心，必須在期限內繳交；有的學校很重視服裝儀容整齊，若是穿錯制服達一定次數，也會被記警告，個性粗枝大葉的孩子就得努力修正自己。

#### 4. 加強英聽能力

一〇四年會考將加考英聽，不少學校已擬定因應策略，除了跟上學校進度，家長可以督促孩子在課餘多聽聽英文 CD，或利用廣播學英文，每天花三十分鐘，一點一滴累積英語聽力。

#### 5. 參加社團，開拓視野

國一階段除了養成良好的學習態度，更應儘量拓展自己的興趣並多方嘗試，在免試時代增強多元學習能力。桃園縣振聲中學就為國一生開設八種與升學無關的才藝課，其中最受學生歡迎的是日文。校長張湘君表示，性向探索從國一就要開始，這是當務之急。

台北市靜心中學的課程設計也因十二年國教產生很大改變，七年級學生將有更多的社團活動選擇，靜態與動態兼具；原本第八節輔導課不再用來趕學科進度，改上活化課程，依學生的能力、性向與興趣分組，學習的範疇不再局限於傳統的學科之中。

新的制度運作，免於高中升學考試的新一代學生，必須學會新的學習方式。

(本篇文章選自 2012-09 親子天下雜誌 38 期)

2012-03 親子天下特刊 作者：陳珮雯

高壓力、高焦慮的時代，多數父母覺得自己做得不夠好，並為無法勝任親職而深感自責與愧疚。其實，不完美的父母並不會對孩子造成任何傷害，只要符合以下原則，就是夠好的父母。現代父母到底怎麼當，專家提出兩個思維。

### 一、沒有完美的父母，只有夠好的父母：

「即使孩子已上了國中，我每天還是在想，在教養上，我哪裡做太多？哪裡做不夠？」李韻文（化名）說出了許多媽媽們的心情。

楊俐容觀察，高壓力、高焦慮的時代，多數父母覺得自己做得不夠好，並為無法勝任親職而深感自責與愧疚。

楊俐容在《情緒教養，從家庭開始》一書中提醒，英國心理分析大師溫尼考特（D. W. Winnicott）的臨床經驗發現，不完美的父母並不會對孩子造成任何傷害，只要符合以下原則，就是夠好的父母：

- **對自己坦承**：釐清給予孩子的規範，是自己的需要還是孩子的需求。並且，不以孩子做為滿足自己需求的工具。
- **及時察覺並處理自己的負面情緒**：教養過程難免出現衝突、憤怒等負面情緒，父母要了解情緒的必然性，並察覺自己疲倦、煩躁的情緒已經來襲，適時找人接手，或暫時離開教養情境、冷靜下來，以免對孩子大動肝火。
- **充分表達愛意**：心理學家研究發現，在合理範圍內，不論管得緊一點或管得鬆一點，只要孩子能夠感受到父母的愛，多半能養出負責成熟的孩子。
- **獨立自主**：不以孩子的表現來界定自己的價值。
- **重視溝通**：不讓孩子因為與父母不同而背負違逆父母的罪惡感。
- **承認人的不完美**：寬恕自己及孩子所犯的錯誤。

### 二、先當父母，再做朋友：

受西方開放式教養觀的洗禮，為親近孩子，台灣的父母也有著揚棄過往威權教育，和孩子當朋友的想法。但是，劉慈惠提醒爸媽，**孩子需要你在他行為失當時，引領他走向正當的道路。先當好父母，才能和孩子當朋友。**

父母的權柄該如何拿捏？在孩子面前建立「權威」，而非以「威權」對待孩子。兩者的差異在於，權威是一種引導孩子的能力，威權則是藉著身為父母的力量，讓孩子害怕。

父母的權威必須建立在「帶著愛的管教」基礎上。研究顯示，教養孩童的歷程中，同時需要父母的溫暖與控制；研究也證實，高度溫暖、高度控制的「民主權威型」父母，對孩子的合理需求有合理回應，同時也會根據孩子的發展階段，對孩子有合理的要求，並提供明確的期待及規則。如此，才能培養出有正向社會人格及成就的孩子。

劉慈惠認為，教養的終極目標是「品格」教育。而帶著愛的管教，是現代父母必須要有的「基本知能」，是品格教育的重要基石，幫助孩子得以從他律發展到自律，形成正確的價值觀與道德主張。

# 補校宣導事項－邱奕城主任

竭誠的歡迎您成為補校的學員，加入終身學習的行列：

- 1.到補校讀書好處多：滿足求知欲、增長知識智慧、跟上時代脈動、學習日常生活技能(電腦、美語等)、擴大生活社交圈、安排休閒生活、舒解工作壓力、增進身心健康和生活樂趣等。
- 2.外籍新住民的自我提升及資訊的流通：增進國語文程度，更深一層認識及融入本國文化，為子女樹立努力上進的好榜樣，提升教育自己子女的知識和能力，擴大生活社交圈，獲得新住民相關有益的資訊，寶貴的經驗互相交流。
- 3.補校的課程以及教學：老師教學經驗豐富，會依照學生的程度，設計由淺入深、輕鬆活潑的教學內容，讓學生和生活經驗互相連結，實用性高，寓教於樂，輕鬆的學習、快樂的收穫。
- 4.補校的校外教學活動：補校常舉辦知性、健身之休閒活動，增進身心健康和舒解工作壓力。
- 5.補校的教學成果：參加縣府舉辦外籍新住民作文比賽、教育部、新北市徵文比賽成果：  
97 學年度：馬愛花同學獲得第 3 名，林瑞素娟同學獲得佳作  
98 學年度：何愛嫦同學獲得佳作  
99 學年度：劉秀珠同學獲教育部頒終身學習楷模獎  
100 學年度：教育部終身學習行動 331 勤學楷模獎---劉秀珠同學  
100 年新移民作文比賽---王秀霞、許美勤、張家衛同學佳作  
101 學年度新移民作文比賽---簡素琴、許美勤佳作  
101 年度新北市終身教育期刊入選文章---邱奕城主任、林春蘭同學
- 6.補校辦學內容、特色、成果、績效：  
詳情請上 “ 園中全球資訊網 ”：點選夜補校網頁

**竭誠歡迎年幼失學的民眾和外籍新住民踴躍報名參加  
一同彩繪更充實、燦爛、亮麗的人生。**

**報名專線：3862029—19 黃麗芬老師、劉佳玲老師**