

新北市立永平高中

114學年度第一學期 家長日親職手冊 【國中部】



好品格,決定你一生的幸福

目錄

永平高中 114 學年度第 1 學期家長日活動流程.....	1
本學期重要行事曆	2
給家長的一封信 沈美華校長.....	3
家長會長的話	5
教務處	
新北市立永平高級中學學生考試規則.....	7
新北市國民小學及國民中學學生成績評量補充規定.....	9
新北市立永平高級中學國中部學生學習評量辦法及規定.....	11
國中部成績單各領域內容及成績計算方式說明.....	12
基北區高級中等學校免試入學超額比序項目積分對照表.....	13
國中畢業生升學管道圖.....	14
【基北區】各適性入學管道簡介.....	15
永平高中 115 學年度各入學管道暨招生名額一覽表.....	16
學務處	
114 學年度學務處重點工作	18
新北市立永平高中國中部服務學習規範（修訂版）	21
《面對服務學習，一點就通》	22
新北市立永平高級中學學生校內行動載具使用管理規範.....	23
新北市立永平高中學生生活常規具體作法.....	25
新北市立永平高中學生服裝儀容規定.....	28
輔導處	
生涯夢想領航員	32
親職講座	33
補充資料	
情商便利貼 家有好心情.....	35
FB 新北學 Bar 按讚及追蹤操作指引	41
圖書館	
永平高中線上圖書館.....	46
超讚的 K 書中心	47
好文分享	
與青少年設定界線：在收與放之間，該如何拿捏？.....	49
路怒、自傷、焦慮失控 全民必修情緒課，SEL 幫孩子找回快樂能力	51
青少年愛詭辯、理由一大堆，就是不願意自我負責，怎麼辦？	54
親職妙計-化解衝突五字訣.....	56
總務處	
多元管道繳費說明	59
全校辦公室分機	60
教室平面圖公告	61

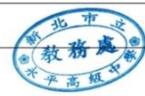
新北市立永平高級中學

114學年度第一學期家長日活動流程

時間	活動項目	地點	活動內容
08:30 - 09:00	家長校務座談／ 七年級新生家長座談	圖書館5樓	114學年度校務重點說明、雙向溝通
09:00 - 10:00	親職講座～ 國九生涯講座	圖書館4樓	您不可不知的適性輔導－談高中多元入學方案 (建議國九家長參加)
10:00	親職講座～ 高三生涯講座	圖書館5樓	115學年度大學多元入學管道說明 (建議高三家長參加)
09:00 - 12:00	班級親師座談	七、八年級 高一、高二 各班教室	－導師、任課教師與家長進行座談 －永平高中教育發展基金會運作情形說明 －推選班級家長代表，每班推選兩名 (七、八年級及高一、高二家長於校務座談會後入班； 國九、高三家長於講座後入班)
10:00 - 12:00	班級親師講座	九年級、高三 各班教室	

新北市立永平高級中學 114 學年度第一學期重要行事曆

週次	日期						重要行事	作業抽查及其他重要活動
	日	一	二	三	四	五		
一	8月31日	9月1日	2	3	4	5	6	◎高三證件照(2) ◎國九證件照(3) ◎國七、八法律大會考(5)第3節 ◎國高中部幹部訓練(2-4)午休 ◎高一、二法律大會考(5)第7節◎高一愛滋入班(5)第6節 ◎國九技藝班開課(5)
二	7	8	9	10	11	12	13	◎國中開始(8) ◎國七愛滋入班(12)第3節 ◎國八友善校園宣導(12)第3-4節 ◎八九年級生涯發展紀錄手冊填寫(12)第4節 ◎114-1自主學習計畫繳交截止(12)
三	14	15	16	17	18	19	20	◎國九、高一、高二課輔開始(15) ◎《英語1》報名資料確認(16-22) ◎國八人類乳突病毒施打(17)
四	21	22	23	24	25	26	27	◎註冊費、課輔費繳費截止(21) ◎國七、國八課輔、學習扶助開始(22) ◎國八、國九補考(26)第3-4節
五	28	29	30	10月1日	2	3	4	◎教師節(28) ◎調整放假(29)
六	5	6	7	8	9	10	11	◎中秋節放假1日(6) ◎國慶日放假1日(10)
七	12	13	14	15	16	17	18	◎第一次定期評量(14-15) ◎《英語1》試場公布查詢、應試碼簡訊通知(14) ◎《英語1》測驗(18)
八	19	20	21	22	23	24	25	◎全校教職員工生流感疫苗施打(20) ◎光復節(25) ◎調整放假(24) ◎國七、高一學業檢查(22)
九	26	27	28	29	30	31	11月1日	◎高三第二次學測模擬考(29-30) ◎高二游泳比賽(31)第6-7節 ◎《學測》、《術科》報名(28-11) ◎《英語1》成績寄發、查詢(31)
十	2	3	4	5	6	7	8	◎國八隔宿露營(3-4) ◎高一拔河比賽預賽(7)第6-7節 ◎《英語2》報名(5-11)
十一	9	10	11	12	13	14	15	◎《英語2》報名資料確認(14-18) ◎《學測》、《術科》報名資料確認(14-20) ◎七年級拔河比賽預賽(14)第3-4節 ◎高一拔河比賽決賽(14)第6節
十二	16	17	18	19	20	21	22	◎國七新生健康檢(18) ◎高一新生健康檢(19) ◎七年級拔河比賽決賽(21)第3節
十三	23	24	25	26	27	28	29	◎外語月報名截止(28) ◎國九第二次定期評量(24-25) ◎國九校外教學(26-28) ◎國七國八高中部第二次定期評量(26-27)
十四	30	12月1日	2	3	4	5	6	◎九年級大隊接力賽(5)第3-4節 ◎高一生命教育講座(5)6-7節
十五	7	8	9	10	11	12	13	◎高三第三次學測模擬考(9-10) ◎《英語2》試場公布查詢、應試碼簡訊通知(9) ◎《英語2》測驗(13) ◎學習扶助結束(12) ◎外語月-國八、國九英文拼字比賽(12)第3節 ◎外語月-高一英文作文比賽(12)第6-7節 ◎高二英文單字比賽(12)第5-6節
十六	14	15	16	17	18	19	20	◎外語月-高中部英文演說比賽(15)第5-6節 ◎國七英文朗讀發表會(19)第3-4節 ◎八年級籃球賽預賽(8至11)決賽(19)第3-4節
十七	21	22	23	24	25	26	27	◎國九第二次模擬考(23-24) ◎高三課輔結束(26) ◎《術科》寄發准考證(22) ◎《英語2》成績公布、寄發(26) ◎行憲紀念日放假1日(25) ◎外語月-國中英語演說比賽(22)第5-6節 ◎外語月-國中英文語文漫畫暨作文比賽(26)第3-4節
十八	28	29	30	31	1元旦	2	3	◎高三第三次定期評量(29-30) ◎全校課輔結束(2) ◎元旦放假1日(1)
十九	4	5	6	7	8	9	10	◎《學測》試場公布查詢、應試碼簡訊通知(6) ◎《術科》試場公布(6)
二十	11	12	13	14	15	16	17	◎國中部、高一、高二第三次定期評量(14-15) ◎114 學科能力測驗(17-19)
二十一	18	19	20	21	22	23	24	◎休業式(20) ◎補行上課(21-23) ◎高中補考



給家長的一封信 沈美華校長

各位親愛的家長，您好：

每一次在校園裡，看著孩子們專注學習、開懷大笑的身影，我的心裡總是充滿溫暖。這讓我再次體會到那句經典名言：「教育不是注滿一桶水，而是點燃一把火。」這句話，正是永平高中一直以來所堅守的教育信念。在永平，我們深信每一個孩子都是宇宙中最獨特的一顆星，蘊含著無限光芒。我們的使命，不僅僅是傳授課本上的知識，更是要點燃他們內在的學習熱情，陪伴他們找到自己的方向，勇敢面對未來的挑戰。為了這個共同的願景，我們用心規劃了三大辦學方向，並透過全方位的策略，為孩子們的成長之路鋪上最溫暖的基石，最終目標是將他們培養成具備「競合力」，能在世界舞台上發光發熱的世界公民。

品格教育：好品格決定一生幸福

我們深知，品格是孩子一生的護身符，是他們立身處世的根本。在永平，我們將品格教育視為首要任務。透過以「七個習慣」和「社會情緒學習（SEL）」為主軸的課程，我們不只教導他們如何主動積極、設定目標，更引導他們學習同理與合作，懂得「雙贏」。這些不只是課堂上的原則，更是他們面對人生風雨時，內心最堅實的力量。我們深信，家庭是孩子品格養成的第一所學校，學校則是溫馨的強化場域。當我們家校同心，擁有共同的教育理念，孩子們將在愛的引導下，更好地內化這些珍貴的品德。讓我們家校攜手，成為孩子們最溫暖的榜樣。

適性教育：發掘潛能，探索天賦熱情

每個孩子都是獨一無二的，像一塊璞玉，等待著被發現、被雕琢。我們致力於實踐「因材施教」的核心理念，提供豐富多元的選修課程和社團活動，讓孩子有機會探索自己的天賦與熱情。從藝術的繽紛色彩到科技的無限可能，我們鼓勵孩子勇敢嘗試，找到屬於自己的亮點。我們也提供專業的生涯輔導，陪伴他們更清晰地認識自我，一步步勾勒出夢想的藍圖。這條探索之路，需要您的理解與支持。您的關心，與老師們的溝通，以及對孩子興趣的認可，將是他們找到方向最溫暖的助力。

自主學習：應對未來，培養關鍵能力

在這個瞬息萬變的時代，死記硬背已不足以應對未來的挑戰。我們致力於培養孩子們「自主學習」的能力，教他們如何思考，如何解決問題，讓學習不再是被動的任務，而是一場充滿樂趣與發現的旅程。我們引導他們為自己的學習負責，培養反思的習慣，讓他們在面對複雜問題時能迎刃而解。當學習的火焰被點燃，孩子們才能真正成為自己人生的舵手。我們誠摯地邀請您，在家中營造溫馨的學習氛圍，與我們一同為孩子的成長之路點燃希望的火花。

國際教育：從永平出發，向世界找答案

身處全球化的浪潮中，我們深信孩子們的視野不應只侷限於書本與校園。永平高中目前與全球六所姊妹校(德、美、日、韓、馬來西亞與加拿大)建立了深厚情誼，從課程發展到實質交流，我們都將聯合國的「永續發展目標 (SDGs)」融入其中，讓孩子們在與世界接軌的同時，也學會關心全球議題、理解文化差異。無論是踏上異國土地的遊學，或是接待來自遠方的姊妹校師生，我們都誠摯邀請家長們與我們一起參與。這不僅是孩子們的學習之旅，更是全家人共同拓展視野、累積跨文化經驗的寶貴時刻。

親愛的家長們，教育是一項充滿愛與希望的事業，需要我們共同的努力。我們堅信，透過親師的緊密合作，我們才能為學生創造一個更具溫度、更有力量的教育環境，讓每位永平學子在關愛與支持中，健康快樂地成長。

今年，永平高中即將迎來第 55 週年校慶，這不僅是對過往榮耀的回顧，更是展望未來、開啟教育新篇章的溫馨時刻。我們將舉辦一系列以學生為主體的活動，提供多元的舞台，讓他們盡情展現學習成果與才藝。同時，我們也將深耕在地，與社區共融，共同為孩子們創造一個充滿愛與希望的學習家園。

讓我們一同守護孩子成長的每一步，讓他們在永平這個溫暖的大家庭中，勇敢追夢，自信閃耀。

家長會長的話

親愛的家長、同學們：大家好！

在這充滿希望與感動的日子裡，謹代表永平高中家長會，誠摯歡迎各位蒞臨 114 年度家長日活動。能與各位家長齊聚一堂，共同見證孩子們的學習歷程與成長足跡，我深感榮幸，也倍感溫馨。

自 2024 年 10 月接任永平高中家長會長以來，我有幸參與並見證了許多動人的時刻：在多所友校的會長交接與聯誼活動中，永平的名字被更多人熟知；德國、日本、韓國、馬來西亞等國的友校來訪，更讓世界看見了永平的風采與胸懷。從國八隔宿、新生健檢、國九畢旅，到高三包粽與菠蘿包好運到等活動，每一次參與，都是家長會對孩子們深深的祝福與陪伴。參與新北市教育局的課程活動並拜訪民意代表，讓政府看見永平的努力與堅持。投身永平基金會的慈善行動，讓社會感受到永平對公益的熱忱與責任。社團成果表演中，學生們在課堂之外綻放創意與專業，令人動容。畢業典禮與親師座談會，不僅展現了永平的教育成果，更拉近了師長與家長的心距。

這一切美好的成果，都源自於美華校長的遠見領導，以及各處室主任與全體師長的無私奉獻。老師們在教學、行政與學務上傾注心力，為孩子們打造一個充滿愛與希望的學習環境。在此，家長會向所有教育夥伴獻上最深的敬意與感謝。

今天的家長日，不只是一次親師交流，更是我們共同守護孩子夢想的約定。願各位家長透過參與，更加理解學校的用心與孩子的努力，並在未來的日子裡，繼續給予支持與鼓勵。

最後，感謝校方的專業引領，感謝每一位家長的信任與陪伴。讓我們攜手同行，為孩子們築起一座溫暖、堅實、充滿希望的學習天地。

敬祝

闔家平安、幸福美滿

家長會長 陳裕禎

教務處



新北市立永平高級中學學生考試規則

經中華民國 110 年 12 月 9 日校務會議修訂通過

經中華民國 111 年 5 月 5 日校務會議修訂通過

經中華民國 112 年 12 月 7 日校務會議修訂通過

經中華民國 113 年 5 月 9 日校務會議修正通過

- 一、準時入場，不可提早繳卷，遲到入場者不可要求延長其考試時間。
- 二、文具自備，不得在場內向他人借用。違者扣該科成績 5 分。
- 三、不得攜帶有圖像、文字的墊板入試場。違者扣該科成績 5 分，並由監試人員先行放置講台上。
- 四、答案卡必須使用 2 B 黑色軟心鉛筆作答，未依規定劃記致使無法正確判讀，後果自行負責。非選擇題一律使用黑色墨水筆作答，未依規定作答者，扣該科成績 5 分。
- 五、各項考試請同學將考試須用文具置於桌上，其餘書籍、簿本放置於書包內，書包置於教室前後，桌子倒轉，使抽屜口面向講台。未依規定者扣該科成績 10 分。
- 六、非考試必須之物品：
 - (一)可能影響考試公平之書本、物品或紙張等，不得隨身攜帶或放置於桌面、椅子。未依規定者扣該科成績 20 分，如有明確使用之情形，視為妨礙考試公平，該科成績不予計分。
 - (二)具有傳輸、通訊、記憶、拍攝、錄影或計算功能之物品：如行動電話、穿戴式裝置（如：智慧型眼鏡類、智慧型手錶類、智慧型手環類、耳機類）、計算機、電子辭典、多媒體播放器材（如：MP3、MP4 等）、呼叫器、收音機等，不得隨身攜帶或放置於桌面、抽屜、椅子。違者扣該科成績 10 分，並依監試人員指示關機放置講台，考試結束後自行取回。
考試時手機或其他電子設備若發出聲響，不論其置放位置，扣該科成績 20 分。考試時使用手機或上述資訊設備者，該科不予計分。
- 七、嚴禁交談，左顧右盼，違者扣該科成績 5 分。經制止不聽或再犯者，該科不予計分。作弊事實明確者，該科不予計分，並簽請校規處置。
- 八、答案卷上應書寫姓名、班級及座號，若未寫明上述資料而致無法辨識該答案卷所屬者，該科不予計分；於該次成績繳交期限內，若經舉證確認答案卷所屬者，**扣該科成績 5 分**。答案卡應正確劃記班級及座號，若未正確劃記致機器無法辨識該答案卡所屬者，該科不予計分；於該次成績繳交期限內，若經舉證確認答案卡所屬者，**扣該科成績 5 分**。
- 九、考試結束相關規定
 - (一)**高中部**考試結束鐘響畢時，不論是否答完，應立即停止作答並聽從監試人員指導，交卷出場。
考試結束鐘響畢，仍逾時作答經制止後停止者，**扣該科成績 10 分**；制止後仍繼續作答者，**該科不予計分**。

(二) **國中部**考試結束鐘響起時，不論是否答完，應立即停止作答並聽從監試人員指導，交卷出場。

考試結束鐘響起，仍逾時作答經制止後停止者，**扣該科成績 10 分**；制止後仍繼續作答者，**該科不予計分**。

十、其他違規處分情形如下：

(一)蓄意污損答案卷(卡)者，該科不予計分。

(二)無故提早繳卷，強行出場者，該科不予計分。

(三)考試時不得飲食（水）、嚼食口香糖等，違者**扣該科成績 10 分**，經制止後仍再犯者，**該科不予計分**。如因治療需要，須於考試中飲水服用藥物，請於考試前向教學組提出申請。

(四)考試時學生不戴帽子(含連帽衣物)。經制止不聽或再犯者,該科不予計分。

(五)考試時學生有特殊需求需使用耳塞者,請配合監試人員檢查。不配合檢查者，該科不予計分。

(六)擾亂考場內、外秩序者，**扣該科成績 10 分**；情節嚴重者，該科不予計分。

十一、高中部學生於考試期間除因公假、喪假、重大疾病或重大事故外，一律不得申請補行評量。國中部學生於考試期間因故不能參加定期評量，經學校核准給假者，得補行評量。

十二、補行評量方式，按以下規定辦理：

(一)學生於考試前即知因前項原因無法應試者，應於考試日一日前按請假程序完成請假手續，並至教務處教學組辦理『補行評量申請』。突發事故應於考試當日由家長或導師向教務處報備，並於銷假後補辦請假手續及『補行評量申請』。

(二)依規定辦理『補行評量申請』獲准者，應於銷假日當天上午 8 時前至教務處報到，進行補行評量相關事宜，未準時報到者視為缺考，將不予補行評量。

(三)未完成補行評量前不得入班，若未依規定先行入班者，扣補行評量各科目成績 5 分。

(四)申請補行評量者應於定期評量結束後三個工作天內完成補行評量。

(五)缺考且未依本項規定辦理『補行評量申請』或申請未獲准者，不予安排補行評量，缺考科目以零分計算。蓄意污損答案卷(卡)者，該科不予計分。

十三、『補行評量申請』之申請表如附件，應檢附之相關證明文件如下：

(一)公假：公假公文影本及公假單。 (二)

喪假：直系血親之訃聞。

(三)重大疾病：法定傳染病證明、住院證明書、醫院（國中部學生另接受診所）醫師開具「因病宜休養或不宜到校」等字樣之醫師診斷證明書。

(四)重大事故：因天災人禍不可抗拒之事故相關證明文件。

十四、本規則如有未盡事宜，得召開學生學習(成績)評量委員會討論議決之。

十五、本規則經校務會議通過後實施，修正時亦同。

新北市國民小學及國民中學學生成績評量補充規定

113 年 11 月 26 日新北府教國字第 1132286212 號令修正發布

- 一、本補充規定依國民教育法第四十條第一項規定訂定之。
- 二、新北市國民小學及國民中學（以下簡稱學校）學生學習之評量，除依國民小學國民中學學生學習評量辦法及相關法規規定外，並應依本補充規定辦理。
- 三、學校學生日常生活表現評量由導師參考學校各領域學習課程與彈性學習課程（以下簡稱學習課程）授課教師、學生同儕及學生之法定代理人反映，依下列各款學生表現項目加以評定：
 - （一）出缺席情形：學生出缺席情形包含曠課及新北市高級中等以下學校學生請假及出缺勤管理規定之第二點規定之假別等紀錄。
 - （二）獎懲：包含大功、小功、嘉獎、大過、小過及警告等紀錄，其評量標準由學校訂定。
 - （三）團體活動表現：由導師或授課教師視學生參與班級、社團、自治與學校活動學習等情形紀錄之。
 - （四）品德言行表現：由導師考量學生智力、性向、興趣、家庭環境與社會背景等因素，並綜合平日個別行為觀察結果、談話與家庭訪視紀錄、學生自評、同儕互評及校外活指導委員會彙送資料紀錄之。
 - （五）公共服務表現：由導師或相關人員依學生參與班級、學校或社區服務等情形紀錄之。
 - （六）校內外特殊表現：依學生實際表現紀錄之。
- 四、學校學生學習課程之評量，包括國民中小學課程綱要所定學習課程及其所融入之重大議題。國民小學一年級及二年級之社會、藝術、自然科學及綜合活動學習領域統整為生活課程實施評量。
國民中學辦理模擬升學測驗成績之結果，不得納入學生在校學習評量成績計算。
- 五、學校學生定期學習評量，每學期紙筆測驗之次數，國民小學一年級及二年級，每學期至多二次，國民小學三年級至國民中學三年級，每學期至多三次；其評量日期由學校擬定，並經課程發展委員會通過；其評量方式由各領域/科目教學研究會決定之。
前項定期評量之紙筆測驗，學校應組成命題與審題小組及建立命題與審題機制，以維護評量之合理性、專業性、診斷性、公平性及保密性。
學習課程之評量中，紙筆測驗使用頻率應符最小化精神；彈性學習課程評量，應以平時評量為原則，並得視需要實施定期評量。
- 六、學校學生學習課程評量之計算方式如下：
 - （一）個別學習課程每次定期評量與平時評量成績之核計比例，由各校領域/科目教學研究會訂定。
 - （二）個別學習課程之各次定期評量與平時評量成績總和之平均數為該領域學期成績。
 - （三）各個別學習課程學期成績乘以各該學習課程每週學習節數，所得總和再除以每週學習課程總節數為學習課程評量之學期總平均成績。
- 七、特殊教育學生之學習評量，依下列方式辦理：
 - （一）學校應衡酌特殊教育學生身心發展狀況及學習優勢管道實施評量，並依學生能力及需求，調整評量之學習課程、內容及方式；其評量調整措施，以及成績計算方式，應納入學生個別化教育計畫或個別輔導計畫，並經各校特殊教育推行委員會審查通過後實施。
 - （二）身心障礙學生因其學習課程之學習節數完全由特殊需求領域替代時，該學習課程成績得採計特殊需求領域之評量結果。
 - （三）普通班特殊教育學生接受資源班或巡迴輔導直接教學之學習課程時，其成績評量除衡酌該生普通班之平時及定期評量表現外，應納入資源班或巡迴輔導教師之評量結果。
- 八、非學校型態實驗教育學生之成績評量依下列方式辦理：
 - （一）非學校型態實驗教育學生依十二年國民基本教育課程綱要學習課程進行評量。
 - （二）學生之法定代理人應依申請計畫實施評量，並得自行決定學生是否返校參加定期評量，由學生之法定代理人實施之評量紀錄，應於學期末提供校方進行成績登錄，提供之時間由學生之法定代理人與導師聯繫確認。

- 1、返校參加定期考試者，平時評量成績由學生之法定代理人提供，教師就平時評量與定期評量成績，合併計算學生之學期成績。
- 2、不返校參加考試者，所有領域成績由學生之法定代理人評定。
- 3、學生學期成績單應加註「申請非學校型態實驗教育」字樣。
- （三）學校核發申請實驗教育學生之畢業證書，應在相關文件上加註申請實驗教育修業期程。
- （四）申請實驗教育之學生成績，倘涉及畢業成績計算，不列入畢業成績獎項評比。
- 九、學校學生於學習課程定期評量時，因故不能參加，經學校核准給假者，於銷假後得補行評量，其成績以實得分數計算。但無故缺考者，不得補行評量，其學習課程定期評量成績以零分計算。
- 十、學校得視學生日常生活表現情形之需要安排專案輔導。

學生學習表現欠佳者，學校應訂定並落實預警、輔導與補救措施。

學生各學期各學習課程之成績未達丙等者，應施予相關輔導與補救措施，並得建立補行評量機制，其實施原則如下：

 - （一）補行評量範圍：
 - 1、以補行評量前一學期不及格學習課程者為限。
 - 2、國民中學九年級下學期及國民小學六年級下學期學生，得補行評量當學期不及格領域。
 - （二）補行評量時間：
 - 1、除國民中學九年級下學期及國民小學六年級下學期學生，應於畢業典禮前辦理外，由學校自訂。
 - 2、學校應以書面通知學生於指定期日參加補行評量，學生逾期未參加者，除有不可抗力情形外，視同放棄補行評量機會。
 - （三）補行評量方式：得以紙筆測驗或多元評量等方式辦理。
 - （四）成績計算：補行評量及格者，該學習課程學期成績以六十分計算；補行評量不及格者，以原始分數擇優採計。
 - （五）補行評量次數：每位學生得參加各學期各學習課程之補行評量以一次為限。
- 十一、學校學生學習評量之處理、登記單位及人員如下：
 - （一）國民中學：學習課程評量由教務處主辦；日常生活表現評量由學務處主辦，任課教師配合辦理。
 - （二）國民小學：由各班導師辦理。

前項學習評量之各類表冊，由新北市政府另訂之。
- 十二、學校學生學習評量紀錄，應定期告知學生及其法定代理人。

學期或畢業成績通知除量化紀錄外，得參酌學生人格特質、學習能力、生活態度及特殊才能等以文字描述加以說明，並提出具體建議。
- 十三、學校應成立學生學習評量輔導小組（以下簡稱本小組），每學期定期召開學習評量相關會議，研議、審查學生學習評量相關事項。

本小組置成員五人至十七人，由學校行政人員、教師代表、教師會代表、家長會代表及相關人員組成之。
- 十四、學校學生修業期滿，經本小組審查符合下列規定者，由學校發給畢業證書；未符合者，發給修業證明書：
 - （一）出席率：扣除事假外之新北市高級中等以下學校學生請假及出缺勤管理規定第二點規定之假別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）獎懲：學生經獎懲抵銷後，未記滿三大過。
 - （三）領域學習課程成績：
 - 1、國民小學階段：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動及健康與體育七領域，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、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技及健康與體育八領域，有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。
- 十五、學校於不違反相關法規及本補充規定，得視本位發展實際需要另訂規定。

新北市立永平高級中學國中部學生學習評量辦法及規定

國民小學及國民中學學生學習評量辦法

重點節略如下

民國 113 年 04 月 24 日教育部修正

第 13 條 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：

- 一、出席率及獎懲：學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪、病假及直轄市、縣（市）主管機關規範之假別，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。
- 二、領域學習課程成績：
(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以上。

新北市立永平高級中學國中部學生學習評量規定

中華民國 114 年 5 月 8 日校務會議修正通過

- 一、本規定係依據「國民小學及國民中學學生學習評量辦法」及「新北市國民小學及國民中學學生學習評量補充規定」訂定之。
- 二、新北市立永平高級中學國中部（下稱本校）學生之學習課程評量，包括領域學習課程評量及彈性學習課程評量。其中領域學習課程成績評量，分定期評量及平時評量兩種，另彈性學習課程成績評量，應以平時評量為原則，並得視需要實施定期評量。
定期評量之每學期實施日期、次數，經本校課程發展委員會通過後實施；其評量方式、每次定期評量與平時評量成績之核計比例，由各領域教學研究會決定。
- 三、本校辦理定期評量時，相關事宜悉依本校學生考試規則辦理。
- 四、定期評量期間，學生因故不能參加全部科目或部分科目之評量，如經本校核准給假，並依本校規定提出申請者，准予補行評量，其成績以實得分數計算。無故缺考者，不得補行評量，成績以零分登錄。
- 五、學生學習課程之評量成績，依下列各項辦理，並計算至小數點第二位：
(一)個別學習課程之學期成績，為各次成績之平均。
(二)學習課程評量之學期總平均成績，為各學習課程之學期成績，乘以其每週學習節數，所得總和再除以每週學習課程總節數。
(三)學生各領域學習課程之畢業成績，係以該領域學習課程之六個學期成績平均之。
- 六、本校對於各領域學習課程前學期成績總平均未達丙等之學生，應主動以書面告知學生與其法定代理人，使其知悉學習狀況並及早因應處理。
- 七、本校對於各領域學習課程表現低成就之學生，必要時應進行補救教學，學生及其法定代理人應配合本校實施方式辦理。
- 八、領域學習課程學期成績不及格之學生，得參加學期補行評量，其規定如下：
(一)學期補行評量之範圍及次數：學生僅以補行評量前一學期不及格之領域學習課程為限；惟九年級下學期，學生得於當學期補行評量不及格之領域學習課程。每位學生參加本校辦理每學期之補行評量，應以一次為限。
(二)學期補行評量時間：
1. 於每學期開學後一個月內辦理完畢為原則。惟九年級下學期於國中教育會考結束後一週內適當時間辦理。
2. 本校預先以書面通知學生於指定時間參加補行評量，學生逾期未參加者，視同放棄補行評量。
(三)學期補行評量成績計算：學生補行評量成績經評定為及格者，該領域學習課程之學期成績即以六十分計算；補行評量不及格者，以原始分數擇優採計。
(四)其他補行評量相關事宜，由本校學習評量輔導小組討論議決之。
- 九、本規定由本校校務會議討論通過後實施，修正時亦同。

國中部成績單各領域內容及成績計算方式說明

一、每次定期評量成績單的八大領域：

領域名稱(節數)		包含科目(節數)	成績所佔比例	
			定評成績 A	平時成績 B
學 習 領 域	語文(9)	國文(5)、英語(3)、本土語(1)	50%	50%
	健康與體育(3)	健康教育(1)、體育(2)	50%	50%
	數學(4)	數學(4)	50%	50%
	社會(3)	歷史(1)、地理(1)、公民(1)	50%	50%
	自然科學(3)	七年級生物／八九年級自然理化(3)	40%	60%
	藝術(3)	音樂(1)、視覺藝術(1)、表演藝術(1)	40%	60%
	綜合活動(3)	輔導(1)、童軍(1)、家政(1)	40%	60%
	科技(2)	生活科技(1)、資訊科技(1)	40%	60%

二、成績計算說明：

- 1、七年級語文領域每週 9 節，包含國文、英語、本土語三科，國文每週 5 節、英語每週 3 節、本土語每週 1 節

定期評量成績 = (國文定評成績*5 + 英語定評成績*3 + 本土語定評成績*1) / (5 + 3 + 1) 節 = A

平時評量成績 = (國文平時成績*5 + 英語平時成績*3 + 本土語平時成績*1) / (5 + 3 + 1) 節 = B

$$\text{語文領域總成績} = A * 50\% + B * 50\%$$

- 2、自然科學領域為七年級生物或八九年級理化，每週 3 節

定期評量成績 = 生物或理化定評成績*3 節 / (3) 節 = A

平時評量成績 = 生物或理化平時成績*3 節 / (3) 節 = B

$$\text{自然科學領域總成績} = A * 40\% + B * 60\%$$

- 3、綜合領域包括輔導、童軍、家政三科，每週各 1 節

定期評量成績 = (輔導定評成績 + 童軍定評成績 + 家政定評成績) / (1 + 1 + 1) 節 = A

平時評量成績 = (輔導平時成績 + 童軍平時成績 + 家政平時成績) / (1 + 1 + 1) 節 = B

$$\text{綜合領域總成績} = A * 40\% + B * 60\%$$

- 4、餘領域類推

三、每學期三次定期評量成績平均後為該學期學期成績，國中三年共六個學期之學期成績平均後為畢業總平均成績。

四、畢業資格：(符合以下三項規定者發給畢業證書，不符者發給修業證明書)

- 1、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。

- 2、經獎懲抵銷後，未記滿三大過。

- 3、學習領域中有四大領域以上，其各領域之畢業總平均（六學期平均）均達丙等(60分)以上者。

大家一起加油哦！



基北區高級中等學校免試入學超額比序項目積分對照表

類別	項目	採計上限	積分換算							說明	
志願序		36 分	36 分	第 1 至第 5 志願							1. 國中學校應給予學生適性輔導，學生參考國中學生生涯輔導紀錄手冊之生涯發展規劃書，選填志願。 2. 如高級中等學校設有兩個以上類科(含普通科、專業群科或綜合高中學程)，連續選填該校之類科志願，不限定類科別數均計為同一志願，積分相同；同校不同類科，於不同志願序選填，則依該志願序積分採計。
			35 分	第 6 至第 10 志願							
			34 分	第 11 至第 15 志願							
			33 分	第 16 至第 20 志願							
			32 分	第 21 至第 30 志願							
多元學習表現	均衡學習	24 分	6 分	符合 1 個領域							健體、藝文、綜合、科技四領域前五學期平均成績及格者。
			0 分	未符合							
	服務學習	12 分	4 分	每學期服務滿 6 小時以上							1. 由國中學校認證。 2. 採計期間為七年級上學期 至九年級上學期，採計原則依「基北區免試入學服務學習時數認證及轉換採計原則」辦理。 3. 非應屆畢(結)業生服務學習時數採計,除上開採計期間外,亦得選擇國中在學期間前 5 學期選 3 學期進行採計。
			0 分	每學期服務未滿 6 小時							
國中教育會考	五科	35 分	7 分	6 分	5 分	4 分	3 分	2 分	1 分	國文、數學、英語、社會、自然五科，各科按等級 加標示轉換積分 1-7 分。	
			A++	A+	A	B++	B+	B	C		
	寫作測驗	1 分	1 分	0.8 分	0.6 分	0.4 分	0.2 分	0.1 分	寫作測驗 1-6 級分轉換 積分 0.1 - 1 分。		
6 級	5 級	4 級	3 級	2 級	1 級						
總積分		108 分									

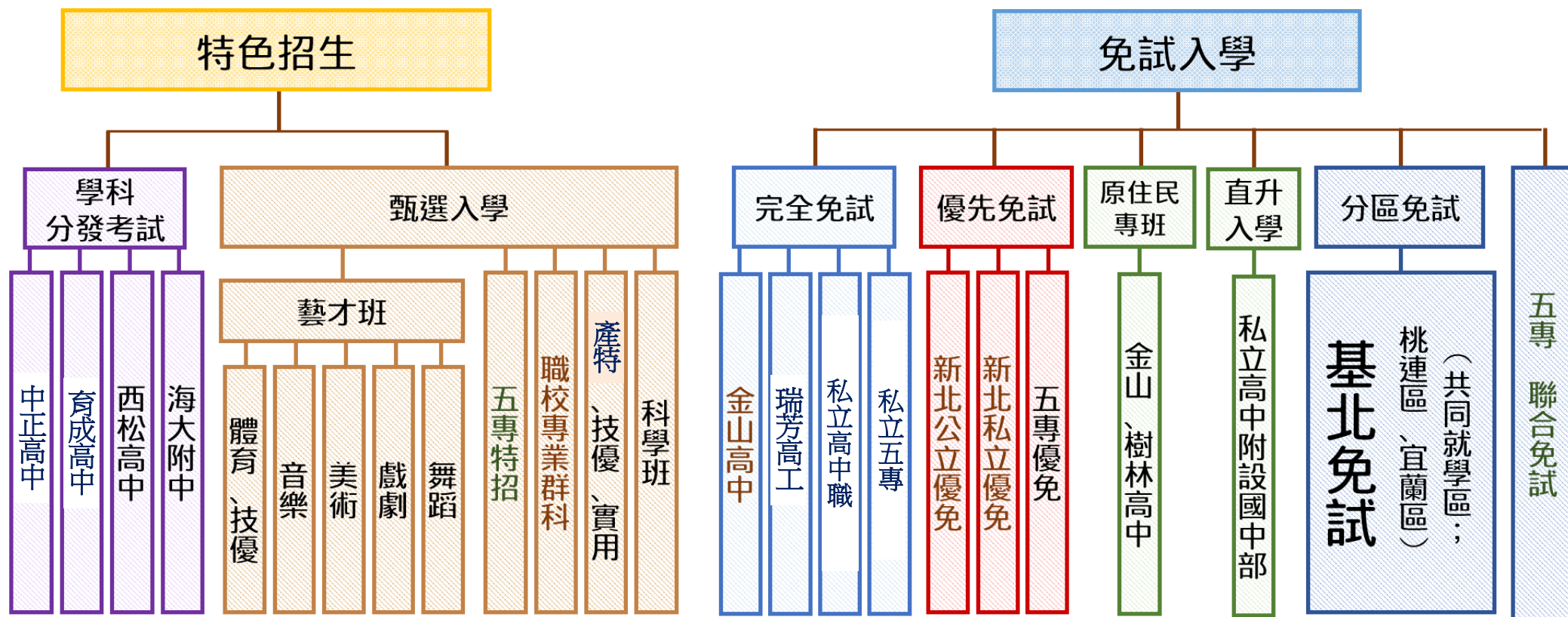
比序順次：

1. 第一順次：依學生之總積分進行比序。
2. 第二順次：第一順次比序同分，則依多元學習表現（含均衡學習、服務學習）積分進行比序。
3. 第三順次：第二順次比序同分，則依國中教育會考等級加標示及寫作測驗之換算積分加總進行比序。
4. 第四順次：第三順次比序同分，則依志願序積分進行比序。
5. 第五順次：如經第四順次比序後仍同分時，採用國中教育會考各科等級加標示進行比序。依序為
 1. 國文科等級加標示、2. 數學科等級加標示、3. 英語科等級加標示、4. 社會科等級加標示、5. 自然科等級加標示、6. 寫作測驗。
6. 如經前項比序仍同分時，報各該主管教育行政機關核准增加名額，增額人數以不超過該校（科）採之招生名額 5% 為原則；如增額人數逾該校（科）之招生名額 5%，增額部分依學生實際選填之志願順序於招生名額 5% 以內依序錄取。
7. 如經上述適當之處理後仍有超額情形，以增加名額錄取。



國中畢業生升學管道圖

【因 115 學年度簡章尚未核定，暫提供 114 學年度升學管道圖參考】



【基北區】各適性入學管道簡介【永平高中教務處註冊組彙整製作-下學期會另發確認日程更新版】

國中教育會考時間為 115 年 5 月 16-17 日，所有同學均須著校服參加考試(無論是否已有學校錄取就讀)。

本學年度基北區國中九年級畢業生可選擇之升學管道如下：【因各項簡章尚未公告，以下說明僅供參考，仍以簡章規定為準】。

入學管道/時間		適用學生	招生學校	採計條件	承辦處室
特色招生	高中職 1.美術班、2.音樂班 3.舞蹈班、4.戲劇班 七年一貫藝才班 (獨招)	具備美術、音樂、舞蹈、戲劇訓練基礎與專長	北區聯合招生【需先參加術科測驗，再以此成績及會考成績為門檻，考量是否參加甄選入學報名及填志願】 國立臺北藝術大學舞蹈系、台南應用科技大學美術系、音樂系及舞蹈系	1.術科測驗 2.書面資料 3.會考基礎級門檻 術科測驗 會考成績列入採計	1.學期末術科測驗報名(輔導處特教組) 2.參加術科測驗 3.據成績單及鑑定結果，考量報名(教務處註冊組) 115 年 2-3 月 自行報名參加術科測驗
	科學班	數學或自然成績優異、具備科學潛能，特別是喜好實驗實作者	各校獨招，基北區僅建中及師大附中、北一女辦理招生	1.入班資格審查 2.科學能力檢定成績 3.實驗操作成績	1.自行該校報名(洽教務處註冊組) 2.參加科學能力檢定考
	體育班 運動績優生	具備體育專項特長或優秀競賽成績	各校獨招(本校招收女籃、桌球、游泳、跆拳道)	術科測驗，其他詳見簡章	學務處體育組
	專業群科	技藝班學生有優勢，具備特殊技能	新北市聯合招生，其他縣市詳見公告	1.書面審查 2.術科測驗 3.不採計會考成績	輔導處資料組
	技藝績優甄選	技藝競賽得獎、相關技術證照	基北區公私立高職	技藝課程成績優良	輔導處資料組
	產業特殊需求類科 優先入學	具減免身分學生(低收入、中低收入、身障人士子女、原住民等)，且對傳統產業及重要特殊需求類科(如土木、模具、重機、園藝等)有興趣	木柵、南港、三重、新北、瑞芳等高工、海大附中、私立中華商海(航海相關)等校	1.僅能報名 1 校 2.不採計會考成績 3.超額比序：減免身分、技藝課程及服務學習	教務處註冊組
	實用技能學程	具技藝傾向之學生，曾參加技藝班課程之學生為優先	多所公私立高職	依志願序分發	輔導處資料組
	考試分發入學	1.基隆海大附中:海洋科技課程 2.西松高中:IB 國際文憑課程 3.中正高中:IB 國際文憑課程 4.育成高中:IB 國際文憑課程	1.海大附中--海洋科技人才培育班 2.西松高中--國際文憑 IBDP 班 3.中正高中--國際文憑 IBDP 班 4.育成高中--國際文憑 IBDP 班	考試分發入學學科測驗(會考成績門檻)	自行網路及現場報名 (可洽詢教務處註冊組)
免試入學	公私立高中職 優先免試	私立 一般學生，就近入學 經濟弱勢學生(低收入、中低收入等有保障名額)	新北市各私立高中職 永平、錦和、中和、新店、雙溪、石碇等高中；及瑞芳高工、樟樹高中	1.各僅能報名 1 校 2.同分比序： (1)多元學習積分 (2)教育會考成績(私立學校不採此項) 同分比序項目： 志願序、多元學習表現、教育會考成績	教務處註冊組
	聯合免試 ※4 月底申請變更就學區 (不在基北區就學高中職)	一般學生 (變更就學區學生需同時以網路及紙本提出申請，請洽註冊組)	基北區聯合招生	同分比序項目： 志願序、多元學習表現、教育會考成績、弱勢身分、技優表現及校際競賽等【服務時數越多越好】	教務處註冊組(要注意！優免及聯免之比序不同)
	公私立五專 優先免試	一般學生，對五專科系有興趣，如護理、餐旅、園技、幼保、外語等(北區公校有國立台北科技大學智慧自動化工程科、及國立台北商業大學各科系)	全國聯合跨區跨校報名、且於電腦系統選填志願分發(至多 30 個志願科系) 分北中南三區報名(可報名多區，但都只能各報 1 校)，且僅能擇 1 校報到	同分比序項目： 志願序、多元學習表現、教育會考成績、弱勢身分、技優表現及校際競賽等【服務時數越多越好】	教務處註冊組(要注意！優免及聯免之比序不同)
	聯合免試				
獨招	中正預校	軍校，學費全免，限男生	該校獨招	1.智力測驗及體檢 2.體適能檢測結果 3.會考基礎級門檻	
	開平餐飲、華岡藝校等	詳各校簡章			
建教合作		詳各校簡章或洽輔導處資料組			



【上述資料僅供參考，確實入學時程及採計條件皆以 115 年度各入學管道簡章為準】。

本校教務處註冊組電話:22319670#214、輔導處 22319670#242 資料組、#243 特教組、學務處體育組分機#226。

永平高中 115 學年度各入學管道暨招生名額一覽表

高中部 入學管道		招生 名額	備 註
優先免試		未定	1. 未足額錄取所餘名額，納入免試入學管道名額。 2. 本校國中部畢業生於優先免試管道，除本校高中部以外，尚有新北市其他鄰近公立高中職及全市各私立高中職之選擇，詳見各正式簡章規定。
免試		未定	本校普通班另設有外語專題班及數理專題班，入學後提出申請，再依甄選辦法編入。
特色招生 甄選 	美術班	暫定 25	1. 本校除美術專業能力培養外，對學科的認知學習，要求嚴謹，期望學習發展兼顧學科與術科。 2. 歡迎熱愛美術的同學申請，一起朝未來的藝術家、設計家、美術教師、文創產業藝術家而努力。 3. 分兩類一以競賽表現入學(報名事項請洽特教組)、 <u>甄選入學(分兩階段辦理，流程依往例暫定如下，仍以正式簡章為準，並請注意校內公告)</u> <u>(1)術科測驗</u> (日期未定，另行公告) A本校國中部校內報名事項:洽輔導處特教組(#243) B考試:於 新莊高中 辦理(仍需參加教育會考,且兩者成績均有門檻,皆通過才可參加志願選填分發) <u>(2)志願選填分發</u> :於 新莊高中 辦理(日期未定,另行公告) A本校國中部校內報名:暫定115年5月29日前(另洽教務處註冊組#214) B報到:各錄取學校
體育績優 甄選		未定	甄選類別及名額等相關規定詳見正式簡章，或洽體育組#226

教育會考：115.05.16~17（週六～日），所有學生均須參加各入學管道相關規定，均以正式發布之簡章內容為準，校內辦理報名詳細日程，務必注意本校公告及發送資料



學務處

- 好品格，決定你一生的幸福！ -



114 學年度學務處重點工作

重點工作	請家長瞭解或配合事項
一、學務處電話 校安專線： 3233-9456 學務處： 2231-9670 分機 220~229	1. 建議輸入手機，並貼在家裡電話機旁 2. 學生請假專線 22319670 分機 221、224、227、228 （事前或事後仍需依規定至 新北校園通 app 完成線上請假手續） 3. 接到詐騙集團電話或遇到緊急事故（意外）需學校協助處理， 請撥 校安專線 3233-9456
二、傳染病防治	1. 身體感覺不適請主動戴上口罩保護自己。 2. 如有就醫被告知腸病毒、手足口病、紅眼等症狀，請依規定在家休養並請通報學務處。 3. 學校會不定時發宣傳單請家長共同防疫。
三、學生請假 重點提示	1. 事假請事先請假，病假返校後，10 日內完成至 新北校園通 app 完成線上請假手續。 2. 在校因病或緊急事務外出返家，第二天仍應依規定完成線上請假手續。 3. 詳細內容見：永平網頁/行政組織/學務處/ 生活常規 。或 永平網頁/法規章程
四、每月一品格	1. 品格教育核心價值：「好品格決定你一生的幸福」。 2. 透過每月固定推廣一種品格的活動，老師與學生可透過班會活動或是課程融入，進行對話、討論與思辨，進而建立班級常規、塑造班級良好品德風氣。 3. 本校品格運動知推廣秉持著多維視角及廣度的引導、整體教育環境的營造、創意而深耕的教學活動，更貼近地融入學生生活。諸如：日常生活常規建立、閱讀推廣、體育活動、環境整潔與維護、學生自治與服務學習社團、儀隊活動與親善大使、藝術展演等多元方式，使莘莘學子們能夠真正於日常中認識與體驗品德核心價值，並進而落實、培養良好的態度與行為習慣。 4. 建立校園、行政、親、師、生親善合作、溫暖而理性的溝通對話機制，透過潛移默化的環境教育與身教、言教，唯有大人在生活中真實活出好品格的樣貌，才能真正影響孩子，成為引領其生命的一盞燈與一道光。
五、七個習慣	1. 透過培養學生七個習慣的課程，為師生帶來共同正向語言，建構學生內在動機，提升班級經營成效。 2. 讓品格教育紮根，師生共同培養好的習慣，回歸教育核心，培養學生成為善良更好的人，讓品格教育成為學校亮點品牌。 3. 為學生裝備核心關鍵能力，養成良好習慣，創造成功經驗，培養學生成為善良更好的人。 4. 改變社區的文化風氣必須從教育著手，從學校教育、親職教育及社區教育全面推動。
六、環保減碳 愛地球	1. 自備環保袋、環保筷、環保杯、環保吸管。 2. 不使用塑膠袋、免洗餐具、衛生筷（有害健康、危害地球）、吸管。

七、交通安全	1. 自 112 學年起，學生若要騎腳踏車入校，請依規定申請、完成測驗、領取車證張貼於腳踏車上，方可入校停放於腳踏車棚內。 2. 請提醒孩子騎腳踏車要戴安全帽、遵守交通規則，並嚴禁雙載。 3. 駕車或騎機車送孩子到學校後，請勿停在斑馬線上，亦不要在校門口迴轉。
八、營養午餐	1. 盡量讓孩子訂營養午餐，使孩子養成不偏食的習慣，並培養孩子獨立的人格。 2. 確保孩子的飲食均衡、正常，不必擔心孩子將錢移作他用，或買不營養的食物。 3. 每餐 55 元，以半學期為單位訂購。
九、霸凌防制	1. 著重於學生法治、品德、人權、生命及性別平等教育，培養學生尊重他人與友愛待人之良好處世態度。 2. 遇偶發或霸凌事件，迅即循「發現」、「處理」、「追蹤」三階段，成立校內「防制校園霸凌因應小組」處理。 3. 永平高中申訴電話 02-32339456 教育局申訴電話 1999 永平高中申訴信箱 d220@yphs.tw
十、交通服務隊招募及培訓	1. 目的：為維護全校師生放學期間交通安全，培養學生肯服務、願付出的公眾服務精神。 2. 參加對象：高一學生(住家鄰近學校尤佳) 3. 服務時間：每日放學期間(每三週輪替服務一週) 4. 督導人員：學務處林玲玲輔導教官 5. 地點：學校大門 6. 名額：30 名
十一、儀隊社團招募及培訓	1. 宗旨：增進學生團隊合作，培養領袖所具備的溝通協調能力，並透過參與國內、外團隊交流演出，拓展寬宏視野，提升國際競合力。 2. 參加對象：高一、高二及七、八年級學生 3. 上課時間：每週社團課及課餘時間 4. 課程：儀態、操槍、團隊默契 5. 師資：蘇偉傑教練、王楷鑫教練 6. 督導人員：學務處鄧智文輔導教官 7. 地點：中正體育館、風雨操場 8. 名額：40 名 9. 表演：校慶、國外姐妹校來訪迎賓、國際交流、儀隊競賽、校外慶祝活動邀請。
十二、管樂團培訓	1. 宗旨：提昇學生音樂素養與技能、培養自主學習精神與團隊默契。 2. 參加對象：本校學生 3. 上課時間：社團課及星期六上午(分部、合奏課) 4. 自主練習：星期一～五 5. 師資：音樂總監/金秉翔指揮、團務教師/湯婉清老師 分部教師： 長笛/蔡惠琦、豎笛/李翰威 李璧任、薩克斯風/張晏瑋、巴松管/陳昱安、 小號/林姿綺、法國號/陳光慈、長號/李季鴻、上低音號/王逢昀、 低音號/楊朝翔、打擊/張芝菁

20

新北市立永平高中國中部服務學習規範（修訂版）

一、服務學習計算方式

1. **採計學期**：國中 7、8、9（上）年級，共五學期均可採計。
2. **時數要求**：
 - (1) 每學期滿 6 小時者：4 分
 - (2) 未滿 6 小時者：0 分
 - (3) 最高累積可達 12 分。
3. **服務學習認證期限**：各學期服務學習時數應於該學期末完成認證，最晚須於次學期開學後一個月內補登。

二、服務學習內容與類別

1. **校內服務**
 - (1) **班級服務**（如家長日、環保志工等）。
 - (2) **校內志工活動**（如圖書館管理、行政支援、學校活動協助）。
 - (3) **社團服務**（如社團組織活動、學校大型活動志工）。
2. **校外服務**
 - (1) **社區服務**（如社區環保、長照機構關懷）。
 - (2) **公益活動**（如淨灘、慈善活動、愛心義賣）。
 - (3) **政府認證之志工活動**。

三、服務學習申請與認證

1. **校內服務時數認證**：由相關指導教師或行政單位於服務學習紀錄表簽名並蓋章。
2. **校外服務時數認證**：
 - (1) 需向學務處提出申請，獲准後方可進行。
 - (2) 服務完成後，需提供志工單位核發之服務證明。
 - (3) 校外服務機構須為非營利組織，並符合政府立案要求。

四、注意事項

1. **請假與補登**：如遇不可抗力因素（如生病、家庭事故），可於次學期開學後一個月內補登，逾期不予認證。
2. **違規事項**：如發現偽造時數、冒名登記等行為，將取消所有服務學習時數，並依校規處理。

服務學習不僅是升學考量，更是培養責任感與公民素養的重要機會，鼓勵每位同學積極參與！

《面對服務學習，一點就通》

Q1：學習護照遺失了怎麼辦？

A：遺失可至圖書館申請購買，但是所登記之時數必須自行找服務單位補登。

Q2：學習護照中服務學習紀錄表登記已滿，該如何？

A：請至學務處領取【服務學習紀錄表】單張再浮貼上即可。

Q3：每次服務要多久呢？

A：若未滿 0.5 小時不予登記，請以 0.5 小時為單位。

Q4：寒暑假返校打掃算時數嗎？

項 目	時 間	核 算 學 期
寒假返校打掃	1/31 以前	上學期 (8/1~1/31)
	2/1 以後	下學期 (2/1~7/31)
暑假返校打掃	7/31 以前	下學期 (2/1~7/31)
	8/1 以後	上學期 (8/1~1/31)

Q5：在社區服務由里長或里幹事蓋章，可以算服務時數嗎？

A：重申基北區 12 年國教服務學習採計原則，里長、議員、立法委員、社區幹事簽名與核章『無法採計』，請同學與家長留意。

Q6：參加新北市區公所辦理的里環境綠美化工作，可以計算服務時數嗎？

A：根據新北教技字第 1080678970 號公文，學校鼓勵學生參與社區服務，發揮專長、學以致用，並提供學生實踐公民責任的機會。因此，參與 里環境綠美化工作 可納入服務學習時數。學生須事先向學務處提出申請，並於服務當天 拍照紀錄，同時撰寫 200 字心得報告作為佐證，經學務處審核後，方可核發服務時數。

Q7：在班級如何取得服務時數？

A： 1.協助教室布置。
2.家長日服務。
3.協助考場布置。
4.協助導師處理班級事務。
5.放學後協助教室環境清理。

Q8：在校園如何取得服務時數？

A： 1.放學後各處室擔任短期志工服務
2.學務處長期志工服務(交通服務隊、衛生糾察隊)。
3.一社一服務:社團~金手指社、綠手指社。
4.班會或自習課進行校園打掃服務
5.校慶志工服務、感恩月愛心義賣。

Q9：在校外如何取得服務時數？

A： 1.到圖書館整書上架
2.到育幼院或老人院進行服務照顧
3.參加海外交流志工服務

新北市立永平高級中學學生校內行動載具使用管理規範

經中華民國 108 年 8 月 27 日校務會議通過
經中華民國 108 年 12 月 12 日校務會議修訂通過
經中華民國 110 年 12 月 9 日校務會議修訂通過

一、**依據：**新北市政府教育局 108 年 6 月 19 日新北教研資字第 1081117528 號函，及 108 年 12 月 12 日校務會議通過新北市立永平高級中學學生校內行動載具使用管理規範內容辦理。

二、**目的：**為促進課堂學習成效，教導本校學生使用行動載具禮儀，以培養尊重他人之情操，特訂定本管理規範。

三、申請程序：

家長簽署同意書後(附件 1)，統一繳至學務處彙整。

四、使用規定：

(一)管制時間：上午 07：30 至放學期間，一律關機禁止使用。

(二)保管方式：(學生須能配合下列管理，始能申請攜帶行動載具設備)

1. 本規範所稱行動載具設備，泛指具備電信通訊或網路通訊功能之行動電話、平板電腦、筆記型電腦等 3C 電子產品(裝置)及相關蓄電設備。
2. 上午 07：30 至放學期間，由各班律定負責人於早自習收齊，關機並置於保管箱中，送至學務處各班保管櫃上鎖保管(由導師協助點收，避免有損毀的爭議)。
3. 保管櫃鑰匙統一由各班導師或指定專人保管，學務處得留存備份。
4. 遲到學生，到校即繳交行動載具設備給負責人，繳至學務處統一保管。
5. 學生欲請事假離校，由負責人陪同至學務處領取行動載具設備，並將外出單置於班級保管櫃，提醒領回負責人。
6. 每日下午第七及第八節下課時間，由負責人至學務處領回保管箱，攜回教室發還申請同學，俟下課鐘響課程結束後，始得開機使用。
7. 教師上課期間如因課程需學生使用行動載具設備，由教師登記親自簽具申請表(附件 2、3)，於前一堂下課時請該班負責人至學務處領取，課程結束後，繳回學務處保管。

(三)家長於上學期間，有重要事件需聯繫者，可透過學校傳達通知，學務處電話 32339456；學校總機 22319670 轉 224、228。

五、網路社群規範：

為建立友善教育環境，淨化社群對話品質，學生間成立網路社群成員應遵守規範如次：

1. 非經當事人或監護人同意，不得發表與學生個人有關訊息。

2. 不得發布未經查證，以及涉及個人隱私及權益的訊息。

3. 網路社群以訊息公告為主，不得作為批評他人的平台。

六、違規處置：

(一) 凡違反上述規定者，由學務處代為保管至當日放學後，記警告乙次及抄寫規範一遍，通知家長後自行領回。

(二) 未經申請程序，攜帶行動載具設備到校，記警告乙次及抄寫規範一遍，通知家長後自行領回。

(三) 已申請而違規於管制時間內使用者，由學務處代為保管至當日放學後記警告乙次及抄寫規範一遍，通知家長後自行領回。

(四) 其它未按規定使用行動載具設備者(例如：偷拍、錄音、上網、打電動、聽音樂…等等)，依違規情節，涉校規懲誡輕重給予處分。

(五) 利用行動載具設備做為聚眾滋事之聯繫工具者，記過兩次以上處分。

(六) 利用學校電源實施行動載具設備充電，記警告乙次及抄寫規範一遍。

七、其他：

(一) 在公共場合使用行動載具設備時，不得大聲喧嘩與口出穢言。

(二) 行動載具設備屬於個人貴重物品，需妥慎保管。

八、本規範經校務會議討論通過，並經校長核定後實施，修正時亦同。

新北市立永平高級中學學生生活常規具體作法

中華民國 108 年 8 月 27 日校務會議修訂通過
中華民國 109 年 12 月 10 日校務會議修訂通過
中華民國 110 年 12 月 9 日校務會議修訂通過
中華民國 111 年 5 月 5 日校務會議修訂通過
中華民國 114 年 5 月 8 日校務會議修訂通過

一、服裝儀容規定：依據「新北市立永平高級中學學生服裝儀容規定」辦理。

二、生活與考勤：

（一）晨間輔導

1. 學務處生輔組長及生活輔導員於七時到校，負責校門口學生上學交通安全導護，並要求學生服裝儀容。
2. 學生騎自行車上學需戴安全帽，不得雙載及加裝「火箭筒」，自行車申請停車證後停放校內停車場，不可停於校外，進入校門請提前下車，牽車步行至停車場指定位置上鎖停放。
3. 禁止無照駕駛汽機車。
4. 國中部學生上午七時三十分前，學生應到校參加早讀；高中部學生於上午第一節課前應抵達上課教室，每節課上課 15 分鐘以內入班視為遲到，15 分鐘後入班，一律由各班任課老師登記曠課。
5. 國中部學生上午七時三十分；高中部學生上午八時後進校園應在校門口處刷卡入校，當週班級無遲到學生，全班均刷卡(含補登)，則當週班級生活榮譽競賽成績加 0.5 分。
6. 學生上放學時間應聽從生輔組長及生活輔導員管制，以維護上放學安全。
7. 上午七時三十分後、中午用餐、午休及打掃時間、定期評量期間，操場禁止打球及嬉戲。

（二）朝（集）會規約：

1. 朝會：每週二上午七時三十分至八時十分；集會：依實際所需召開，時間另訂。
2. 朝（集）會為學校重要集會，應穿著校服出席。
3. 朝（集）會時如因特殊情況欲留在教室者，應經導師同意。
4. 朝（集）會時，聽到廣播應迅速到達集合位置。
5. 朝（集）會時之集合與整隊時，同學應保持肅靜，聽從班長或大隊值星之口令與指揮。
6. 朝（集）會時唱國歌、校歌聲音要宏亮，應向致詞之師長及演講者大聲問好。
7. 朝(集)會遲到學生，為免影響集會進行，應於校門內集合完畢後，統一

帶至操場指定位置一同參與。

（三）課間秩序：

1. 缺曠課管制：國中部副班長早自習時間及全校副班長各節課開始前清查人數。
2. 上課時不可閱讀課外書刊、吃零食、喝飲料、嚼口香糖或使用手機等行為。
3. 自習課、午休時間未經准許，學生不得至圖書館自習或在操場打球。
4. 除社團活動外，不得下棋、玩牌（桌遊）、彈琴等。
5. 任何時間均不得在教室或走廊拍球及高聲叫罵，以確保校園之寧靜與安全，維護良好之學習環境。
6. 學生在校內或著制服於校外時，男女之間互動應合宜，避免有親密舉動。

（四）午膳規定

1. 禁止學生中午外出用餐或訂購外食。
2. 用餐時間（十二時至十二時三十分）不得到操場打球運動。
3. 若學生家長需要送便當到校者，請放置於警衛室旁置物櫃，不可直接送往教室，學生亦不可步出校門。
4. 不得在午休時間用餐。

（五）午休實施：

1. 為維護校區寧靜，充沛學生下午上課之精神及視力保健，全校中午一律實施午休。
2. 午休時間自十二時四十五分至十三時十分止。
3. 學生須於午休前用餐，並辦妥一切事宜，不得藉故走動，以免影響他人午休。
4. 各班副班長確實管制人數，無故未到者以缺席登記。
5. 各班午休情形，列入生活榮譽競賽考評，由值週老師至班上實施評分。

（六）學生請假：依據「新北市立永平高級中學學生請假細則」辦理。

（七）門禁管制：

1. 凡校外人士需與學生會客時，應先於警衛室辦妥證件之登記並確認身分後，經學務處轉知學生，不得自行進入校園尋找學生，以免擾亂上課秩序。
2. 學生進入學校上課，應以學生證刷卡，登錄出缺席及到校時間。
3. 進出學校不經校門，擅自翻越圍牆者，依新北市立永平高級中學學生獎懲實施規定議處；非本校人員一律報警處理。
4. 上課後至放學前，學生不得外出，擅離學校或未按規定辦理臨時外出而

外出者，以曠課論處並以校規處分。

（八）生活榮譽競賽：（參閱生活榮譽競賽實施辦法）

每兩週辦理評比一次，國中部每年級各取前四名、高中部每年級各取前四名，於週會時頒發獎狀，以培養班級學生團隊精神與榮譽感。

（九）學生改過遷善與銷過：依據「新北市立永平高級中學學生改過銷過實施辦法」辦理。

（十）學生校內行動載具管理：依據「新北市立永平高級中學校內行動載具使用管理規範」辦理。

三、注意事項：

（一）學生到校後，不得無故缺課。

（二）學生不得有爬牆行為。

（三）行進間不邊吃東西、不亂丟棄、放置任何紙屑、飲料瓶、罐等廢棄物。

（四）嚴禁學生有頂撞師長、言行粗莽無禮之行為。

（五）學生不得酗酒、吸煙、賭博、吸食各種禁藥、迷幻之藥品或攜帶、使用與毒品相關之施用器具(電子菸、毒品吸食器)。

（六）禁止攜帶或公開刀械等違禁物品(如兒童及少年福利與權益保障法第四十三條所揭禁止行為所列之物品)。

（七）學生不得在校內滋事或聚眾毆鬥。

（八）公物應愛惜使用，遇有損壞時應主動向總務處報告，並力行能源節約，不可浪費。

（九）進入老師辦公室應先喊「報告」，得到允許後方可入內，退出辦公室應喊「報告完畢」。

（十）嚴禁於校內使用水球、噴刮鬍泡等破壞環境整潔物品及施以扔擲水球、捆綁等危害身體安全方式，辦理慶生、慶功等活動。

四、本作法經校務會議通過後施行，修正時亦同。

新北市立永平高級中學學生服裝儀容規定

經中華民國 105 年 12 月 8 日校務會議通過

經中華民國 107 年 12 月 6 日校務會議修訂通過

經中華民國 108 年 8 月 27 日校務會議修訂通過

經中華民國 108 年 12 月 12 日校務會議修訂通過

經中華民國 110 年 12 月 9 日校務會議修訂通過

- 一、 依據 109 年 8 月 7 日新北市教育局轉知教育部修正「高級中等學校訂定學生服裝儀容之原則」及訂定「國民中學訂定學生服裝儀容規定之原則」及 110 年 10 月 6 日本校 110 學年度第一次學生服裝儀容委員會委員提案內容辦理。
- 二、 為維護學生人格發展權及身體自主權，並教導及鼓勵學生學習自主管理，本校設置服裝儀容委員會，且以民主參與方式，廣納學生及家長意見，訂定學生服裝儀容規定，以創造開明、信任之校園文化。
- 三、 服裝儀容委員會置委員七人至十五人，其委員如下：
 - （一） 經學生自行選舉產生或學生自治組織推派之學生代表；學生代表應占全體委員總額三分之一以上。
 - （二） 校務會議選出之行政人員代表、教師代表。
 - （三） 家長會代表。
 - （四） 得邀請服裝相關專家學者擔任委員。
 - （五） 服裝儀容委員會任一性別委員人數，不得少於委員總數三分之一。
 - （六） 服裝儀容委員會之決議，應有全體委員三分之二以上出席，以出席委員過半數之同意行之。
 - （七） 學生服裝儀容規定實施後，應視規定實施狀況，每三年至少檢討一次。
- 四、 服裝儀容委員會之任務如下：
 - （一） 學生服裝儀容規定之審議。
 - （二） 學校校服（制服、運動服）款式、材質（例如排汗、透氣、透光）及其他相關事項之審議。
 - （三） 學生鞋子及襪子款式、顏色及其他相關事項之審議。
 - （四） 學校對於違反服裝儀容規定之學生，得採取之管教措施及管教原則之審議。
 - （五） 班服、社團服裝申請學校認可之程序及原則之審議。
 - （六） 其他服裝儀容相關事項之審議。
- 五、 本校校服定義如下：
 - （一） 制服：
男性制服包含長、短袖上衣、長褲及短褲。上衣需繡學號。

女性制服包含長、短袖上衣、長褲及短裙。上衣需繡學號。

(二) 運動服：

男性運動服包含長、短袖上衣、長袖外套、長褲及短褲。

國中部上衣與外套均需繡學號、高中部外套需繡學號。

女性運動服包含長、短袖上衣、長袖外套、長褲及短褲。

國中部上衣與外套均需繡學號、高中部外套需繡學號。

六、學生在校內不論天氣冷熱均應穿著校服，保暖衣物亦應以校服優先，但得選擇合宜混合穿著學校校服及學校申請審查通過，得於體育課與透過申請許可期間穿著之其他服裝，如班服、社團服裝等。班服、社團服裝申請及審查方式如附表 1、2。但有下列情形之一者，應遵守學校統一規定：

(一) 重要之活動，例如週會、開學典禮、畢業典禮、校慶、休業式、校外教學或參訪、校外受獎或參加競賽、國際或校際交流活動等。

(二) 體育課時，應穿著學校運動服或學校認可之其他運動服裝，並應穿著運動鞋。

(三) 為維護實習或實驗安全，實習或實驗課程時，應穿著實習、實驗服裝或學校認可之其他服裝。

(四) 放學後、國定假日、例假日、寒假、暑假，學生到校自習或參加課業輔導、補考、重補修、補救教學者，應穿著學校校服；參加校內其他活動者，得穿著便服，並應攜帶可資識別學生身分之證件，以供查驗。

七、學生得於校內穿著學校申請審查通過，於體育課與透過申請許可期間穿著之服裝。

八、上學、放學及在校期間，學生得穿皮鞋或運動鞋；非有正當理由，不得穿著拖鞋或打赤腳。

九、學生得依個人對天氣冷、熱之感受，選擇穿著長短袖、或長短褲校服。天氣寒冷時，可於校服內及外加穿保暖衣物，例如便服外套、帽 T、毛線衣、圍巾、手套、帽子等。

十、學校行政人員及教師為防止危害學生安全、健康、公共衛生或防止疾病傳染為必要，得以限制學生髮式。

十一、參與實習或實驗課程時，學生未穿著實習、實驗服裝或學校認可之其他服裝，或違反學校對該課程之髮式規定者，為防止危害學生安全或健康，必要時，學校得限制或禁止學生參與該次課程之實作。

十二、執行本校學生服裝儀容規定，輔導者為全校教職員。

十三、全校教職員輔導違規學生得帶至生輔組簽具陳述書，彙整檢送各

班導師，視其情節及身心狀況，採取適當之輔導或正向管教措施如口頭糾正、列入日常生活表現紀錄、通知監護人協請處理、書面自省及靜坐反省。

十四、學務處可視學生日常生活表現，擬定相關計畫或規定，開放部分時間或地點，讓學生得以自由於校內選擇穿著校服或便服。唯穿著便服時應隨身配戴可資識別學生身分之證件，以供查驗。

十五、本規定由服裝儀容委員會審議，送校務會議通過，並由校長公布後實施。修正時亦同。

輔導處



生涯夢想領航員

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。

因應 12 年國教方案，國中的同學即將面對會考及進路抉擇，透過**適性輔導、生涯探索**來讓家長和學生瞭解孩子的興趣、性向所在，讓孩子學習選擇，培植孩子競爭力，與異質相處合作的能力、資訊力、語文力與統合等關鍵能力是現階段培養未來人才最重要的工作。

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、興趣、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

國中生生涯發展教育每年都有不同的學習重點：

一年級著重生涯教育與自我探索，主要在幫助同學瞭解自己的能力、特質、興趣、性向及價值觀，藉由自我探索的過程來評估自己生涯發展的基本能力。

二年級重點在工作與教育環境探索，主要在協助同學們認識工作世界，激發對工作世界的好奇心，來增進對工作職群及外在世界的瞭解。

三年級則以培養生涯決定能力為主，透過各項目標訂定與行動計畫，來適應社會環境的變遷，並架構生涯發展適合的方向。

三、生涯發展教育對同學們的幫助

生涯發展教育在幫助同學開創美好的人生，面對未來，同學需要更多的協助與關懷，從多元角度認識自己，學會運用資訊，替自己未來作出最好的選擇。同時，生涯發展教育指導同學填寫製作「**國中學生生涯發展記錄手冊**」、「**生涯檔案**」，在國三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，進而開展美好未來。

四、生涯發展紀錄手冊介紹

	生涯發展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。
---	---	--

親子練功坊

A. 父母. 孩子有溝就有通

B. 勝過AI的情感能力: 陪孩子一起聰明用3C

親職
講座



主辦: 永平高中輔導處

11/8 (六) 9:30-11:30
圖書館3樓
徐燕如諮商心理師



報名表QR

孩子面向未來，需要具備的 7 個習慣

《7 個習慣教出優秀的孩子》延續柯維《與成功有約》的主要概念，將大人如何做會成功的原則，教導給小孩，養成生活力與品格力。

- 習慣 1 主動積極
- 習慣 2 以終為始
- 習慣 3 要事第一
- 習慣 4 雙贏思維
- 習慣 5 知彼解己
- 習慣 6 綜合綜效
- 習慣 7 不斷更新



7
個
好習慣
教出
優秀
的
孩子

親職
講座



主講人: 郭曉蓉

沛德國際教育機構講師

時間: 11/15(六)9點-12點

地點: 圖書館4樓

手刀報名

補充資料







**家長運用社會情緒學習
提升與孩子正向關係**

-  **如何和孩子作正向溝通？**
-  **如何與孩子討論規律的生活作息？**
-  **如何與孩子討論升學議題？**



如何和孩子作正向溝通？

-  **自我覺察** 家長需要了解自己的情緒與反應模式。
-  **自我管理** 家長學會管理與孩子互動中的壓力與期待。
-  **社會覺察** 家長從孩子的角度出發，增進同理心。
-  **人際關係技巧** 保持開放的溝通管道，讓孩子覺得和家長說話是安全的。
-  **負責任的決定** 鼓勵孩子參與家庭決策或規則的討論。



如何與孩子討論規律的生活作息？

-  **自我覺察** 家長覺察自己的情緒，自己對小孩的期待是否合理。
-  **自我管理** 家長以冷靜和正向的思維面對問題。
-  **社會覺察** 理解孩子的需求和壓力。
-  **人際關係技巧** 學習親子以合作的方式面對與解決問題。
-  **負責任的決定** 引導孩子理解規律作息的影響，並為自己的選擇負責。



如何與孩子討論升學議題？

	自我覺察	家長理解自己的情緒與期待，並調整與孩子的對話方式。	
	自我管理	家長能管理自己的情緒，採接納與傾聽的方式與孩子對話。	
	社會覺察	家長要理解孩子可能面臨的壓力、困惑或興趣，尊重他們的選擇。	
	人際關係技巧	升學決定是親子共同參與的過程，家長可成為孩子的支持者和引導者。	
	負責任的決定	幫助孩子認識選擇的策略，並運用到升學規劃中，讓他們對自己的未來負責。	



國中——升學諮詢管道

114年度十二年國教適性入學主要入學管道



連結網址：
<https://shs.k12ea.gov.tw/site/adapt-k12ea/category?root=230&cid=230&oid=2769>



國中——升學諮詢管道

在校時可向導師、任課教師、課程諮詢教師、專輔老師、輔導主任、教務主任及校長諮詢，或進入下列網站瀏覽。

諮詢管道

114年國中畢業生適性入學宣導網站

新北市十二年國民基本教育資訊網

十二年國教五專招生資訊網

國中教育會考網站

新北市中等教育資源網

新北市高中職網路博覽會

相關網站/聯絡電話

<https://shs.k12ea.gov.tw/site/adapt-k12ea>

<https://se.ntpc.edu.tw/12basic>

<https://www.techadmi.edu.tw/page.php?pid=51>

<https://cap.rcpet.edu.tw/>

<https://se.ntpc.edu.tw/>

<https://expo.efroip.tw/home>

我和我的孩子

——一本給家長的手冊



—— 青少年篇 ——

國立空中大學健康家庭研究中心 編訂
教育部 發行

我和我的孩子

——一本給家長的手冊(青少年篇)



教育部家庭教育資源網/
社會大眾學習資源/
家有青少年



家庭教育
諮詢專線
412-8185
(手機撥打+02)

· 服務內容 ·
夫妻相處 婆媳關係 親子溝通 子女教養
婚前交往 情緒調適 家庭資源 生活適應

· 服務時間 ·

	週一	週二	週三	週四	週五	週六	週日
09-12	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
14-17	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
18-21	✓	✓	✓	✓	✓		

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



歡迎加入
「新北家庭教育平台」
Line 社群！

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



2030 以學生為中心 為幸福而教

歡迎加入



Facebook 新北學Bar

- ◆ 超過20萬追蹤，第一好評教育粉專不定期推出粉絲專屬**優惠&抽獎**
- ◆ 教育政策、防疫新知
學校特色成果、教育資源和新知
活動資訊包羅萬象



Telegram 新北學Bar資訊站

- ◆ 各項官方防疫政策，最新教育消息
無時差
- ◆ 檔案下載無期限、容量無上限
- ◆ 可分別同時在不同載具以同一帳號
登入使用，送出訊息可編輯修改



YouTube 教育局官方影音頻道

- ◆ 國中會考、學習歷程、名師
線上課程直播及活動等精彩影音
新北教育相關報導通通有～！



Line 社群 新北教育123

- ◆ 每日提供即時教育新聞，分享新北
教育政策與成果的園地

邁向70萬人下載人次！



APP 新北校園通

- ◆ 超過80萬人下載人次！
- ◆ 學生電子成績單、線上請假
健康資料查詢、學雜費線上繳費
- ◆ 家長掌握孩子出席情形、學校及
社教機構查詢等即時教育訊息！



Instagram 新北愛就開心

- ◆ 不定期以短片及圖文分享
學校動態、新北教育成果



新北教育123

f 新北學Bar



這裡有家長民眾最關心的教育活動
教育資源和新知、優惠抽獎活動
最新最即時教育資訊、成果與影片

Facebook搜尋-新北學Bar

新北學Bar







新北學Bar
@ntpcwugov · 政府網站

追蹤

讚

別忘了按追蹤
消息不漏接！



新北教育123

YouTube 新北市教育局



更多新北教育相關影片、自主學習教材電子書
學習歷程、名師線上課程、教育活動直播
學校媒體採訪報導通通都在這！

Youtube搜尋-新北市教育局

新北市教育局





別忘了按訂閱
並開啟小鈴鐺



校園通APP3.0服務



新北校園通



- 未曾使用之用戶：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**



註冊簡單 家長簡訊註冊

- 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



校園通APP教育放送臺

學校活動推播 消息不漏接

**家長身分-
系統已預設
訂閱孩子
所屬學校及
教育局頻道**








教育，

不是選擇美麗的地方，
而是讓你所到之處變美麗

~共勉之






圖書館



永平高中線上圖書館

給你~滿滿的閱讀大平台！！

立即閱讀永平「線上圖書館」
可使用手機APP或電腦線上瀏覽！
使用校務行政帳號、密碼登入即可借閱！



113-2各年級閱讀王

八年級	九年級	高二	高三
809洪○晉	910史○騰	211周○珊	311于○恩
806呂○德	910錢○程	211江○蓉	311余○慈
801陳○沛	903馮○之	209陳○嫻	
806黃○媛	907李○瑩		
804楊○強	910林○含		

快來借書吧！
或許下半年的閱讀王就是你啦

圖書館超讚的K書中心

靜下心來讀書是非常重要的

什麼人適合K中

（輕度）易受朋友吆喝，動不動就被叫到操場打球，出去聊天打屁。

（中度）無法在家唸書之人：在家有父母嘮叨，有兄弟姐妹干擾，有冰箱、床、電視.....的呼喚

（重度）易受3C產品誘惑的你，在家不知不覺就會摸到電腦前.....，你還不來K中嗎？

來K中的好處

1 超省錢

補習要錢，外面的K中要錢，但我們的K中不用錢，任何電費、茶水費，陪讀老師鐘點費.....等等都不需要你出錢。

2 超安靜

全部獨立隔間，一人一桌，不受干擾，每個人可用的桌面範圍相當廣。

3 超安全

有陪讀老師與你一起奮鬥(從18：30到21：30)，你只要每天付出三小時，長期下來你會學到課本學不到的毅力及自律。

4 超舒適

護眼檯燈，桌椅高度符合人體工學，冷氣機很安靜，冬暖夏涼，廁所近在咫尺又不會臭。

5 超方便

外面的圖書館需要排隊，這裡只要每天中午前登記即可，VIP還可以有固定座位喔。

6 超優秀

陪讀老師上下課點名，掌握出缺席狀況，男女生座位分開，提供良好的讀書風氣

好文分享



與青少年設定界線：在收與放之間，該如何拿捏？

轉自陳志恆諮商心理師

孩子進入青春期的後，父母常感到不知所措，究竟是管多一點好，還是管少一點好？以及，什麼要管？什麼就別再管了？

麻煩的是，明明是出於保護，孩子卻說你不信任他；明明是好意提醒，孩子卻反應激烈，甚至翻臉不理人。

對青少年的父母而言，最大的教養挑戰之一，就是管教的寬鬆程度。因為，你總是會擔心：「放手太多會不會是縱容？」而「收得太緊是否影響親子關係？」

把握三層次規範原則

青春期的孩子逐漸長出獨立意識、自我判斷與價值觀的階段，即使如此，該有的界線與規範，依然不能少。然而，這時候的界線，不再只是父母單方面的規定，而是一次又一次，親子之間「磨合」與「協商」的過程。

你不需要什麼都放，也不必什麼都管，但你可以把握以下三個層次的規範原則，明確區分：什麼該管？什麼可談？什麼要放？

我們把與青少年有關的規範，分成三個層次，包括：該管的「底線」、可談的「原則」，以及要放的「自由」。

第一層：該管的底線

這一層的規範關乎人身安全、法律與基本責任，是父母不可妥協的底線。父母有責任明確表態並堅守原則。常見的包括：

- 晚上的門禁時間；
- 出外需告知去處與同行者；
- 禁止飲酒、吸菸、吸毒，或進入高風險場域；
- 網路活動的安全守則；
- 未經允許不可離家出走或夜不歸營；
- 不得無故缺曠課或不寫作業；

這些規則是需要被孩子理解的「安全防線」，沒有討論的空間。你可以溫和地說明原因，堅定地表明你不會讓步，但不需要為底線感到抱歉。

第二層：可談的原則

這些範疇具有彈性，會因孩子的年齡、自我管理能力，與家庭情境，而有所不同。建議以「引導討論」代替「單向命令」，很多時候是需要互相協商後，再來共同遵守，也可能不斷滾動修正。常見的包括：

- 數位工具（手機/平板）的使用時機、時間與地點；
- 讀書時間與學習進度的安排規劃；
- 是否參加補習、課後社團或營隊活動；
- 家務分工的項目與頻率；
- 零用錢的使用規則與用途；
- 平日或週末的作息時間。

青少年總是想爭取最大的自由空間，因此，討論與協商的過程難免有些火藥味。父母記得要安定自己的情緒，方能充分聆聽孩子的心聲，同理孩子的感受，也誠懇地表達自己的想法。最終，在雙方的期待間取得共識。

第三層：要放的自由

青少年正是探索與豎立個人價值觀、行事風格與個人喜好的時期，大人應留給他們足夠自我探索的空間。

有時候，孩子的選擇可能會讓你皺眉與不解，甚至看不下去；如果不牽涉安全或法律，

不傷害自己或他人，父母就睜一隻眼、閉一隻眼吧！

常見的包括：

- 髮型與穿著穿搭風格
- 喜歡的音樂或追隨的偶像
- 興趣選擇
- 對時事、信仰、性別議題的觀點
- 對未來方向的選擇

你不必認同他喜歡的東西，但你可以選擇不干涉。

規範的分類並非絕對，應彈性調整

以上三層分類，並非絕對。每個家庭的界線會因為孩子的能力、父母的價值觀與整體文化而有所不同。

有的家庭願意讓孩子在深夜創作，因為信任他自律；有的家庭嚴格限制手機用途，因為發現孩子一滑就失控。

就算是對同一生活議題，其中涉及的規範，也可能分布在不同層次上。舉例而言，對於孩子的課業學習：

- 一、該管的底線：每天去上學，不可無故缺課，回家作業必須完成。
- 二、可談的原則：研讀時段的安排，補習與否的決定。
- 三、要放的自由：選擇何種讀書方法，讀書計畫的擬定。

重要的是，既然是底線，就不可以輕易妥協，但要說清楚「為什麼」；原則的部分，要用對話取代命令，學會與孩子來回協商；在自由的層次，父母必須學會放手，哪怕你實在不喜歡。

拿捏規範鬆緊的三個原則

一、規範是為了引導孩子學會自律

你可以這樣說：「我不是要控制你，而是希望你學會自己照顧自己，這是未來你自由的基礎。」以及「在你無法完全自律之前，我必須設定這些來保護你與幫助你，希望你能遵守。」

試著讓孩子知道，設定界線的目的是「教他長出能力」，不是要剝奪自由。

二、透過對話找到共識，而非直接命令

對青少年直接下命令要求，肯定會獲得極大反彈。也許，你可以在某些規範項目上，問問青少年的想法：

「你自己覺得幾點回家是安全的？」

「你怎麼看自己最近使用手機的狀況？」

「我擔心你太晚睡，會影響健康，你有什麼想法？」

這些問題，比起直接說「手機收起來」、「早點回家」或「不可以熬夜」，更能開啟溝通，也幫助孩子練習思辨與自我覺察。

三、放手，不代表放任

有些事，你不干涉，不代表不關心。你可以說：「這件事我決定尊重你的選擇，不過我還是會觀察，若有需要，我會再介入。」或是「你現在嘗試做自己的主人，我很欣賞；但如果你發現卡住了，記得隨時找我討論。」

讓孩子感受到，你不是緊抓著他不放，而是，讓他自己走，但也願意在身旁陪行。

請記得，放手，不代表放生；設界線，不代表不信任。

青少年需要空間，也需要方向；需要自由，也需要提醒。

路怒、自傷、焦慮失控 全民必修情緒課，SEL 幫孩子找回快樂能力

文 蕭歆諺 天下雜誌 824 期

台師大心輔系特聘教授陳學志很喜歡一則印第安寓言故事。

智者告訴孫子，每個人心裡都有兩匹狼：黑狼象徵著貪婪、嫉妒與憤怒，白狼則代表善良、仁慈與同理，牠們每天都在爭執拚殺。

「誰會贏？」孫子著急地問。「取決於你平時餵哪一匹狼，」爺爺回答。

陳學志說，故事寓意是期待人們能日日善加呵護白狼，使牠強壯，這是一個人應負起的責任。

他是認知心理學專家，鑽研幽默與快樂一輩子，認為快樂需要經營與鍛鍊。看著台灣 PISA 學科成績有亮眼名次，對數學的焦慮與挫敗指數卻高得不可思議，他呼籲教育重心應該由「快樂學習」轉為「學習快樂」。

《兒少危機》情緒被壓抑的世代

孩子封閉感受，「數位疫情」加劇

台灣太需要情緒教育，因為不經意間，黑狼在許多人心裡悄悄被餵養得愈來愈大。

台師大幼家系助理教授吳怡萱指出，受文化等因素影響，台灣孩子在成長過程中習於壓抑情感，不懂得表達感受。如幼稚園孩子摔倒時，大人第一個反應往往是要孩子不要哭，彷彿暗示孩子沒有傷心與難過的權利。

沒時間靜下來好好正視與處理情緒，日子久了，孩子便會對感受更加麻木。

3 月，台北市延平中學國中部招生考試的作文題為《那一天，我流下了眼淚》，竟有疑似過半考生寫下父母過世經驗。

「難道只有親人過世才會流淚嗎？」吳怡萱點出其中矛盾，生命中有許多事都會讓人有情緒，顯然許多人封閉感受。

她進一步指出，懂得表達情緒，幸福感往往愈高，中文有 700 多個表達情緒的詞彙，國外更有許多詞彙表達特殊感受，但民眾平常僅使用少數幾個。

不只學生，從前年底新北國三生割頸案、今年 3 月雲云科技兇殺案，到最近三峽北大車禍事件中，肇事者被指控有路怒症等，無數社會新聞都說明管理情緒的重要性，更別提時有所聞、令人心碎的輕生新聞。

將這些社會事件歸因為情緒失控過於簡化，但這的確常是誤入歧途的最後一根稻草，培養情緒素養已成為一堂全民必修課。

因為，不懂得表達感受，常壓抑負面情緒，這樣的問題在資訊爆炸的當代被進一步放大。

專長為精神醫學的安南醫院副院長蘇冠賓形容，兒少正經歷一場「數位疫情」。

從小習慣用手機、網路與社群媒體的他們，每天活在被演算法操弄的世界裡。若長期浸泡在仇恨、恐懼與焦慮等負面內容，身心容易受影響，更延伸出網路霸凌、睡眠不足與親子衝突等問題。

他正見證苦果。執業近 30 年，蘇冠賓在初期診間裡極少見兒少病患，近十年來比例大幅提高。教育部統計，幼兒園到大學各學制的自殺及自傷通報人次，由 2018 年的 2765 人增加到 2023 年的 15196 人，短短 5 年增加逾 4 倍。同時校園暴力與偏差行為事件通報件數由 8660 增至 2.75 萬件，增加 2 倍多。

國際共識》台灣 SEL 元年

五大面向，強化心理韌性

強化兒少的心理韌性已經是全球共識。OECD 發布的「2030 學習羅盤」，更直接將兒童的幸福與福祉視為最終目標，推廣「社會情緒學習」(SEL, Social Emotional Learning)，成為諸多先進國家的應對方法。

台灣跟上這波潮流，在國家教育研究院與民間組織支持下，教育部於 3 月推出為期 5 年的「社會情緒學習中長程計劃」。

國教院睽違 10 年，特別成立專責研究室聚焦社會情緒學習。這將是 108 課綱實施後，課綱添翼般的重要升級。究竟什麼是 SEL？這是由美國「課業、社交與情緒學習組織」(CASEL) 於 1994 年提出的概念，EQ 之父高曼即是組織創始成員。

SEL 屬於情緒教育的一類，期待由五大面向培養學生情緒管理與社交的能力，屬於非認知能力。

吳怡萱指出，SEL 並不是一堂課，應該融入教師的班級經營與各學科教學中，學生要從與他人的互動練習與實踐，且需要教師、學校、家庭乃至社區的支持。

她強調，不只孩子，大人更該學 SEL。只有當大人懂得表達與管理情緒，才能有身教效果，讓孩子更勇於嘗試梳理情緒，從師培做起成為推廣 SEL 的重要第一步。

教學成效》成績也提升

不只變快樂，修補「心靈餐盤」

諸多國際報告已證實 SEL 成效。芝加哥洛約拉大學學者德拉克 (Joseph Durlak) 等人統整全球 523 份有關 SEL 的研究發現，SEL 能夠有效減少學生偏差行為與情緒困擾，對學校更有歸屬感，變得更幸福的同時，也提高學業成績。

SEL 能幫助學生變快樂相對好理解，為何學科成績也提升？

長期投入情緒教育，芯福里情緒教育推廣協會創會理事長楊俐容有個生動比喻

「假設孩子的心靈是一個餐盤，如果它破損，拚命加再多菜都沒用，」她說，孩子唯有心安與有自信時，才能把新知識學好，SEL 的出現不是再加菜給學生，而是把餐盤破洞補起來。

近 30 年來，SEL 在國際權威機構認可下逐步走向主流。前有 2002 年聯合國教科文組織向全球推廣 SEL，後有 2019 年 OECD 展開跨國性「社會與情緒技能調查研究」。

回頭看台灣，台中教育大學教育系助理教授林佳慧指出，108 課綱重視素養其實已十分貼合 SEL 理念，中長程計劃的推出有反思與強調學生非認知能力的意味。

「孩子跟老師打招呼，聲音語言表情是有溫度的，學校流動的氛圍會多一些人味，」她如此形容學校引進 SEL 後可能出現的課堂風景。

改變發生》校園多了人味

收服「生氣怪獸」，也學會同理

興穀是新北第一間經教育局認證的「新育幸福學校」。新育指的是五育之外的創新教育，表彰興穀有多項實作與特色校訂課程，其中包含 EQ 課程。

校長胡銘浚表示，有鑑於近年受情緒障礙困擾的孩子增多，興穀自 2023 年起與芯福里合作，邀請學校家長擔任志工，入班教 EQ 課程，一學期安排 20 堂課。

芯福里的志工個個都接受過嚴謹的訓練與考核，搭配經縝密編排的教材，不僅經台大心理系教授雷庚玲認可教學有所成效，也頗受學生們歡迎。

記者實際走入課堂，該課程邀請三年級同學根據不同情境，練習分辨 A 學生安慰考試考差的 B 學生其行為與話語是否貼心，光是課前提醒便充滿巧思。

「如果老師講話太大聲要跟我說，因為太大聲可能會觸發什麼地雷？」講師林玉娟話音剛落，孩子們便異口同聲地說出「吵地雷」。

170 公分，長期穿協會綠色 T 恤的她被學生親暱稱為「綠巨人」。她欣慰提到，擔任志工十餘年，見證許多孩子更能控制情緒。如原子筆斷水了，學生能分辨這是小事，無須大驚小怪急著找老師；當「生氣怪獸」出現時，能覺察它的存在，冷靜與暫停一下再慢慢收服它。

另一位志工講師陳品榕同樣有感。她的孩子 5 歲時被診斷有亞斯伯格症，經過課程洗禮後竟明顯改善，國中老師直呼看不出他有情緒障礙。

他們的孩子其實都已畢業，仍願意每週花時間備課與教學，除了因自己受益於此課程，也希望影響更多孩子。「學生懂得管理情緒，社會變更好，我的孩子自然也受益，」他們說。

推廣 SEL，陪伴孩子馴服黑狼與餵養白狼，是大人應負起的責任，也是所有人都應每日修煉的功課。

要青少年打開話匣子、多聊已經不容易，更何況是要他們言聽計從，在關鍵的時候依循大人希望的方向，做出決定、改變。「動機式訪談」幫助大人了解青少年的心聲，甚至在不知不覺中，幫助孩子說服自己做出改變。

美國羅格斯大學醫學院（Rutgers Robert Wood Johnson Medical School）的神經病學終身職教授迪克（Dalelle M. Dick）有個 9 歲的兒子，常讓她覺得愈來愈難說服他去做或不做什麼事情。再過不久，兒子就要進入青少年時期，要他言聽計從，更不可能。

她一邊想著對策，一邊想到在許多領域臨床經驗有效的動機式訪談（motivational interview，MI）也是教養上的好幫手，於是在《今日心理學》（Psychology Today）的專欄撰寫系列文章，整理研究驗證過的方法，教大人如何讓青少年開口說話、討論、打開耳朵，甚至買單接受大人的想法。

她首先同理父母們的經驗與心情，知道大家總是苦口婆心，想要用理論或事實說服小孩、甚至威脅利誘的強迫小孩去做或不做什麼事情。但事實證明，這些方法常常讓孩子有負面的感受，甚至不管用。有些孩子陽奉陰違，有些孩子即使言聽計從，也難保只是做做表面功夫，長期下來還會傷害親子關係。

互動式訪談 讓孩子當主角

互動式訪談則讓孩子試著當主角，有機會把心裡的話說清楚，趁機想清楚相關的感受與想法，得出相對理性、他們心甘情願的結論，進一步說服他們自己改變決定與行為。父母可以藉由問孩子以下問題來幫助他們釐清事情與心情：

為什麼你想、不想做某件事或改變

為什麼這件事情對你很重要

你打算怎麼做

那你覺得你要做什麼

互動式訪談會成功的原因，是它讓孩子有很多深度的思考與反思，像是看到自己的初衷與矛盾、覺得大人比較像夥伴、受到尊重同理與同情、也喚起他們重新思考心中已經知道的答案跟動機。

這也會讓孩子覺得他們被賦予權力做決定、被傾聽與理解。迪克問，難道父母不想跟一個這樣的青少年打交道？還是寧可跟一個防禦心重又憤怒的青少年打交道？而且，這是同一個孩子，只是父母跟他們互動的性質不同，就可以產出一個不同的人。

所以，迪克也提醒大人，要跟孩子進行互動式訪談時，別咄咄逼人，要留意一些原則：
少說多聽

既然是訪談，父母主要的角色是問問題，讓孩子思考與抒發心聲，別打斷孩子與趁機說教。
問開放式的問題

不要問些孩子可以簡答、或只說 yes 或 no 的問題。讓孩子暢所欲言，即使他們天馬行空也不要導引他們。記得這是跟孩子互動的新方法，要改變雙方的關係與溝通模式需要一點時間。

青少年愛詭辯、理由一大堆，就是不願意自我負責，怎麼辦？

作者：陳志恆心理師

許多大人和青少年對話時，常會越說越氣。其中一個原因，就是青少年明明犯錯了，卻打死不承認，還理由一大堆。黑的說成白的，白的說成黑的，相當令人傻眼！

事實上，不只青少年，更小的孩子也會這樣。只是，青少年這樣的現象更普遍、更嚴重。

有個母親來向我抱怨就讀國中女兒的事情。她說，有一次女兒要求用平板上網查單字。查了老半天，母親卻發現，她根本沒在查單字，而是在看影片。

母親問：「妳在做什麼？」

女兒第一時間回答：「沒有呀！」

「有呀！我看到妳正在看影片！」

「吼！哪有？」

「我明明就有看到！你不是說要查單字嗎？怎麼卻偷看影片？然後，問你還不承認！」

女兒說：「我有查單字呀！是剛查完，剛好朋友傳了一個訊息給我，說有影片要和我分享，我才點開的！」

「真的嗎？」

「真的啦！我才剛點開而已，看完馬上就要把平板還你了！」

「是喔！那我剛剛問你，問什麼不承認？」

「我沒有呀！」

「明明就有！」

女兒突然爆氣，大聲對著媽媽咆哮：

「你們為什麼都不願意信任我？對啦、對啦！我就是愛說謊。我錯了、我不對、我不應該，這樣可以了嗎？」

孩子非得對你的教誨「心悅誠服」嗎？

這母親氣到不知道該說什麼。她告訴我：「老師，我實在不懂，為什麼都國中生，做錯事就算了，還不承認，然後又理由一大堆！重點是，態度有夠差，還對我大小聲！」

「那麼，你希望，你女兒怎麼做，你才會滿意？」我問。

「我希望她可以負責任一點，做錯事就承認，不要理由一大堆，還『見笑轉生氣』！」

「所以，孩子要如何回應你，你才能接受呢？」

「就……好好承認自己的錯誤，然後態度好一點呀！」

「所以，你希望你女兒對你的教誨，能夠心悅誠服嗎？」

這母親笑了出來：「是……是不用到『心悅誠服』啦！」

睜眼說瞎話，其實是面子保衛戰

許多青少年在做錯事後，會找一大堆推託之詞，不斷詭辯，企圖淡化自己的「罪刑」。有些理由分明不合理，讓人啼笑皆非，但青少年仍堅持自己說的是對的。

大人常無法理解：「就承認就好啦！這樣很難嗎？」

確實很難！對青少年而言，「面子」比什麼都還要重要。為了保護自我價值，當犯錯被拆穿時，也要找到一個能說明自己正當性的理由，卻讓大人感覺到睜眼說瞎話。

麻煩的是，大人最介意的，就是孩子的態度。大人會說：「做錯事沒關係，你承認就好了，何必搬出那麼多歪理來強辯呢？」

於是，大人開始與孩子辯論起來，試圖說服孩子，這些理由有多麼牽強，有多麼不合理。越是如此，孩子更不會輕易放棄，繼續搬出更多更瞎的理由，來為自己說話。

當講不過大人時，青少年就轉而攻擊你：

「你們都不了解我！」

「你們不懂啦！」

「吼！對啦對啦！你們說的都對啦！」

這些話，更是讓大人惱怒，而且根本無法對話下去。

別不小心陷入是非對錯的爭奪戰

那麼，大人到底希望孩子表現出什麼態度呢？

我想，大概就是對大人的教誨能夠「心悅誠服」吧！你說，沒那麼誇張，只要恭敬謙虛地接受指教，願意承認錯誤就好了。當孩子這麼做時，大人就能放心，因為，孩子展現出自我負責的一面了。

然而，當大人如此期待時，就很容易與孩子一起陷入是非對錯的爭奪戰。孩子堅持自己說的有道理，大人覺得孩子就是在瞎扯，分明就是想推卸責任。

溝通對話的目的，絕對不是要爭是非、講對錯。

溝通對話的目的，是要能理解彼此，共同找出一個更好的解決方案。

當溝通成了爭辯是非對錯時，你來我往之間，談話便失焦了。因為，我們只急著去證明自己是對的，對方是錯的！

青少年有著強烈的獨立自主的發展需求，亟欲證明自己的能耐；他們豈能輕易低頭，當然要力抗到底。這個理由說不通，再搬出另一個理由，卻被認為「通通都是藉口」。

如果你能意識到這一點，你便會停下來想一想：「當孩子犯錯時，我希望孩子有什麼不同？」

答案很簡單：「下次別再犯」，或者，「下次能改善」，如此而已！

讓孩子知道，犯錯不會被指責

我問這位母親：「如果我是你，你知道我會怎麼回應你女兒嗎？」

她瞪大眼睛，顯然很想知道。我會說：

「喔！謝謝妳願意告訴我原因。好，下次記得查完單字後，就把平板還我，這是我們約定好的。」

「就這樣？」

「對！就這樣。這不是你希望的嗎？」我對著有些訝異的母親說：「說了這麼多，你就是希望他使用平板查單字時，就是查單字，別做其他用途。那麼，就明確地說出你的要求，這樣就好！」

「那麼，如果他又去看影片了，怎麼辦？」

「另外跟他討論，如果很想看影片，可以怎麼做。但，這又是另一個話題了。」

其實，青少年會一直詭辯，是為了保護自己的自我價值。**如果過去的經驗告訴他們，犯錯時，難免遭到一頓斥責或數落，那麼，他們就會搬出更多理由來幫自己說話，試圖減輕罪責。**

大人若要孩子別老講些推託之詞，就要在平時讓孩子感受到，犯錯時不會受到指責或否定。

但是，請別誤會我的意思！

具體指出孩子做錯了什麼，並要求孩子改善，這仍是必要的。但是，你不需要邊糾正，邊羞辱或翻舊帳，讓孩子感到恐懼與羞愧，這只會激起青少年更多的對抗而已。

化解衝突五字訣，回到情緒舒適圈

親愛的家長：

生活中常有不順心的事，情緒也容易因此起伏。無論是面對工作、生活、家庭，甚至是孩子的教育，各種壓力常讓我們感到很累。當情緒失控時，我們可能會大聲發脾氣，傷害對方；或者為了避免衝突，壓抑自己的感受，造成難以溝通。長期壓抑情緒，就像高壓鍋一樣，如果不適當釋放，最終會爆發。

請回想您最近是否感到壓力？情緒就像水一樣，平靜時我們能保持冷靜。但當壓力出現時，情緒會變成兩種情況：「沸騰」或「凍結」。



情緒「沸騰」

情緒一下子冒出來，可能做出衝動的行為或說出傷人的話。例如因為一時氣憤而大聲咆哮，傷害了對方。



情緒「凍結」

腦袋一片空白，不知道怎麼辦。為了避免衝突而壓抑感受，導致難以溝通，長期下來如同高壓鍋般積累。

這兩種情況都讓人很不舒服，讓人變得衝動或無能，沒有辦法做出好的決定跟有效的行動。

讓自己的情緒回到舒適區，才能讓自己的身心發揮最大的功能。幫助你的孩子回到情緒舒適區，讓彼此能回到親子互愛的關係裡去溝通。

化解親子衝突五字訣：停、看、聽、想、說

親子衝突在成長過程中很常見，但只要掌握對的方法，就能把衝突變成學習的機會，讓親子關係更好。下面是五個步驟的建議，每個步驟都有一句給家長的話（照顧自己），和一句引導孩子的話，幫助您和孩子一起學習和成長。



停：暫停衝突，察覺自己

當衝突快要發生時，請先深呼吸，給自己一點時間暫停，避免情緒爆發。

照顧自己：「現在我很生氣/沮喪，我需要一點時間冷靜下來。」

引導孩子：「我們都有些生氣了，我們先暫停一下好嗎？等一下我們再來好好聊聊。」



看：仔細看，弄清事實

冷靜下來後，客觀地看看衝突是怎麼發生的，弄清楚事實，不要自己亂猜。

照顧自己：「我現在能夠比較清楚地看到發生了什麼事。」

引導孩子：「你覺得剛才發生了什麼事？我們一起想想看。」



聽：聽孩子說，理解情緒

試著放下自己的想法，專心聽孩子說，理解他們行為背後的感受和需要。

照顧自己：「我感受到了自己的情緒，也試著理解孩子的情緒。」

引導孩子：「我聽到你說...（重複孩子的話），你是不是覺得很...（說出孩子可能的情緒）？」



想：思考需求，找到共同點

想想看，我和孩子在這場衝突中真正想要的是什麼？

照顧自己：「我希望自己和孩子都能從這次經驗中學到什麼？」

引導孩子：「我們希望這件事情最後怎麼解決呢？你覺得有什麼好辦法嗎？」



說：表達感受，討論怎麼做

當你們都清楚彼此的需求後，溫和但堅定地表達你的感受和期待，並引導孩子說出他們希望怎麼解決問題。

照顧自己：「我能清楚地表達自己的感受和需要，也尊重孩子的意願。」

引導孩子：「我希望...（說出你的期待），你覺得我們可以怎麼做，讓事情變得更好？」

透過這五個階段的練習，您會發現親子衝突不再那麼可怕，而是促進親子關係成長的機會。

總務處



新北市立永平高級中學(國高中部)註冊費及各項代收代辦費繳費說明

一、**繳費期間**：請依各項費用（註冊費、課輔費、午餐費）收費期間完成繳費。考量學生攜帶現金到校安全疑慮，**學校不代收現金，請勿至學校繳交現金。**

二、**繳費管道**：手續費依各平台收費標準計算

(一) **新北校園通 APP 繳費平台**，安全又快速。繳費說明如下：

【**新生家長請先在手機下載新北校園通 app 註冊綁定即可使用。】

【**詳細登入步驟及繳費方式說明另於永平高中校網 <http://www.yphs.ntpc.edu.tw> 公告】

如何繳費

1、透過【新北校園通】app



2、登入帳號後，選擇【學費pay】功能。



學費pay

3、點入Icon後即可看見繳費單據，並點選欲繳費之單據名稱



4、進入單據後即可看見多種繳費支付管道可選擇進行繳費



(二) **繳交現金**：請先確認是自己的繳費單，超商、臺銀臨櫃繳交現金。

(三) **ATM 轉帳**：請先確認是自己的繳費單，轉帳帳號及金額請依個人繳費單最下欄位說明，每人每張繳費單轉入帳號及金額皆不相同，請分別轉入。

系所/科別	班級	姓名	院別																
合計新台幣：壹仟捌佰玖拾玖元整																			
實 名	58101	帳號編號	7145674261070346																
代收編號	714287	繳費金額	1,899																
*統一、全家、匯及萊爾富便利超商繳費，需自付手續費5元。		台灣 PAY																	
*繳費期限：113-09-17																			
<table border="1"> <tr> <th>帳號</th> <th>金額</th> <th>金額</th> <th>金額</th> </tr> <tr> <td colspan="4">利用各行庫自動櫃員機轉帳，轉入行號為：臺灣銀行(代號004)，轉入轉入帳號：7145674261070346 轉入金額：1,899</td> </tr> <tr> <td colspan="4">臺灣銀行網路銀行轉帳：利用臺灣銀行網路銀行繳費，需自付手續費5元。</td> </tr> <tr> <td colspan="4">信用卡繳費請撥02-27088118(如欲分期請先洽發行行)→按1→學校代號：58109000148→輸入金額5→按#完成繳費。</td> </tr> </table>				帳號	金額	金額	金額	利用各行庫自動櫃員機轉帳，轉入行號為：臺灣銀行(代號004)，轉入轉入帳號：7145674261070346 轉入金額：1,899				臺灣銀行網路銀行轉帳：利用臺灣銀行網路銀行繳費，需自付手續費5元。				信用卡繳費請撥02-27088118(如欲分期請先洽發行行)→按1→學校代號：58109000148→輸入金額5→按#完成繳費。			
帳號	金額	金額	金額																
利用各行庫自動櫃員機轉帳，轉入行號為：臺灣銀行(代號004)，轉入轉入帳號：7145674261070346 轉入金額：1,899																			
臺灣銀行網路銀行轉帳：利用臺灣銀行網路銀行繳費，需自付手續費5元。																			
信用卡繳費請撥02-27088118(如欲分期請先洽發行行)→按1→學校代號：58109000148→輸入金額5→按#完成繳費。																			

三、請務必於繳費截止日前完成繳費並妥善保管繳費收據，利用 ATM 轉帳者請保管轉帳收據，利用 app 各管道繳費者可在 app 查詢繳費結果。

新北市立永平高級中學114學年度全校辦公室電話分機一覽表			
校長室	200	圖書館(主任)	250
秘書室(秘書)	201	服務台(一樓)	251
秘書室2	203、209	資訊媒體組(二樓)	252
健康中心	202、101	創造力中心(三樓)	253
合作社(忠孝樓一樓)	204	國際會議廳(四樓)	254
音樂專科教室(忠孝樓五樓)	206	資訊管理員	255
電腦教室機房(忠孝樓四樓)	208	幹事	256
教務處(主任)	210	讀服組	257
教學組	211	採編組	258
副組長、幹事	212、219	圖書中心(圖書館地下室)	259
實驗研究組	213	人事室(主任)	260
註冊組(一)(二)	214、215	人事室(組員)	261
試務組、行政助理	216、218	會計室(主任)	270
設備組、幹事	217	會計室(佐理員)	271
行政助理、實習老師	610、611	進修學校(主任)	280
學務處(主任)	220	教導組長	281
主任教官、生輔組	221、224	教師會會長	290
訓育組、副組長	222、207	英語課程發展中心	188
衛生組	223	高一導師辦公室(忠孝樓三樓)	264、274
社團活動組	225	高二導師辦公室(和平樓四樓)	265、275
教官、生輔員	227、228	高三導師辦公室(和平樓四樓)	266、276
體育組(綜合大樓一樓)	226、289	七年級導師辦公室(中正樓二樓)	267、277
貴賓室(綜合大樓三樓)	327	八年級導師辦公室(忠孝樓二樓)	268、278
游泳池	205	九年級導師辦公室(忠孝樓二樓)	269、279
幹事1、幹事2	229、168	高中專任辦公室(一)(和平樓四樓)	284
午餐秘書	337	高中專任辦公室(二)(信義樓一樓)	285
總務處(主任)	230	國中專任辦公室(一)(中正樓四樓)	287
事務組、幹事1(維修接洽)	232、231	國中專任辦公室(二)(忠孝樓一樓)	288
出納組	233	國中生物準備室(忠孝樓五樓)	295
文書組	234	物理實驗室(和平樓一樓)	296
幹事2(含基金會)	235	化學實驗室(和平樓二樓)	297
文書收發	236	生物實驗室(和平樓三樓)	298
學校總機、助理員(含家長會)	237	警衛室	299
輔導處(主任)	240	1. 總機 2231-9670 自動跳號	
輔導組、副組長	241、247	2. 校安專線聯絡 3233-9456〔教官室〕	
資料組	242	3. 校長專線：2922-1572	
特教組	243、343	4. 合作社專線 2928-0802〔合作社自付〕	
輔導專任行政助理	244	5. 游泳池專線 2921-0014〔游泳池自付〕	
高中專輔、高中特教	248、249	6. 轉接：按Cnf/Trn鍵，再撥號。內線：按 Intercom鍵，再撥號。	
國中專輔1	883、885、290	7. 內線廣播按 Intercom" #30"	
國中輔導教師、心理師	245	8. 無論市話、手機、長途，每通均有5分鐘設限。	
國中學習中心(1)、高中學習中心(1)	246	9. 打手機時一律顯示節費號碼 8979-0315	
國中學習中心(2)、高中學習中心(2)	349	a. Fax: 2927-7499 〔總務處等共用〕	
國中學習中心(3)、(4)	339	b. Fax: 8921-9644〔教務、輔導、秘書室〕	

新北市立永平高級中學114學年度校舍分布平面圖





從永平出發,向世界找答案

發行人：沈美華 校長

策劃：薛金蓮 主任

封面、封底：陳志祥 幹事

主編群：

隋靜華 副組長、林庚申 老師

曹志豐 組長、陳志祥 幹事

編輯群：

輔導處、教務處、學務處、圖書館、總務處

出版日：中華民國 114 年 09 月

YPHS