



# 基隆市立 中山高中

 Keelung Municipal Zhong Shan  
Senior High School 

111學年度第2學期

家長日手冊

民國112年3月4日 

# 基隆市立中山高中 111 學年度第 2 學期家長日活動流程表

參加對象	時 間	活 動 內 容	主持人/主講人	地 點
全體家長與 全校教職員	08:00~08:30	報到 (請戴口罩入校並配合 本校防疫措施)	輔導處	本校體育館
	08:30~09:30	親職教育講座- 啟發小孩自動與自律的教養秘訣	青馬基金會小太陽 張梅緬講師	
	09:40~10:00	1. 各處室主任及導師介紹 2. 校務報告 3. 綜合座談	校長 家長會長	
國三家長	10:00~10:30	適性入學宣導	郭英傑老師	本校體育館
	10:30~12:00	班級親師座談	各班導師及任課教師	各班教室
高三家長	10:00~11:00	大學考招趨勢與申請入學志 願選填	佛光大學王宏升招生長	行政大樓 3 樓 健康教室
	11:00~12:00	班級親師座談	各班導師及任課教師	各班教室
國一、國二、 高一、高二家長	10:00~12:00	班級親師座談	各班導師及任課教師	各班教室

# 目 錄

項目	頁次
一、 本學期學校重要活動(簡要行事曆)	3-4
二、 中山教職團隊	5-6
三、 各處室報告資料	7-21
四、 宣導事項	
(一) 防疫宣導	22
(二) 反毒宣導	23
(三) 網路安全宣導	24-25
(四) 環境教育宣導	26
(五) 健康體位宣導	27
(六) 家庭親職教育〔教養青少年的七大禁忌〕	28-29
(七) 生命教育〔走出生命中的憂谷--談自殺防範〕	30-31
(八) 性別平等教育〔世紀大疫，數位性別暴力〕	32-33
(九) 生涯發展教育〔生涯發展教育：熱情＋努力，讓天賦發光〕	34-35
五、 本校國中部英語資優班簡介	36-37
六、 本校 111 學年度對外競賽榮譽榜	38-42



週次	時間	111 學年度第 2 學期學校重要活動提醒	
1	02/12 02/18	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎2/13(一)開學</li> <li>◎2/13(一)英資班第8節開始</li> <li>◎2/16(四)13:00-16:00 高三書審資料工作坊 2</li> <li>◎2/17(五)紳士淑女季選拔申請截止</li> <li>◎2/17(五)品德教育故事/漫畫季徵稿比賽收件</li> <li>◎2/18(六)調整上班上課</li> <li>◎2/18(六)中山進階領袖營</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎2/13-2/19友善校園週</li> <li>◎2/13-17第八節辦理國中、部111-1補行測驗</li> <li>◎2/13-2/14寒假借書歸還</li> <li>◎2/13-3/10 中學生網站閱讀心得第 1120310 期報名作品上傳</li> <li>◎2/13-3/15中學生網站小論文第1120315期報名作品上傳</li> <li>◎2/14-2/15上傳高三繁星成績</li> <li>◎2/15-22 適性輔導安置網路報名</li> <li>◎校內特教期中轉介作業開始</li> </ul>
2	02/19 02/25	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎2/20(一)學習歷程檔案：課程學習成果認證失敗，學生再次上傳檔案、多元表現檔案上傳截止日。</li> <li>◎2/21(二)8:00-8:50防詐騙宣導(高二，未來教室)</li> <li>◎2/21(二)-22(三)國三國二複習考</li> <li>◎2/23(四)學測公布成績及寄發成績通知單</li> <li>◎2/24(五)大學術科考試寄發成績通知單</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎2/24(五)中午12:30於未來教室辦理繁星說明會</li> <li>◎2/24(五)高一高二高三多元、加深加廣、彈性充實補強課程加退選截止日</li> <li>◎2/20-2/24英資班全年級期親師座談會議</li> <li>◎2/20-3/6第一次書香校園主題書展</li> </ul>
3	02/26 03/04	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎2/27-2/28和平紀念日</li> <li>◎3/2(四)早自習晨讀好書開始</li> <li>◎3/3(五)14:00-16:00高三學測落點分析及志願選填講座</li> <li>◎3/4(六)家長日</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎3/1-3/31健康促進之健康體位活動(國一二)</li> <li>◎特色招生專業群科校內報名作業</li> <li>◎藝術才能班術科校內報名作業</li> </ul>
4	03/05 03/11	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎國中教育會考校內報名作業</li> <li>◎3/6(一)第八節課業輔導開始</li> <li>◎3/6(一)國中部課後學習扶助開始</li> <li>◎3/7(二)國三技藝教育課程開始</li> <li>◎3/7(二)班週會於未來教室辦理高三申請入學說明會</li> <li>◎3/7(二)8:00-8:50預防少年犯罪宣導(國高中部，線上)</li> <li>◎3/7(二)中午12:30於未來教室辦理繁星推薦決選作業</li> <li>◎3/9(四)高中學生自主學習計畫審查</li> <li>◎3/9(四)性別平等四格漫畫、短篇故事徵稿截止</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎3/10(五)前繳交校內科展說明書</li> <li>◎3/10(五)13:00 高二外籍教師演講(階梯教室)</li> <li>◎3/10(五)高中 1-do 自學力提案報名</li> <li>◎3/10(五)中學生網站閱讀心得第 1120310 期報名作品上傳截止</li> <li>◎3/10(五)環境教育暨健康體位-四格漫畫、標語創作競賽收件</li> <li>◎3/11(六)全國學生音樂比賽-行進管樂</li> <li>◎3/6-3/10 112 年新北市全國青年盃田徑公開賽(新北市)</li> <li>◎3/9-3/11 112 年全國中等學校運動會-跆拳道品勢(新竹縣)</li> <li>◎性別平等月</li> </ul>
5	03/12 03/18	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎3/13(一)國一、二國文科作業抽查</li> <li>◎3/14(二)-3/15(三)繁星推薦繳費及報名</li> <li>◎3/13(一)8:00-9:00 國三適性入學宣導講座</li> <li>◎3/14(二)8:00-9:00 國中生生涯講座</li> <li>◎3/15(三)高三學生繳交四技申請入學報名表及費用</li> <li>◎3/15(三)中學生網站小論文第 1120315 期報名作品上傳截止</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎3/17(五)高三學生繳交大學申請入學報名表及費用</li> <li>◎3/17(五) 高一高二國文科作業抽查</li> <li>◎3/17(五)公布校內科展成績</li> <li>◎3/17(五)13:00-13:50 大學學群介紹 1</li> <li>◎3/17(五)普及化運動大隊接力基隆市複賽(102、202、302)</li> </ul>
6	03/19 03/25	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎3/20(一)-3/23(四)四技申請入學集體繳費、報名</li> <li>◎3/21(二)上午 9:00 公告繁星錄取名單</li> <li>◎3/21(二)7:30-8:00 人為災害演練(全體師生)</li> <li>◎3/21(二)-3/23(四)繁星錄取名單網路聲明放棄入學資格</li> <li>◎3/22(三)-3/24(五)大學申請入學集體報名、繳費</li> <li>◎3/23(四)性別平等四格漫畫、短篇故事得獎公告</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎3/24(五) 14:00-15:50 高二國寫策略講座</li> <li>◎3/25(六)教育、健康體位等各項議題融入班會課程之學習單收件</li> <li>◎3/24-26 高三身障學生大專校院甄試</li> <li>◎3/24-3/30 段考週暫停借閱</li> <li>◎3/25(六)調整上班上課(補 4/3 週一之課務)</li> </ul>
7	03/26 04/01	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎3/27-28 高二第一次段考</li> <li>◎3/28-30 高一高三第一次段考</li> <li>◎3/28(二)基隆市國中技藝教育競賽</li> <li>◎3/28-4/12 基北區高中職第 2 次志願模擬選填</li> <li>◎3/29-30 國中部第一次段考</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎3/29-3/31 高二文教參訪</li> <li>◎3/30(四)大學申請入學、四技申請入學公告第一階段篩選結果</li> <li>◎3/30(四)14:00 跨越網路性暴力講座(國中部 體育館)</li> <li>◎3/31(五)13:00-16:00 國二高職參訪活動</li> </ul>
8	04/02 04/08	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎4/3-4/5 清明連假</li> <li>◎4/6(四)高三分科測驗模擬考</li> <li>◎4/7(五)高一校外教學</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎4/7(五)名師生涯講座開講</li> <li>◎4/8(六)適性輔導安置學生能力評估</li> </ul>
9	04/09 04/15	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎4/10(一)13:00-13:50 高一高二英文演講比賽</li> <li>◎4/10(一)14:00-14:50 高一高二英文作文比賽</li> <li>◎4/11(二)8:00-8:50 高一高二英文科單字比賽</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎4/11(二)8:00-9:50 中山 xTed-共讀短講比賽(國一、二)</li> <li>◎4/13(四)高一高二英文科作業抽查</li> <li>◎4/14(五)校慶運動會</li> </ul>
10	04/16 04/22	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎4/17 國一、二自然科作業抽查</li> <li>◎4/18 閩南語劇場競賽(國一)</li> <li>◎4/20-21 國三第四次復習考</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎4/21(五) 14:00-15:50 高二大考英文得分策略講座</li> <li>◎特教宣導活動(發放專刊、影片播放)</li> </ul>
11	04/23 04/29	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎4/23-4/27 112 年全國中等學校運動會(新竹縣)</li> <li>◎4/24(二)111 學年度校際聯盟學生多元表現學習歷程檔案徵選</li> <li>◎4/25(二)8:00-8:50 高三藝能科期末考</li> <li>◎4/25(二)8:00 於害防制宣導(國一二，體育館)</li> <li>◎4/25(二)班聯會參選人之政見及相關資料公告</li> <li>◎4/25(二)閩南語劇場競賽(高一)</li> <li>◎4/27(四)早自習：閱讀推手入班推動閱讀(國一)</li> <li>◎4/27(四)112 年基隆市國中英語資優鑑定複選結果公告</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎4/27-28 高三第二次段考</li> <li>◎4/28(五) 高一高二數學科作業抽查</li> <li>◎4/28(五)13:00 高一外籍教師演講(階梯教室)</li> <li>◎4/28 紳士淑女季選拔申請截止(高國二三，愛護環境)</li> <li>◎4/28 品德教育漫畫/故事季徵稿比賽收件截止(高國二/高一)</li> <li>◎4/28 國一品德聯絡簿讀後心得比賽(P46 及 P62 競賽)</li> <li>◎4/28-5/5 高中職免試入學變更就學區作業</li> </ul>
12	04/30 05/06	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎5/1(一)國一、二數學科作業抽查</li> <li>◎5/1(一)-5/3(三)112 學年體育班特色招生報名</li> <li>◎5/2-3 國三第二次段考</li> <li>◎5/3(三)高中北一區科展</li> <li>◎5/4(四)早自習：閱讀推手入班推動閱讀(國二)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎5/5(五)13:00-13:50 大學學群介紹 2</li> <li>◎5/6(六)112 學年度體育班特色招生術科測驗</li> <li>◎5/6(六)適性輔導安置唱名分發◎五專優先及分區免試校內報名作業</li> <li>◎高三模擬面試</li> </ul>

13	05/07 05/13	◎5/8(一)112 學年度體育班特色招生放榜 (5/9-5/11 成績複查) ◎5/9(二)高三分科測驗模擬考 ◎5/11-5/12 上傳高三學生第六學期修課紀錄 ◎5/12(五)111 學年度校際聯盟學生多元表現學習歷程檔案徵選收件截止	◎5/12(五)高中部班際羽球賽 ◎五專優先及分區免試校內報名作業 ◎高三模擬面試 ◎國中生涯檔案評選 ◎國、高三特教學生 IEP 暨 ITP 會議
14	05/14 05/20	◎5/15-17 高一、二第二次段考 ◎5/16-17 國一、二第二次段考 ◎5/16(二)8:00-8:50 校園愛滋暨性病防治宣導講座(國三) ◎5/18(四)國三第八節課輔結束 ◎5/19(五)111 學年度校際聯盟社團交流 ◎5/19(五)國一校外教學	◎5/15-5/26 陸續召開英資班期末 IGP 會議 ◎5/18-5/30 四技申請入學第二階段複試 ◎5/18-6/4 大學申請入學第二階段指定項目甄試日期 ◎5/20-21 國中教育會考 ◎國、高三特教學生 IEP 暨 ITP 會議 ◎高三模擬面試 ◎實用技能學程宣導
15	05/21 05/27	◎5/22(一)國一二英語科作業抽查 ◎5/22(一)國三藝能科期末筆試(藝術、健體、科技) ◎5/23(二)8:00-8:50 紙風車青少年反毒戲劇表演 ◎5/26(五)高一高二自然科作業抽查 ◎5/26(五)國中部班際排球賽 ◎5/27(六)國際教育文化交流活動	◎5/25-29 國一新生線上報到 ◎5/26-27 國一新生現場報到 ◎5/27-5/28 2023 年臺灣國際田徑公開賽(新北市) ◎國一多元智能量表施測 ◎國二工作價值觀量表施測 ◎五專優先及分區免試校內報名作業
16	05/28 06/03	◎5/30(二)班聯會選舉 ◎5/30-6/6 高三身障生大專校院甄試網路志願選填作業 ◎5/31(三)9:00 -11:00 畢業典禮預演 ◎6/1(四)畢業典禮 ◎6/2(五)前四技申請入學公告正、備取錄取名單	◎6/2(五)下午英資班成果發表會(地點:未來教室) ◎6/2(五)下午英資班期末親師座談 ◎資源班 IEP 暨 ITP 會議 ◎111 學年度技藝教育課程報名 ◎畢業生校服回收宣導
17	06/04 06/10	◎6/5(一)國一二社會科作業抽查 ◎6/5(一)前大學申請入學公告錄取名單 ◎6/5(一)管樂成果發表 ◎6/5(一)適性輔導安置結果公告 ◎6/6(二)8:00-8:50 高一高二社會科競試 ◎6/9(五)高一高二社會科作業抽查	◎6/8-6/12 五專優先免試正式志願選填 ◎6/8-6/9 大學申請入學網路登記就讀志願序 ◎6/8-6/19 分科測驗報名 ◎6/9(五)公佈國中教育會考成績 ◎資源班 IEP 暨 ITP 會議 ◎111 學年度技藝教育課程報名
18	06/11 06/17	◎6/12-6/20 基北區高中職第 3 次志願模擬選填 ◎6/13(二)國一二藝能科期末筆試(健體、科技) ◎6/14(三)大學申請入學公告統一發結果 ◎6/14(三)身障生升學大專校院甄試分發結果公告 ◎6/14(三)-6/17(六)大學申請入學錄取生網路聲明放棄入學資格 ◎各校自訂起始日至 6/15(四)四技申請入學第一階段:正取生及備取生報到、聲明放棄錄取資格、遞補作業截止	◎6/15(四)五專優先免試錄取查詢 ◎6/15(四)第八節課業輔導結束 ◎6/15-6/17 四技申請入學第二階段:備取生報到、聲明放棄錄取資格、遞補作業截止 ◎6/16(五)國中部課後學習扶助結束 ◎6/17(六)調整上班上課(補 6/23 週五之課務) ◎6/17(六)111 學年度校際聯盟多元學習成果發表暨頒獎 ◎資源班 IEP 暨 ITP 會議
19	06/18 06/24	◎6/11(日)外木山海上長泳活動 ◎6/20(二)國一二藝能科期末筆試(藝術) ◎6/20(二)8:00-8:50 高一、高二藝能科期末考	◎6/21(三)12 時起-6/29(四)12 時止基北區高中職正式志願選填 ◎6/22-6/23 端午連假 ◎發還學生生涯輔導紀錄手冊並請家長簽名檢閱後繳回 ◎基北區高中職免試入學校內報名作業
20	06/25 07/01	◎6/28-29 國一、二第三次段考 ◎6/27-29 高一高二第三次段考 ◎6/30(五)13:00-14:10 休業式	◎6/30(五)暑期借閱開始 ◎7/1 暑假開始 ◎基北區高中職免試入學校內報名作業

# 中山高中教職團隊

## 一、學校活動與訊息

請至「中山高中」網頁查詢 <https://csjh.kl.edu.tw>

## 二、學校總機(02)24248191

## 三、行政團隊/處室分機

處室	職稱	姓名	分機
校長室	校長	鄭裕成	80
教務處	教務主任	廖文鴻	10
	教學組	唐碩振	11
	幹事	黃琳雁	11
	註冊組	林依俐	14
	幹事	黃琬真	14
	試務組	江雅萍	12
	實研組	陳靜苓	17
	幹事	莊素蘭	12
	設備組	陳建良	13
	學務處	學務主任	許智億
訓育組		陳素蘭	20
衛生組		陳黎融	21
活動組		潘靖儒	23
幹事		歐自偉	21
生活輔導組		李怡慧	22
體育組		紀富宏	49
護理師		黃惠敏	28
幹事		顏嘉良	22
輔導處		輔導主任	林麗玲
	輔導組	楊惠如	69
	資料組	高蕙亭	69
	特教組	張仲鳴	42
	資優教育組	王靖雯	69
	專任輔導教師	黃綉娟	41
	專任輔導教師	潘姿蓉	41
	高中專任輔導教師	葛懿慧	42
	英語資優班導師	邱育琳	41
	資源班導師	許智涵	42
總務處	總務主任	林順吉	32
	庶務組	周力行	30
	文書組	李旖珊	34
	出納組	彭藝	31
	幹事	楊美芳	66

圖書館	圖書館主任	林金山	60
	讀者服務組	鄭如伶	60
	技術服務組	王建文	60
	資訊媒體組	李俊賢	18
人事室	人事主任	許瑞琪	50
	人事助理員	邱子軒	51
會計室	會計主任	林秀英	55
	會計佐理員	黃木卿	56

# 教務處工作事項

111 年大學學測今是新課綱實施後第二次新型學測，題目與題型已漸趨於穩定及成熟，數學分為數學 A 及數學 B 兩科，故共考六科(國、英、數 A、數 B、社、自)，學生可依自己的性向選考，並參採各大學端之校系分則檢定標準，參加繁星推薦及申請入學。

大學升學制度的變革下，繁星制度是本校極具優勢條件的利基，因此本校不乏進入知名國立大學的機會。如：台大、成大、清大、交大、政大、師大等。除了國立大學之外，尚有許多優質私立大學，其辦學績效，並不差於許多國立大學，中山學生在選填志願時，並不盲目只以公立為唯一標準，更多是以興趣及性向為基礎，符合適性多元的教育理想。本校就近入學學生的學習有很好的發展機會，當然全體師生的努力更是保證。也特別感謝老師們辛苦的指導。緊接而來的大學繁星推薦及申請入學即將 3 月登場，請家長多予以關心，尤其在志願的選填方面，不管是興趣或是科系的未來性皆需要與家長對話，以獲得支持。

本校教師本持著「成就每一位學生」的信念，因此在教師兩年多的提攜下，不論在學生起點成績的優劣，都能有進步的表現，足見老師的用心付出。本校學生會在教師妥善的輔導下，有目標的朝向自己的夢想邁進。

## 一、年度績效表現



年度	參加學科競賽優秀表現
111	國立臺灣師範大學英語學系辦理「111 年度 Cool English 普技高自主學習活動」-111 年 11 月得獎名單-陳曉慧、林冠誼獲得獎狀
111	國立臺灣師範大學英語學系辦理「111 年度 Cool English 普技高字彙達人」戴彤亘獲得獎品、陳曉惠及林冠誼獲得獎狀
111	國立臺灣師範大學英語學系辦理「111 年度 Cool English 普技高自主學習活動」-10 月得獎名單-林冠誼獲得獎狀
111	國立臺灣師範大學英語學系辦理「111 年度 Cool English 普技高自主學習活動」-9 月得獎名單-戴彤亘、陳曉惠及林冠誼獲得獎狀
111	國立臺灣師範大學英語學系辦理「111 年度 Cool English 普技高自主學習活動」-8 月得獎名單-林冠誼獲得獎狀

## 二、本學期各組重點工作

### (一) 教學組

1. 第八節輔導課之課程排定。
2. 本土語言課程開設。
3. 國中部作業抽查。
4. 學期課表及調代課。
5. 各領域教學觀摩及公開觀課。
6. 各領域教學研究會議。
7. 國一校外教學。
8. 各年級學習扶助及因材網推行。
9. 各次段考時間及科目排定。
10. 國中部 112 學年度課程計畫編纂彙整。
11. 辦理英語科課中補救教學。

12. 辦理國中完全免試計畫。

13. 辦理雙語啟航計畫。

(二) 註冊組

1. 國中部學生註冊。

2. 111-1 學期學科不及格學生補行測驗，訂於 2/13(一)~2/17(五)辦理。

3. 國三模考：第三次 2/21(二)~22(三)；第四次 4/20(四)~21(五)。

4. 課業輔導調查。

5. 國中教育會考集體報名作業。

6. 國三升學相關業務：基隆市高中職完全免試、直升、優先免試、五專優先與分區免試入學、基北區高中職集體報名作業，變更就學區。

7. 國中一年級新生入學報到。

8. 國三學生畢修業資格審核工作。

9. 轉出入異動。

10. 各項獎學金申請。

11. 協助辦理夜讀。

(三) 實研組

1. 辦理 112 學年度優質化計畫撰寫及申請。

2. 辦理 111 學年度第 2 學期優質化及完免資源挹注計畫執行與經費核結。

3. 完成 112 學年度課程計畫填報。

4. 召開高中部課程發展委員會。

5. 高中部各科作業抽查、競試。

6. 高中部重補修開課科目及上課時間安排。

7. 高中部各學科教學研究會、段考試題上傳及分析。

8. 段考考試科目排定及時間安排。

9. 辦理高二升高三分組意願調查事宜。

10. 辦理高一、高二多元選修跑班事宜。

11. 校慶學生作品展覽與成果發表。

12. 各領域教學觀摩及公開觀課。

13. 辦理高中部校外教學。

14. 辦理高二校外踏查活動。

15. 辦理第二外語課程、經費核銷及成果報告。

16. 第八節課輔調查與排課。

17. 辦理基隆區高級中學 111 課綱國文科課程發展工作小組工作計畫。

18. 高中校務系統課務系統開課選課。

19. 辦理高中部全英語教學。

20. 辦理高中部本土語言課程開設調查。

(四) 試務組

1. 辦理註冊、學雜費減免(含成績優良獎勵減免及低收身障等減免)；催繳註冊費、課輔費。

2. 公布獎助學金彙整公告及申請作業。

3. 3/7 繁星推薦入學作業(3/14 -3/15 繁星推薦學校統一報名作業)、

3/22-3/24 大學申請入學報名及科技院校申請入學報名作業

3/21 繁星推薦入學公告放榜(1-7 類)、6/14 申請入學放榜。

4. 6 月初高三指定科目考試報名，及訂購簡章、登記分發相關資訊。

5. 辦理高中部直升入學、免試入學(優先、完全、大免)、體育班特色招生甄選入學及報到。
6. 高三學期成績統計、補考，高三補考後成績計算及畢業學分統計。
7. 篩選符合畢業條件學生，製作高中部畢業證書。
8. 高中部編班及轉班成績計算。
9. 召開推薦委員會通過繁星計畫推薦入學作業計畫。
10. 召開招生委員會擬訂直升、體育班特色招生名額及直升入學簡章。
11. 協助辦理高中完全免試入學計畫推動。

(五) 設備組

1. 112 學年教科書評選。
2. 基隆市國中科學展覽競賽及高中北一區科學展覽競賽。
3. 舉辦國一班際生活科技競賽。
4. 各專科教室及班級教室教學設備不定時維護。
5. 教育部 111 學年第二學期高中優質化、完免挹注及 111 年高中教學設備設備採購相關工作。
6. 校慶佈展等相關準備工作。

三、本學期升學及考試重要期程

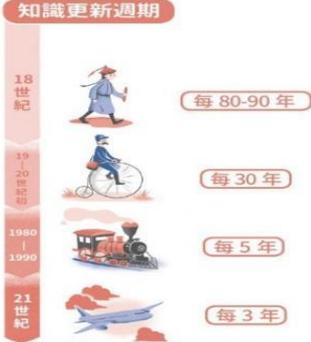
國中部	高中部
◎2/21-2/22 國三第三次復習考	◎2/24 繁星說明會
◎3/05-3/11 國中教育會考報名	◎3/02 繁星初選作業
◎3/29-3/30 國中部第一次段考	◎3/07 繁星決選作業
◎4/20-4/21 國三第四次復習考	◎3/07 個人申請說明會
◎4/17-5/02 基隆完全免試校內報名	◎3/14-3/15 繁星推薦學校統一報名/繳費
◎5/20-21 國中教育會考	◎3/20-3/23 科大申請入學報名
◎5/02-5/03 國三畢業考	◎3/22-3/24 大學個人申請入學統一報名/繳費
◎5/16-5/17 國一、二第二次段考	◎3/28-3/30 高中部第一次段考
◎5/27-6/03 本校直升校內報名	◎4/06-4/07 高三分科測驗模擬考
◎6/09 寄發國中教育會考成績單並 開放網路查詢	◎5/09-5/10 高三分科測驗模擬考
◎5/22-6/08 基隆優先免試校內報名	◎4/27-4/28 高三第二次段考
◎5/22-5/26 基北區、各學區免試校內報名	◎5/15-5/17 高中部第二次段考
◎6/21-6/29 基北區、各學區免試正式志願選填	◎6/08-6/19 大學分科測驗報名
◎6/28-6/29 國一、二第三次段考	◎6/27-6/29 高一、二第三次段考
	◎7/12-7/13 大學分科測驗

四、希冀家長協助配合事項

- (一) 引導孩子建立自發性的學習力，有「想做成什麼」的強大動機。
- (二) 更多關心孩子課業和活動，更多督導與陪伴。
- (三) 配合學校、信任老師，親師生緊密合作，創新教育榮景。

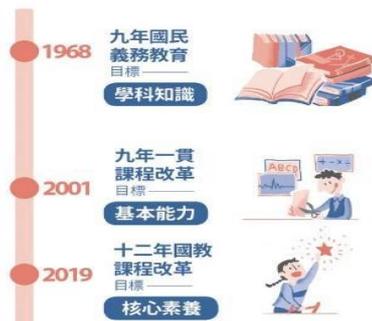


## 五、有關 12 年國教新課綱(圖案資料參考親子天下)

看懂 108 課綱	本校因應作法
<p><b>① 108 課綱和誰有關？</b></p> <p>108 學年的小一、國一、高一新生都將適用新課綱和新課本，其他年級學生逐年適用。</p> 	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 國一開始實施「彈性課程」，規劃三年特色課程，有系統教育學生從「探索自我興趣」、「增加生活知能」到「擴展國際視野」，奠定全人發展的基石。</li><li>2. 高一開始實施「校訂必修」、「多元選修」、「加深加廣充實補強」課程並規劃「自主學習」。期望能引導學生發展潛能及專長，讓個人亮點被大學端看見。</li></ol>
<p><b>② 會怎麼影響中小學學習？</b></p> <p>目前國中九年級以下學生，未來升高中和大學入學考試，都將改為素養導向的評量。</p> 	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 強調素養導向。在課程中著重於發展孩子內在自我的驅動力、對知識好奇的自學力、對周遭環境的觀察力以及解決問題的思辨力。</li><li>2. 強調學習不是只有在圍牆內、教室裡，而是日常生活的態度、對新知的的好奇和對社會的關心與參與。</li></ol>
<p><b>③ 為什麼要改課綱呢？</b></p> <p>因為知識更新速度變快，課綱必須跟上知識更新速度。</p> <p><b>知識更新週期</b></p>  <p>資料來源：聯合國教科文組織研究</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 現在的教育無法為孩子配備應有的能力，去解決全新的問題。</li><li>2. 舊有的、要求標準化答案的教育模式需要改變，不是教出只會紙筆考試的小孩。</li></ol>

#### 4 素養是什麼？

「素養」是 108 課綱的 DNA (基因)，指一個人為適應現在生活和面對未來挑戰，應該具備的知識、能力和態度。



以前教育目標是學知識，現在是要學素養

1. 素養是一個抽象、沒有操作定義的概念，是每個人為適應現在生活和面對未來挑戰，所應具備的知識、能力和態度，包含個人內省力和價值觀的養成

2. 學校的教學融合各學科層面，引導孩子發展在實際生活情境中能夠連結和處理自己與所處環境、社會以及世界的問題的能力。

#### 5 108 課綱對國小的影響

母語課新增  
7 種新住民語

(越南、印尼、柬埔寨、泰國、菲律賓、馬來西亞與緬甸語)



「電腦課」不見了，  
改為融入各科



與鄰近國小建立合作夥伴關係，提供必要協助。

#### 6 108 課綱對國中的影響

增加  
科技領域



自然科  
強調實驗



數學課  
可以使用  
計算機



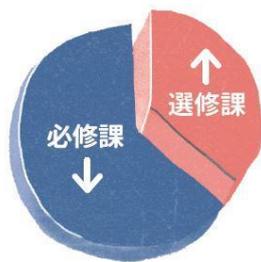
1. 國一數學增加遊戲式探索學習，如魔術方塊、桌遊等，偏向生活化和趣味化。

2. 生活科技增加工程圖標示識讀及創客設計自造，如 3D 列印。

3. 自然科加強操作實驗，重視自主探索學習的過程，培養科學性的思考能力。

## 7 108 課綱對高中的影響 (I)

每一所高中將會長得不一樣，每所高中都要有自己的校訂特色課程。



高中必修課  
大幅下降，  
選修課達 1/3

1. 必修佔 65%，非考科佔 35%，畢業學分門檻由 140 降至 118。
2. 適性教學，可跑班分組上課
3. 跨領域學習，與生活呼應，提高知識應用性。
4. 知識+素養，培養自發、互動、共好的終身學習者。

## 8 108 課綱對高中的影響 (II)

申請大學從高一選課就開始影響，學習歷程檔至少占比 50%。

學習歷程檔案是什麼？



基本資料



修課紀錄



自傳和學習計畫



多元表現



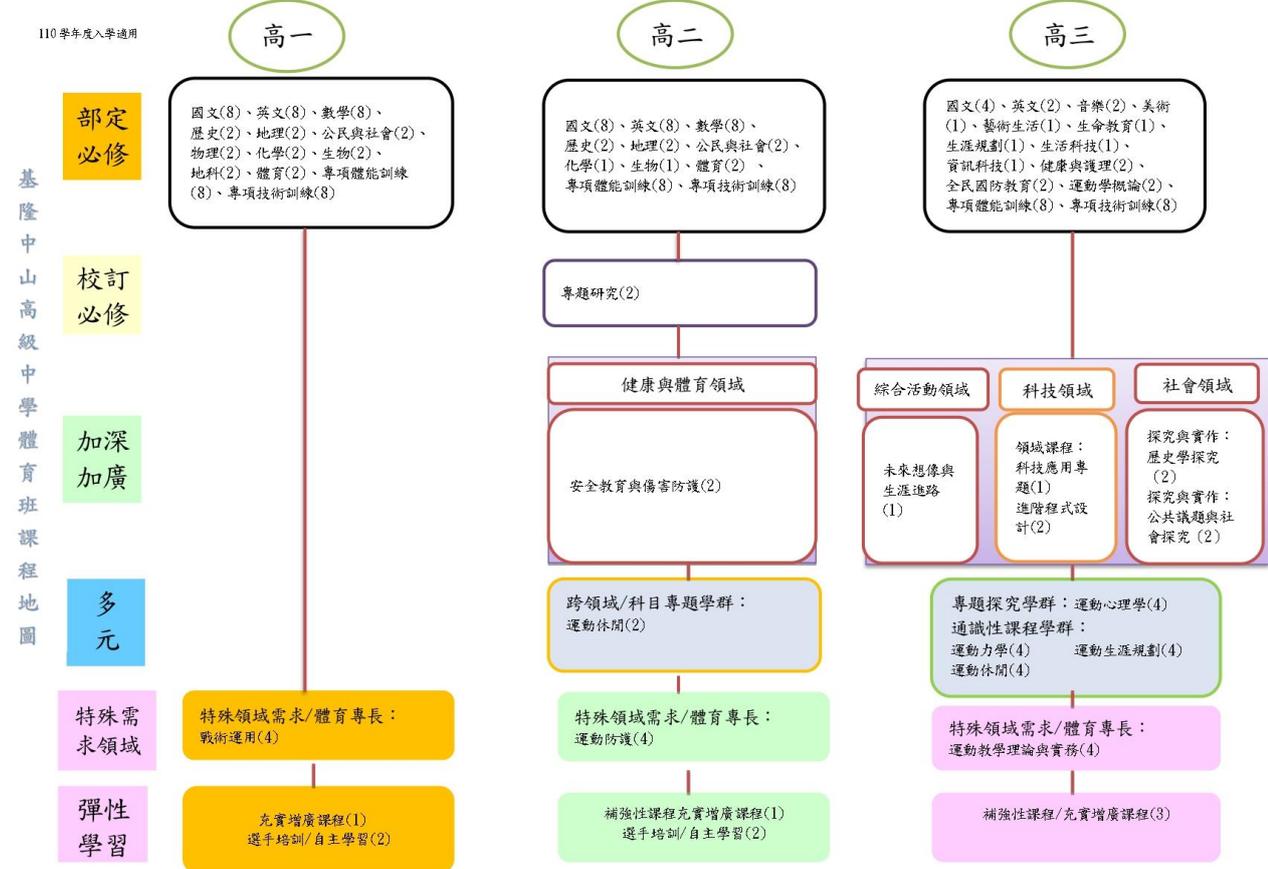
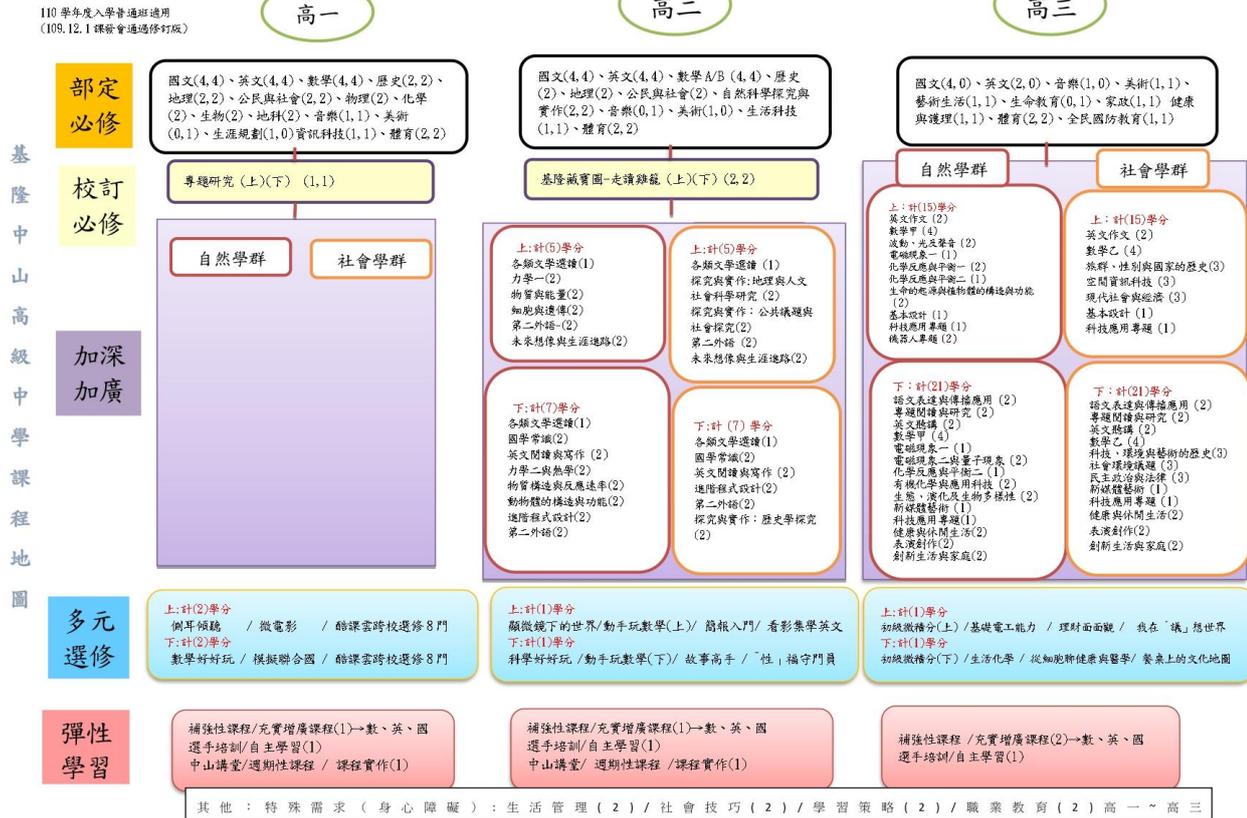
課程學習成果

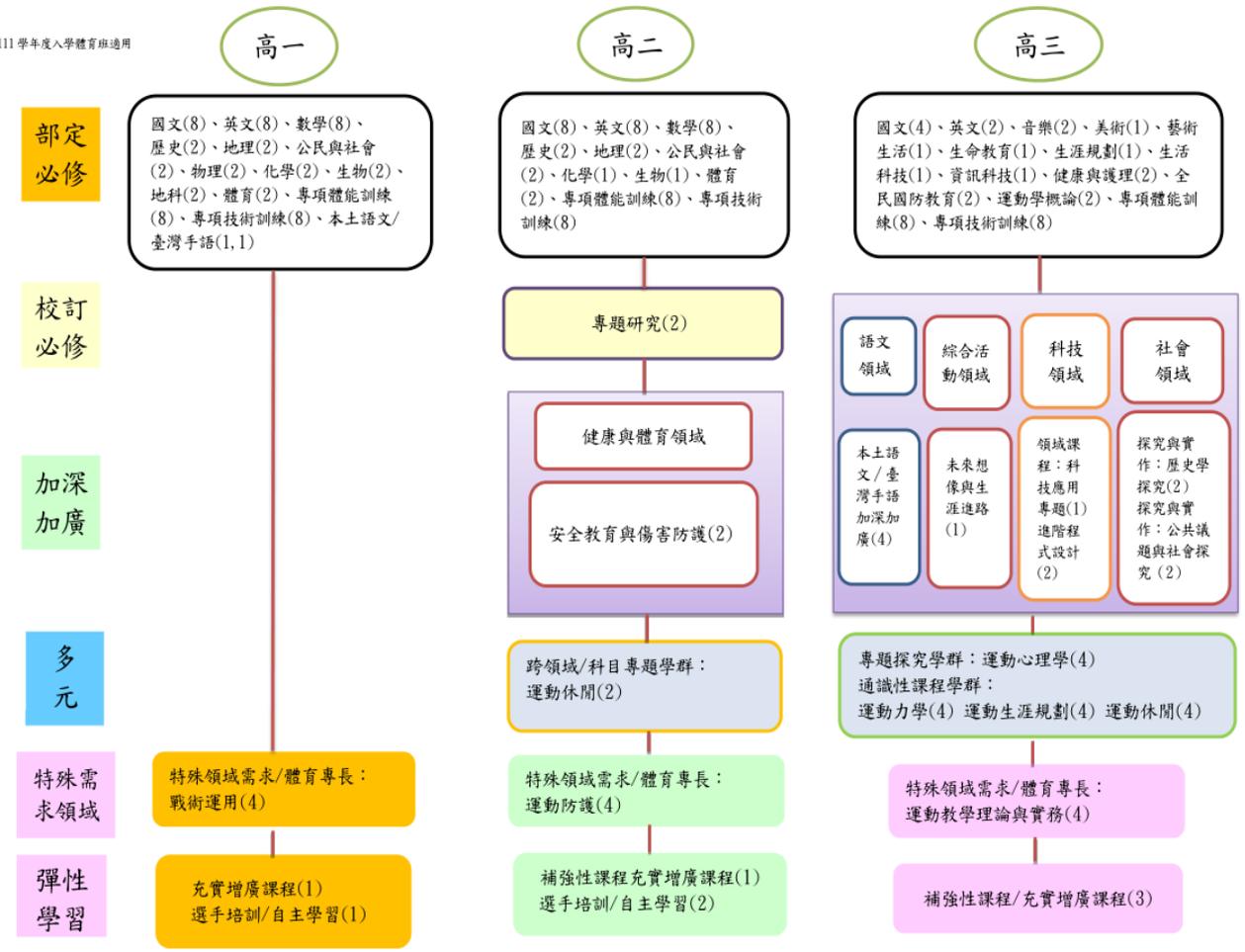
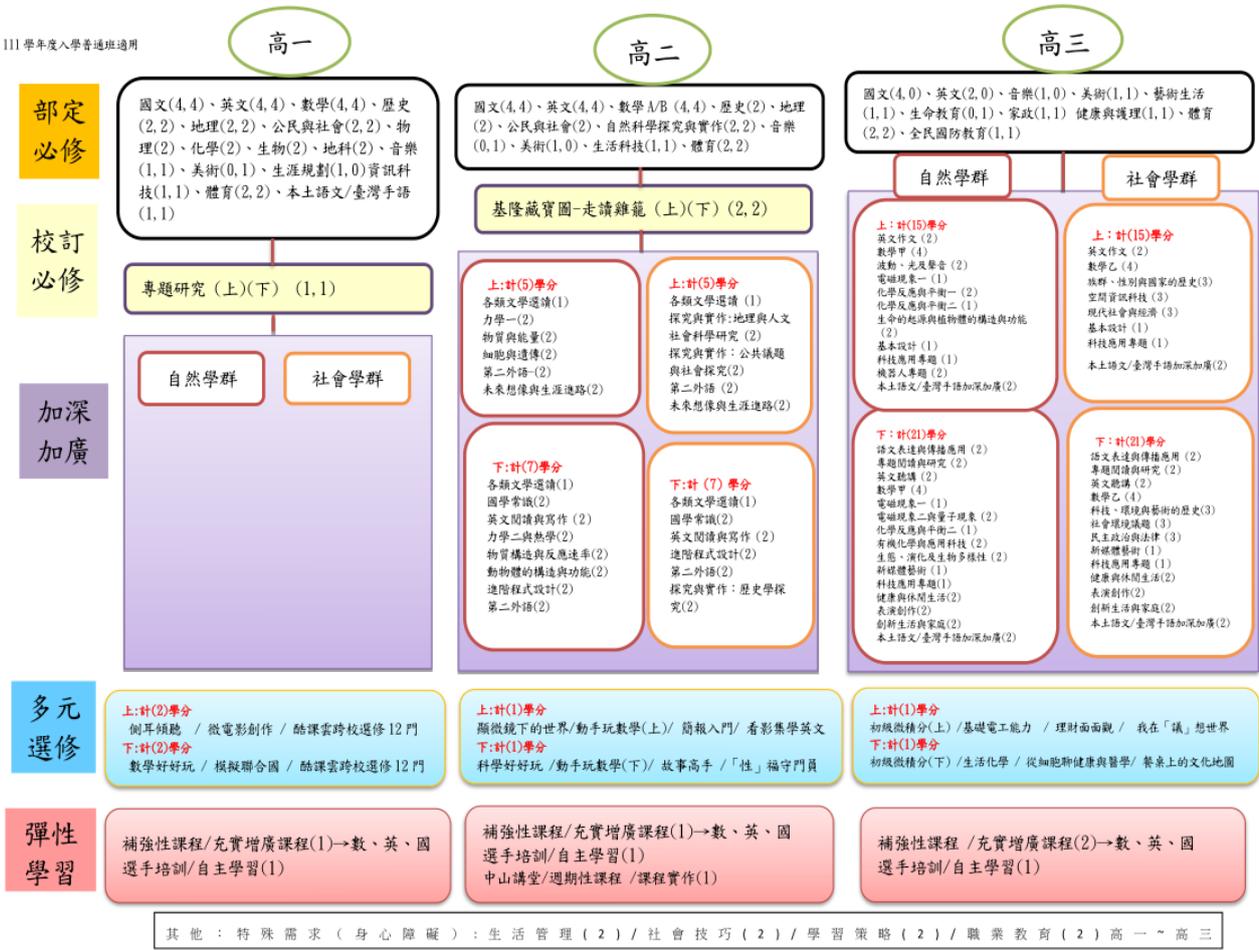


其他資料

1. 學習歷程(學習履歷)取代過去的備審資料，是將來升學關鍵，將佔大學端選才比重 50%。包含各學期修課記錄、學習成果、多元表現等，經客觀量化後提供大學推薦申請用。
2. 透過課程諮詢輔導，讓孩子更多了解自我興趣性向，在自主學習中經歷實作與嘗試，發展自己的專長，在各項表現中呈現自己的潛能和優勢。

# 六、本校高中部課程地圖





# 學務處工作事項

## 一、報告事項

### (一)例行防疫工作：

1. 學生每日到校體溫監測，並配發各班一支額溫槍，落實生病不上學。
2. 各班配發自動手部消毒機及紫外線消毒燈各一台，可隨時消毒。
3. 常用及常接觸之器物每天消毒，環境每週二、五消毒。
4. 每月定期召開防疫專責小組會議，定期盤點防疫物資並檢討各項防疫作為。

### (二)自3月6日起，校園室內空間原則「自主佩戴口罩」措施，但進入健康中心仍應配戴口罩。

### (三)交通安全宣導：

1. 為維護學生上、放學安全，請家長勿貪圖一時方便於校門口網狀線區域臨停或迴轉等可能造成阻礙交通順暢之情況。
2. 上、放學期間校門口學生人數眾多，建議家長接送時避免於校門口紅線停車，以免影響學生出入或學生群聚於校門口等情況。建議接送下車或放學等待臨停地點如下：

行車方向	建議下車或等待地點	備註
經國學院往本校 (校門對向車道)	1. 「漁廚坊」之前路邊 2. 於中山區公所前迴轉下車 3. 「久多屋」之後路邊	1. 請避免於校門口(網狀線區域)或本校體育館前(雙黃線)迴轉。 6:00-8:00、16:00-17:30 依標誌禁止迴轉
德和國小往本校	1. 本校體育館前後 2. 中山區公所前後	2. 越靠近校門停車，越可能造成他人不便，請讓孩子多走一小段路，維護大家的安全。

3. 上學期及寒假期間，發生多起學生無照駕駛遭警方取締事件，請家長多注意孩子外出動向及交友情形，避免發生憾事。

若經查證學生確有無照駕駛之情形，將依本校學生獎懲實施要點第12點及第13點之規定，記過以上處分。

### (四)學生上課期間禁止使用手機，家長若有急事須連絡學生，可撥打學校電話聯繫導師或學務處。學生在校內若有聯繫家長之需求，亦可借用辦公室電話連繫家長。

### (五)本校學生服裝儀容規定(<https://csjh.kl.edu.tw/law/33>)摘要如下：

1. 實驗課、體育課或實作課程，教師基於安全或健康因素，可律定合適之服裝/髮式，未依規定者，教師得限制或禁止學生參與該次課程之實作。
2. 天氣寒冷時，學生得依個人對天氣感受加穿保暖衣物，但應至少穿著學校制式服裝之長褲、長袖上衣。
3. 學校重大集會、典禮、活動或代表學校參加各項活動，學務處或其他承辦處室得律定統一穿著制式服裝，並取消穿著團體服裝。
4. 參加體育競賽活動或體育課時，不得化妝。
5. 禁止戴耳環或其他飾品，已穿耳洞者，應使用耳棒。如因家庭或宗教需求，經導師確認後，不在此限。

6. 學生書包應維持購買時之式樣，不可增加圖文或破壞。若未影響書包功能，可配掛具正向且符合學生氣質之吊飾，惟吊飾不得遮住書包上校名或學校圖騰。

(六)防疫宣導、反毒宣導、網路安全宣導及環境教育宣導，請參閱附件資料。

## 二、本學期重點工作事項

(一)照顧經濟弱勢家庭、緊急事故發生之家庭。

(二)人權法治教育：

1. 召開班級聯合自治會。
2. 法治教育彙編法律常識融入班會課程。
3. 兒童權利公約線上施測(高二、高一、國二、國一)。
4. 班聯會選舉。
5. 高中法治教育與公民實踐活動-參訪基隆地方法院(高一)。

(三)深耕品德教育：

1. 品德教育融入班會課程。
2. 品德教育深耕生活教育競賽。
3. 品德教育榮譽制度班級楷模選拔(高二、高三、國二、國三)。
4. 品德教育：尊重生命/負責盡職/自律守法/愛護環境/孝親尊長/謙虛有禮漫畫徵稿比賽(高二、國二)。
5. 品德教育：尊重生命/負責盡職/自律守法/愛護環境/孝親尊長/謙虛有禮故事徵稿比賽(高一)。
6. 家庭聯絡簿品德好文心得寫作競賽(國一)

(四)友善校園活動：

1. 辦理性別平等教育講座。
2. 各類反霸凌、反詐騙、預防犯罪、對抗網路霸凌一截圖、反映、iWIN 宣導。
3. 交通安全宣導與提醒。

(五)全國學生音樂比賽。

(六)環境、衛生教育、健康體位教育：

1. 全校環境清潔區域分配及整潔競賽。
2. 每週、每次段考後，各班級例行的環境消毒、清潔工作。
3. 愛校服務(國一、國二、高一、高二)
4. 環境教育暨健康體位宣導融入班會課程(全校)。
5. 健康促進議題之健康體位活動-健康 GO!GO!GO!
6. 環境教育暨健康體位四格漫畫比賽(高一、高二)。
7. 環境教育暨健康體位標語創作比賽(國一、國二)。
8. 配合校慶之廢電池回收活動、減塑大行動。
9. 環境教育活動-環保小尖兵綠能大作戰桌遊活動(國三)。

(七)各項活動：

1. 2/13-2/18 友善校園週宣導活動。

2. 2/18 進階領袖營。
3. 2/13-2/15 基隆市中小學聯合運動會-田徑。
4. 3/11 全國學生音樂比賽。
5. 3/17 基隆市國中小大隊接力。
6. 3/31、4/28 法治教育與公民實踐活動法院參訪(高一，暫定)
7. 3/29-3/31 高二文教參訪。
8. 4/14 校慶。
9. 4/14 音樂送到校(轄區國小參訪，暫定)。
10. 4/18、4/25 閩南語讀者劇場競賽。
11. 5/12 高中部班際羽球賽。
12. 5/19 111 學年度校際聯盟社團交流(高中部)。
13. 5/23 紙風車青少年反毒戲劇表演。
14. 5/26 國中部班際排球賽。
15. 5/30 學生班級聯合自治會選舉。
16. 6/1 畢業典禮。
17. 6/5 管樂成果發表。
18. 6/17 111 學年度校際聯盟多元學習成果發表暨頒獎(高中部)。

(八)體育團隊對外競賽：

1. 2/13-2/15 基隆市 112 年中小聯運田徑比賽(臺北市)。
2. 2/16-2/19 112 年臺北市春季全國田徑公開賽(臺北市)。
3. 2/22-2/26 2023 年港都盃全國田徑錦標賽(高雄市)。
4. 3/6-3/10 112 年新北市全國青年盃田徑公開賽(新北市)。
5. 3/9-3/11 112 年全國中等學校運動會-跆拳道品勢(新竹縣)。
6. 3/12-3/17 112 年全國中等學校運動會-跆拳道對練(新竹縣)。
7. 3 月份 112 年全國青年盃射箭錦標賽。
8. 3 月份 111 學年度第 46 屆全國學生盃劍道錦標賽。
9. 4/23-4/27 112 年全國中等學校運動會(新竹縣)。
10. 5/27-5/28 2023 年臺灣國際田徑公開賽(新北市)。

◎基隆市智慧校園快易通



歡迎家長下載 School+家長版 App，除教育放送台可第一時間收到公告外，尚具多項便利功能，如：查看學生出缺勤、請假、成績查詢、學雜費繳費等。

# 總務處工作事項

## 一、報告事項

本校委外駐校保全警衛人員值勤時間如下：

1. 週一至週五：上午 06：00-下午 21：00。(校門 6：30 開放，8：30 關閉)
2. 週六、日：上午 08：00-下午 14：00。

\*警衛上班後，須先巡視校園並解除校內機械保全設定，因此平日校園開門時間為早上 06：30，請各位家長配合，以維護孩子上學的安全。

## 二、本學期重點工作事項

- (一) 按月辦理學生午餐異動統計、配餐及供餐作業。
- (二) 賡續宣導及執行節能減碳措施。
- (三) 校園設備設施查報維修。
- (四) 飲用水定期更換濾心及進行水質檢驗。
- (五) 用電設備定期檢修。
- (六) 電梯設備整養工程。
- (七) 校園安全檢查表彙整及陳報作業。
- (八) 學生家長會事務及經費核銷。
- (九) 體育館窗簾更新工程。
- (十) 國中部前棟線槽更新工程。
- (十一) 語言教室設施更新工程。
- (十二) 高中部一樓空間活化工程。

# 輔導處工作事項

## 一、本學期重點工作事項

### (一) 加強親職教育，增進親子關係

1. 辦理家庭教育講座-親職教育議題。
2. 宣導家庭教育相關議題。

### (二) 辦理國、高中升學輔導，協助學生選擇未來方向

1. 適性入學宣導講座(國三)。
2. 高三升學講座~大學考招趨勢與申請入學志願選填。
3. 高中校友返校升學輔導座談會。

### (三) 辦理技藝教育課程

1. 輔導學生對於職業基礎知能的理解。
2. 培養學生自我發展之技藝教育潛能及創造思考、適應變遷的能力。
3. 加深對未來生涯的試探，並為繼續升讀學校實用技能班奠定基礎。

### (四) 辦理生涯發展教育事宜

1. 國中生涯發展教育講座。
2. 落實國中學生生涯輔導事宜。
3. 高中備審資料講座、大學多元入學講座、學習策略講座。

### (五) 辦理性別平等教育、家暴、性侵害及性騷擾防治演講：宣導性別平等觀念及防治家暴性侵害及性騷擾。

### (六) 辦理各項教師研習，提升教師輔導知能：本校承接基隆市生命教育中心學校，辦理本市國中教師生命教育研習及推動生命教育各項工作。

### (七) 實施各項心理測驗，增進學生自我了解

1. 國中部：智力測驗、多因素性向測驗、興趣測驗。
2. 高中部：大學學系探索興趣量表、性向測驗、生涯興趣量表。

### (八) 辦理多元活動，展現學生潛能

1. 實施國一、國二小團體輔導活動。
2. 生命教育系列活動。
3. 家長志工團體會議。
4. 辦理各項職業參訪。

### (九) 推動學生輔導，營造友善校園

1. 推動認輔制度，一位老師認輔一位學生，輔導期程為一學年。
2. 個案輔導、中輟學生輔導。
3. 小團體輔導。
4. 高關懷多元課程。

### (十) 特殊及身心障礙學生的輔導照顧。

### (十一) 英語資賦優異學生之適性教育。

## 二、希冀家長協助配合事項

請多利用家庭時間(上學前、放學後)，與貴子弟做親子互動。

### 三、近期內進行及預定完成之工作：

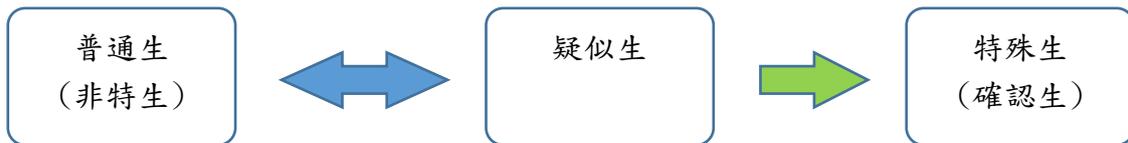
- (一) 學生輔導工作小組會議、家庭教育委員會議與生命教育委員會議。
- (二) 認輔教師期初會議。
- (三) 高三大學學群探索活動。
- (四) 國高中招生宣導籌備事宜。

### 四、特殊教育工作成效：

#### ◎校內特殊教育學生轉介暨鑑定流程

- ▶ 階段 1：學校教師、家長發現學生需求(學校生活適應、學業狀況)。
- ▶ 階段 2：轉介前介入(給予策略協助、參加學習扶助及課後輔導、其他專業諮詢)、觀察及資料收集、初篩測驗(該階段觀察及資料收集至少為期 **1 學期**)。
- ▶ 階段 3：由特教組提供市府轉介暨適性安置鑑定報名表填寫相關資料。
- ▶ 階段 4：校內特教教師進行心理評量相關標準化測驗(若有專業團隊需求，可提出申請進行評估；家長提供醫療相關證明)。
- ▶ 階段 5：特教教師完成心評報告請家長確認內容(檢視後簽名)。
- ▶ 階段 6：若有需要，邀請家長出席本市鑑輔會議，於會議上與委員討論交流。
- ▶ 階段 7：市府公文正式核定身分，由學校提供特教資源(與特教組教師、導師等相關成員共同召開會議)。

#### ◎特殊教育學生身分取得階段



備註：若國小階段轉銜上來是確認生，但實際特教資源介入發現學生學習能力及校園生活適應能力皆能與原班級同儕相當，則會協助提報鑑定為非特生。

#### ◎學習調整及特教資源介入

- ▶ 課程調整：抽離或外加(學科以國文、英語、數學為主；另依據學生需求提供學習策略、社會技巧、生活自理、職業教育等課程)。
- ▶ 評量調整：內容難易度、延長考試時間、獨立試場、打字或報讀服務…
- ▶ 環境調整：座位安排、動線規劃、同儕協助、無障礙設施…
- ▶ 其他：學習或生活輔具使用…



# 圖書館工作事項

## 一、本學期重點工作說明

- (一) 推動閱讀事宜，提昇學生語文及閱讀理解能力
  - 1. 推動班級閱讀，每週實施良晨讀好書。
  - 2. 推動班級讀書會，開拓多元視野，培養發表能力。
  - 3. 定期公告借閱排行榜，獎勵閱讀成效優良之個人與班級。
  - 4. 結合多媒體資源，辦理主題展、書展及新書、好書介紹。
  - 5. 推動閱讀心得寫作比賽及小論文寫作比賽(中學生網站)。
- (二) 推動學習型學校
  - 1. 定期辦理「教師讀書會」。
  - 2. 辦理「家長讀書會~LINE 閱讀群組」。
  - 3. 鼓勵教職員生及家長利用圖書館資源。
- (三) 充實圖書館資源，鼓勵學生培養自學能力
  - 1. 辦理圖書館利用教育活動(幹部訓練)。
  - 2. 定期辦理個人及班級圖書薦購，促進資源有效運用。
  - 3. 教導公共圖書館雲端電子資源及網路學習平台的運用。
- (四) 維護校園資訊系統，加強師生資訊能力
  - 1. 加強資訊課程，辦理相關研習及比賽。
  - 2. 宣導資訊安全並使用合法的資訊軟體，尊重智財權。
- (五) 記錄校園活動，編製出版校刊
  - 1. 採訪、記錄學校活動記錄及成果。
  - 2. 編製中山鷹揚校訊及校刊並上傳公告於學校網站。
  - 3. 蒐集整理年度學校重要新聞及榮譽事蹟。
- (六) 辦理英語村及外籍教師相關事宜
  - 1. 協助國一、二每班每週外籍英語教師授課事宜。
  - 2. 承辦基隆各公立國中參訪本校英語村遊學課程。
  - 3. 辦理高中部全英語演講活動(外師講座)。
  - 4. 協助國中部英語會話社團(外師授課)。

## 二、近期已完成及預定工作

- (一) 書香校園書展第 1 場次。
- (二) 辦理全國高級中等學校閱讀心得及小論文寫作比賽校內評選。
- (三) 辦理外籍英語教師講座(高二)。
- (四) 實施「良晨讀好書」。
- (五) 辦理中山 xTED—共讀書短講比賽。
- (六) 辦理班級讀書討論會。
- (七) 規劃本市國中參訪本校英語村遊學。

~~圖書館需要您的協助，歡迎加入志工行列~~

# 【防疫宣導】

## 生病在家休息 抗病防護罩這樣披



- 「戴上口罩」**  
 細菌病毒不趴趴造，罩住你我的健康
- 「肥皂勤洗手」**  
 內外夾弓大立完，疾病不來煩
- 「讓屋內通風」**  
 別讓病菌室內循環，開窗才不悶出病
- 「保持適當距離」**  
 有多愛就分多開，1公尺以上才安全

衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC

## 教室&辦公室防疫大法

老師、同學、主管、同事一個都不能少



- 保持通風**  
 前後門窗要打開  
 確保空氣流通
- 定期環境清潔消毒**  
 10毫升漂白水加上  
 1公升清水稀釋  
 要當天用完喔~
- 肥皂勤洗手**  
 內外夾弓大立完  
 搓洗20秒才有意義
- 生病在家休息**

衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC

如疫情穩定，2月20日起

## 附件 放寬室內戴口罩規定

於以下指定場所之室內空間須按規定全程戴口罩。包括：

醫療機構	醫院、診所及其他醫療機構
醫事機構	藥局、醫事檢驗所、醫事放射所、物理治療所、職能治療所、助產機構、精神復健機構、居家護理機構、居家呼吸照護所或護理之家
老人福利機構	長期照護機構、安養機構、其他老人福利機構
長期照顧服務機構	住宿式長照機構及團體家屋
榮譽國民之家	榮譽國民之家
兒童及少年服務機構	安置教養機構
身心障礙福利機構	住宿式
公共運輸及特定運具	鐵路、捷運、纜車、公路客運、市區公車及計程車、空運及海運(以上包含運具及場站)、救護車及復康巴士

★得於上列指定場所不戴口罩之例外情形：  
飲食、拍照、不適合或無法戴口罩之檢查、治療或活動

2023/02/09

中央流行疫情指揮中心

# 【反毒宣導】

## 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！



### 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

春暉小組輔導戒治：  
· 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：  
· 家庭親職教育  
· 社福資源提供

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！



### 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

少輔會的協助資源：  
· 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 廣告

# 避免成為被害人



遇興起  
不拍照



不要答應任何要拍攝自己私密影像的請求。即使是自拍留念，也有影像遭盜用散布的風險。

遇索取  
不要給



要你提供自拍私密影像的理由很多，但都不足以讓你承擔被外流的痛苦。

遇威脅  
不隱忍



只要答應一次就會擺脫不了糾纏，甚至讓自己受到更多傷害。所以請勇於求助。



# 避免成為加害人或幫凶

不拍攝



拍攝別人的私密影像

不引誘



引誘或用任何理由讓別人自拍或傳送私密影像給你

不散布



將檔案外流或買賣

不持有



無正當理由持有別人的私密影像



# 私密影像已被散布， 或遭受威脅時……

## Step 1 求助



告訴老師、家長，  
或打113，討論下  
一步可以怎麼做。

## Step 2 蒐證



保留對話、相關  
截圖與事證。

## Step 3 報警



由警方蒐集犯罪  
證據，並將影像  
移除。

# 私密影像被散布時 讓iWIN為您移除



詳細資訊上網搜尋

iWIN網路內容防護機構



# 【環境教育宣導】

## 一、環境教育

- (一)環境教育各項議題範圍廣泛共有八大領域，分別為學校及社會環境教育、氣候變遷、災害防救、自然保育、公害防治、環境及資源管理、文化保存、社區參與。希望能引導學生在學習和教育的過程中，提昇學生的環境素養，將保護環境的理念轉化為具體行動，進而在日常生活中響應環境保護，藉此增進學生的環境知識，強化環保行動力。
- (二)確實做好垃圾分類、垃圾減量、資源回收工作，持續推動少用一次性產品，並加強紙餐具等相關回收分類。

## 二、節約能源

- (一)持續推動低碳校園生活，宣導節約能源，養成節約用水、用電能源的好習慣，並指導正確用水、用電的方法。
- (二)培養學生愛惜公物，建立良好德行。

## 三、空氣品質：

目前學校內設有空品旗，讓學生能安心在校園內活動。

## 四、健康促進相關議題

- (一)健康促進相關議題包括：視力保健、口腔衛生、健康體位、性教育(含愛滋病防治)、菸檳防制、全民健保及正確用藥等，本校為「健康體位」校群。
- (二)持續宣導菸檳防治議題，能讓學生了解菸、檳對於人體健康所造成的危害，並產生許多影響傷害健康的問題，積極實施戒菸教育與輔導，鼓勵教職員、學生、家長參與戒菸，亦讓學生知道菸害防制法的規定。
- (三)為學生營造無菸校園環境而努力，維護青少年的身心健康，創造一個健康無菸的校園環境。





85210  
成長煩惱零!

豆豆健康日誌

每天的小任務，你都做到了嗎？  
跟豆豆一起來看看吧！

**天天 8 小時，睡眠不能遲**  
充足的睡眠不只能長得更高，  
白天也能更專注更有精神！

**吃滿 5 蔬果，健康跟著我**  
蔬菜水果提供成長必需的營養素，  
千萬別忘了！

**3C 2 小時，視力得重視**  
視力保健在年輕時是關鍵，  
別讓自己的眼睛太疲勞了！

**1 天半小時，運動要確實**  
運動能消耗多餘的脂肪，  
還能讓身材變的勻稱哦！

**多喝白開水，糖分 0 積累**  
含糖飲料過多的糖分容易堆積在體內，  
多喝白開水對身體更健康！

衛生福利部  
國民健康署

◎宣導資源(如需相關資訊可參考下列資源)

- (一) 人權教育諮詢暨資源中心 (<http://hre.pro.edu.tw>)
- (二) 品德教育資源網 (<https://ce.naer.edu.tw>)
- (三) 教育部防制學生藥物濫用資源網 (<http://enc.moe.edu.tw>)
- (四) 教育部防制校園霸凌專區網站 (<https://bully.moe.edu.tw/index>)
- (五) 教育部中小學網路素養與認知資源網(<https://eteacher.edu.tw>)
- (六) 教育部全民資安素養網 (<https://isafe.moe.edu.tw>)

# 【家庭親職教育宣導】

## 教養青少年的七大禁忌

文/黃心怡諮商心理師/天下雜誌 384 期

與子女相處許多錯誤是父母犯得不知不覺的，心理諮商師黃心怡點出七大禁忌，讓父母小心青少年的地雷區。

二十一世紀父母最需要學習的課題是成為有覺知的父母。什麼叫有覺知？就是你要對自己常說的話有覺察，要清楚自己常對孩子說些什麼。

據統計，父母最常對子女講的話是「快一點」，不管是快一點起床、快一點出門、快一點上學、快一點念書、快一點關電腦……等等催促的語言，也許父母應該試著想想這些提醒對孩子是否真有幫助？他們是否因此更快了些？假使沒有，為何我們還要厭其煩的繼續呢？認真的父母當你有這樣的發現，是否可以幫自己「停下來」原有的教養方式，再重新思考如何將生活的責任交還給孩子。

青少年跟兒童最大的不同，是除了有許多好奇與冒險心，還有更多的行動力與自主性，反叛性相對的也呈現出來。因為青少年階段很特別，在這個時期，親子間壓力提高，教養上有幾個值得注意的原則：

### 禁忌一：拒絕孩子叛逆與冒險

青少年需要透過冒險，確立自主性。但冒險行為分兩種，一種是健康性的冒險行為，像不由父母接送，讓孩子自己搭公車，或由孩子決定自己的打扮，露肚臍、胯褲、煙熏妝等等，在這種事情上嘗試很多冒險，就不需去做更危險性的嘗試來證明自己的獨立。

另一種是危險性的冒險，像飆車或輟學的孤男寡女同居玩樂、接觸毒品就是危險的。值得注意的是，什麼樣的青少年會去做危險的事？如果在家庭的依附關係穩定，或有很多時間嘗試健康性的冒險，就不太會尋求危險性冒險，因為有很多機會可以滿足他們冒險的需求。從發展的觀點來說，什麼時間發生該發生的事，代價最小。因此，我會跟父母說，你的孩子要叛逆，在青春期叛逆最好，如果在日後青年期或在婚姻裡叛逆，代價往往更高。

### 禁忌二：多說少聽

青春期到了，家裡的「背景音樂」就該改了。青少年跟父母的互動十幾年了，父母講的多是重複的話語，如果講了多年都沒有改變，孩子長大，他們會覺得很老套，自然而然會關起耳朵。青少年很容易在自己大了、有能力以後，向父母親表示，「你很煩耶」。

在青少年時期的親子衝突經常是，父母不滿意青少年的態度。那個不良態度包括對父母吼、怒目相視，甚至有孩子會推父母，推囉嗦的媽。因此，想多了解孩子應該多聽少說，而非多說少聽。這階段父母都說自己了解青少年，其實都是父母在講話，反而是青少年了解父母。

### 禁忌三：侵犯孩子的隱私權

不少父母多多少少會去翻孩子的東西、看手機簡訊，你做任何事跟孩子隱私權有關的，切記一定要有本事不讓孩子發現。早期，我聽過有家長跟孩子說：你日記上錯別字太多。父母講得很自然，可見父母覺得可以做這件事。但父母不要小看這個問題，當父母不覺得侵犯，自認為是監護人可以偷窺時，一不小心便踩到孩子心裡的地雷區。

在個別心理諮商，你會聽到很多青少年的祕密，孩子會想用報復的方法，寫你要看的。她也許交一個男友，她會寫她交五個男友，讓妳氣急敗壞；曾有個孩子知道媽媽偷翻她日記，但自己還是想寫，於是就把紙撕成一張一張，塞在床底下等等。

關於孩子的隱私權，父母要把握能物歸原處。很多父母很粗心，像有父母趁孩子洗澡，去看他們的簡訊，刪了不該刪的東西，孩子都知道，有些孩子明著跟你吵，那反而好，但如果知道而不跟你吵，他多半可能會用別的方法回應這件事，暗著來，或是把事情藏得更深。

#### **禁忌四：批判孩子的朋友**

你罵你的孩子，他可能氣個五分，但罵他的朋友，他會氣十分。為什麼？其實，父母如果仔細觀察，會發現孩子在選擇朋友時，有個更深的意涵是，他在練習「自主」，如果你批評他的朋友，你不是在批評那個人，而是批評孩子的判斷。

表面上，青少年不認同你，但心裡，因為你是他的父母，他們在乎你的看法，卻無法表達，因此你的批評會矮化孩子的自尊。面對這種衝突與矛盾，他會起而捍衛朋友，但內心卻充滿矛盾與自我懷疑。

很多人說要讓孩子有自信，但如果孩子每次選什麼，父母就說：怎麼老是交這樣的朋友、穿這樣的衣服？每天都講這個，孩子怎麼會有自信？青少年表面上不認同你，但他還沒發展出清楚的自我認同，其實他在乎任何人的批評。父母的眼光也許很好，但當孩子慢慢建構自我認同時，父母最好不要太快批判，因為那是一種否定。當有這種情況時，我建議，把他的朋友當朋友、善待他的朋友。

善待他朋友的好處是，如果那位朋友似流氓、不是太規矩的小孩，你請他吃個飯，也許他下次打架時還特地不讓你的孩子去；善待的另一個原因是，你跟他見過面後，萬一有天孩子抱怨朋友，你就有機會鬆動他的想法，你可以順勢說，媽媽很好奇喔，你跟他氣質不太一樣，怎麼會在一起呢？有機會鬆動，就有機會分化。否則，一下子就批判，後面就沒得做了。

#### **禁忌五：阻止孩子慾望**

你愈想阻止孩子做的事，愈要放慢腳步。你愈阻止，反而助長孩子為反對而反對的心理。尤其是兩性交往的議題，父母愈阻止，年輕人的愛情愈是淒美。青少年父母學習「等待」的功夫很重要，魯莽行事，將消耗親子的能量。

#### **禁忌六：三天兩頭跑學校**

青少年很討厭父母去學校，他們覺得很丟臉，覺得父母把自己當小朋友一樣。我看到許多國、高中母親在晚自習到校值班，還會把愛講話的學生名字記起來。結果，同學就說：你媽最機車了。接著，便開始排擠他。父母過度執著於對的事情，欠缺彈性，反而讓這階段，特別重視同儕關係的青少年處境尷尬。所以，沒事的時候，不要經常往教室跟孩子 say hi。

#### **禁忌七：永不道歉**

如果父母犯錯，良好的身教示範，宜對孩子道歉。每位父母都有可能情緒化，但如果做錯了，還死鴨子嘴硬，孩子以後犯錯也將不肯認錯。總之，能夠放下身段的父母，較能與青春子女建立良好的互動關係。（黃心怡為心靈工作坊心理諮商師。）

資料來源：

[https://www.cw.com.tw/article/5003325?rec=i2i&from\\_id=5048116&from\\_index=1&from\\_id=5048116&from\\_index=1](https://www.cw.com.tw/article/5003325?rec=i2i&from_id=5048116&from_index=1&from_id=5048116&from_index=1)

# 【生命教育宣導】

## 走出生命中的憂谷——談自殺防範

### 你不能不知

- ※ 自殺的人 70%有憂鬱症。
- ※ 自殺死亡率隨著年齡增長而增加，男性比女性多，自殺企圖者以年輕者較多，女性多於男性。
- ※ 曾有自殺企圖者，約十分之一自殺成功。
- ※ 只要我們能辨認出有自殺意圖的人，那麼自殺是可以預防的。

### 自殺原因

造成自殺的原因不只一個，為多種因素的交互作用而產生。

(一) 慢性因素：因長時間累積，致本身處於不良的身心狀態。

1. 個人特質

- ※人格及情緒處理之方式較不成熟。
- ※環境適應能力及問題解決能力較弱。
- ※對死亡的概念不正確，缺乏積極的生命價值觀。

2. 環境因素

家庭、學校、人際關係及社會文化.....等因素，致使個體陷於不良的身心狀態，如：家庭失和、離婚、失業等。

3. 疾病因素

憂鬱症、酒精濫用（依賴）、藥物濫用、人格障礙、思覺失調症等。

(二) 急性因素：引爆自殺行為的危險歷程：

1. 生活上的重大變化。
2. 壓力與情緒調適的問題。

### 自殺警訊

※大部分成功的自殺都有計畫的，且之前是有徵兆可循的，自殺者當中三分之二曾表達過自殺意念，三分之一曾有明顯的自殺企圖。

1. 語言方面

藉由話語、文章、日記.....等，表現出想死的念頭、常以死亡為話題或表示告別等。

2. 心情方面

情緒低落，覺得絕望、孤寂、無助等或突然的情緒變化（如：嚴重憂鬱症者突然變得活潑開朗）。

3. 想法方面

認為「我什麼都做不好」、「我沒有用」、「只要我消失，所有問題就會結束」、「沒有人能幫我」.....等。

4. 行為方面

突然的、明顯的行為改變，如：立遺囑、放棄財產、由開朗變退縮、與家人或外界關係變的疏離、淡漠、常獨自在危險地方徘徊（如：頂樓、海邊等）。有些自殺者會留下遺書，內容包括：要求原諒、譴責別人等。

5. 外表方面

睡眠與飲食狀況混亂、表情淡漠、注意力不集中、情緒不穩、有憂鬱的徵兆。

### 有自殺念頭時，我該怎麼辦？

※ 意識到自己有想不開的念頭時，要先行釋放壓力。

※ 務必向家人／朋友／老師求助。

※ 說出心中的痛苦與恐懼就能鬆一口氣，別讓自己孤單的扛下全部的負擔。

※ 對自殺念頭喊停，找專家協談，找出活下去的理由。

只要活著，就有時間對事物重新評估，可以遇到其他的人，學到一些東西，走向夢想的地方。

#### 當家人或朋友有自殺念頭時，我能做些什麼？

##### 1. 關懷與傾聽

\* 周圍有人談及自殺念頭時，請傾聽他的心聲與感受，那是他的求救信號。

\* 不必害怕伸出援手會惹麻煩或無法承擔，當他的聽眾即可。

\* 不給個人意見或批判。

##### 2. 安全的環境

\* 如處在危險階段，將可能的自殺工具拿走，隨時陪在身邊。

##### 3. 求外援

\* 聯繫當事人家屬、較親近的相關他人、專業輔導機構或報警。

##### 4. 醫療藥物的治療

\* 若自殺者是有憂鬱症或其他疾病困擾者，應早就醫治療。

聽聽他們在說什麼，並立即回應，如此，生命才會得救。

資料來源：台北市立聯合醫院松德院區台北市自殺防治研究發展中心

# 【性別平等教育宣導】

## 世紀大疫，數位性別暴力

文/呂明蓁/性別平等教育季刊 NO. 93

2020年初以來，我們每天都在抗疫。抗的是新冠肺炎 COVID-19的疫情。這一年多來，很多人好像已經習慣了在每天下午2點，不自覺的滑開手機或打開電視電腦，關注疫情指揮中心的最新動態。可是，你知道嗎？除此之外，這些年還有個疫情，在你我周遭，不知不覺間，蔓延著。但似乎截至目前，無人可治，無法可管——那就是，數位/網路世界裡的性別暴力。

根據行政院性別平等會 2020 年 10 月會議後發布的文件，並參酌《消除對婦女一切形式歧視公約》(CEDAW) 一般性建議第19號意旨，數位/網路性別暴力的定義係指「透過網路或數位方式，基於性別之暴力行為。即針對性別而施加他人之暴力或不成比例地影響他人，包括身體、心理或性之傷害、痛苦、施加威脅、壓制和剝奪其他行動自由等」；其類型包括網路跟蹤、惡意或未經同意散布與性 / 性別有關個人私密資料、網路性騷擾……等10項。這定義和類型，大家一定都不陌生。你可能在新聞裡看過，或是聽周遭的人談起過類似的案例：像是韓國媒體揭露的「N 號房事件」，美國紐約時報報導「被 Pornhub 毀掉的孩子」的未成年兒少的性剝削事件；亦或者是臺灣媒體前不久才揭露的色情論壇「創意私房」的惡劣行徑，以及像是未成年兒少被誘囚或是不雅照散播、甚或被偷拍傳覽等報導。數位 / 網路的便利及普及，雖然是時代進步的象徵，但也像是個怪獸般的，給未成年的兒少帶來許多的危險。各種網路廣告的引誘陷阱鋪天蓋地的朝他們而去。

### 性、色情暴力和性剝削在網路時代無所不在

在擬定這一期的專題前，我在一堂研究所在職專班的課聊到廣告、網路行銷、監控的議題，提到現在網路資訊的氾濫，可能會讓青少年無所適從，常一不小心就會踏進情色陷阱。

我舉了幾個例子，包括國中生利用手機在網路上看免費小說，網頁夾帶的廣告常帶有色情意涵，而要點下一頁時，常會跳出無關閱讀資訊的畫面，甚或性交漫畫，試圖導引使用者去瀏覽情色網站；或者是青少年常常下載並使用各種網路交友軟體，人際交往圈可能無國界等。

其中一個學生（國中老師）馬上接著我的話說，國中生都知道一些「代碼」，只要在 Google 搜尋引擎輸入，還可以無碼觀看色情影片。這個話題馬上引起這些在白天是國中小教師的熱烈討論——他們笑著說，當長者用 Line 與 acebook 連結彼此時，年輕世代則開始在 Instagram、抖音、17 直播、Clubhouse 等平臺，拓展自己的交友圈，認識網路上各式各樣的人。現代兒少對於人際關係的好奇，情感及交往狀態的呈現，很有可能都超乎我們的想像。性議題、色情暴力早就充斥在他們的周遭。

當我們要結束話題時，有個老師緩緩舉起手，說要告訴我們一個真實的案例，有個小六學生因為在網路上交到了一個鄰近國中的「男朋友」，男朋友叫她寄裸照給他，說這樣才能顯示她愛他，於是她寄了，再三叮嚀不可以給別人看。後來又陸續寄了幾次，直到國小畢業，她很高興自己終於可以跟男朋友在同一個國中。上了國中，她發現學校裡常會有些男生對著她看的眼神很奇怪，女同學也不待見她。後來，是老師發現她的照片在群組裡傳遞著，告訴了她……。她，不久就從學校消失了。可能是轉學，也可能是輟學了。

去年（2020），方念萱在《報導者》寫了一個評論，網路性霸凌——那些受害於數位性別暴力裡的人們，尤其是女人談到了她的觀察，受到數位性別暴力的女人常會被認定「無人加害、純粹活該」而沈默無聲，而且多半是女人。她舉 2015 年《對婦女與女孩的網路暴力：給世界的警訊》(Cyber Violence Against Women and Girls: A World-wide Wake-up Call) 報告為例，說網路世界裡的暴力是衝著女性而來，而且是不分種族、文化、社經背景。新興的數位暴力不僅影響女性身心，同

時造成女性經濟上莫大壓力。也就是隨著 internet 的範圍不斷擴大，網路訊息的迅速傳播以及社交媒體的廣泛使用，再加上現有的「暴力侵害婦女和女童行為」(Violence Against Women and Girls, 簡稱 VAWG)，導致網路 VAWG 的出現日益成為全球性問題，具有潛在的重大經濟和社會後果。

網路上的色情陷阱，如影隨形。常使用網路搜索資訊的我們便知，一條看似平凡的連結，或是一顆不起眼的廣告按鈕，常將我們連到藏著色情訊息的頁面。那一叢又一叢的誘惑，有時背後是不為人知的「未經同意散布私密影像」(Non-consensual pornography, 簡稱 NCP)，也就是沒有經過當事人同意，卻故意散布、播送、張貼，讓其他人觀覽的影像（過去被稱之為「復仇式色情」[Revenge Pornography]）。這些影像的來源不明，而影像中的孩子不論是自願或被逼迫，它的散播，已然帶給孩子傷害。

### **拒絕上車很困難，性教育，很重要！**

防治數位性別暴力要持續不斷的宣導。教育部從 2020 年友善校園週開始宣導「網路旅程，不留傷痕——防制數位性別暴力」開始，到 11 月宣導「我們一起下車」的概念，以及性別平等教育資源網 ([www.gender.edu.tw](http://www.gender.edu.tw)) 持續宣導的「五不四要」就可以看出其重要性。如何在瀏覽網路時，不留傷痕？對兒少而言，是需要被教育的。如何在網路交友時判斷網友意圖其實不軌？有哪些時刻，該說不，否則為時已晚？還有，如果我傳了連自己都害羞或後悔的照片，該怎麼辦？這些問題，在許多成人眼裡，或許有點啼笑皆非，「你如果不要交網友、不要上傳這些東西，不就沒有問題了？」這是我們心底常有的回應。然而，這些問題，或許是每位兒少「早知道就好了」的飲恨。拒絕上車，很困難。尤其在這種誘因充斥的網路 / 數位時代。下車時，往往已經傷痕累累。

或許，焦慮的家長們曾嘗試監視孩子的網路使用情形，極盡各種方法確保孩子的網路旅程是純淨無險的。然而，我們必須理解，家長只能看見「眼前」，無法確保「眼外」。若家長期待了解孩子平時使用網路的習慣，或是在遇到難以啟齒的困難或傷害時，能放心不懼怕地適時提問和求助，必須建立親子彼此間的信任。不過，《親子天下》在今年（2021）中有關兒少心理安全的調查，卻有著令人警惕的發現：孩子越是到了高年級，越不願意與家長談心，而是優先選擇向朋友傾訴。有網路交友經驗的孩子中，近半數孩子的知心好友，包含素未謀面的網友（張益勤，2021）。親子間關係的疏離，有時來自家長對孩子時不時的負面評價，有時源自對孩子生活的過度設限，但不論緣由為何，諷刺的事實已攤在眼前——滿腹的愛所疊成的焦慮，僅是逐步拆解保護孩子的網。

性教育，很重要。我們需要轉換思維，談談孩子應該具備怎樣的能力來應對 21 世紀的網路世界。我們不可能限制孩子使用網路，但能夠教他們如何安全使用？如何辨識周遭的色情陷阱？如何能在獨身探勘網路世界時，不致身陷險境？如此，孩子不僅能滿足使用網路的需要，不論是為了探索資訊，還是拓展人際網絡，我們更能期待，孩子能在獨身使用網路時，平實踏穩每一腳步。這當是教育該看見的趨勢，該擔起的責任。

做家長、老師的，我們需要去思考，該如何成為被孩子信任的大人。

我們繼續抗疫，無論是 COVID-19，還是數位性別暴力。一起、一起、繼續努力！

資料來源：性別平等教育季刊 NO. 93

# 【生涯發展教育宣導】

## 生涯發展教育：熱情＋努力，讓天賦發光

文/ 羅梅英(未來 Family 記者)/ 2019-08-20

關於生涯發展，不同的生命階段各有重點，《未來 Family》梳理出可依循的原則和具體的做法，讓父母幫助孩子，在能力所及的範圍內去選擇最有興趣的事。讓天賦發光、發熱，毫無疑問的，得要忠於自己的熱情，並且持續的努力不懈。

曾在世界年輕廚師菁英賽中獲獎、有「甜心主廚」之稱的傅昭蓉就說：「很高的天分能讓你比別人少辛苦一些，但熱情和努力才是支撐職業生涯的決勝關鍵。」「做一個蛋糕很有趣，但日復一日做一樣的蛋糕，每個月做上百個蛋糕，你還會充滿熱情嗎？」

### 在未來世界裡，熱情比天賦更重要

邁入職場的第一個 10 年很關鍵。台灣的年輕世代，有太多人覺得自己學非所用、無法在職場上發揮。如果能提早展開探索天賦、尋找熱情的歷程，或許可以省掉很多冤枉路。

浩奇科技創辦人孫憶明在台大「萌拓學堂」當業師時，他請學生排列出自認最強的 3 個智能，每個智能列出 5 個以上的相關職業，「不然怎麼跟別人競爭？」接著，要學生再列出 3 件自己很有熱情的事，兩者的交集極有可能就是生涯的方向。例如：有肢體動覺天賦、又愛打籃球，可以當運動員；若天賦還包括人際關係，可以考慮運動教練、經紀人或運動行銷工作。

從生涯選擇來看，孫憶明認為熱情比天賦更重要。熱情是你不眠不休、沒有獎賞或錢也願意做的事；對哪個產業和工作有熱情，在未來世界更重要。

導演魏德聖為《讓天賦自由》一書寫序時，分享他的故事。他從小愛講話、愛編故事，但這個天賦從來沒有被看見。直到服兵役時，他才知道自己真正想做的事：拍電影。而愛講話、愛講故事給別人聽，就是拍電影需要的基本能力。魏德聖認為，年輕人一定要知道自己喜歡什麼、愛做什麼，「上帝讓你來到這個世界，就會給你一片田、一把鋤頭，你要自己找出這把鋤頭！」

但是，許多初出社會的年輕人對於這把「鋤頭」可能會出現在哪裡，卻毫無頭緒、也不知從何找起。孫憶明擔任多所大學的業師，令他感到驚訝的是，許多大學生很明顯並不了解自己，對於未來發展的方向很模糊，即使是國立大學生也不例外。

### 國、高中時期的職涯探索與理解不夠

根據 yes123 求職網調查顯示，61% 年輕人念大學時選系不選校、有過半後悔讀錯系，64.5% 想重選志願。以學歷科系與工作表現自評「職場競爭力」，總平均 61.4 分，其中，學以致用者平均打 66.8 分，學非所用的則平均給自己 58.6 分。顯示如果大學期間選讀科系是自己所愛，未來進入職場等於攜帶了良好的配備。

另一個調查是，政大社會學系副教授張峰彬曾針對 1984 年出生者進行問卷，認為自己學以致

### 表 1 生涯發展 3 階段

關於生涯發展各個階段，有多位教授提出不同見解，以下兩位教授在 20 世紀提出的說法屬經典理論。不過由於時代背景不同，在現代，適用年齡或許都需要往後遞延。

美國哥倫比亞大學教授伊萊·金茲柏 (Eli Ginzberg)，曾負責多項大型職涯研究，他將個人的生涯發展分為 3 個階段，分別是：幻想期、試驗期和實現期。

	幻想期 (fantasy)	試驗期 (tentative)	實現期 (realistic)
年齡	10 歲以前	11 ~ 18 歲的青少年時期	19 歲以後
發展重點	兒童在 4、5 歲時逐漸表現出職業的興趣，模仿成人社會中若干職業行為。	以個人能力為核心，開始了解職業價值及統整有關資料。	根據前一期統整結果，開始進行試探活動，以獲得具體經驗，做為未來目標。

用者占 55%，有近半（46%）持保留態度，扣除掉中立者（無所謂符不符合），有 33%認為自己學非所用。何以如此多的年輕人感到迷惘？孫憶明觀察，過去很多學生填志願時仍搞不清楚自己想念什麼科系，諮詢顧問問的都是哪些大學科系的落點在哪，而非考慮興趣和天賦。這顯示了，台灣的學生在國、高中時期對職涯的探索與理解並不夠。或許是因為花太多時間應付課業要求、升學考試，在更重要的人生探索方面反而投入太少關注。

### 爸媽不要將學科與能力直接畫上等號

超越基金會推動「超越達人」計畫，前進校園，幫助孩子職業探索，遍及 300 所國、高中。超越基金會副執行長洪育詳表示，國中是人生第一個分流，要選擇念高中或高職，是家長最徬徨的時候，但孩子對未來沒有太具體的想像；而高中則是學生最徬徨的時候，不清楚自己大學要念什麼科系、學什麼。

「不要把所有能力與學科畫上等號，」洪育詳說，像他小時候很愛講話，透過參加語文競賽，從愛講話到會講話、變成競爭的優勢，出社會後做過業務、採購及行銷企劃等工作，非常喜歡上台分享。超越基金會前執行長、立委蘇巧慧形容洪育詳：「只要上台，人愈多的場子就愈嗨。」新北市五峰國中校長羅珮瑜學教育心理與輔導出身，她指出，應該給孩子愈多的試探和體驗機會，讓孩子知道自己的專長和興趣。即使試探之後證實某種選擇不適合自己，也很好，因為那也是一種做決定的過程。

### 從多元角度來看，每個人都有天賦

「生涯發展是人一生中連續不斷的過程，」從國中到高中（職）、大學到就業，每個階段生涯發展的重點不同。羅珮瑜強調，生涯發展教育不是幫孩子做決定，而是培養孩子學會做決定的能力，能夠做出適合自己的選擇。「人如果可以找到自己喜歡、又適合自己的，這是很寶貴的生命經驗，」羅珮瑜說。

「生涯探索是一個累積的過程，」孫憶明指出，國、高中階段的探索重點在於找出自己的天賦和興趣，無需太在意找工作這件事；到了大學，探索的重點在於產業的特性及工作內容，設法將天賦、興趣和生涯方向連結，結合未來的發展。

關於天賦，在科學以及實務上，已經有明確的新主流論述。至於每個人的天賦何在？這種大哉問是要及早開始問自己的。新銳服裝設計師吳日云認為「每個人都要有認識自己的能力」，才能不斷修正、找到合適的方向，把自己放在對的位置。摸索自身天賦與能力的過程，是不斷更精準的定位。

### 從天賦出發，連結生涯方向

天賦與熱情的定錨，是每個人的人生議題。《讓天賦自由》作者肯·羅賓森提到：「當你發現自己的天命——從事自己熱愛又擅長的工作，才可能覺得活出了真實的自我，成為你理想中的自己。」生涯發展是一個動態、滾動的過程，每個人都必須面臨生涯的選擇。如果在成長過程中，愈早開始練習，將來才有可能做出對的決定。

資料來源：<https://futureparenting.cwgv.com.tw/family/content/index/15700>

表 2 不同生命階段各有獨立發展任務

另一個著名的生涯理論，是美國猶他州州立大學教育心理學教授唐納·薩伯（Donald Super）所提出的生涯發展論，5 個生命階段各有獨立發展任務。

生命階段	發展任務 (fantasy)
0 ~ 14 歲「成長期」	發展自我概念及了解工作意義
15 ~ 24 歲「探索期」	發展生涯覺知與自我探索
25 ~ 44 歲「建立期」	定向生涯，逐步建立穩定地位
45 ~ 64 歲「維持期」	維持既有的成就和地位
65 歲以後「衰退期」	退休或發展新角色



## ※開啟學生潛能的英語資優班

### 一、師資方面：

外籍教師 Nic、高中教師及國中教師授課。

### 二、課程採抽離與外加方式教學：

- (一) 英語聽說讀寫之能力訓練。
- (二) 情意課程：情意發展課程、節慶教學、校外教學…等主題活動。
- (三) 獨立研究：以英文撰寫獨立研究報告，並全英文進行研究成果發表。
- (四) 英語競賽：校內、外英語演講、看圖寫作比賽及英語檢定(GEPT)等
- (五) 參與高中活動：以高中的師資、設備和資源不定期進行英語加深及加廣活動，體驗多元學習風格。
  1. 外師專題講座：全英文主題式演講與探究。
  2. 國際生交流：國際生蒞校參與活動。

### 三、教學方式：

以口語報告、分組活動、小組競賽、角色扮演等方式來引導啟發學生的資優潛能。

### 四、教學空間與設備：

- (一) 教學空間：  
英語資優班教室、國際英語村、英語圖書館、電腦教室、未來教室、語言教室及圖書館。
- (二) 教學設備：  
i-Pad、電子白板、筆記型電腦、圓形討論桌、梯形桌、英語圖書館藏、原文小說，資源豐富有利發展英語教學。

### 五、交通位置：

離火車站最近的公立完全高中(車程僅 5 分鐘)，從火車站有〈302 號中山高中〉公車直達本校校門口，不必爬坡和爬樓梯。

## ※112 年國中英語資優鑑定訊息※

- 一、對象：設籍基隆市之公私立小學六年級學生(含僑生)。
- 二、簡章公告：111 年 12 月 3 日(六)。
- 三、初選申請：111 年 12 月 19 日(一)~112 年 1 月 2 日(一)。
- 四、初選評量：112 年 3 月 18 日(六)。
- 五、複選申請(通過初選方能參加)：112 年 4 月 6、7 日(四、五)。
- 六、複選評量：112 年 4 月 15 日(六)。

**基隆市唯一合法立案的國中英語資優班**

**歡迎來電詢問：02-2424-8191 轉 42、69**

～恭喜各國小校友就讀本校國中部英語資優班升學表現亮眼～

- ★陳亭瑄 國立臺灣大學 - 臺北市立中山女子高級中學 (成功國小畢業)
- ★劉若安 國立清華大學 - 直升中山高中部 (聖心小學畢業)
- ★龔雅娟 國立清華大學 - 臺北市立內湖高級中學 (聖心小學畢業)
- ★陳郁舜 國立清華大學 - 臺北市立成功高級中學 (中山國小畢業)
- ★陳亭琪 國立清華大學 - 臺北市立第一女子高級中學 (成功國小畢業)
- ★林昕妮 國立政治大學 - 臺北市立內湖高級中學國際班(武崙國小畢業)
- ★楊凱文 國立中興大學 - 臺北市立成功高級中學(南榮國小畢業)
- ★黃語婕 國立中央大學 - 新北市立板橋高中語文資優班 (長興國小畢業)
- ★簡郁蓁 國立中央大學 - 臺北市立南湖高級中學 (桃園同德國小畢業)
- ★游俊彥 國立臺中教育大學 - 直升中山高中部 (月眉國小畢業)
- ★陳宏逸 國立臺北科技大學智慧自動化工程學系 (仁愛國小畢業)  
(會考成績可錄取建中)
- ★許恩晨 國立臺灣海洋大學 - 直升中山高中部(德和國小畢業)
- ★楊子瑩 國立臺灣海洋大學 - 直升中山高中部(港西國小畢業)
- ★吳育瑄 國立臺北商業大學應用外語系(聖心小學畢業)
- ★馮 璽 國立暨南國際大學 - 直升中山高中部(東信國小畢業)
- ★陳亭立 臺北市立成功高級中學 (成功國小畢業)
- ★施韋丞 臺北市立中崙高級中學
- ★蔡子宏 臺北市立西松高級中學英語資優班(深美國小畢業)
- ★郭婕瑩 直升中山高中部(聖心國小畢業)
- ★翁家景 直升中山高中部(港西國小畢業)
- ★魏薇恩 直升中山高中部(長樂國小畢業)
- ★丁衣寧 直升中山高中部(港西國小畢業)
- ★黃郁慈 直升中山高中部(瑞芳國小畢業)
- ★高莊偉 直升中山高中部(中華國小畢業)
- ★陳薇琦 國立基隆女子高級中學數理科技實驗班 (仁愛國小畢業)
- ★李存滢 國立基隆女子高級中學 (長樂國小畢業)
- ★陳妘蓁 國立基隆女子高級中學 (武崙國小畢業)
- ★劉昕晴 國立基隆高級中學(成功國小畢業)
- ★張芯瑜 基隆市立暖暖高級中學雙語實驗班 (七堵國小畢業)
- ★廖宇翔 臺北市立內湖高級工業職業學校 (碇內國小畢業)
- ★鍾蓁淇 臺北市立南港高級中學(七堵國小畢業)
- ★李金燁 基隆市立安樂高級中學(成功國小畢業)

# 基隆市立中山高級中學 111 學年度對外競賽榮譽榜

112.3

類別	班級	姓名	比賽/競賽名稱	競賽組別/類別	成績/名次
藝術類	中山高中	國中行進管樂隊	基隆市 111 學年度學生音樂比賽-行進管樂	國中團體組 70 人以下	優等第一名 代表基隆市參賽
體育類	高二愛	楊宇筑	111 年全國中學運動會	800 公尺	第三名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 年全國中學運動會	1500 公尺	第五名
體育類	高二愛	江承恩	111 年全國中學運動會	3000 公尺障礙	第五名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 全國田徑錦標賽	1500 公尺	第五名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 全國田徑錦標賽	800 公尺	第五名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 全國中學田徑錦標賽	1500 公尺	第三名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 全國中學田徑錦標賽	800 公尺	第五名
體育類	高二愛	江承恩	111 全國中學田徑錦標賽	3000 公尺障礙	第六名
體育類	高三愛	樂必成	111 全國中學田徑錦標賽	鏈球	第六名
體育類	高一愛	林盧品均	111 全國中學田徑錦標賽	鏈球	第七名
體育類	高三愛	謝育璽	111 全國中學田徑錦標賽	三級跳遠	第八名
體育類	305	白苓筠	111 年全國總統盃射箭錦標賽	國中團體對抗	第六名
體育類	304	余祉欣	111 年全國總統盃射箭錦標賽	國中團體對抗	第六名
體育類	202	劉芷妤	111 年全國總統盃射箭錦標賽	國中團體對抗	第六名
語文類	高三仁	吳玠悅	基隆市 111 學年度語文競賽	高中組閩南語情境演說	特優第四名
語文類	高三忠	林峻宇	基隆市 111 學年度語文競賽	高中組寫字	特優第三名
語文類	302	林珩玆	基隆市 111 學年度語文競賽	國中組閩南語情境演說	特優第四名
語文類	304	余祉欣	基隆市 111 學年度語文競賽	國中組閩南語情境演說	特優第六名
語文類	304	洪晴揚	基隆市 111 學年度語文競賽	國中組國語朗讀	特優第六名
藝術類	高一孝	丁衣寧	全國學生美術比賽 111 學年基隆市初賽	高中組漫畫	第一名
英語類	302	張以翔	111 學年度基隆市英語學藝競賽	英語即席演講比賽	優等
英語類	303	林宜蓁	111 學年度基隆市英語學藝競賽	英語即席演講比賽	佳作
英語類	303	林宜蓁	111 學年度基隆市英語學藝競賽	英語看圖寫作比賽	佳作
生活科技類	201	李尚玲	2022PowerTech 青少年科技創作競賽	單項「步步高升」組	季軍
生活科技類	201	邱閱鈺	2022PowerTech 青少年科技創作競賽	單項「步步高升」組	季軍
生活科技類	203	林雨柔	2022PowerTech 青少年科技創作競賽	單項「步步高升」組	季軍
生活科技類	201	虞思慧	基隆市 111 學年度國民中學生活科技創作競賽		特優 代表基隆市參賽
生活科技類	203	林雨柔	基隆市 111 學年度國民中學生活科技創作競賽		特優 代表基隆市參賽
生活科技類	204	徐已芹	基隆市 111 學年度國民中學生活科技創作競賽		特優 代表基隆市參賽

類別	班級	姓名	比賽/競賽名稱	競賽組別/類別	成績/名次
生活科技類	201	邱閔鈺	基隆市 111 學年度國民中學 生活科技創作競賽		優等 代表基隆市參賽
生活科技類	304	林定璋	基隆市 111 學年度國民中學 生活科技創作競賽		優等 代表基隆市參賽
生活科技類	304	吳恆吉	基隆市 111 學年度國民中學 生活科技創作競賽		優等 代表基隆市參賽
體育類	高二愛	江承恩	111 年臺北市秋季盃全國田徑公開賽	3000 公尺障礙	第一名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 年臺北市秋季盃全國田徑公開賽	800 公尺	第三名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 年臺北市秋季盃全國田徑公開賽	1500 公尺	第三名
體育類	高一愛	林盧品均	111 年臺北市秋季盃全國田徑公開賽	鏈球	第四名
體育類	高三愛	謝育璽	111 年臺北市秋季盃全國田徑公開賽	三級跳遠	第七名
體育類	高二愛	江承恩	111 年桃園市全國田徑分齡賽	3000 公尺障礙	第一名
體育類	高一愛	王君豪	111 年桃園市全國田徑分齡賽	標槍	第二名
體育類	高一愛	吳郁俊	111 年桃園市全國田徑分齡賽	1500 公尺	第二名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 年桃園市全國田徑分齡賽	1500 公尺	第二名
體育類	高一愛	林盧品均	111 年桃園市全國田徑分齡賽	鏈球	第三名
體育類	高一愛	吳郁俊	111 年桃園市全國田徑分齡賽	2000 公尺障礙	第三名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 年桃園市全國田徑分齡賽	2000 公尺障礙	第三名
體育類	高三愛	潘允中	111 年桃園市全國田徑分齡賽	10000 公尺	第三名
體育類	高三愛	潘允中	111 年桃園市全國田徑分齡賽	5000 公尺	第四名
體育類	高二愛	江承恩	111 年桃園市全國田徑分齡賽	1500 公尺	第四名
體育類	高一愛	吳雅柏	111 年桃園市全國田徑分齡賽	鐵餅	第五名
體育類	高二愛	江承恩	111 年新北市城市盃全國田徑公開賽	5000 公尺	第二名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 年新北市城市盃全國田徑公開賽	800 公尺	第三名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 年新北市城市盃全國田徑公開賽	1500 公尺	第三名
體育類	高二愛	江承恩	111 年新北市城市盃全國田徑公開賽	1500 公尺	第四名
體育類	高一愛	王君豪	111 年新北市城市盃全國田徑公開賽	58.4	第五名
體育類	高一愛	林盧品均	111 年新北市城市盃全國田徑公開賽	鏈球	第六名
體育類	301	賴子立	111 年新北市城市盃全國田徑公開賽	鐵餅	第八名
體育類	高二愛	楊宇筑	111 年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	200 公尺	第一名
體育類	高三愛	謝育璽	111 年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	跳遠	第一名
體育類	高三愛	樂必成	111 年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	鐵餅	第一名
體育類	高三愛	謝育璽	111 年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	200 公尺	第一名
體育類	高一愛	龔宏晟	111 年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	400 公尺	第一名

類別	班級	姓名	比賽/競賽名稱	競賽組別/類別	成績/名次
體育類	高一愛	吳郁俊	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	800公尺	第一名
體育類	高二愛	江承恩	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	1500公尺	第一名
體育類	高二愛	楊宇筑	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	400公尺	第一名
體育類	高一愛	吳雅柏	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	鐵餅	第二名
體育類	高三愛	潘允中	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	200公尺	第二名
體育類	高一愛	鍾俊佑	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	800公尺	第二名
體育類	高三愛	褚昱宗	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	1500公尺	第二名
體育類	高一愛	蔡宗育	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	800公尺	第三名
體育類	高三愛	潘允中	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—高中	跳遠	第五名
體育類	301	賴子立	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—國中	鐵餅	第一名
體育類	305	柯泳鍾	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—國中	鐵餅	第二名
體育類	305	柯泳鍾	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—國中	鉛球	第二名
體育類	301	賴子立	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—國中	鉛球	第三名
體育類	302	吳俊杰	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—國中	1500公尺	第四名
體育類	302	吳俊杰	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—國中	800公尺	第四名
體育類	305	蔡侑佑	111年基隆市基訓站田徑區域對抗賽—國中	800公尺	第六名
體育類	高一愛	李文昌	111年基隆市跆拳道中小聯運	國男55公斤級	第二名
體育類	高三愛	吳俊廷	111年基隆市跆拳道中小聯運	高男個人品勢	第一名
體育類	高二愛	陳渙文	111年基隆市跆拳道中小聯運	高男58公斤級	第一名
體育類	高三愛	吳俊廷	111年基隆市跆拳道中小聯運	高男63公斤級	第一名
體育類	中山校友	黃雅淇	111年基隆市跆拳道中小聯運	國女55公斤級	第一名
體育類	中山校友	張詩婷	111年基隆市跆拳道中小聯運	國女68公斤級	第二名
體育類	中山校友	余奕聖	111年基隆市跆拳道中小聯運	高男54公斤級	第一名
體育類	中山校友	曹維信	111年基隆市跆拳道中小聯運	高男54公斤級	第三名
體育類	中山校友	林劭宇	111年基隆市跆拳道中小聯運	高男68公斤級	第一名
體育類	中山高中	體育團隊	111年基隆市跆拳道中小聯運	高男組對打團體錦標	第一名
體育類	中山高中	體育團隊	111年基隆市跆拳道中小聯運	國女組對打團體錦標	第三名
體育類	305	白苓筠	111年射箭區域對抗賽—臺南站	國中混雙	第一名
體育類	高一愛	吳史歲	111年射箭區域對抗賽—臺南站	國中混雙	第一名
體育類	305	白苓筠	111年射箭區域對抗賽—臺南站	國女個人	第三名
體育類	304	余祉欣	111年射箭區域對抗賽—臺南站	國女個人	第四名
體育類	201	吳思典	111年射箭區域對抗賽—臺南站	國女個人	第五名
體育類	高三愛	沈慈雲	111年射箭區域對抗賽—臺南站	高中混雙	第二名
體育類	高二愛	簡岑育	111年射箭區域對抗賽—臺南站	高中混雙	第二名
體育類	高三愛	沈慈雲	111年射箭區域對抗賽—臺南站	高女個人	第五名
體育類	高三愛	曹維婷	111年射箭區域對抗賽—臺南站	高女團體	第三名

類別	班級	姓名	比賽/競賽名稱	競賽組別/類別	成績/名次
體育類	高三愛	沈慈雲	111年射箭區域對抗賽—臺南站	高女團體	第三名
體育類	高二愛	邱爾雅	111年射箭區域對抗賽—臺南站	高女團體	第三名
體育類	304	余祉欣	111年射箭區域對抗賽—臺南站	國女團體	第二名
體育類	202	劉芷妤	111年射箭區域對抗賽—臺南站	國女團體	第二名
體育類	高一愛	李季蓁	111年射箭區域對抗賽—臺南站	國女團體	第二名
體育類	高一愛	吳吏歲	111年射箭區域對抗賽—臺南站	國男個人	第二名
體育類	高一愛	王君豪	112年台北市春季全國田徑公開賽	高中男子組標槍	第二名
體育類	高一愛	林盧品均	112年台北市春季全國田徑公開賽	高中男子組鏈球	第一名
體育類	高三愛	樂必成	112年台北市春季全國田徑公開賽	高中男子組鏈球	第五名
體育類	高二愛	吳宇盛	112年台北市春季全國田徑公開賽	高中男子組鏈球	第六名
體育類	高二愛	江承恩	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組3000公尺障礙	第一名
體育類	高一愛	吳郁俊	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組3000公尺障礙	第二名
體育類	高三愛	謝育璽	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組三級跳遠	第一名
體育類	高二愛	連柏凱	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組10000公尺	第一名
體育類	高一愛	蔡宗育	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組10000公尺	第二名
體育類	高一愛	吳雅柏	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組鐵餅	第一名
體育類	高三愛	樂必成	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組鐵餅	第二名
體育類	高三愛	陳昱泉	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組鐵餅	第三名
體育類	高一愛	林盧品均	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組鏈球	第一名
體育類	高三愛	樂必成	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組鏈球	第二名
體育類	高二愛	吳宇盛	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組鏈球	第三名
體育類	高一愛	王君豪	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組標槍	第一名
體育類	高二愛	楊建志	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組標槍	第二名
體育類	高二愛	江承恩	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組1500公尺	第一名
體育類	高一愛	吳郁俊	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組1500公尺	第二名
體育類	高三愛	謝育璽	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組100公尺	第一名
體育類	高二愛	張宸翊	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組400公尺跨欄	第一名
體育類	高一愛	鍾俊佑	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組800公尺	第一名
體育類	高二愛	連柏凱	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組5000公尺	第一名
體育類	高三愛	褚昱宗	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組5000公尺	第二名
體育類	高一愛	王君豪	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組鉛球	第二名
體育類	高二愛	江承恩	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組4×400公尺	第一名
體育類	高一愛	吳郁俊	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組4×400公尺	第一名
體育類	高三愛	林愷岷	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組4×400公尺	第一名
體育類	高三愛	謝育璽	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組4×400公尺	第一名
體育類	高二愛	江承恩	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組4×100公尺	第一名
體育類	高三愛	林愷岷	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組4×100公尺	第一名
體育類	高一愛	鍾俊佑	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組4×100公尺	第一名
體育類	高三愛	謝育璽	基隆市112年中小學聯合運動會	高中男子組4×100公尺	第一名

類別	班級	姓名	比賽/競賽名稱	競賽組別/類別	成績/名次
體育類	高三愛	林愷岷	基隆市 112 年中小學聯合運動會	高中男子組 400 公尺	第一名
體育類	高一愛	鍾俊佑	基隆市 112 年中小學聯合運動會	高中男子組 400 公尺	第二名
體育類	高二愛	楊宇筑	基隆市 112 年中小學聯合運動會	高中女子組 800 公尺	第一名
體育類	高二愛	楊宇筑	基隆市 112 年中小學聯合運動會	高中女子組 400 公尺	第二名
體育類	301	賴子立	基隆市 112 年中小學聯合運動會	國中男子組鏈球	第一名
體育類	303	秦涓宸	基隆市 112 年中小學聯合運動會	國中男子組鏈球	第二名
體育類	大德 901	吳取南	基隆市 112 年中小學聯合運動會	國中男子組鏈球	第三名
體育類	305	沈泓楷	基隆市 112 年中小學聯合運動會	國中男子組標槍	第一名
體育類	301	賴子立	基隆市 112 年中小學聯合運動會	國中男子組鐵餅	第二名
體育類	305	柯泳鍾	基隆市 112 年中小學聯合運動會	國中男子組鉛球	第二名
體育類	大德 901	吳取南	基隆市 112 年中小學聯合運動會	國中男子組鉛球	第三名