

臺中市立青海國民中學

110 學年度第一學期

親職教育座談會暨 12 年國教適性入學宣導手冊

指導單位：臺中市政府教育局

主辦單位：臺中市立青海國民中學

活動日期：110 年 09 月 24 日（星期五）

臺中市立清海國中 109 學年度第一學期

親職教育座談會暨 12 年國教適性入學宣導程序表

座談會時間：110 年 9 月 24 日(五)18：00～21：00

座談會地點：線上 meet 會議室

起迄時間	課程內容	主講人	活動地點	備註
18:00～18:30	登入線上會議室	輔導室	線上會議	
18:30～18:35	開場致詞	賴勝豐校長	線上會議	
18:35～18：45	家長代表大會 家長委員會	賴勝豐校長	線上會議	
18:45～19：00	各處室宣導	輔導主任汪仲彬	線上會議	
19：00～19:50	中投區 12 年國教 適性入學宣導	鹿寮國中輔導室 鄭巧吟主任	線上會議	

親師溝通 導師班級分配表

班 級	導 師
七年一班	吳淑汝
七年二班	許媛婷
八年一班	鍾佩軒
八年二班	譚莊蘭
九年一班	涂順堯
九年二班	黃筱燕

目錄頁

各處室報告

教務處.....	p. 5~6
學務處.....	p. 7~8
總務處.....	p. 9
輔導室.....	p. 10~12

宣導事項

EYE 眼吃起來(午餐宣導).....	p. 14
口腔保健宣導.....	p. 15
113 保護專線宣導.....	p. 16

各處室報告

教務處 工作報告

一、 辦理學習扶助、適性輔導學習

1. 寒暑假課辦理全年級國文、數學、英文抽離式學習扶助學習。課中學科(數學、英文)抽離式學習扶助學習。
2. 九年級定期模擬考測驗，全年級段考及抽考。
3. 全年級第八節課業加強輔導及閱讀。
4. 體育團隊寒暑假及午休辦理學科加強教學。

二、 深耕閱讀

1. 各班級學生晨間閱讀及心得書寫。
2. 每週舉辦晨間英聽及英文閱讀。
3. 每週規劃有「晨光閱讀」及「圖書館時間」。
4. 獎勵圖書館使用及閱讀小達人。

三、 獎勵、辦理多元學習活動

1. 創作投稿獎勵，模擬考、段考皆設有各種獎學金以勵學。
2. 推動母語教學、英語日活動。
3. 教唱英文歌曲、英語讀者劇場、英文作文、國文書法教育，及舉辦英語品格營和童軍團康育樂營。
4. 免試升學宣導及升學資訊輔導。

四、 提升教學品質；活化教學內容

1. 學生個人專用 chromebook、ipad 及智慧教室配置筆電、觸控電視，電腦繪圖板教學，提升學習動機。並辦理教師 e 化教學研習及成立專業學習社群，提升教學品質。
2. 辦理各項創課課程及競賽，如機器人、機械手臂、樂高積木機器人、積木車及無人機等。
3. 營造校園學習情境：智慧教室、專科教室的設置使用及圖書館使用安排，使學習空間功能改善。
4. 辦理各領域校外教學參訪活動，例：科學博物館、國家歌劇院、國立美術館、港區藝術館及逢甲大學綠能中心等參訪。

110 學年度第 1 學期學務處工作報告

訓育及衛生組

一、落實品德教育

(一) 落實生活常規：不遲到、不早退，在班遵守班規、在校遵守校規。

(二) 加強服儀管理：到校務必穿著制服，且應展現個人良好儀態。

(三) 推行三好（存好心、說好話、做好事）/四要（嘴要甜、面要笑、腰要軟、手腳要快）運動：

1. 存好心：鼓勵學生心懷感恩。

2. 說好話：教育學生不口出惡言、不罵髒話。

3. 做好事：要求學生行事負責。

4. 嘴要甜：鼓勵學生言談有禮貌。

5. 面要笑：遇見師長、來賓應主動微笑問好。

6. 腰要軟：教育學生應謙虛、不自滿。

7. 手腳要快：鼓勵學生主動積極完成師長交辦工作。

二、維持環境衛生

(一) 落實用餐禮儀：教育學生愛惜食物、均衡飲食，細嚼慢嚥、安靜用餐。

(二) 防治登革熱：臺中市近期為登革熱疫情熱區，教育學生應保持室內外整潔，杜絕病媒蚊。

(三) 維持廁所清潔：本校各班均負責一間廁所的整潔，讓學生學習使用者有責的態度，透過教導使學生養成愛惜公物、維持清潔的習慣。

(四) 資源回收再利用：每班皆放有數個回收桶進行資源回收，教育學生環保愛地球的精神。

三、發展多元活動

(一) 發展多元社團：本學年一、二年級合計開設四個社團，包含拳擊社、彩繪社、志工服務社、電影欣賞社，協助學生培養興趣，進而發展為個人專長。

四、推動服務學習

鼓勵學生積極參與志工服務，從做中學，學務處現階段規劃有各類志工項目，歡迎同學踴躍參加。

五、營造友善校園

（一）反霸凌：學務處實施行動管理，每日不定期進行巡查，避免發生校園衝突，若家長得知校園霸凌情事，請務必通知學務處處理。

（二）紫錐花：每月一日為「紫錐花運動」傳播日，積極宣導反毒害、反菸害理念，並落實於日常生活中，以營造清新校園環境。

（三）學務訊息：為協助家長瞭解學務處每週重點工作，歡迎家長至本校網頁校務佈告欄點選瀏覽。

六、暢通親師溝通管道

請家長常與導師保持互動，歡迎利用聯絡簿、親師座談、電話等方式，瞭解子女在校行為，並請您隨時注意子女的交友狀況、出入場所、手機及網路使用情形，以確實、即時掌握子女身心狀態。

生教組

1. 防災教育

於 9/13 辦理防震災教育宣導。

於 9/17 進行全校性防震演練，加強學生防災觀念。

2. 防制學生藥物濫用教育

於 9/9 及 9/30 聘請講師入班進行防制學生藥物濫用校園宣導。

3. 交通安全教育

於 9/30 辦理交通安全宣導。

體育組：

1. 因疫情嚴峻，本學期游泳教學課程暫停辦理。其餘體育相關競賽活動視依情發展做滾動式調整。

總務處報告事項

總務處是學校行政的一重要部門，各項行政工作能否順利推展，都有賴於總務處之支援，所以是一講求效率、創新、服務的單位，其目的乃在提供全校師生一個安全、舒適的學習與生活環境，以提升教育品質。

本學期除了延續上學期未完之事務，積極處理完善外，將思考及著力於如何維持及其他不足缺漏處之改善等面向，故總務處工作將是朝向精緻化、加強化，以營造優質特色，增進學習效果。

本（110）學年度第1學期總務處執行成果歸納如下

一、例行性事務

1. 樹籬之修剪及整理
2. 樹木修剪、移植
3. 各類植栽(校園花圃、花臺、花盆)
4. 消防設備、飲水設備檢修
5. 維修各教學設備及提供教學資源

二、重大工程建設與修繕維護

1. 廚房設備更新、天然氣設施已完成。
2. 高爾夫運動實施計畫設備完成採購。
3. 大門口水溝清理及水溝蓋更新完成。
4. 視聽教室設備完成更新。

三、未來願景與藍圖

1. 規劃操場PU跑道整修工程。
2. 規劃能源教室。
3. 規劃勵志樓防漏工程。
4. 電力設備設置及班班有冷氣。

輔導室 工作報告

110 年度期持續辦理各項議題的相關活動，期望學生能從各項活動中了解自己、探索未來進而選擇適合自己的畢業進路。本學期三年級即將面臨畢業及升學的階段，輔導室持續提供生涯輔導及職業試探，一、二年級也持續提供一系列生涯輔導及職業試探課程，希望每一位學生都能「適性入學」，發揮「適性揚才」的理念。

輔導組：

一、家庭教育：

- (一)各領域教師融入家庭教育議題，強化學生對家庭教育的認知與認同。
- (二)宣導家庭教育諮詢專線 04-4128185，若家長有親職教養方面問題可撥打諮詢，尋求相關協助。
- (三)於課程外每學年辦理四小時課程及活動並於各領域課程內融入教案及學習單。

二、生命教育：

- (一)持續辦理服務學習活動，培養學生關懷社會及環境、他人服務付出的生命情懷。
- (二)於各領域課程內融入教案及學習單。
- (三)輔導科等相關科目，以主題形式加強實施生命教育，提升學生相關知能與尊重生命的態度。

三、生涯發展教育：

- (一)持續各年級生涯檔案及生涯輔導紀錄手冊的製作與填寫、協助學生生涯探索，煩請家長於期末協助檢查與簽名，並由輔導組檢核。
- (二)三年即完成生涯手冊之生涯規劃書，以利三年級輔導升學參考。
- (三)辦理三年級志願選填適性輔導。

(四)辦理全年級生涯發展教育的宣導與講座。並每學年辦理四場生涯發展教育宣導，邀請各行各業畢業校友及社區人士分享求學及職場的經驗，以供在學學生參考及學習。

(五) 辦理心理測驗：

三年級：情境式興趣測驗。

(六)二年級於 10/21 至致用高中辦理社區高中職參訪。

四、性別平等教育：

(一)辦理四小時性別平等教育宣導，邀請專業教育志工主講，增加學生對於保護自己之敏感性與能力，以及尊重他人之態度。

(二)輔導科等相關科目，以主題形式加強實施性平教育、交往教育，提升學生相關法治概念，與保護自己、尊重他人、懂得互動界線的能力。

(三)於各領域課程內融入教案及學習單。

五、輔導諮商

(一) 新生於第一次段考後實行學生高關懷檢核表，輔導室將列冊關懷有適應或其他困難之學生。

(二) 持續落實二級與三級輔導，協助解決學生困難。

(三) 依各班實際狀況與需求，辦理班級輔導或團體輔導。

(四) 定期召開個案研討會，整合校內輔導資源與檢討輔導方向。

(五) 辦理校內教師輔導專業研習，增進教師專業輔導知能，以助學生生活上及生涯輔導。

特教暨資料組：

一、特殊教育：

本校屬普通班融合特殊教育方式，目前已依規定辦理以下事項：

- (一) 109 學年度上下學期完成兩次特推會。
- (二) 109 學年度上下學期各三小時的特教研習。

二、技藝教育

(一) 110 學年度技藝教育課程採與嘉陽高中合作式學習，上課職群如下：

班別	時段	合作學校	第 1 學期職群	第 2 學期職群
技甲	週四上午	嘉陽高中	餐飲職群	動力職群
技乙	週四上午	嘉陽高中	家政職群	食品職群

(二) 109 學年度下學期辦理畢業學生升學就業調查。

(三) 109 學年度上下學期辦理技藝競賽選手訓練。

(四) 109 學年度下學期辦理技優甄審入學。

(五) 109 學年技藝競賽佳績：餐旅個人組第一名：楊芯語

食品團體組第二名：顏綺慧、蔡子涵、蔡芩諭

期許透過以上各類教育活動及課程，讓清海的每個孩子在各領域中出類拔萃，好好揮灑出屬於自己的一片天空，開創美好的未來。

宣導事項



EYE眼



「吃」起來!

30



用眼30分

10



閉眼休息10分

3



少用3C產品

2



每天戶外運動2小時

1



每年至少1次視力檢查

彩虹飲食很簡單

DHA

維持視網膜細胞健康
改善視網膜品質以舒緩乾眼



鮭魚



虱目魚



鱒魚



秋刀魚



藻類

黃斑色素

葉黃素+玉米黃素
黃斑部重要成份
可幫助眼睛阻擋藍光傷害



南瓜



A菜

蛋黃



玉米



花椰菜

菠菜

維生素C

可抗氧化
維護視網膜健康
保持視覺敏銳



芭樂



檸檬



奇異果



木瓜



柳丁

花青素

強大的抗氧化力
可保護水晶體與視網膜
促進眼部血液循環
提高視覺的敏銳度



葡萄



茄子



紫心地瓜



藍莓



紫米



火龍果(紅肉)



臺中市政府教育局

廣告

口腔保健 - 日常潔牙未落實 國中生就牙周病

醫師提醒，學童應定期檢查口腔，才能保持牙齒健康。（牙醫師公會全聯會提供）小朋友放假在家愛吃零食、不刷牙，容易出現口腔問題。牙醫門診觀察發現，每年寒暑假平均都會增加 1 到 2 成國小學童患者，他們總是常被爸媽「拎」著去看牙，多半因為沒有做好口腔清潔，出現好幾顆蛀牙。提醒家長，孩子即使放假，仍要規律刷牙、使用牙線，不可忽略衛生習慣。

牙醫師說，寒暑假學童門診人數增加，可能與平常上課沒空、放假零食吃太多等因素相關。通常學童最常出現的為蛀牙、齒列不整等問題。

目前小一、四年級學生的健檢中，都會包含口腔衛生檢查，部分學校也定期邀請牙醫師到校，幫學童看牙。牙醫師說，近 3、4 年來，國小學童口腔狀況比以前好很多，反倒是國中生的問題比較大。

醫師表示，國中的口腔清潔相關宣導較少，且父母多半認為孩子長大了，會主動刷牙，不常叮嚀。他曾遇過國一就「齒牙動搖」的牙周病患者，牙齦經常性發炎，且有出血、萎縮狀況，若不積極治療，恐怕年紀輕輕就開始掉牙齒，不僅影響美觀，更可能影響孩子的心理層面。

牙醫師魏澤成提醒，建議民眾使用牙線與牙刷清潔口腔，兩者功能不一樣，牙線可清除齒縫間的食物碎屑、牙菌斑；牙刷則是清潔牙齒表面。牙刷選擇要配合個人牙齒大小，以軟硬適中為佳，每 1 到 2 個月就要更新，避免滋生細菌。



113 保護專線宣導

近年來，隨著移工及跨國婚姻移民的增加，為了提升外語人士更友善的保護熱線求助管道，113 保護專線除了既有的英語、越南語、印尼語、泰語、柬埔寨語等 5 種外語通譯服務外，自今(109)年 8 月 10 日起新增提供日語通譯服務。

113 保護專線 24 小時全年無休提供家庭暴力、性侵害、性騷擾及兒童、少年、老人或身心障礙者保護相關諮詢及通報服務，是民眾最方便的求助管道，108 年通話量近 10 萬通。隨著跨國婚姻來

臺的新移民人數逐漸增加，113 保護專線在 94 年 4 月開始增設英語、越南語、印尼語、泰語、柬埔寨語等 5 種外語通譯服務，透過通譯人員的協助，減少民眾因語言隔閡的求助障礙，至 109 年 6 月更已累計提供 2,475 人次通譯服務。近年來因工作或跨國婚姻來臺的日本籍人數逐年成長，109 年已超過 1 萬 2 千人，為提供以日語為母語的外籍人士或新住民更友善的求助管道，衛生福利部 113 保護專線將於今(109)年 8 月 10 日起提供日語通譯服務，未來 113 保護專線將有 6 種外語通譯服務。

衛生福利部提醒，呼籲民眾多加留意社區孩童及老人，若發現有需保護情事，請撥打 113 保護專線或 110 報警，即時尋求協助。

