



臺北市立建國高級中學  
Taipei Municipal Jianguo High School



# 111學年度第二學期 學校日 高一手冊



# 建中學校日



## 時間&流程

年級	時間	流程
高一	3月08日 (星期三) 19:00~21:00	18:30~19:00 進班 班級活動回顧等(班級自選)
高二		19:00~19:30 播放校務綜合報告(各班教室)
高三		19:30~21:00 導師家長班務座談(各班教室)

## 注意事項

- 1) **會議通知**：以電子資訊進行校網首頁公告、群組分享週知、email通知等。
- 2) **會議記錄資料**：15:00~17:00各班請派1-2位學生至學務處領取班級公務信封，內含簽到表、會議紀錄紙、班級經營費收取調查表等。
- 3) **環保與防疫作為**：響應環保請自備水杯取水飲用；請佩戴口罩進入班級教室與會。
- 4) **E化政策**：會議不提供紙本資料，學校日宣導資訊電子檔將於校網首頁公告供閱覽。
- 5) **交通建議**：因校內不提供停車服務，請同學與家長多利用大眾運輸工具。

# 111學年度第二學期學校日高一手冊

## 目錄

- 敬邀參加建中學校日公告
- 一、校務綜合報告-莊智鈞校長致詞資料  
111-2行事曆  
建國中學111學年度教室配置圖
  - 二、校務綜合報告-教務處主任報告資料  
學生成績及格標準與畢業條件-註冊組  
近年競賽獲獎成果-設備組
  - 三、校務綜合報告-學務處主任報告資料  
111 學年度第 2 學期各項班級學生活動時程與重要事項彙整  
學生活動工作要項與榮譽榜-訓育組  
111學年保險通知書  
身高體重視力測量結果通知單  
視力回條複檢規定
  - 四、教官室-111-2 籲請高一學生與家長配合事項
  - 五、校務綜合報告-輔導室主任報告資料  
在驕傲自滿與灰心喪志之外~誰能再創學業成就高峰?  
談選擇~樣樣都好，可是怎麼辦？才好  
生涯資訊站使用說明  
學生學習歷程檔案重點宣導  
家庭教育宣導  
生命教育宣導  
性別平等教育宣導
  - 六、校務綜合報告-總務處主任報告資料
  - 七、校務綜合報告-圖書館主任報告資料
  - 八、校務綜合報告-家長會長報告資料  
家長會志工隊志工招募  
111學年建中家長會募款信  
建中樂旗校隊贊助邀請信
  - 九、校友會-歡迎畢業校友加入建中校友會



臺北市立建國高級中學  
Taipei Municipal Jianguo High School



# 111學年度第二學期 學校日

校長 莊智鈞



1. 學測成績穩定中成長
2. 熟悉規則方能掌握未來



# 3. 如果想給自己再一次 機會，決定了就破釜 沉舟的全力準備分科 測驗



4. 大家對高二教育旅行的同學表現讚譽有佳
5. 不投入社團，猶如未進建中



**6. 3月8日晚上升高二選  
班群家長座談會**

**7. 熱食部即將委託廠商  
經營**





**6. 3月8日晚上升高二選  
班群家長座談會**

**7. 熱食部即將委託廠商  
經營**

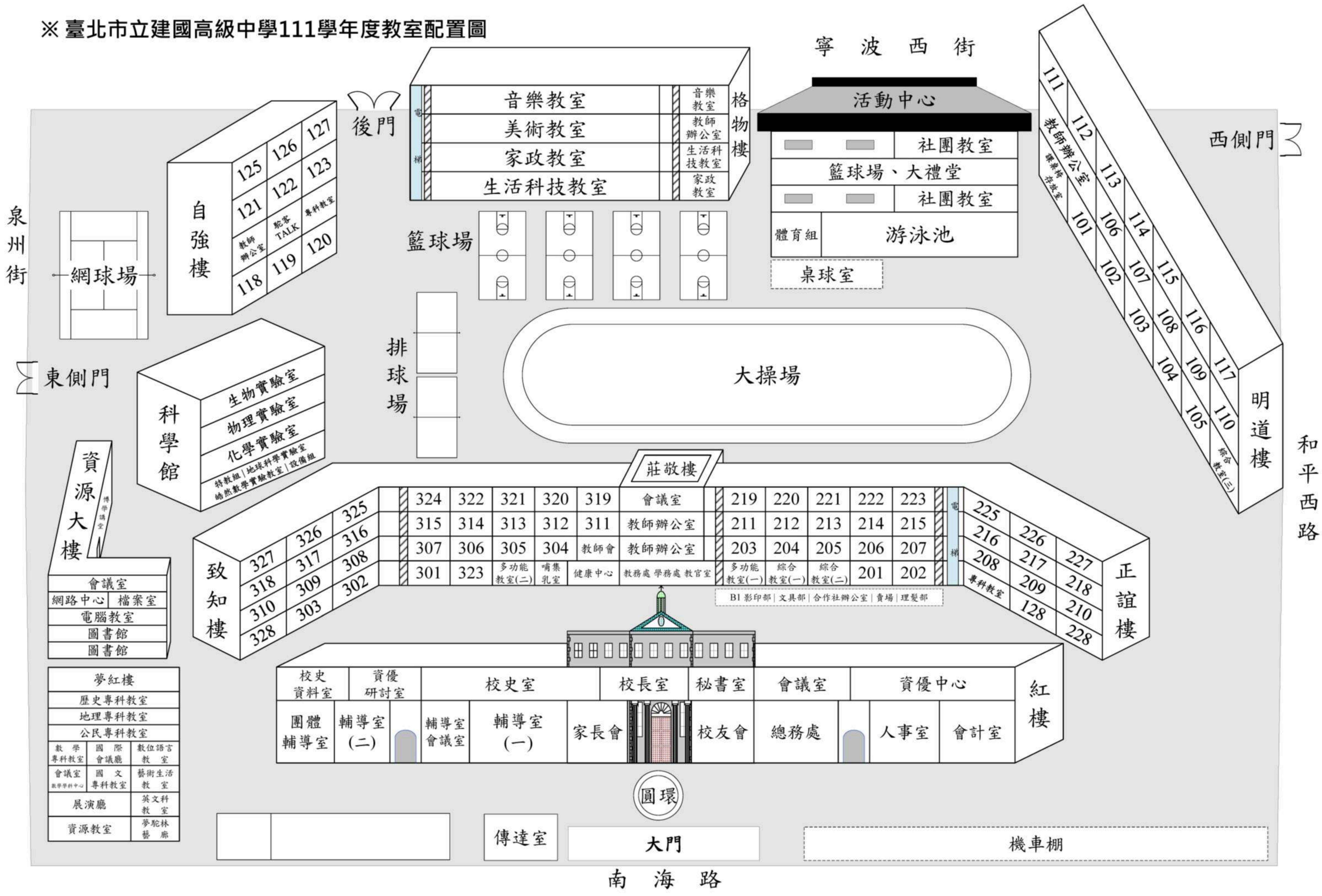


一句鼓勵的話

可以改變一個人的未來



※ 臺北市立建國高級中學111學年度教室配置圖



音樂教室	音樂教室
美術教室	教師辦公室
家政教室	生活科技教室
生活科技教室	家政教室

活動中心	
社團教室	社團教室
籃球場、大禮堂	
體育組	游泳池
桌球室	

125	126	127
121	122	123
118	119	120

生物實驗室
物理實驗室
化學實驗室
特教組   地球科學實驗室
皓然數學實驗室   設備組

會議室
網路中心   檔案室
電腦教室
圖書館
圖書館

327	326	325
318	317	316
310	309	308
328	303	302

324	322	321	320	319	會議室	219	220	221	222	223
315	314	313	312	311	教師辦公室	211	212	213	214	215
307	306	305	304	教師會	教師辦公室	203	204	205	206	207
301	323	多功能教室(二)	哺集乳室	健康中心	教務處學務處教官室	多功能教室(一)	綜合教室(一)	綜合教室(二)	201	202

225	226	227
216	217	218
208	209	210
128	210	228

校史資料室	資優研討室	校史室	校長室	秘書室	會議室	資優中心
團體輔導室	輔導室(二)	輔導室會議室	輔導室(一)	家長會	校友會	總務處
						人事室
						會計室

夢紅樓		
歷史專科教室		
地理專科教室		
公民專科教室		
數學專科教室	國際會議廳	數位語言教室
會議室	國文專科教室	藝術生活教室
展演廳		英文科教室
資源教室		夢駝林藝廊



大門

南海路



臺北市立建國高級中學  
Taipei Municipal Jianguo High School



# 111學年度第二學期 學校日

教務主任 沈容伊



班群	第一班群	第二班群	第三班群	第四班群	第五班群
部定必修	高一高二高三不同班群的科目和學分數相同				
今高三 (109學年度入學)	數A/甲+ 物理+化學+生物	數A/甲+ 化學+生物	數A/甲+ 物理+化學	數A/甲+ 歷史、地理、 公民與社會	數B/乙+ 歷史+地理+公 民與社會
今高二 (110學年度入學)	數A/甲+ 物理+化學+生 物	高二數A/甲 + 高二物理+ 化學+生物 高三化學+生物	數A/甲+ 物理+化學	數A/甲+ 歷史+地理+公 民與社會	數B/乙+ 歷史+地理+公 民與社會
班群	第一班群	第二班群	第三班群		
今高一 (111學年度入學)	數A/甲 or 數 B/乙+ 歷史+地理+ 公民與社會	數A/甲+ 物理+化學	數A/甲+ 物理+化學+ 生物		



建國高中課程  
諮詢

首頁

多元選修

微課程

▼ 選班群/課

相關網站

相關影片



109學年度入學者



110學年度入學者



111學年度入學者



①





# 自主學習

## 自主學習介紹

本校高一、高二彈性學習時間為星期三的第五、六、七節，其中有12週為同學執行自主學習計畫的時間，並分為兩期（自主學習1-1~自主學習1-6為第一期，自主學習2-1~自主學習2-6為第二期，已於行事曆標註），請同學以一期為單位，規劃6週或12週的自主學習計畫，並按規劃之期程執行。

### 自主學習影片說明:

- 1.影片: [自主學習執行方式](#) (本影片為110學年度版本，111學年度第二學期時程請以下列期程為主)
- 2.影片: [經驗分享1](#)
- 3.影片: [經驗分享2](#)

自主學習期程 行事曆 **行事曆**





# 學生成績及格標準與畢業條件

## 一、不同身分別學生學業成績及格(補考)標準

項次	身分別	學業成績及格(補考)標準		
		一年級	二年級	三年級
1	一般學生	60 (40)	60 (40)	60 (40)
2	原住民學生	40 (30)	50 (40)	
3	蒙藏學生			
4	僑生			
5	政府派赴國外工作人員子女			
6	境外優秀科技人才子女			
7	重大災害地區學生			
8	運動成績優良學生	40 (30)	50 (40)	
9	身心障礙學生	由學校依特殊教育法第28條所定個別化教育計畫(IEP)之評量方式定之。		

## 二、成績與學分

- (一) 學期學業總平均成績之計算，為各科目學期成績以學分數為權數之加權平均數。
- (二) 各科學期成績不及格之科目達補考標準時，得予補考，補考及格者，授予學分，並以及格分數計。
- (三) 各科學年成績，以該學年度上下學期成績平均計算。學年成績及格之科目，該學年度各學期均授予學分。學期成績不及格之科目，得申請重修，重修及格之科目，授予學分，並以及格分數登錄。

## 三、出席規定

- (一) 學生曠課及事假之缺課節數合計達該科目全學期總修習節數三分之一者，該科目學期學業成績以零分計算。但因學生或其家庭發生重大變故所請事假而缺課之節數，經提學生事務相關會議通過後，得不納入計算。
- (二) 學生除公假外，全學期缺課節數達修習總節數二分之一，或曠課累積達四十二節者，經提學生事務相關會議後，依法令規定進行適性輔導及適性教育處置。

## 四、重讀規定

學生各學年度取得之學分數，未達該學年度修習總學分數二分之一者，得重讀；該學年度取得之學分數，應包括該學年度結束前補考、重修及補修後取得之學分。

## 五、畢業應修學分說明

已修習180學分(111學年度後入學者為182學分), 並取得150學分成績及格, 包含:

- (一) 必修學分: 至少須修習102學分且成績及格。
- (二) 選修學分: 至少須修習40學分且成績及格。

## 六、畢業條件

(一) 符合下列情形者, 准予畢業, 並發給畢業證書:

1. 依教育部所定課程規定修業期滿, 已修習180學分(111學年度後入學者為182學分), 並取得150個畢業應修學分成績及格, 其中含102個必修學分及40個選修學分。
2. 修業期間德行評量之獎懲紀錄相抵後, 未滿三大過。

(二) 依教育部所定課程規定修業期滿, 已修畢120個畢業應修學分數, 而未符合前款規定者, 發給修業證明書。

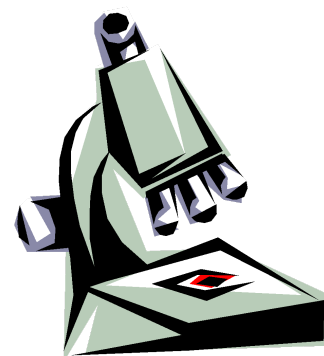
(三) 依教育部所定課程規定修業期滿, 未修畢120個畢業應修學分數, 核發高中成績單。

# 近年競賽獲獎成果

## 腦中真書藏萬貫 掌握文武半邊天

- 1、 2022年亞太數理與資訊奧林匹亞競賽參賽之本校選手, 勇奪銀牌2面、銅牌3面, 榮譽獎3名(截至111年8月30日), 包括
  1. 數學:銅牌2面、榮譽獎1名
  2. 物理:銅牌1面、榮譽獎2名
  3. 資訊:銀牌2面。
  
- 2、 2022年國際數理與資訊奧林匹亞競賽參賽之本校選手, 勇奪金牌3面、銀牌5面、銅牌2面(截至111年8月30日), 包括
  1. 數學:銀牌1面、銅牌2面
  2. 物理:銀牌1面
  3. 化學:金牌1面
  4. 生物:金牌1面
  5. 地球科學:金牌1面、銀牌1面
  6. 資訊:銀牌2面。
  
- 3、 110學年度臺北市第55屆中小學科展本校表現優異, 勇奪數學科佳作1件、物理與天文學科特優1件入選1件、化學科佳作2件、植物學科優等1件、電腦與資訊學科特優1件佳作1件、行為與社會科學科特優1件, 另獲臺北市學校團體獎第三名。
  
- 4、 2022年國際科展本校表現優異, 勇奪義大利科展(FAST)金牌1件、美國科展(ISEF)大會工程及動力科學科三等獎1件。

- 5、 111學年度臺北市數理及資訊學科能力競賽獲得一等獎20名、二等獎9名、三等獎14名、佳作7名。
- 6、 111學年度全國數理及資訊學科能力競賽獲得一等獎7名、二等獎10名、三等獎6名、佳作3名、天文類特別獎1名、海洋與地球物理類特別獎1名。
- 7、 2023年臺灣國際科展本校表現優異，勇奪數學科三等獎2件、植物學科三等獎1件。



## 國際競賽獲獎成果

(截至111年8月30日)

年度	國際數學	國際物理	國際化學	國際生物	國際地科	國際資訊	國際地理	亞太數學	亞洲物理	亞洲資訊
1991								1金		
1992	2銀1銅		1金1銀					1金2銅		
1993	1金1銀1銅		1金1銀					1銀2銅		
1994	1銀1銅		2銀1銅			2銅		1金1銅		
1995	3銀	1銀	1銀			1銀		1銀1銅		
1996	1銅	1金1銅	1金1銀			1銀1銅		1銀2銅		
1997	1銅	1銀	1金			1金1銀		1金		
1998	1銀	1銀	1金2銀			1銀1銅				
1999	1銀		1金	2金		1銅				
2000	1金1銀	2金1銅	1金	2金		2銀		1銀2銅	3金1銅	
2001	4銀	1銀	2銀	2金1銀		1銅			1金1銀1銅	
2002	1金3銀	3金1銅	1金1銀	3金1銀		1金2銀			2金2銀	
2003	1金1銀2銅	1金		1銅		1金		1金1銅	1金1銀	
2004	2金3銀	3銀	1銅	1金3銀		1銀1銅		2銀4銅	2銀1銅	
2005	2金2銀1銅	2金	1金1銀	2金		2銀		1銀3銅	1金1銀1銅	
2006	1金3銀	1金1銀	1金	3金		1銀		1銀3銅	1金1銅	
2007	3銀	1金	1金1銀			1金1銀		1銀4銅	1金1銅	
2008	1金3銀	2金	1金1銀	3金	1銀	1金	1銅	1金1銀1銅	1金1銀1銅	
2009	1金1銀	1金1銀	1金	1金	2金	2金		1銀2銅	3金1銀	

年度	國際數學	國際物理	國際化學	國際生物	國際地科	國際資訊	國際地理	亞太數學	亞洲物理	亞洲資訊
2010	1金2銀1銅	1金	1金1銀			2銀	2銀1銅	2銀1銅	1金1銀	
2011	2金1銀			3金		2金1銀		1金1銀3銅	2銀	
2012		3金	2金1銀	2金	2金	2銀	1銀	1金1銀	4金	
2013	1金3銀	1金	2金1銀	1銀	2金	1金2銅		1金1銀4銅	1金	
2014	2金	3金	2金1銀	2金	2金	1銀	1銅	1金	1金2銀1銅	
2015	1銅	2金1銀	2金	2金	2銀	1銀1銅	1金1銅	1銀1銅	2金2銀	
2016	3金	2金	1金1銀	2金			1金1銅	1金3銅	1金1銀	
2017	1銀	1金1銀	2金	3金	2金1銀	1銀	1金1銀	1金1銅	3銅	
2018	1金	3金	1金2銀	1金	1金1銅	1銀		1銀1銅	3金1銅	
2019	1銀	2金2銀	1金1銀					1金1銅	3銀1銅	
2020								1金3銅	取消	
2021	1銀2銅	1金1銀	1金	1金	1銀	1金1銀		1金1銀1銅	2金	1金2銀
2022	1銀2銅	1銀	1金	1金	1金1銀	2銀		2銅	1銅	2銀
合計	21金 53銀 16銅	33金 15銀 3銅	29金 22銀 2銅	37金 6銀 1銅	12金 6銀 1銅	11金 26銀 11銅	3金 4銀 5銅	15金 19銀 49銅	29金 20銀 14銅	1金 4銀

# 111學年科學競賽擂臺

## 紅樓才子的科學擂臺

### 1、科學競賽

#### ● 數理及資訊能力競賽

教育部為將加強輔導公私立高級中學推動數學、自然學科及資訊教育，提高學生對於基礎科學及資訊科學之興趣，並鼓勵學生與校際間相互觀摩，以提昇科學教育品質。每年均辦理全國高級中學數理及資訊學科能力競賽。比賽的方式除傳統的學科筆試外，更增加實驗設計與操作及口試等項目，測驗天數高達2-3天，期盼能以多元的測量方式，評測出參加學生的潛能。

比賽名稱	競賽時程	備註
校內初賽	112年9月上旬	比賽日期預計於112學年度公告於學校網站
校內複賽	112年9月中旬	
校內決賽	112年9月中旬至10月上旬	
臺北市數理及資訊能力競賽	112年11月中旬	由本校一等獎參賽
全國數理及自然科能力競賽	112年11月下旬至12月下旬	由臺北市一、二等獎參賽

#### ● TRML高中數學競賽

臺灣區高中數學競賽(TRML)乃是一個針對國內15~18歲的高中在學學生所設計的競賽，命題範圍在於數論、代數、幾何及組合等四個主題，每隊由15人組成，進行一場分團體、思考、個人與接力等四個階段的數學團體競賽。

此數學競賽是固定利用每年八月的第三個星期六、日所舉行之大型數學活動。其起源於超過25年以上歷史的美國高中數學聯盟(ARML)所主辦的全美高中數學競賽模式。在台灣每年參加國際數學奧林匹克的培訓選手，大多數亦參加過此項數學比賽，且多有優異的成績表現。

比賽名稱	競賽時程	備註
TRML高中數學競賽	112年8月中旬	由同學自行報名參加

### 2、科學展覽

#### ● 全國科展

為培養學生對科學的正確觀念及態度，提高其對科學的思考、創造與技術創新能力，並激發學生對科學研習的興趣與獨立研究潛力，臺北市政府教育局先督導各校於學期中辦理科學展覽會，以讓學校師生感受科學創作的魅力。另於每年5月舉辦全市性中小學科學展覽會，並據此選拔參加全國科學展覽的臺北市代表隊。藉由辦理科學展覽會，除提供平臺讓各校優秀作品得以相互交流、觀摩學習，以增進師生研習科學機會，倡導科學研究風氣，進而改進中小學科學教學方法及增進教學效果外，並促使社會人士重視科學研究，普及科學知識，發揚科學精神，以協助科學教育之發展。此外，並定期舉辦科展講習會，除邀請優秀指導教師現身說法外，並邀請熱心的教授支援指導製作科展的優秀學生，以提昇本市學子科學

研究風氣。

科展名稱	科展時程	備註
校內科展決審	112年2月14日~2月15日	
臺北市科學展覽	報名:112年2月16日至3月7日 參展初複審:112年4月22日至4月24日	由校內科展特優作品共14件代表參展
全國科學展覽	112年7月24日至7月28日	臺北市科展特優作品代表參展

### 3、科學研究獎助計畫

#### ● 臺北市中小學科學研究獎助計畫(臺北市辦理)

臺北市教育局非常重視啟發青年學生對於科學的興趣，培養具有研究潛力的優秀人才。除推動各校開設「專題研究」課程，鼓勵學生合作學習，從事獨立研究。並積極利用本市資源辦理中學生科學研究獎助計畫，輔導有研究潛力的同學進行深入研究。

科展名稱	科展時程	備註
臺北市中小學科學研究獎助計畫	報名時間:112年4月中旬	由學校統一報名參加 9-11月成果評審及發表

#### ● 青少年培育計畫(科教館辦理)

培育有潛力與興趣之中等學校學生參與科學研究，接受大學教授之指導；儲備基礎科學、應用科學之優秀研究人才及其研究成果參加臺灣國際科學展覽會。

\* 研究期間：

1. 活動起迄時間:自112年4月至12月底止，計9個月。
2. 研究計畫實際執行期間為6個月，自112年6月初開始，11月初前完成研究報告並參加國立臺灣科學教育館舉辦之臺灣國際科學展覽會報名手續，次年1~2月辦理初審與正式評審。

\* 申請日期:112年2月7日至3月7日前向國立臺灣科學教育館提出申請。





臺北市立建國高級中學  
Taipei Municipal Jianguo High School



# 111學年度第二學期 學校日

學務主任 王鼎中





## 111-2學務主要活動

年級	2月	3月	4月	5月	6月	7月
高一 (77)	服務學習 六藝	傳家菜競賽 服務學習 競賽 新六藝運動 籃球班際比賽		成年禮		
高二 (76)	教育旅行	排球班際比賽	橄欖球班際比賽	成年禮	全校水上運動會	畢冊編輯
高三 (75)	畢冊編輯		校/定稿 送印	發畢冊		畢業典禮



## 成年禮

成年 · 改變的力量 ·



階段	活動內容
第一階段	新六藝運動
第二階段	服務學習競賽(高一)
第三階段	成年禮儀典講座

活動日期：  
5月3日(三)全日  
0800-1200 高二  
1300-1700 高一

- 駝客存摺闖關集章
- 認證完成，可獲得成年禮授證紀念禮





## 社團概況

1. 學生社團包含有：學術性、才藝性、服務性、音樂性及體育性社團，共計**69**個。
2. 寒假期間本校社團共辦理**15**個梯隊，每個梯隊2-6天的寒訓活動。
3. **樂旗隊、口琴社、合唱團、管弦樂社**等社團，共計組成**13**個團隊，晉級三月份的全國音樂比賽團體賽。





## 缺曠獎懲查詢

### 學生家長專區

- 新冠肺炎防疫專區
- 學雜費繳費專區
- 自主學習
- 學習歷程檔案
- **新校務行政系統**
- moodle教學平台
- 夢駝林



臺北市政府教育局  
DEPARTMENT OF EDUCATION  
TAIPEI CITY GOVERNMENT

## 臺北市高中第二代校務行政系統

1

單一身分驗證

其他登入

2

臺北市單一身分驗證

操作說明

- 師生請使用「單一身分驗證」登入，其他登入將於111學年度第2學期起關閉教師及學生登入。
- **家長請使用「單一身分驗證」登入，如您尚未有單一身分驗證帳號(親子帳號)，請至臨課登錄網站或下載臨課APP進行親子綁定。**
- 驗證碼英文不分大小寫。

忘記密碼

新生報到

學生線上

01各項查詢

查詢個人成績

**查詢個人請假及缺曠資料**

查詢個人獎懲紀錄

學生查詢德行評量

公告試題答案

+ 02綜合資料

B0209S 查詢個人請假及缺曠資料



學生線上

01各項查詢

查詢個人成績

查詢個人請假及缺曠資料

查詢個人獎懲紀錄

**學生查詢德行評量**

公告試題答案

+ 02綜合資料

B1005S 學生查詢德行評量





## 關於防疫

### 3月6日起本校防疫措施

#### 一、口罩配戴原則

1. 校園室內空間採「自主配戴口罩」
2. 如身體有不適「建議」配戴口罩
3. 校園內健康中心或在公車、捷運上仍要配戴口罩

#### 二、確診者防疫規定

1. 確診者須進行5天居家隔離，隔離期滿無症狀可解除隔離，改採自主健康管理。
2. 確診者仍應上網通報，通報網址在建中首頁-最新消息-防疫專區網址為：

<https://forms.gle/gW3H62QHhqXTWY3F8>

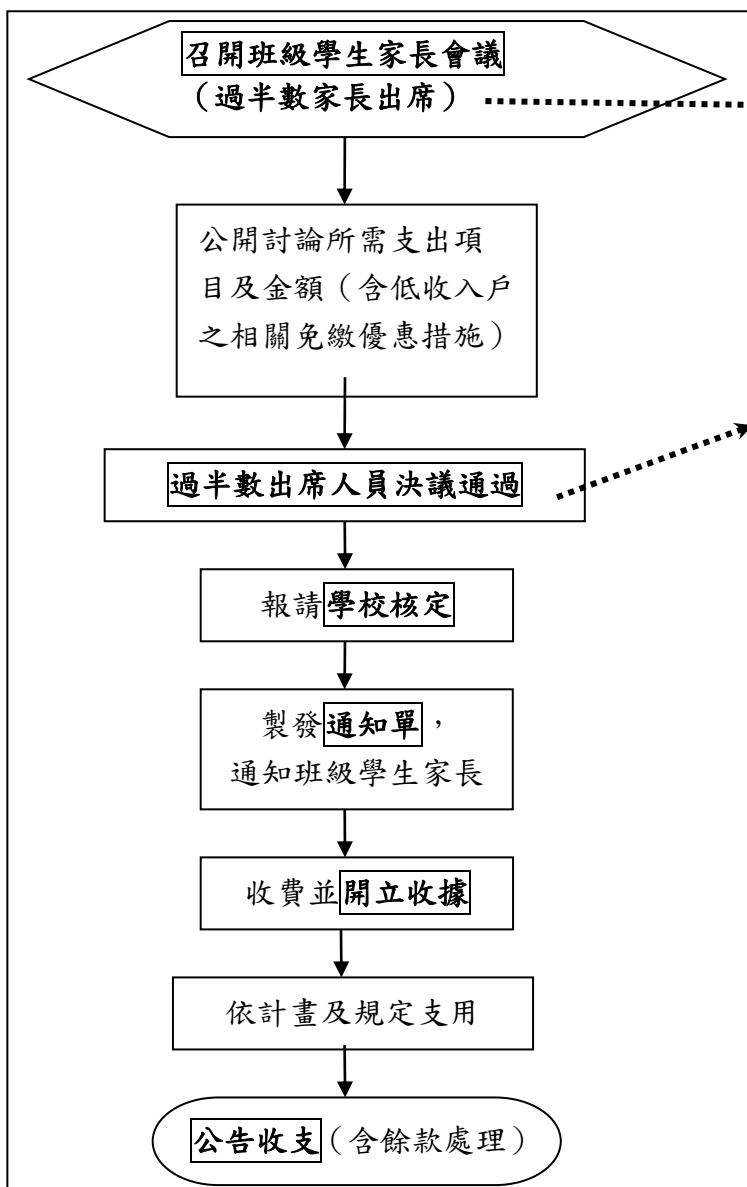
以為個人差勤及課程調整之依據。

# 臺北市公私立高級中等以下學校班級經營費收取與支用相關規範

- 目前各班級收取之班費，應稱「班級經營費」
- 主要依據：臺北市公私立高級中等學校收取學生費用辦法
- 班級經營費規範內容：

班級經營指：供各班環境佈置及競賽活動等班級經營之用，經費支用須符合教育政策法令，且應由班級學生家長會以公正、公開之程序決議並報經學校核定後始得收費，並應由班級學生家長會切實開立收據，但低收入戶者免繳。

- 班級經營費收取與支用流程：



班級學生家長會討論班級經營費相關事項，須有**應出席人員過半數之出席，始得提案討論；並經出席人員過半數之通過，始得決議**；出席人數不足得以出席人數過半數之同意為假決議，並應就假決議內容進行書面調查。調查表回收率如過半數，且調查表經統計有過半數之家長同意，視同有效之決議。



- 請各班家長配合法令規範的流程，決議並收取各班的班級經營費，並協助填寫本校「班級經營費收取狀況【班級調查表】」（如後附）
- 班級經營費收齊並填妥「班級經營費收取狀況【班級調查表】」後，請將調查表擲交學務處訓育組以利統計備查。感謝！

臺北市立建國高級中學班級經營費收取狀況【班級調查表】

● 班級：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_班

1. 收費經班級學生家長會以公正、公開之程序決議

◎班級家長會議時間 \_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日

◎決定收取班費金額：〔 \_\_\_\_\_ 〕元(主要供環境佈置及競賽活動等班級經營之用，應低於新台幣壹仟元為宜)

2. 收費科目符合班級經營費之使用規範

◎家長會議決議的班費用途：(主要供環境佈置及競賽活動等班級經營之用，不包含講義、學資、旅遊、班服、聚餐…等)

3. 收費時間：\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日

4. 收費方式： 家長代表統一時間到校收取

學生自行收齊

導師協助代收

其他：\_\_\_\_\_

5. 保管方式： 家長開設專戶，學生自行管理使用

導師代為保管，師生共同規劃使用

家長代為保管，經師生申請後核發

其他：\_\_\_\_\_

6. 由班級學生家長會切實開立收據

◎發放收據時間\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_月\_\_\_\_\_日

7. 班級經營費支用情形定期公告周知

◎公告時間：

每週一次

每月一次

每學期一次

其他：\_\_\_\_\_

◎公告方式：

網路公告

定期印發收支表公告

於班級家長會議中公告周知

其他：\_\_\_\_\_

導師簽名：\_\_\_\_\_

家長代表簽名：\_\_\_\_\_

※ 本調查表乃依據「臺北市公私立高級中等學校收取學生費用辦法」及「臺北市公私立高級中等以下學校班級經營費收取機制學校自我檢核表」之規範與需求設計，請各班級導師協助詳細填寫後，於學校日班級親師交流會議後，擲回學務處訓育組，以利統整備查。

學務處 訓育組

# 臺北市立建國高級中學 111 學年度第 2 學期學校日

## 訓育組 111 學年工作要項彙報

	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	(112學年) 8月
高一 (77)	新生 始業 輔導	服務學習 (籌備期) 新六藝運動		服務學 習校慶 園遊會	服務學 習	服務 學習 六藝	傳家菜競賽 服務學習 競賽 新六藝運動			成年禮	畢業典禮 系列		
高二 (76)		新六藝運動 補認證		校慶 園遊會  合唱比 賽		教育 旅行 畢聯 傳承	(畢聯會) (證件照) 廠商招標	編輯課		成年禮 沙龍照 小圖照	畢業典禮 系列 處室照 校景照	畢冊編輯	畢冊編輯
高三 (75)		畢聯會 (畢冊 2次校稿 完稿)  畢籌會		(校慶)	畢冊 編輯 畢籌會	畢冊編輯 畢籌會		校/定 稿 送印 畢籌會		發畢冊 畢籌會	畢業典禮 系列		



## 111-2 預定辦理的重要學生活動及時程

活動名稱	辦理時間	參與年級	備註
班會金頭腦競賽	每月初發題，月底收件	全體同學	一、二年級共計三次，三年級共計二次。
教育旅行	2/21~2/24	高二	高二為依時舉辦梯次
班際服務學習競賽	初選交件：3/10 初選展示：3/15~3/31 決選發表：4/12	高一	獲獎班級推薦參加台北市及全國服務學習競賽。
優良學生推薦與選舉	3/10 推薦截止 3/31 本校北市優良學生投票日	全體同學	每班至多推薦一名 依本校現行學生人數，本校應選5名
週會講座	教育宣導：已完成	高一	教育宣導：已於新生始業輔導完成 全學年各場次教育宣導
	紅樓講堂：3/15、4/19、6/14	全體同學	自由報名。
傳家菜競賽	初賽(4/06)報名截止、決賽(4/11)決選結果	高一	高一半數班級為上學期家政課授課後，即進行初賽徵件。
成年禮儀典	5/03(三) 全日	高二(上午) 高一(下午)	4/20前完成新六藝認證與班級統計，申請受證禮。感謝學科老師與相關處室協助。
二類市長獎審查	5/10(三)(暫)	高三	2/20 完成辦法公告 3/31 之前班級導師完成書面資料提報 由校長召集並主持審查委員會議進行審查
榮譽獎章審查	5/12(五)(暫)	高三	3/31 之前由處室與班級導師完成書面資料提報 由校長召集並主持審查委員會議進行審查
75屆畢業典禮	6/2(五)	高三	由訓育組輔導75屆畢籌會進行籌辦、76屆與77屆班級畢籌代表協辦。

**榮譽榜：**

**(一) 111 學年度第 1 學期班週會金頭腦天地(9 月)獲獎班級**

<https://www2.ck.tp.edu.tw/news/20561>

- (1) 高一 友善校園：第 1 名 127 / 第 2 名 120 / 第 3 名 103
- (2) 高二 性教育：第 1 名 223 / 第 2 名 212 / 第 3 名 211
- (3) 高三 生命教育：第 1 名 316 / 第 2 名 311 / 第 3 名 315

**(二) 111 學年度第 1 學期班週會金頭腦天地(10 月)獲獎班級**

<https://www2.ck.tp.edu.tw/news/20741>

- (1) 高一 環境教育：第 1 名 127 / 第 2 名 106 / 第 3 名 117
- (2) 高二 人權法治：第 1 名 217 / 第 2 名 211 / 第 3 名 214
- (3) 高三 人權法治：第 1 名 326 / 第 2 名 317 / 第 3 名 319

**(三) 111 學年度第 1 學期班週會金頭腦天地(11 月)獲獎班級**

<https://www2.ck.tp.edu.tw/news/21081>

- (1) 高一 健康促進：第 1 名 103/ 第 2 名 120/ 第 3 名 114
- (2) 高二 性平教育 第 1 名 211/ 第 2 名 212/ 第 3 名 226

**(四) 111 學年第 1 學期 獲選班級優良學生名單 <https://www2.ck.tp.edu.tw/news/20925>**

76 位同學榮獲班級優良學生，111 學年度第 1 學期優良學生名單(如線上附件公告)

臺北市立建國高級中學								臺北市立建國高級中學							
111 學年第 1 學期 獲選班級優良學生名單(111/11/25 公告)								111 學年第 1 學期 獲選班級優良學生名單(111/11/25 公告)							
序號	班級	座號	姓名	序號	班級	座號	姓名	序號	班級	座號	姓名	序號	班級	座號	姓名
1	101	03	余德元	26	201	19	黃思博	51	302	10	徐子淵	76	328	06	呂沁恩
2	102	36	蘇楷翔	27	202	09	范可軒	52	303	13	陳泊華				
3	103	31	潘敬宇	28	203	12	許驥祐	53	305	29	楊琨堯				
4	104	28	黃宥凱	29	204	04	何文哲	54	306	23	陳昱翰				
5	105	25	陳政誠	30	205	06	林暉妹	55	307	18	陳柏翔				
6	106	17	郭士愷	31	206	15	張宸嘉	56	308	24	黃翊哲				
7	107	18	曹鈺軒	32	207	14	林凱晨	57	309	34	謝技懷				
8	108	27	楊善五	33	208	19	莊正昌	58	310	33	廖富亮				
9	109	22	黃克民	34	209	32	薛彥彬	59	311	29	楊和碩				
10	110	01	于水衡	35	210	11	柯緯臨	60	312	37	藍少君				
11	111	33	鍾君運	36	211	30	葉子豪	61	313	23	陳拓之				
12	112	05	朱從睿	37	212	22	邱士軒	62	314	28	黃邑晉				
13	113	24	黃惟呈	38	214	30	趙省樺	63	315	33	蔡政穎				
14	114	21	陳信全	39	215	20	莊然勛	64	316	24	陳漢元				
15	115	15	張詠翔	40	216	38	羅懷哲	65	317	15	洪章友				
16	117	15	林得立	41	217	07	李承百	66	318	07	吳柏均				
17	118	13	徐宏杰	42	218	01	王靖元	67	319	19	張喻翔				
18	119	01	戈彥翔	43	219	38	盧謹寬	68	320	25	葉蕭璋				
19	120	11	林士鈞	44	220	39	賴冠宇	69	321	24	陳彥宏				
20	121	13	周鈺	45	221	38	羅慶祐	70	322	02	王品元				
21	122	19	許霖函	46	222	02	何明皓	71	323	10	李岳峰				
22	123	34	關希歐	47	223	16	張軒基	72	324	17	張亞誠				
23	125	04	吳哲宇	48	225	13	張勝勛	73	325	28	駱奕				
24	126	08	林均順	49	226	16	程朗	74	326	20	陳皓文				
25	127	24	楊壽禧	50	227	07	李光遠	75	327	19	郭彥聖				

**(五) 77 屆駝客存摺的封面封底設計徵稿獲選採用作品：**

- (1) 120 班黃子瀚同學，榮獲特優；
- (2) 103 班張育銘同學，榮獲優等；
- (3) 121 班林昭旭同學，榮獲佳作。

**(六) 2022 台北市教育關懷獎決選：**

本校顧同學榮獲 2022 台北市教育關懷獎決選。獲選複審 40 名，完成公文簽辦並已由校內師長 12/9 陪同領獎。

【公告：臺北市 111 年度教育關懷獎暨校內選拔】

<https://www2.ck.tp.edu.tw/news/19998>

**(七) 111 學年高二班際合唱比賽競賽**

【111 學年高二班際合唱比賽競賽結果】<https://www2.ck.tp.edu.tw/news/21197>

(排列依照班級出場序)

特優：202/208/223/205

優等：226/203/215/221

佳作：218/210/227/212/225/211

最佳指揮：203 林瑞洲/226 蔡儉紘/215 蔡建家/211 張皓雲

最佳伴奏(鋼琴)：206 姚東佑/208 丁玄同/215 黃睿澤

最佳伴奏(非鋼琴類)：210 姜鵬奕(雙簧管)/122 邱逸承(非洲鼓)/205 何泓勳(非洲鼓)

# 111 學年度第 2 學期各項班級學生生活動時程與重要事項彙整

活動名稱	日期		重要注意事項
幹部訓練	高一~高三	2/13(四)	1. 11:00~12:00, 各幹部講習地點請參閱生輔組資料。 2. 請提醒幹部攜帶紙筆。
證件照拍攝	高二	2/15(三)、 3/01(三) 1200-1700	2/15為201-214班拍攝證件照。 3/01為215-228班拍攝證件照。 (1) 建議著整齊制服上衣拍攝。(只穿自己的制服) (2) 證件照用途包含學測系列考試報名與畢業證書用途等。 (3) 共安排了3間拍攝教室, 依人數多寡, 每班預計30-50分鐘, 請依排定時間前來拍攝。
教育旅行	高二	2/21-2/24	1. 2/17行前說明會(1200-1300 高二教育旅行行前說明會(師), 16:10 高二教育旅行行前說明會(生)) 2. 未參加同學採到校自習或2/13前完成完整請假簽送批核。
家長座談會	高一~高三	3/8(三)	19:00~21:00 各班教室(綜合座談、班務處理)。
高一班際服務學習競賽	初賽交件	3/09(四)	1. 繳交成果報告書。繳交成果展示海報半開一張。 2. 初賽入選作品展示時間: 3/15-3/31。(詳參比賽辦法公告)
	決賽成發	4/12(三)	1. 比賽時間13:00-17:00。各班派4-6位代表參加, 各班簡報檔等於4/06(四)17時前繳交。(詳參比賽辦法公告)
紅樓講座	高一~高三	3/15、4/19等	3/15【在世界的地圖找到自己】、4/19【太陽音樂祭巡迴演唱會】、3/8或6/14【舒曼計畫貳章-真愛密碼】(上簽並洽談中)
班際金頭腦天地競賽	主題一	3/1-3/31	高一: 家庭教育 高二: 春暉教育 高三: 健康促進
	主題二	4/6-4/28	高一: 交通安全 高二: 國際教育 高三: 性平教育
	主題三	5/1-5/31	高一: 人口教育 高二: 搶救剩食
期初駝客存摺補驗證時間	高一	3/15(三)	1. 心得完成→導師簽名→副班長以班級為單位收齊送驗。 2. 逾期不再受理, 請於期末驗證時間再行補交。 3. 補驗證 111 學年第 1 學期。
	高二	3/16(四)	
優良學生選舉	報名	3/10(五)	逾期者僅得為班級優良學生, 不得參選全市性優良學生。
	選舉公告	3/25(六)前	3/13(一)12:00前未繳交推薦表, 視為不推薦班級優良學生。
	投票	3/31(五)	1. 公告日~3/30(四)為競選期間, 候選人得依生輔組朝會實施之相關規定, 申請朝會時間限時演說。(詳參選舉辦法)。 2. 3/31(五)當日 00:00~23:59 進行網路投票。
	當選公告	4/9(日)	17:00前於學校首頁最新消息及學務處布告欄公告選舉結果。
高一、高二成年禮	新六藝闖關活動	即日起至4/20(四)止	1. 同學於4/20(四)前完成新六藝闖關活動認證(以駝客存摺集章), 將獲得成年授證禮。由副班長負責收集駝客存摺。 2. 屆時另發調查表統計班級通過考驗總人數, 由副班長書寫。
	成年儀典	5/3(三)	1. 活動規劃與流程另辦理高一導師及班長說明會解說。 2. 請鼓勵班級家長踴躍參加(每位學生一名家長入場與會)。 3. 高二上午0800-1200、高一下午1300-1700。
週記抽查	高一	5/18(四)	1. 每班抽查兩位, 抽查當日座號公告在學校首頁最新消息。 2. 提醒學生於 09:00~17:00 間送至學務處繳交。 3. 請導師於抽查前填寫【篇數及批改進度表】等, 繳交學務處。
	高二	5/19(五)	
畢業典禮	高三	6/2(五)	實施方式詳細時間另行公布。
期末駝客存摺驗證時間	高一	6/7(四)	1. 心得完成→導師簽名→副班長以班級為單位收齊送驗。 2. 逾期不再受理, 請於下學期期初驗證時間再行補驗證。
	高二	6/8(四)	
班級定期考試大掃除	第 1 次	高一 高二 3/31 (五)	1. 詳細時程須待教務處考程確定後調整, 屆時另行公告。 2. 掃除及檢核重點請參閱衛生組資料。
		高三 3/23 (四)	
	第 2 次	高一 高二 5/17 (三)	※訓育組分機: 盧佳欣(校內分機: 320)、黃惠敏(校內分機: 315) ※感謝所有導師與班長的支持與協助, 期待本學期活動順利圓滿完成! 學務處訓育組敬啟 1120210
第 3 次	高一 高二 6/30 (一)		

請張貼班上公布欄

# 學生團體保險家長通知書

親愛的學生家長，您好：

國泰人壽很榮幸承保 貴子弟民國(以下同)111學年度學生團體保險，國泰人壽將秉持「誠信、當責、創新」的核心價值，為您提供專業服務，謹將本學年度學生團體保險之重要事項說明如下：

一、保險費：111學年度每位學生之保險費為新臺幣(以下同)525元，其中家長負擔及政府補助明細如下：

幣別：新臺幣

項目	學期	幼兒園、國小、國中、高中職(含進修及補校)	外國僑民學校
家長負擔	第1學期	175元	263元
	第2學期	175元	262元
政府補助	第1學期	88元	0元
	第2學期	87元	0元

二、給付內容：(僅供參考，詳細內容請以「111學年度高級中等以下教育階段學生及教保服務機構幼兒團體保險保單條款」為準。)

給付項目	給付金額				
身故保險金	100萬元				
失能保險金	第一級	100萬元	生活補助金	滿1年：15萬元	滿3年：25萬元
				滿2年：20萬元	滿4年：30萬元
	第二級	90萬元	生活補助金	滿1年：11萬2,500元	滿3年：18萬7,500元
				滿2年：15萬元	滿4年：22萬5,000元
	第三級	80萬元		第四級	70萬元
	第五級	60萬元		第六級	50萬元
	第七級	40萬元		第八級	30萬元
	第九級	20萬元		第十級	10萬元
	第十一級				5萬元

※被保險人因同一事故致成失能，而於該事故發生之日起3個月內身故時，給付身故保險金，但已領取之失能保險金應予扣除。  
 ※被保險人於參與戶外教育時因疾病或遭受意外傷害事故，而致失能或身故者，最高給付失能或身故保險金300萬元。  
 ※每一被保險人之一般失能保險金與戶外教育失能保險金的給付(不包含生活補助金)，總金額合計最高以新臺幣300萬元為上限。

醫療保險金	住院	住院醫療保險金 <sup>註1</sup>	實際支出醫療費用金額扣除除外責任費用後在起賠金額500元以上者，依前開扣除後之金額給付。(病房費部分每日以1,000元為限，但領有衛生福利部中央健康保險署核發之重大傷病卡者不受此限制。每次住院最高給付金額以5萬元為限。) 上開扣除後之金額未達起賠金額500元者，國泰人壽不負給付責任。但為低收入戶、中低收入戶或其他特殊情形者除外。
		專案補助重大手術保險金 <sup>註2</sup>	同一疾病 <sup>註3</sup> 或意外傷害事故給付金額(含住院醫療保險金)累計最高以20萬元為限(本項限符合保險費補助資格之學生且自事故日起1年內施行保單條款附表二所列之重大手術者)。
	傷害門診保險金		同一事故實際支出醫療費用金額扣除除外責任費用後在起賠金額500元以上者，依前開扣除後之金額給付。每一事故最高給付金額以5,000元為限。 上開扣除後之金額未達起賠金額500元者，國泰人壽不負給付責任。但為低收入戶、中低收入戶或其他特殊情形者除外。
	燒燙傷及須重建手術保險金		同一意外傷害事故給付金額累計最高以3萬元為限。
一、倘非領有重大傷病卡者，如已參加社會保險但未以社會保險被保險人身份或未至社會保險指定醫院或診所治療，或以社會保險身分就醫，但醫療費用未經社會保險給付分擔而全額自費者，僅按其支出之實際醫療費用的65%給付，但不得超過各項醫療保險金額為限。 二、住院醫療保險金或傷害門診保險金之給付方式，係按收據實繳醫療費用，扣除除外責任事項(如掛號、診斷書...等費用)後，若在起賠金額500元以上者，在投保限額內給付保險金。但如被保險人有第一項情形，則按收據實繳醫療費用，扣除除外責任事項後，以65%計算，若在起賠金額500元以上者，在投保限額內給付保險金。 三、年齡滿65歲(46年8月1日前出生)之學生，保險範圍僅限因遭遇意外事故，致身故、失能、傷害或需要治療者。			
集體中毒慰問金		被保險人集體中毒須住院者(一般中毒指被保險人5人以上，倘為食物中毒者，則為2人以上)，每人給付3,000元。	

註1：被保險人於本契約保險期間內，因同一疾病或傷害或其引起之併發症，必須住院治療2次以上時，如每次出院日期與再入院日期間隔未超過14日者，各項醫療保險金額，均視為同1次住院辦理。

註2：本項保險金須為符合本團體保險契約條款第11條所列接受保險費補助的被保險人(即免繳生，含低收入戶、重度以上身心障礙人士或其子女、原住民身分等)始可申請。

註3：進修及補習學校之被保險人所稱之「疾病」係指被保險人自加保生效日起所發生之疾病。

三、保險期間：111年8月1日至112年7月31日。

四、申請理賠：事故發生後請備妥各項申請所需文件，除可經由學校承辦人員轉送國泰人壽學團專責服務人員申請外，亦可直接透過國泰人壽保險服務人員協助或逕洽國泰人壽全國服務據點櫃檯辦理。

五、受益人：醫療保險金、失能保險金、生活補助保險金及集體中毒保險金之受益人為被保險人本人；身故保險金之受益人則為被保險人的法定繼承人，但無法定繼承人者，受益人依下列順序定之：

1.被保險人之監護人。2.實際扶養被保險人之人。3.其他被保險人最近親等之家屬，如有同親等者，以尊親屬優先。

六、理賠申請時效：自得為請求之日起兩年。

七、高級中等學校(含進修學校及特殊學校)應屆畢業生倘考上大專校院且完成註冊，並繳交完成大專院校學生團體保險費者，國泰人壽不負給付責任。

八、受益人或本公司對於各項保險金之給付如有疑義或爭議時，按高級中等以下教育階段學生及教保服務機構幼兒團體保險爭議處理辦法處理。受益人就保險爭議事件得先向保險人提出申訴，或逕向爭議處理機構申請調處。若涉訟時，約定以學校及教保服務機構所在地之地方法院為第一審管轄法院。

敬祝 闔家平安，萬事如意！

國泰人壽保險股份有限公司 總經理 劉上旗 謹致

## 111學年度學生團體保險家長通知書回條

年 班(其他： ) 座號： 姓名：

家長聯絡事項(請勾選)：  本人已詳閱本通知各項說明。

家長簽章： \_\_\_\_\_

## 各項理賠給付所需申請文件

申請文件	給付項目	醫療保險金	失能保險金	生活補助金	身故保險金	專案補助重大手術保險金 (僅限具『免繳生』身分專用)
學團險專用理賠申請書(註1)		✓	✓	✓	✓	✓
診斷書		✓				✓
醫療費用收據(註2)		✓				✓
失能診斷書、身心障礙手冊及其他失能鑑定文件			✓			
死亡診斷書或相驗屍體證明書					✓	
除戶戶籍謄本					✓	
受益人與被保險人的關係證明(註3)(註3-1)				✓(註4)	✓	
學籍資料(或入學資料影本)(請蓋學校經辦人職章)(註5)		✓	✓		✓	✓
保險費補助之身分證明						✓
法定繼承人聲明暨同意書					✓(註6)	
戶外教育相關文件			✓(註8)		✓(註8)	

註1：可至國泰人壽官方網站下載(路徑：特色保險與知識/團體保險專區/學生團體/家長理賠申請查詢/表單下載與填寫)。

註2：請領醫療保險金者，須檢附診斷書及醫療費用收據(若欲以收據副本或影本辦理者，須請原醫療院所加蓋院方關防為證)。

註3：受益人與被保險人的關係證明(如戶籍謄本、扶養證明等)，必須能證明受益人為被保險人的法定繼承人、監護人、實際扶養人或家屬關係及親等。申請108學年度(含)以前教育部國民及學前教育署招標高級中等學校以下學生團體保險之醫療保險金、失能保險金及生活補助金時亦須檢附。

註3-1：本契約之醫療保險金、失能保險金、生活補助保險金及集體中毒保險金之受益人，為被保險人本人。

註4：生活補助金請領的受益人身分證明必須能證明被保險人滿失能週年仍生存(如戶籍謄本)。

註5：由學校於保險金申請書加蓋關防或學保專用章證明被保險人學籍身分，或國小以上學生可提供學籍資料，教保服務機構幼童可附入學資料。

註6：申請108學年度(含)以前教育部國民及學前教育署招標高級中等學校以下學生團體保險之身故保險金，受益人非法定繼承人時，不須檢附。

註7：受益人申領各項保險金時，國泰人壽於必要時得經其同意調閱被保險人之就醫相關資料，其費用由國泰人壽負擔(須檢附同意查詢暨授權聲明書)。

註8：受益人請領因參加戶外教育之保險金者，另須檢具依教育部戶外教育相關法令規定，經學校或教保服務機構核定通過之實施計畫及參加戶外教育之證明文件，如被保險人為未成年者，檢附戶外教育家長或法定代理人同意證明。

### ※除外責任：(一)【111學年度高級中等以下教育階段學生及教保服務機構幼兒團體保險保單條款第十八條】 被保險人因下列情事之一致成死亡、失能、傷害或疾病者，國泰人壽不負給付保險金的責任：

- 一、被保險人之故意行為。但被保險人連續投保滿二年後故意自殺致死者，仍給付身故保險金。
- 二、被保險人的犯罪行為。
- 三、被保險人非法施用防制毒品相關法令所稱之毒品。
- 四、戰爭(不論宣戰與否)、內亂及其他類似之武裝叛變。
- 五、其他由保險費審議會審議，經教育部核定公告之情事。

### ※除外責任：(二)【111學年度高級中等以下教育階段學生及教保服務機構幼兒團體保險保單條款第十九條】 被保險人具有下列情事之一者，國泰人壽不負給付保險金的責任：

- 一、整形美容、天生畸形整復、牙科鑲補或裝設義齒、義肢、義眼、眼鏡、助聽器或其他附屬品之費用。但因遭受意外傷害事故所致者，不在此限，且其裝設以1次為限，上述給付以回復或輔助其功能，且其裝置之費用必須為醫院或診所開立之收據。
- 二、健康檢查、療養、靜養、戒毒、戒酒、護理或養老之非以直接診治病人為目的者。
- 三、掛號、疾病門診、診斷書、傷患運送、病房陪護或指定醫師等費用。但因流產或分娩所支出之掛號、門診費用，不在此限。
- 四、未領有醫師執業執照之醫療費用。
- 五、非因當次住院事故治療之目的所進行之牙科手術。
- 六、其他由保險費審議會審議，經教育部核定公告之情事。

## 國泰人壽學保查詢聯繫管道

管道	路徑	
國泰人壽官方網站 <a href="http://www.cathaylife.com.tw">www.cathaylife.com.tw</a>	國泰人壽官方網站/特色保險與知識/團體保險專區/學生團體 (可使用手機或平板掃描右側QR-Code)	
國泰人壽免付費學保專線：0800-036-567		

《防仲介、反詐騙提醒》：若有電話詢問投保、理賠資料或可代辦理賠，請撥打國泰人壽免付費專線求證或詢問，以免受騙。



## 身高體重視力測量結果通知單

依教育部訂健康指標：視力篩檢裸眼視力任一眼低於 0.9 者為視力不良，應通知家長帶往眼科複查

親愛的家長：貴子女 高一年班 號

身高體重檢查結果為：體重適中 身高:172.8公分 體重:60.0公斤

視力檢查結果為：視力不良

為持續維護貴子女的健康，請貴家長仍能於日常生活中，繼續協助保持良好的生活飲食習慣。於此再提供相關營養資料，作為輔助參考希望能有所助益。更期待因我們共同的努力，使貴子女能擁有正常健康的生長發育。

一、飲食要平衡，營養要平均分配在三餐中。

二、每天喝 2 至 3 杯牛奶，供給蛋白質、鈣質、維生素 B，促進學童生長，防止齲齒。

三、早餐的營養必須均衡，並包括 1 份高蛋白質的食物。例如：牛奶 1 杯、荷包蛋 1 個或白煮蛋 1 個、饅頭 1 個、水果 1 份。

四、學童由於活動量大，學童除正餐外，可增加 1~2 次點心，尤其學童下午放學時可提供 1 次點心（最好是奶類製品）。

五、多喝開水促進正常排泄，維護健康。

六、每天要作適量運動，並且持之以恆。

七、不在吃飯時看電視，進餐的氣氛應和樂，避免在吃飯時間責罵學童。

### 視力保健建議及注意事項：

一、近視是疾病，一旦近視就終生近視，若未妥善治療控制平均每年會增加 75-100 度。

二、近視如未加以控制，容易高度近視（度數>500 度），而高度近視易產生早年性白內障、青光眼、視網膜剝離及黃斑病變，甚至有 10% 會導致失明。

三、當接到本通知單時，需至眼科醫師處接受複檢，遵照醫師指示配合矯治，並定期追蹤治療。

四、戶外活動每天至少 2 小時可預防近視，近距離用眼時間每 30 分鐘休息 10 分鐘，3C 電子產品每天使用總時數不超過 1 小時。

五、依據衛福部健保署 105 年 12 月 7 日健保醫字第 1050014351 號函，學童因視力疾病就醫，健保特約醫療機構依健保相關規定提供醫療服務。

臺北市立建國高級中學 健康中心敬啟 2023年3月02日

### 身高體重視力健康檢查複檢與矯治回條

貴子女 高一年班 號，醫師檢查結果：

目前有使用輔具  眼鏡  隱形眼鏡  角膜塑型 → 戴鏡視力 右：\_\_\_\_\_ 左：\_\_\_\_\_

未使用上述輔具時（角膜塑型不填）：裸視視力 右：\_\_\_\_\_ 左：\_\_\_\_\_

若有異常，請打勾（可複選）

1.  弱視（  右眼  左眼 ）

2.  屈光不正

散瞳： 是  否

度數：

（請務必填寫下列屈光值，若角膜塑型請填原始度數）

(1)  近視 右：\_\_\_\_\_ 度 左：\_\_\_\_\_ 度

(2)  遠視 右：\_\_\_\_\_ 度 左：\_\_\_\_\_ 度

(3)  散光(負值) 右：\_\_\_\_\_ 度 左：\_\_\_\_\_ 度

3、其他異常（請註明）\_\_\_\_\_

### 醫師建議處理

1.  長效散瞳劑（阿托平 Atropine）

2.  短效散瞳劑

3.  其他藥物 \_\_\_\_\_

4.  配鏡矯治

5.  更換鏡片

6.  遮眼治療

7.  配戴隱形眼鏡（ 軟式  硬式）

8.  角膜塑型片

9.  視力保健衛教

10.  其他 \_\_\_\_\_

11.  定期檢查(建議回診：\_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日)

眼科醫師與學校聯絡事項：

醫療機構名稱：\_\_\_\_\_

眼科醫師簽章：\_\_\_\_\_

檢查日期 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

家長已確實看過上述內容，並願意督促改善子女觀念與行為，使孩子的體能以及視力狀況能夠獲得改善，越來越健康。

家長聯絡事項：\_\_\_\_\_

家長簽章：\_\_\_\_\_

## 視力回條複檢規定

健康中心每學期定期皆會為學生測量身高、體重、視力等健康檢查項目。依教育部訂健康指標:視力篩檢裸眼視力值任一眼低於0.9者(含0.8)，應通知家長帶往眼科複查，視力回條處理方式：

1. 依據說明建議就醫，於期限內完成複檢繳回。
2. 倘若寒、暑假或近期內已就醫，附上檢查結果，請家長在身高重視力測量結果通知單（參閱附件說明）上敘明以下資料

①左、右眼度數

②醫師建議事項

③醫療院所名稱及就醫日期

④家長完成簽名 繳回即可。

3. 尚未就醫者，健康中心於各年級量測完後，會請班級幹部提醒同學，並請交付『催交通知』，盡快就醫，遺失通知單者可前來健康中心補印。

麻煩各位家長跟我們一起關心學生健康狀況。謝謝您的協助與配合！

健康中心 敬啟



## 教官室籲請家長配合事項

- 一、汽(機)車接送學生，請勿於校門前上下車及路口轉彎處臨停(南海路轉入泉州街)或路邊併排臨停；請儘量停至泉州街或和平西路，以免造成用路人不便及發生危險。
- 二、汽(機)車行經校門、南海路泉州街口，請減速慢行並遵從號誌、導護人員引導。
- 三、學生騎乘自行車上下學，須戴安全盔、單車配件齊全(前車燈、後警示燈【或反光片】、車鈴)，不可雙載，以保行車安全。
- 四、請勿讓無機車駕照學生騎乘機車。



### 「非法推銷書籍、雜誌」

- 日前查獲多家不明出版社，以學校或老師名義，私自發放「試題、參考書、雜誌」訂購單，企圖誘騙同學購買。
- 請各家長如貴子弟向您要錢，繳交學校訂購相關書籍費用，請洽班導師確認，避免受騙。

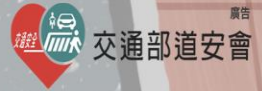
### 「校園個人財物保管」

- 校園失竊經常發生在學生上外堂課或教室外堂課教室、球場、社團辦公室(社團教室)，師長雖然經常宣導外堂課要鎖門窗，留2位值日生在教室，且教官課間巡查登記，但學生改善有限；請協助提醒貴重物品不離身，並注意財物自我保管。

### 「學生服儀管理」

- 上學及放學進出校園時(包含中午申請外出)，學生得選擇合宜混合穿著學校校服與運動服，否則須配戴可資識別學生身分之證件以供查驗(包含與校服、運動服混合搭配進出校園)。
- 違反服裝穿著規定者，施以正向管教措施、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。

# 交通安全教育宣導



廣告

交通部道安會



驚險一瞬間  
超危險!

你還在  
道路上滑手機嗎?

# 防制學生藥物濫用宣導



## 關於笑氣的大小事

保持警覺、留意孩子的行為徵兆



依市立聯合醫院報告：  
長期吸食笑氣，導致個案發生永久性的癱瘓…

### 笑氣是什麼



一氧化二氮或氧化亞氮( $N_2O$ ; nitrous oxide)，  
是一種「無色+有甜味」的氣體，使用會讓人不自主的想笑，  
短時間會有放鬆、愉悅感，大量使用會導致不真實的幻覺。

### 笑氣的危害

笑氣進入血液後會導致人體缺氧，  
長期吸食會引起高血壓、暈厥、心臟病、貧血、神經系統損害、  
精神病及癱瘓等，超量攝入還會因為缺氧導致窒息死亡。



### 留意笑氣的使用時機及方式

青少年可能在娛樂場所時做為助興使用，  
將笑氣分裝在「小鋼瓶」或「填入氣球」，直接對口使用。

### 防範笑氣危害，家長可以怎麼做



1. 如果孩子與朋友的對話(通訊軟體)有「笑氣」的關鍵字，  
應主動關心對話內容。
2. 留意孩子瀏覽網站、社群(通訊)軟體的內容(如氣球館、氣行等)。
3. 留意孩子是否攜帶特定的物品，如小鋼瓶、氣球等。
4. 留意孩子的金錢使用情形。
5. 關心孩子的交友情形及出入的場所。
6. 發現孩子有異狀，請主動通知學校或洽衛生局(0800-770-885)、  
教育局(02-27256442)尋求協助。

家長版

教官室關心您



臺北市立建國高級中學  
Taipei Municipal Jianguo High School



# 111學年度第二學期 學校日

輔導主任 姚予婷



## 生涯輔導工作

### 心理測驗

- 性向測驗
- 興趣測驗
- 大學學系探索量表

### 二階講座

- 分別於  
112.01.18、  
112.03.08  
辦理

### 模擬面試

- 預計112.04  
進行
- 一般學群
- 生醫學群

### 校系介紹

- 上學期已辦理12場次
- 本學期預計  
112.04起  
辦理臺灣大  
學校系介紹

### 選填志願

- 預計112.07  
進行
- 團體說明會
- 個別諮詢



# 生涯資訊站

學校首頁→入學升學專區→[生涯資訊站](#)

校園介紹 ▾

行政單位 ▾

教學單位 ▾

相關單位 ▾

行事曆

## 學生家長專區

- 新冠肺炎防疫專區
- 學雜費繳費專區
- 自主學習
- 學習歷程檔案
- 新校務行政系統
- moodle教學平台
- 夢駝林

## 入學升學專區

- [生涯資訊站](#)
- 資優班專區
- 科學班專區
- 技專校院招生策進總會
- 多元升學





# 生涯資訊站

學校首頁→入學升學專區→[生涯資訊站](#)



臺北市立建國高級中學輔導室

## 生涯資訊室

fudao.ck.tp.edu.tw

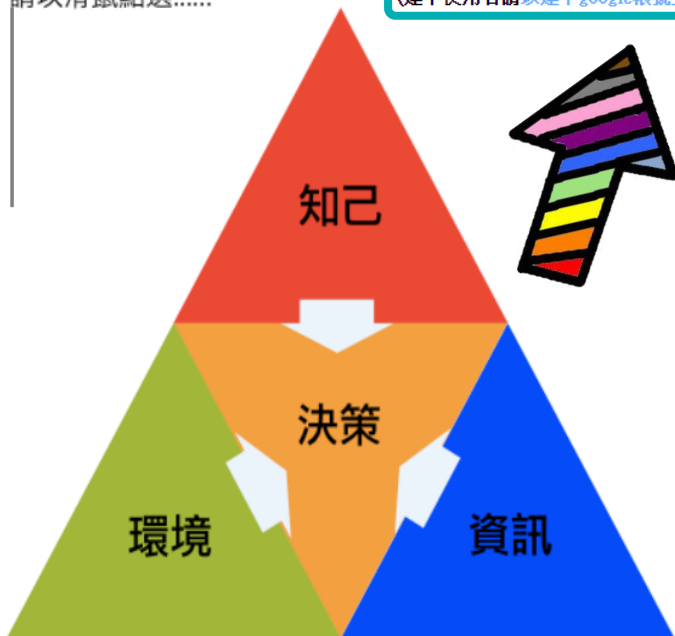
資訊 · 環境 · 探索 · 決策

Taipei Municiple Chien-Kuo Senior High School, Center of Counseling, Career Information Center

請以滑鼠點選.....

(建中使用者請以建中google帳號登入。)

搜尋本站:



### 最新消息 [\(更多...\)](#)

2022-7-28

**NEW** 111年大學分發入學選填志願本校團體說明會簡報公告

2022-7-26

**NEW** 111年大學分發入學選填志願活動公告

2022-5-19

[CKmemo第55期出刊!](#)

### 備忘資訊 [\(更多...\)](#)

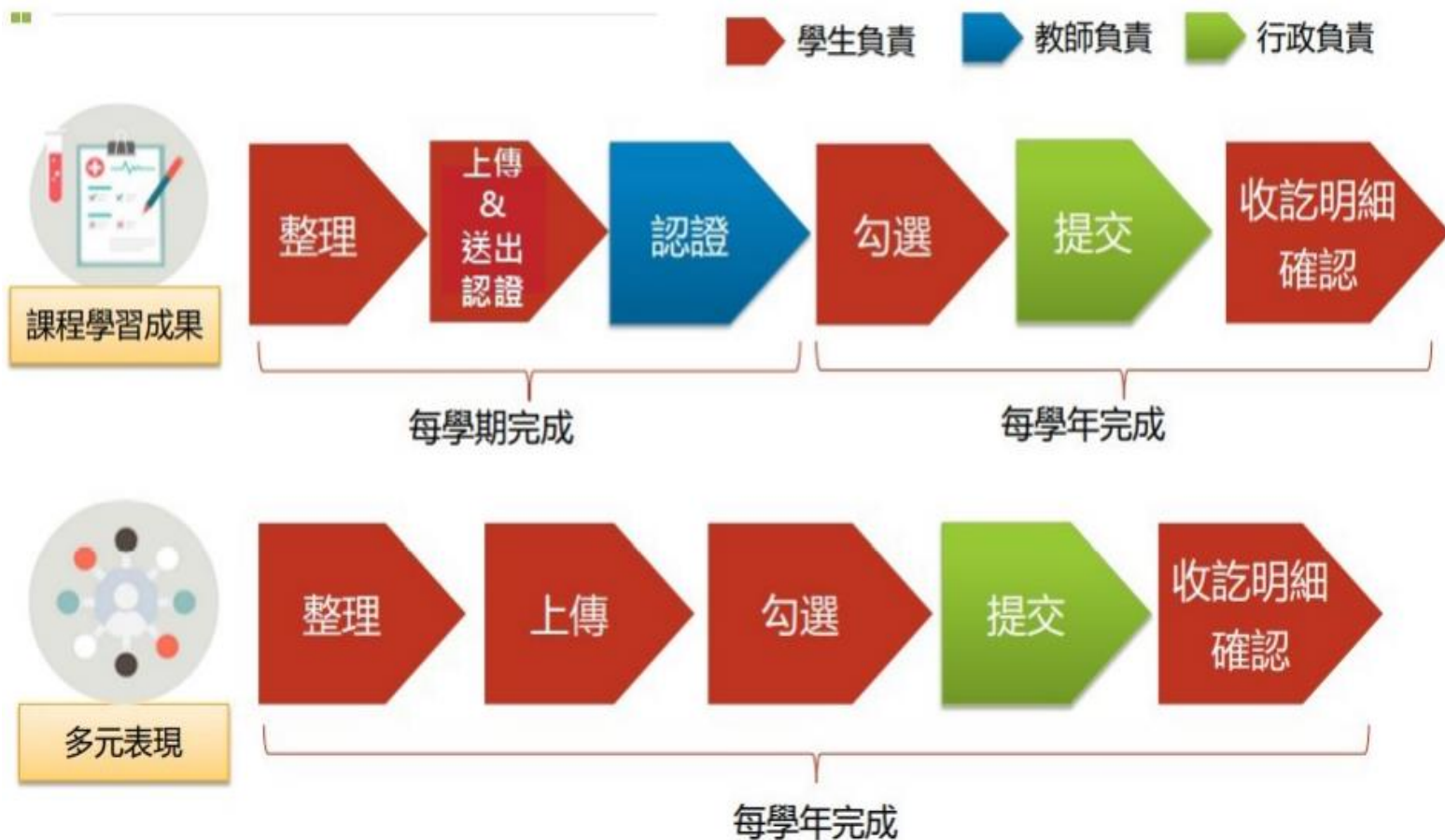
- 飲水思源！111年升大學二階甄試後，請傳承您的寶貴經驗。感恩您的無私分享與貢獻！祝福您金榜題名！(鵬多...) [查看此訊息](#)  
.....
- 大學申請入學官網，點選：[111學年度大學申請入學](#)
- 四技申請入學官網，點選：[111學年度科技院校間部四年制申請入學招生](#) .....
- 運動績優學生升學輔導網，點選：[111學年度運動績優學生大學獨招查詢](#)





# 學習歷程

請家長與學生留意本校[網頁公告](#)及e-mail信件通知。





## 學習歷程

請家長與學生留意本校[網頁公告](#)及e-mail信件通知。

# 重視

學生基本素養所展現的核心能力  
學生在校內的學習活動  
資料真實性及學生自主準備

# 不是

學系所列的所有項次都要具備  
以量取勝



## 宣導講座

講座報名資訊留意本校網頁公告。

### 學生

時間：112年3月22日（週三）13:00-14:50

主題：相愛不相礙—了解他到底在想什麼！

講師：鄭涵方諮商心理師

### 家長

時間：112年4月26日（週三）18:30-20:30

主題：我的孩子愛玩手機、愛上網，怎麼辦？！

講師：林旻沛教授（臺灣師範大學教育心理與輔導學系）



## 輔導室成員

主責	姓名	辦公室位置
輔導主任 (分機：601)	姚予婷老師	輔導室 辦公室 (一)
高三 (分機：605)	吳老師 簡老師	
高二 (分機：606)	林老師 蕭老師	輔導室 辦公室 (二)
高一 (分機：607)	張老師 郭老師	

主責	姓名	辦公室位置
資源教室召集人 & 高三 (分機：210)	周老師	夢紅樓1樓 資源教室
高一 (分機：211)	陳老師	
高一、高二 (分機：210)	曾老師	
高二 (分機：211)	范老師	
高三 (分機：211)	劉老師	



在追求立即回饋的現在，  
也許我們需要的，是慢下來好好整理自己，  
學習看見自己與孩子往目標邁進時的努力。

如其所是



## 輔導室

### 在驕傲自滿與灰心喪志之外~誰能再創學業成就高峰？

撰文：本校讀者服務組鮑順聰組長

( 本文選自[家有建寶第 34 期](#) )

*"A failure is not always a mistake, it may simply be the best one can do under the circumstances. The real mistake is to stop trying." --B. F. Skinner*

每年面對高一新生，總在開學後不久，利用生涯規畫課詢問學生兩個簡單的問題：「請您回顧到目前為止，您最有成就感的一件事？」、「請您回顧到目前為止，您最感到挫折的一件事？」。

大約八九成以上的學生，最有成就與最感挫折的居然都是同一件事—考進建中。幾年下來，都是如此！好不容易胼手胝足，犧牲無數睡眠與享樂，攻上一座山頂。登高望遠而睥睨天下，霎時間，是如此志得意滿。只是沒享受多久的清風明月，才一轉身，又驚覺自己正大汗淋漓、氣喘吁吁地站在山腳，抬頭仰望著四周一座座風景各異、層巒疊嶂的高山群峰！

這樣的處境，任何匯聚群賢的菁英校園應該都不陌生，哈佛、史丹福如是，牛津、劍橋亦不例外。人生挫敗難免，但問題在於接下來的因應之道？什麼樣的人可能會摩拳擦掌，鬥志昂揚地迎向艱辛而漫長的挑戰？什麼樣的人或許灰心喪志，垂頭喪氣地判定自己智不如人，轉而自暴自棄，質疑學習，甚而縱情感官享樂？

早在 1978 年，現任美國史丹福大學心理系的德威克教授 ( Carol S. Dweck ) 就與一名伊利諾大學香檳校區的研究生，針對這樣的疑問設計了一系列經典的心理學實徵研究 ( Diener & Dweck, 1978, 1980 )。

研究者找來 70 名小學五年級的學生，並根據他們在一個《智能成就責任量表》 ( Intellectual Achievement Responsibility Scale, 簡稱 IAR ) 上的反應，將學生分為兩組。兩組學生都接受一系列的挑戰，以測試他們的問題解決策略。前八題都有一個唯一的正解，兩組學生透過適當的訓練與回饋，也都能回答地一樣好。

但後面四題，兩組學生被告知：「以上八個問題，跟同年齡的人比，你們表現得很好！但接下來四個問題會變得很難，原先是設計給更大年齡的學生做的，我們來看看

你們會表現得如何？」實驗中學生也被訓練將浮現腦海的任何想法大聲說出來，這些內容由實驗人員逐字記錄並進行分析。

這些五年級生素質差不多，在前一系列有正解的問題上，表現地也一樣好。但在後面的四個問題上，由於實驗者刻意設計，實際上學生就算不斷嘗試解題也解不出來。經歷這一連串挫折後，實驗者詢問他們：「你認為這些問題你答不出來的原因在哪裡？」

兩組學生的第一種差異浮現了。

這個問題在心理學上稱之為歸因 (attribution)。其中一組有超過 50%認為，自己之所以解不出是因為不夠聰明。這一組學生在一開始的 IAR 量表上，比較容易將學業的成敗歸諸於外在環境或他人等不可控制的因素 (external responsibility)。研究者稱之為「學習的習得無助組」。

另外一組小五生將失敗歸因於自己能力不足的，竟然一個都沒有！而是大約平均分散在四種可能的原因：努力不夠 (23.7%)、運氣不好 (21.05%)、主試不公 (23.7%)、試題太難 (21.05%) 等。這組學生在 IAR 量表上傾向於將學業表現的好或壞，歸諸於自己可掌控或改變的行為上 (internal responsibility)。研究者稱之為「學習的精熟取向組」。

接著再來分析兩組學生在面臨挫敗後思考內容上的差異。

研究者將其策略思考區分為有用策略型的 (Strategic) 以及僵化反應型的 (Stereotypic) 兩大類。其口語內容則區分為九大類：(一) 有用策略類的話語，(二) 無用僵化反應類的話語，(三) 對成敗的歸因，(四) 自我指導以改善表現的話語，(五) 自我監控以增加專注或努力的話語，(六) 代表正向情緒的用語，(七) 代表負向情緒的用語，(八) 對問題未來可獲解決的正向預期，(九) 與問題解決無關的話語。

當問題變得困難，甚至一直無解時，「學習的習得無助組」用在無助於問題解決的僵化反應明顯多於「學習的精熟取向組」；相對地，「學習的精熟取向組」會將焦點集中在自我指導或自我監控的話語，提醒自己要為成功找方法，而這類話語在「學習的習得無助組」完全沒有出現！「學習的習得無助組」出現較多的幾乎都是負向情緒語句，「學習的精熟取向組」則幾乎都是正向的情緒語句。

也就是說，面對挫敗，習得無助組的學生反覆執著在自己無法掌控的因素上，包括認為困難高不可攀，難以化解，或就算有解，自己也力有未逮，真正花在實際思考如何克服困難的時間相對較少；而精熟取向組的學生則全力投入在問題的解決，會自我激勵與並提高專注投入程度，不花力氣去解釋過去的挫敗是如何發生的，反而聚焦在如何掌握現在，一步一腳印地解決眼前的困難。

此外，「學習的習得無助組」完全不預期未來問題可以得解，而「學習的精熟取向組」則仍保持一定程度的正向樂觀！如果在真實人生中，他們遭逢的問題其實有解，若嘗試失敗也不致於有什麼實質損失，那麼這些勇於嘗試者最終總會成功！

至於，明明過去如此成功，曾一度應付自如游刃有餘，過去的成功經驗為何無法緩解或支撐後來遭遇的失敗痛苦？這涉及對於成功之意義的主觀知覺，限於篇幅，恐須另文探討。在同一組研究者後續的系列研究中有專文探討 ( Diener & Dweck , 1980 )。簡單地說，「學習的習得無助組」容易低估成功經驗、高估失敗比例，不認為成功代表具備一定能力，也不認為自己未來可以持續成功，因此，一旦遭逢挫敗，過去的成功經驗馬上被一筆抹煞。

身為師長，我們能做些什麼？如何避免孩子培養出習得無助的因應模式？

德威克教授建議，當孩子有好表現時，盡量著眼於他所做的努力，他使用的方法，他的意願與堅持；而盡量避免不斷地告訴他：「這件事你做得這麼棒，代表你很有能力，你真聰明。」這樣，也引導孩子不用單一表現來做出全面性評價，不會在遭逢失敗時，就立馬否定自己並認定別人也會否定他！

協助孩子培養出內在動機，熱情專注地投入每一個挑戰的歷程，並根據表現不斷調校自己的策略與心境。不論成敗、得失、毀譽，孩子都能微笑以對，也無風雨也無晴。我想，這是父母師長能給孩子最好的禮物！

#### 參考資料

- 1.Dweck, C. S. ( 2007 ) . Mindset: The New Psychology of Success. NY: Random House.
- 2.Diener, C. I., & Dweck, C. S. ( 1978 ) . An Analysis of Learned Helplessness: Continuous Changes in Performance, Strategy, and Achievement Cognitions Following Failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36 ( 5 ) , 451-462.
- 3.Diener, C. I., & Dweck, C. S. ( 1980 ) . An Analysis of Learned Helplessness: II. The Processing of Success. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39 ( 5 ) , 940-952.
- 4.Kamins, M. L.,& Dweck, C. S. ( 1999 ) . Person Versus Process Praise and Criticism: Implications for Contingent Self-Worth and Coping. *Developmental Psychology*, 35 ( 3 ) , 835-847.



## 談選擇~樣樣都好，可是怎麼辦？才好

撰文：本校輔導教師郭淑娟

( 本文選自[家有建寶第 40 期](#) )

公共電視台有個兒童節目「水果冰淇淋」，其中布偶主角之一有個主題歌--淇淇之歌，是我這種個性猶豫的人的寫照：

吃飯好 還是吃麵好

(口白) 水果奶奶：吃飯 琳琳：吃麵

出門好 還是在家好

(口白) 琳：ya~出去玩 奶：看電視

穿紅的好 還是綠的好

(口白) 奶：穿紅的 琳：穿綠的

樣樣都好 可是怎麼辦 才好

快一點好 還是慢一點好

(口白) 琳：快一點 奶：慢一點

多一點好 還是少一點好

(口白) 奶：多一點 琳：少一點

圓一點好 還是方一點好

(口白) 琳：圓一點 奶：方一點

樣樣都好 可是怎麼辦 才好

奶奶說 好好好好都很好

琳琳說 不好不好都不好

(口白) 唉~~~到底怎樣才是好

只有自己知道怎樣才是好

奶奶說 好好好好都很好

琳琳說 不好不好都不好

(口白) 唉~~~到底怎樣才是好

只有自己知道怎樣才是好

### 人生是一連串的選擇

又到了選擇的時期，高一選哪一班群？高二要不要轉班群？高三升大學選校系，選校好？還是選系好？出國好？還是留國內？

選擇之後，有人滿意，有人後悔，有人沒感覺，或者.....

你，在建中的你，就是選擇後的結果。

### 好的經驗，壞的經驗，都是用得上的經驗

「好的經驗，壞的經驗，都是用得上的經驗。」這句話是在一位退休輔導主任演講時聽來的，我覺得很受用。

我的個性猶豫，常常做不了主。喜歡聽別人講，遠大於自己講。聽完別人的意見，常常也沒定見。不過還好，在我做一些重大決定時，我的家人都還算支持我。

在輔導室常常會接到家長的求助電話，覺得孩子唸了高中以後，就不聽話了、就不唸書了，家長面對孩子失序的行為，覺得無助。其實家長不要為孩子和自己的期待

不一致時，就這麼難過、失望。因為孩子開始在練習人生的選擇題，面對自己的人生。國中之前，如果他面對的都是您安排的單選題，現在他即將開始面對自己該面對的人生。您和孩子的世代差距，選擇不一定會相同。例如：以前我們要從臺北到新竹，搭乘大眾交通工具不外乎客運或火車，現在還有高鐵可以選。

家長另一個擔心是怕孩子選錯了、變壞了。對於孩子「該唸書時，選擇玩手機；該唸書時，選擇玩社團；該唸書時，選擇談感情」非常受不了。看起來家長的選單裡，只有唸書。而孩子的回應是「我以為辛苦考上建中，上網時間可以多一點；我以為考上建中，可以好好玩社團；我以為考上建中，可以有很多朋友」。如果孩子高中三年過去了，證明他的選擇錯了，這也是個寶貴的經驗。因為您和國中之前的經驗都沒教會他「該唸書時就要唸書」。更何況，沒有人能夠這麼斬釘截鐵的說，這個階段只能唸書。

心理學家阿德勒曾提出：「沒學會面對困難的孩子，將會閃躲所有一切的困難（岸見一郎、古賀史健，2015）。」中國也有一句老話「失敗為成功之母」，或許他面臨到挫折時，就能體會家長曾經的苦心，也會多了許多面向的人生風景。

### 人生可以有不同選擇

「如果孩子個性猶豫，做不了主，怎麼辦？」

「問他要選哪一班群？他說不知道。」

「測驗也看不太出來要選哪一班群？」

通常在選擇的當下，家長的著急、擔心就接著來了。

請家長試想我們在走迷宮時，不知道出路在哪時，最需要的是什麼？對！「冷靜、嘗試、記得錯誤、修正、學會轉彎、繼續嘗試」，許多面對困難挫折的能力就學到了。如果您安排好孩子的一切，他也按照您指示的路徑，走出迷宮，或許在高中階段樣樣都好，凡事第一、快速。但是到了大學，抑或是下一個人生階段，您都能再為他下指導棋嗎？或替他安排一切？古今中外，許多大企業家或名人都希望子女自食其力，自有它的道理在。

人生的目標可以不只一個，可以有不同的選擇。容許孩子在高中階段有些紊亂、有些錯誤，學習帶得走的能力。這樣每一種選擇都是經過孩子自己的判斷、經驗、傷痛、成就來做的，無論結果如何，彌足珍貴，和您共享。

【生涯資訊站】

生涯資訊站



1 知己-自我探索	各項心理測驗簡介
2 環境-多元入學	多元入學重要資訊； 考試準備大全（學長經驗談）； 各項參考成績； 備審資料參考
3 資訊-校系脈絡	科系甘苦談； 國內外大學校系介紹； 學長留學、申請經驗談



歡迎多加利用！



網址：

<https://fudao.ck.tp.edu.tw>

### 【學生學習歷程檔案重點宣導】

- 請家長與學生留意本校網頁公告及e-mail信件通知，並確實依規定時間進行相關操作，以保障個人權益。
- 系統操作說明：請登入【[臺北市學生學習歷程檔案系統](#)】查看最新版本。
- 常見問題
  - 課程學習成果：有關上傳並送出認證截止時間請密切留意本校公告。每學年度勾選後由學校提交至國教署的數量最多6件，且僅限該學年度的檔案。
  - 多元表現：在學期間，隨時都可以上傳（惟須視活動日期歸屬「勾選之學年度」）。每學年度勾選後由學校提交至國教署的數量最多10件，且檔案之學年度不設限（惟須留意：每學年度可勾選之額度是否足夠）。
- 如您有學習歷程相關疑問或系統操作問題，請洽
 

客服專線：(02) 7730-0089

服務信箱：storxservice@oneplus.com.tw

服務時間：週一至週五 08：30~18：30（上班時間）
- 校內相關諮詢可洽詢輔導室林老師（02）2303-4381轉606。

### 家庭教育【親職講座】

#### 臺北市立建國高級中學 111 學年度第 2 學期家庭教育親職講座

日期時間	地點	主題	講師
112/04/26 (三) 18：30-20：30	紅樓2樓 會議室	「我的孩子愛玩手機、愛上網，怎麼辦?!」	林旻沛 教授 (國立臺灣師範大學 教育心理與輔導學系)

■ 報名訊息：將在 4 月初公告於學校首頁。

■ 聯絡人：輔導室蕭老師（02）2303-4381 轉 606。

## 家庭教育【家有建寶】

本校親職教育電子刊物—「家有建寶」

- 請從學校首頁下方學生家長專區-家庭教育網  
或以下網址 ( <https://reurl.cc/Goal7D> ) 連結



請建爸建媽們提醒貴子弟至本校首頁夢駝林網站登入後更新家長 e-mail 信箱，以利日後學校親職課程講座報名，以及「家有建寶」親職刊物等寄送作業，感謝您的支持與配合！

## 【家庭教育、兒少保護宣導】

- 【**全國家庭教育諮詢專線**】介紹

全國家庭教育諮詢專線：412-8185 ( 手機撥打先加 02 )

諮詢時間：週一至週五 9-12 時、14-17 時、18-21 時、  
週六 9-12 時、14-17 時

諮詢內容：凡民眾有家庭問題、婚姻溝通、性別交往、自我調適、親子關係、人際關係等溝通問題，皆可來電諮詢，全省家庭教育志工老師將提供民眾家庭教育諮詢輔導服務。

- 【**衛生福利部保護服務司**】介紹

保護服務司掌理家庭暴力、性侵害、性騷擾防治與老人、身心障礙者、兒少保護及兒少性剝削防制政策規劃、法規研訂與被害人保護服務方案、教育宣導及研究發展之規劃、推動及督導事項，業務範圍涵蓋原內政部家庭暴力及性侵害防治委員會、社會司及兒童局之保護性業務。

- 【**建中家庭教育網**】介紹

學校首頁下方→學生家長專區→家庭教育網  
網址：

<https://sites.google.com/gl.ck.tp.edu.tw/ckfamilyedu>



【家庭教育宣導】

## 我們與孩子的距離

撰文：本校國文科教師李榮哲  
( 本文選自[家有建寶第 44 期](#) )

宋代大文豪蘇軾在〈赤壁賦〉中提及：「蓋將自其變者而觀之，則天地曾不能以一瞬；自其不變者而觀之，則物與我皆無盡也，而又何羨乎！」這句話揭示了任何事物同時具有「時刻變化」與「永恆不變」兩個面向。而我們在與建中生相處時的「變」與「不變」又會是什麼？

常常會有建中家長向我提及兩個情境：「老師，我的孩子上了高中後，回到家都不太願意跟我們分享在建中發生的事情。」「老師，當我們主動向孩子詢問學校的情況時，孩子總是表現出不耐煩的樣子。」

家長們的擔憂是：我的孩子上了建中之後「變了」，變得離我很遙遠。而也正是這個擔憂，讓許多家長在跟家中的「建寶」相處時，「變」得越來越不自然，甚至是尷尬或有壓力。

因此，我想請各位建中家長一同思考：

1. 上一次孩子「主動」與我們分享心事是什麼時候？
2. 每一次我「主動」向孩子詢問到他的建中校園生活，都聚焦在什麼主題？

不知道您的答案是什麼？但我相信許多家長對於第一題的回答是「難以回憶起來」，而第二題的答案有很高的比例是「課業或成績」。而這兩個問題的答案或許說明了建中生與家長產生「距離」的原因：孩子的「心事」，我們無法理解；我們的「關心」，孩子無法感受，甚至我們每一次的關心，變成孩子隱性或難以承受的負擔。

然而，這並非建中家長才會遇到的獨特問題，而是所有高中生家長都面臨的共同問題：「孩子上了高中後，離我們更加遙遠了。」但因為建中高度競爭的環境與建中生追求獨立自主的特質，讓這段「距離」變得更加明顯。

建中家長必須先意識到自己面臨的親子問題並非是單一個案，而是整個世代間的共同問題。因此，家長們要先能接受孩子上高中之後「變得不一樣」的事實，才有機會找回那「不曾改變」的孩子。換言之，我們必須跟著「變得不一樣」，才能找回過去那熟悉的親子相處之道。

每當我教到新的班級時，總會問學生同一個問題：現在每天回到家還會跟爸媽分享自己的心事或在學校發生的事情，請舉手。

大家猜舉手的人會有多少？答案是寥寥可數，而且每個班的情況皆相同。但特別的是，當這少數幾位同學舉手時，我總會注意到其他沒舉手的同學那種「既訝異又羨慕」的眼神。我眼前這群看似想立刻逃離爸媽身邊的建中生，內心仍渴望著爸媽的陪伴與理解。原來他們不曾改變過，他們仍是每一位家長心中所熟悉且最親近的「孩子」。

因此，我們不禁要思考：孩子從什麼時候開始不願意跟我們分享他的生活點滴？從什麼時候開始在家裡隱藏自己的心事？還有從什麼時候開始對我們的關心感到不耐煩。而面對孩子的這些「變化」，我又是如何「應變」？

許多家長常常會說：「以前國小國中階段，我也是用同樣的方式跟孩子互動，也是會關心他的課業表現。都沒有問題啊！怎麼到高中階段都『變成』問題了。」或許家長可以檢視一下幾個部分：

1. 我是否有花時間認真傾聽自己孩子真實的想法？包括他怎麼看待高中的自己。
2. 自己表達「關心」的方式是否有可能造成孩子的「負擔」？
3. 我是否有花時間瞭解孩子在高中的學習狀態或遇到的瓶頸？

每個人進入高中階段都在「找尋完整的自己」，並且努力透過各種方式來發現這件事情。而建中生在高中階段也同樣地在努力完成這件事。然而，許多建中生進入建中的「第一個課題」就是「發現不完整的自己」。因為自己變得不再像是過去如此的「輝煌」，自己也不再是班上的「焦點」，一切變得有點不一樣。有些建中生會試著調整自己，從這些「不完美」之中「發現自己」。有些建中生會轉向投入社團，透過社團「找尋自己」跟「延續過去的輝煌」。但有些建中生，會從「懷疑自己」變得「否定自己」。

而這些種種的「變化」，似乎都是建中家長無法理解的。於是建中生開始走向一條名為「追尋自我」的道路，然後離我們遠去。但事實上每個人在「追尋自我」的過程中，同樣渴望著生命重要他人的「理解」與「支持」。一旦建中生察覺到自己「追尋自我」的方式不是父母所期待的路徑，他們就會開始遠離。而我們因為察覺不到孩子在變化的狀態，因此我們用過去的方式在理解他、與他互動。久而久之，彼此就變成「最熟悉的陌生人」。

每一次我在跟建中生互動時，總會察覺到他們那不變的「內在小孩」。我努力提醒自己去「傾聽」他們真實的聲音，並告訴自己眼前的建中生「正在找尋自己」，因此才有機會去「接納」他們的各種可能性。或許是「傾聽」與「接納」，讓我有機會走進建中生的心裡，陪伴他們找尋完整的自己。

因此給各位建中家長一個與建中生相處的小小建議：**善用「現在式」與「未來式」，別聚焦在「過去式」。**

1. **建立與孩子「共同討論」的習慣**：利用輕鬆的場合，詢問孩子現在的學習狀況與面臨的問題，共同討論解決之道。讓他知道爸媽會陪伴自己度過「現在」的瓶頸。
2. **創造與孩子「共同追尋」的夢想**：找機會聽聽孩子想要完成什麼夢想，這夢想如何兼顧現實考量，並給予他支持與資源。讓他知道因為有爸媽的支持，他會離夢想更近一步。
3. **別讓「過去」成為親子關係的絆腳石**：千萬別用「我們以前都怎樣」的方式跟孩子溝通，孩子所要追尋的是「未來無限的可能」，而不是「複製我們過去的經驗」。

我們孩子所面臨的是「變動極大」的世界，而這變動性絕非我們過去的成長經驗或學習經驗所能想像的，因此我們不能用「過去」的經驗來框限他們的「未來」。

倘若家長們能把握上述的原則，你會發現原來你所熟悉的「孩子」依舊在我們身邊。我們與孩子的那一段距離，變得不是距離，而是彼此可以自在觀看的距離。

## 【生命教育宣導】

# 如果我不是念建中

撰文：66 屆校友吳鎰亘

( 本文選自 2014 年 12 月《心泉》第 189 期 )

畢業兩年了，其實心中還存有當初所有念建中時的悸動，能夠有這些珍貴的回憶，只因為我當初念過建中，那憧憬自由和活潑奔放的建中。

建中到底有多自由？現在念大學的我，都還覺得當時念建中，才真的是嚮往的大學生活。自由的上課模式、自由的吃飯時間、自由的上課時間。從國中被過度壓抑的囚鳥，一夕之間變成了翱翔天際的飛鷹，這種感覺，真的只有念過建中才懂。

念建中的時候，我不是非常樂觀的人，甚至是過度自卑，身旁的同學們總是這麼優秀，各領域各方面強到令自己打從心底佩服，每次的全國比賽、國際競賽都可以看到同學的身影。我多希望自己能夠成為像他們一樣，在世界各個角落發散自己的光芒、展現自己的風采，但是時間過去了，其實我什麼也沒有做到，還是遠望同學們卓越的



成績，自己則躊躇於原地。現在仔細想想，其實大部分的同學們都是如此，在建中，永遠都有那個比你還強，比你還耀眼的同學，我們毋須過於欽羨，只要知道我們還在持續充實自己，等待飛天的那刻！

必須要知道，你永遠不懂你同學們在做什麼。關於建中各種怪物的傳說已是不勝枚舉：成天玩桌遊、打網咖的同學，卻永遠是班排第一、校排前幾；那個下課都去女校站崗、玩社團玩到翹整天課的同學，卻已經是奧林匹亞金牌的國手。在建中，什麼人都有，什麼事都可能發生，許多人的努力你看不見，不代表別人沒有努力；相反地，在你耍廢的同時，他卻是在用自己熱情的生命做最該做、最想做的事情。

但把自己看貶是一件很要命的事。因為同學們能力太妖孽、老師教學太刁鑽、段考考得比其他學校難，就可以讓自己心安理得地墮落在排名倒數的深淵？甚至不惜作弊來獲取分數？建中的好，不在於他能給予你什麼，而是他能提升你努力的極限，在你有限的力量中創造無限的可能性。一群聰明人聚在一起，是為了勾勒更遠大的夢想，激起更澎湃激昂的心志，而不是在不該做的事情上嘻笑怒罵、勾心鬥角、彼此踐踏。

我時刻在想：如果我不是建中人，念了其他學校，我會成為怎樣的一個高中生？

我不會知道自己有多弱；我不會知道自己可以考這麼爛；我更不知道原來世界這麼大。考上建中的那刻，我以建中這兩個字為榮，心裡嚮往著所有師長、媒體給予的建中既定印象，那個可以使自己成為最強的地方。但是從畢業的那刻起，我卻是希望有朝一日建中能以我為榮，所以我做事加倍用心，要玩就要玩到盡情盡興，要做事就要做到盡善盡美。

## 【生命教育宣導】

# 給正在念建中的你

撰文：本校輔導教師張承心

在這季節交替之際，同時面對著各學科考試與書籍堆疊，在求學中的你，也許正在感受與調適著生活步調與節奏的變化。

這些變化可能遠至整個地球環境的變遷、世界時局的動態，近到身邊事物的轉變。環境的變遷讓我們思考能為地球做些什麼；時局動態讓我們思考政經應對；身邊事物的改變影響著我們對生命意義的探尋。這些生命中大大小小的影響，甚至在面對著長大這件事情，面臨著各式生活壓力，有時候也會讓我們處在一種不確定不安中。

在這個時候，想邀請你停下腳步，來照顧我們自己。你可以透過一些方法或儀式來關懷自己：

也許，你可以嘗試透過放鬆身體來照顧自己。放鬆身體的方式，像是打球、跑操場、漫步公園等。

也許，你可以透過完成一件小事情來照顧自己。讓自己專注地做一件不用花太多力氣的事情。像是逛街，去買一個自己生活中喜歡的小東西來布置房間，或是逛逛文具店搜尋有趣的小物；去圖書館或書局找一本想看很久的書；玩桌遊、拼圖、樂高。這些行動的過程與安排，都可以幫助我們得到放鬆，說不定還可以獲得小小成就感。

也許，你可以透過滿足味蕾來照顧自己，買一杯自己想嘗鮮的飲料或看起來可口的蛋糕點心，然後打開你的五感，看一看、聞一聞、嚐一嚐，想像當一位美食鑑賞家的滋味。

也許，你可以透過放鬆心情來照顧自己。在網路上找一首冥想的音樂，給自己一個安靜的時間與空間，用自己舒服的姿勢坐下來，保持心念上的寧靜，允許與接納自己的各種念頭與思緒，同時與這些思緒說說話，練習與之和平共處。

也許，你可以透過整理思緒來照顧自己。透過和信任的朋友討論，或靜靜地閱讀一本書，翻翻自己喜歡的雜誌，拿起紙筆梳理思路，讓自己的思緒放鬆下來。

更珍貴的是，這些自我照顧的方法，有時你可以一個人，有時你可以邀請你的同學、好友或家人一起，陪伴彼此一起運動、一起逛街、一起吃好吃的、一起讀書、一起聊天、一起笑與淚...，你可以說說自己的心情與想法，你也可以聆聽對方的心事，給予一些支持、一些鼓勵，以及多一些接納。

地球、世界、時局、社會都在變化，我們在這過程裡學習長大，也在這過程當中學習著愛。希望在這些過程中，我們都有機會在學習照顧自己和關懷他人的功課裡，經驗那當下所帶來的愛與生命意涵。

## 【性別平等教育宣導】

# 從性別平等工作經驗看家長的情感教育

作者：性別平等工作者 江品蓁

(原文出處：[教育部性別平等教育季刊第 83 期](#))

## 家長於情感教育之重要性

我們時常聽見情感教育這個詞彙，尤其校園中發生感情事件時，網路或報章雜誌的討論更是熱烈異常；但，情感教育究竟是什麼？楊幸真與游美惠（2014）在回顧分

析臺灣性別與情感教育時提出，情感教育應具有性別觀點並至少包含以下內涵：（一）態度與價值、（二）知識與了解、（三）教育政策、目標、課程與教學、（四）個人與社會技能，不論是自我身分的認同、情感的表達及社會結構與文化都須有所了解。但奇怪的是，我們只有在學生的交往關係出現問題時，才會檢討情感教育的重要性，郭麗安、陳宇平、王大維、劉安真與張歆祐（2017）也指出，目前教育部對於情感教育的推動著重於愛情議題，包含約會與分手、情愛關係與自主、尊重身體自主權等。

大多數人都承認，親密關係在學生時期是極為重要的學習議題，需要教育及社會資源大量心力投入，但同時應該思考的是，我們希望教導孩子怎麼樣的親密關係？是否能脫離異性戀思維，又是否能接住孩子對性的好奇與疑問？再者，除了交往議題，手足、親子、鄰里、朋友等互動關係及自我認同的議題，在孩子的生命中會怎麼樣被提及與教導？而在教育資源有限、輔導課會被挪作他用的情況下，孩子的照顧者是否能擔起責任，讓家庭教育及學校教育相輔相成，使情感教育從家中落實？

以社福體系工作者的角度而言，筆者擁有較多與「家長」、「照顧者」工作的經驗，發現照顧者除了自身議題之外，次要在意的就是孩子的教養議題，有時兩者甚至無法斷然區分，由此略可知親子間生活及觀念相互影響之程度，而照顧者如何看待情感議題與親密關係，潛移默化中就會影響孩子對於相關議題的想法與態度。在這樣子知識及觀念傳遞的關係中，照顧者本身的想法及行為，對孩子的情感教育而言十分重要。因此，本篇文章將爬梳筆者過往性別平等宣導的工作經驗，分析成員參與活動的過程及回饋，並嘗試提出對家長的情感教育之看法。

### 讓「表達」成為情感教育的第一步

筆者曾於社區辦理多場性別平等宣導活動，有時請講者分享自己突破性別的生命歷程，有時藉由電影討論性別議題，有時則帶領大學生演出繪本與幼兒互動，而不論何種方式，筆者與工作夥伴皆試圖拋磚引玉，邀請民眾說出自己的經驗與想法，而幸運的是，當我們提供了一個生命故事時，民眾多願意從自我的經驗與講者共鳴，如選擇結婚或不結婚的自我懷疑與社會壓力、築夢過程的想法、與子姪輩的觀念落差、女性更年期與第二春的看法等等；這些基於性別的討論，往往擴大了性別的範疇，增加了生活情感的交集同時有自我整理的機會，讓議題的討論更有溫度。

一來一往的過程中，雖然有許多等候民眾發言的沉默時刻，但後來發現這些沉默並非空白，它給足了沉澱與思考的時間，也提供了練習表達的機會。對成人來說，發表意見或許不難，但要袒露自我經驗及情感並不容易，筆者曾收過活動回饋單上書寫自身的經驗與成長，感動之餘不免揣想，這些話語未能說出口的原因為何？我們是否習於將情緒及情感藏於人後？或是，這些情感表達從小就未被允許？

除了藉由講座讓民眾抒發情緒及理解不同的經驗，筆者與夥伴更嘗試針對教育專業人員辦理工作坊，該工作坊強調實務性，跟一般講座較為不同的是，成員必須在學習概念後，討論出可以操作的教案並相互回饋。這時我們體驗到的是，很多概念理解上似乎很容易，但帶領時是否能有效傳達正確意涵卻是門大學問。舉例來說，有成員希望設計出打破性別分工的教案，一開始先請學生思考並區分出男性特質及女性特質，再跟學生說明其實男性也會有女性特質，反之亦然。但如此學生經驗到的會是「屬於這個性別的我原本可以做什麼，現在也可以做另外一個性別的事情」，這樣子的區分反而更加鞏固性別刻板印象，進而在孩子認識自我的階段，發展的可能性就會被限縮。

實務工作坊讓單向授課關係有了雙向的交流，更藉此釐清性別概念的帶領及運用，如上述教案設計的疑問，在相互討論及講師回饋後修改為，可帶領孩子觀察一些家事是誰在做、各項家事需要什麼樣的技巧才能做得好、只有女生才能做得到嗎？男生可以嗎？進而引導到性別與能力的議題，也嘗試提出如何看待自己的性別這件事情。

從如何述說自身經驗、如何表露情緒，到如何適當傳遞正確性別觀念，皆是「表達」的重要練習，在情感教育裡，自我整理並與他人互動是不可或缺的一環，而關於這一點，大人們亦在學習的路上。

### 情感中的性教育

專業培訓工作坊後來開放家長參與，不同身分在討論過程中產生的相左意見，促使我們對情感教育的傳遞多了一層思考，其中「性教育」便是重要的討論議題。

當孩子提問「我是從哪裡來」時，不論家長還是老師都會深吸一口氣嚴陣以待，我們準備了許多兒童繪本在工作坊中談性教育這件事情，許多圖片也直接畫出了生殖器或可愛的性愛畫面，課程中即使許多人還不習慣，但大致都同意對孩子正面談論性的重要性，只是當目標轉成設計出完整的教案時，有一位成員說出了教學的疑慮：某些圖畫把性愛畫成了可愛或遊戲的模樣（註1），如裝扮成小丑倒立交疊、兩人面對面貼近並歡呼等；面對孩子，他不知道如何去解釋這麼多種性愛姿勢，而面對家長，他不知道如何去說明這些赤裸性愛的畫面，所以認為不太適合運用這本繪本作為素材。話題一出，有人表達反對，認為如何解釋繪本內容在適當練習後不應該太過困難，但同時，也有數位成員在台下默默點頭贊同反對之成員。先姑且不論實際教學的操作性問題，這個疑慮顯示了該成員面對性教育時，顧及教學成效及家長反應的外在拉扯，以及是否提及性的多樣性的內在拉扯。

不可否認，學校教育時常會顧及家長的反彈而減少爭議性的議題討論，性與多元性別的討論都在爭議之列，因此增加了教育的限制。而以性教育而言，許多人的反對

依舊執著於「恐性」這件事情。如同上述的例子，繪本嘗試以幽默甚至搞笑的方式繪畫不同姿勢的性愛，讓整本書呈現輕鬆有趣的氛圍，但偏偏讓該位成員不知如何去解釋及看待這些事情，而相較於這本繪本，其他單純繪出兩人躺在床上的性愛動作，就不會有上述兩極化的意見，這是為什麼呢？是否提及「性」，我們就習慣性地把情感抽離，只剩下單純的繁衍功能？刻意避談性的親密與歡愉，正襟危坐地分享「生殖系統說明」，是因為羞於啟齒，或是怕一談就會激起孩子的性慾呢？在大家心知肚明卻刻意不談的情形下，這樣的性教育還是好的性教育嗎？我們的情感教育，是否才因此集中討論「如何避免性愛」而不是「什麼是一段合意又安全的性愛」？

類似的討論也在筆者另外的講座中有了新的想法，那是一場「如何與孩子談性教育」的親職講座，家長面臨的是幼兒園中、大班的孩子對身體的好奇，很可能會產生人際相處間踰矩的行為。課堂中講師再三地向家長們強調，大人羞於談性的想法，不應該加諸於年幼的孩子身上，當孩子對身體產生好奇時，就以正確的名稱介紹各身體部位，當孩子對出生感到好奇時，就依照他想理解的程度正面地給予回應，並大方對自己承認：性是親密而美好的事情。**正面、不戲謔、不批判地談性，可以讓孩子知道這些事情是可討論且重要的**，也可減少孩子在探索身體階段就被嚴厲斥責的恐懼及退縮，在親密關係上可以有較為正向的發展。因講師對性及身體不避諱地正面討論，該場講座家長們也逐漸能與講師來回談論對於性及教養的看法，筆者於其中感受到舒服且熱絡的氣氛，提問時也不太聽到警扭的代稱或斷句，讓筆者實際體會到營造出一個開放而舒適的環境，確實能夠改變人們對於情感表達及議題探索的態度。若家長能夠於家中營造如此氛圍，正視孩子的情感及性議題，是否就能因此增加親子理解及溝通的可能性，並創造一個情感教育的好環境呢。

### 家長推動情感教育的困境

那場講座後，我們收到了一張回饋單，大意寫著：「在我孩子還小的時候，我用和老師一樣的方式去教導孩子，但周遭的人都說這樣是不對的.....謝謝今天老師的課程，讓我知道自己並沒有錯。」這個回饋使我們感動，但同時也感到一抹無力，家長在引導孩子正面地談論自己的身體、自己的情感時，須面對多少「你不是個好家長」的指責，每一個教養方向都需要為孩子支撐起很大的保護網。曾有成員分享過：男孩子被長輩說不能留長髮、孩子被親戚抱來抱去，家長若替孩子表達拒絕就會被指責不禮貌，不論是性教育、身體界線、性別認同等議題的堅持，隨時都可能因家庭或社會壓力嘎然而止。

除了周遭環境的壓力，在許多成員分享及回饋下，我們明白不只是孩子，許多大人也正經歷著自我衝擊。家長不同於一般大人的是，他們有照顧好孩子的期待，也有

希望在孩子面前呈現「爸媽知道如何解決問題」的壓力，因此很多家長必須在自己還未準備好的情況下帶著孩子面對如社會文化的壓力、自我認識與懷疑、情緒的抒發等，如果碰到家長自己無法理解的議題怎麼辦呢？最常發生的，就是親子衝突中家長的嚴厲拒絕或冷漠以對。曾聽過一位家長提問「女兒一直換男朋友怎麼辦？」，但其實問題本身不是重點，其背後的焦慮來自於對性的難以啟齒、對親子關係的不安、對女性的要求及要保護女兒的自我期待，但話說出口，卻滿滿都是對女兒的指責，看不見自己的壓力及情緒。

### 情感教育，從家長自身開始

幾年活動辦理下來，我們嘗試了許多方式來談性別，但種種議題終究回歸到，我們有沒有足夠的空間去表達自己是誰、情感又從何而來。我們希望家長成為性別及情感教育的推手，但在以教養為名的議題下，筆者發現家長自身的探索及覺察才是前進的關鍵。而除了自我認識、情緒表達、關係相處，性及性別的多樣性、不被看見的多元家庭等也是家長們於活動中較常提問及希望了解的議題，可感受到多數家長對於該議題之正面態度，可惜筆者尚無足夠豐富之互動經驗能分享，僅於此文簡述過往工作經驗及感想，期待未來更多性別夥伴能共同創造給予家長的情感教育環境，進而提供孩子更完整的情感教育。

註1：可參考王元容（譯）（1997）。媽媽生了一個蛋（原作者：Babette Cole）。親親文化。（原著出版年：1993）

### 參考文獻

1. 郭麗安、陳宇平、王大維、劉安真、張歆祐（2017）。青少年性教育與情感教育內涵之探究：教師、學生與家長觀點之比較。《學生事務與輔導》，56（2），28-49。
2. 楊幸真、游美惠（2014）。臺灣性別與情感教育研究之回顧分析：知識生產的挑戰與展望。《台灣教育社會學研究》，14（2），109-163。



臺北市立建國高級中學  
Taipei Municipal Jianguo High School



# 111學年度第二學期 學校日

總務主任 陳彧弘



## 一、四聯單及三聯單繳費



感謝各位家長協助合作，本校近三年的線上繳費率皆超過98%，高居北市學校前三名。本學期線上繳費期限為3/6，請逾期末繳費的家長，讓同學攜帶現金到本校總務處出納組繳交相關費用。





讓教育成為  
城市的榮耀

## 一、四聯單及三聯單繳費

### 3 建國中學— 多元支付 魅力無現

#### 告別現金交易，安全便利好處多多

「媽～今天是繳費最後一天，不要忘了喔！」「我已經把繳費單給你老爸了，你再跟他確認一下。」「哎呀！我把繳費單收哪兒去了？難道我已經繳了？」隨著繳費截止日一天天的逼近，以上情節相信不少家庭都遇過。最終.....在總務處出納組「老師 Sorry，我的繳費四聯單離家出走了，可以直接繳費給您嗎？」



## 二、線上設備報修



「學校首頁」點選「設備報修」



於報修系統點選「我要報修」



## 二、線上設備報修

- 本校男、女廁所合計近80間、飲水機約110台，數量遠超一般學校；建物老舊且分散，相關維護所需人力、物力甚巨；另本校班級數眾多，教學設備、班級公物維護不易。
- 因資源不足，總務處會自報修系統中挑選影響教學活動或安全的設備優先修繕，另影響維修的時間尚有人力、物料的因素，倘同學報修後經過一段時間尚未得到處理，請直接至總務處詢問相關處理情形，勿直接撥打1999浪費公務資源。



## 三、近期完成工程

### ➤ 太陽能發電系統建置





### 三、近期完成工程

#### ➤ 棒球練習場建置





### 三、近期完成工程

#### ➤ 網球場整修





## 三、近期完成工程

### ➤ 南海路圍牆整修





## 三、近期完成工程

### ➤ 南海路圍牆整修







### 三、近期完成工程

#### ➤ 熱食部整修：屋頂防水隔熱





### 三、近期完成工程

- **熱食部整修：近期上網招租，請鼓勵廠商投標**





### 三、近期完成工程

#### ➤ 紅樓屋頂白蟻整治、結構補強



校長室上方屋桁木遭白蟻嚴重蛀蝕斷裂





## 四、今年規劃工程

- 紅樓屋頂排水溝防水、牆面清潔



屋頂防水層劣化破損、生長木本植物





## 四、今年規劃工程

- 夢紅樓屋頂防水、薄層綠化工程





## 五、明年規劃工程

- 紅樓周遭樹木矮化、修剪





## 五、明年規劃工程

- 美術專科教室整修
- 莊敬樓廁所整修
- 持續推動明道樓及後方停車場教學大樓興建EOD案



臺北市立建國高級中學  
Taipei Municipal Jianguo High School



# 111學年度第二學期 學校日

圖書館主任 潘威歷





# 開館時間



- **開學期間：周一至周五8:00-17:00。**
- **國定假日及例假日(週六、週日)不開館。**
- **所借圖書可隨時利用還書箱還書以免逾期！**
- **寒暑假另行公告。**
- **臨時異動提前於首頁【最新消息】公告。**



# 入館須知



- 讀者之背包、書包、提袋、雨傘、食物或飲料等，不得攜入館內。但開放式提袋經本館同意者得攜入之。
- 本館設有置物櫃供暫時存放個人物品，貴重物品請自行妥善保管，本館不負保管與賠償之責。
- 讀者入館應服裝儀容整齊清潔，注意公共禮儀，共同維護館內安寧與整潔。



# 館藏資源



現有館藏量逾80,322(件)。現有北市教育局111年線上資料庫 | Konolibrary電子雜誌共分18大類213種各式雜誌，以及HyRead電子雜誌共分12大類46種雜誌。111年度本校自行訂購紙本期刊共計17項。

項次	種類	數量(冊/件)	備註
1	中文圖書	72,461	含學術期刊過刊本
2	西文圖書	2,319	
3	視聽媒體	3,853	DVD、VCD、CD等
4	電子書	1,689	不含高中職聯盟500冊



電子書 電子雜誌

推薦書籍 (50) 精選主題 (15) 全部 (2954) 現在可供借閱 (2820) 人文社會 (184) 文學小說 (813) 語言學習 (253) 財經商管 (195)

NEW TOEIC 新多益 聽力測驗  
IELTS 雅思 寫作聖經  
IELTS 雅思 聽力聖經  
英文閱讀特訓班  
CN 常在地英語字彙  
MyReadbook 親子天下 教養影音館  
華研 華研 數位圖書館  
科學影音館  
muziMAX 風潮音樂 文化音像數位資料庫  
自然兒歌故事花園 Story Garden  
airiti Library 華藝線上圖書館  
SCIENTIFIC AMERICAN 科學人 雜誌知識庫  
公共電視 教育影音公播網  
電子雜誌  
konolibraries

## 影片分類

家庭教育 人權教育 性別平等教育 品德教育 生命教育 能源教育 環境教育 科技教育 海

WILL SMITH THE PURSUIT OF HAPPYNESS  
The Pursuit of Happiness 當幸福來敲門  
THE DA VINCI CODE  
The Da Vinci Code 達文西密碼  
BRIDGE OF SPIES  
Bridge of Spies 間諜橋  
EAT PRAY LOVE  
Eat Pray Love 享受吧！一個人的旅行  
GIFTED  
Gifted 天才的禮物  
HIDDEN FIGURES  
Hidden Figures 關鍵少數  
BIRDMAN  
Birdman 鳥人

### 臺北市政府教育局 111年度線上資料庫知識管理平臺

首頁 最新消息 書籍檢索 新書介紹 流量統計 FAQ 資料庫教案

教室電影院 公播大平台 Classroom Theater  
小魯數位有聲書 LibriSpace 數位閱讀平臺  
川牛頓 科學影音館  
muziMAX 風潮音樂 文化音像數位資料庫  
自然兒歌故事花園 Story Garden  
MyReadbook 親子天下 教養影音館  
華研 華研 數位圖書館  
科學影音館  
muziMAX 風潮音樂 文化音像數位資料庫  
自然兒歌故事花園 Story Garden  
airiti Library 華藝線上圖書館  
SCIENTIFIC AMERICAN 科學人 雜誌知識庫  
公共電視 教育影音公播網  
電子雜誌  
konolibraries

### 最新期刊

Hey! Let's make friends!  
邀請小朋友繼續對話嗎?  
快加入LINE好友

指標期刊  
TSSCI 指標期刊  
THCI 指標期刊  
最新消息  
新上架期刊：植物學  
新上架期刊：

### 最新文章

殺人鯨群體各有方言  
楊靜慧/科學月刊/247

區分英語字句字段的聽力感知比較：爆發停止...

### 熱門文章

影響美髮時尚相關因素之初探  
謝清秀/餐旅暨家政學刊/21-21

問世間，情為何物—書法情感說



111年度第1學期主題書展好書推薦抽獎活動(回覆) ☆ 🗑️ 📄

檔案 編輯 查看 插入 格式 資料 工具

正在執行指令碼 取消

本次活動得獎名單如下：

1. ptchien 簡( )
2. fa275 張O( )
3. ck110038C ( )
- 4-5
4. ck109085C ( )
5. ck110081 ( )

恭喜以上得獎的人員！！獲得價值600元以下書展現場展示個人指定書籍乙冊。

## 3/13-3/24 主題書展(數學科、自然科)

字句鉤鍊法

<https://drive.google.com/> 作者是對於國文研究頗多，是國家文學





# 臺北市單一身份驗證



1. 臺北市新一代高中校務行政系統
2. 教育局線上資料庫
3. 學生學習歷程檔案系統
4. 臺北市教育局酷課雲
5. 教育部教育雲
6. 酷課app
7. 校園繳費
8. 新版網站報修系統



# 新版網站

<https://www.ck.tp.edu.tw>



善用搜尋功能



## 重要公告

Q 標題、關鍵字

發布單位: 全部



全部公告

榮譽榜

教師甄選

標題	單位	日期
【111學年度高二2/21(二)~2/24(五)教育旅行活動與配套說明】 @	訓育組	2023/02/18
公告本校111學年度第2學期高一二三多元選修及高二三加深加廣上課時間地點 @	教學組	2023/02/17
公告「111學年度校內科展」得獎名單暨北市科展報名事宜 @	設備組	2023/02/16
公告本校112學年度體育班特色招生及運動成績 @	學務處	2023/02/16

## 最新消息

Q 標題、關鍵字

發布單位: 全部



全部消息

學藝競賽

學生活動

教師研習

法

標題	單位	日期
《閱讀讓希望綻放》校園巡迴講座，歡迎踴躍報名參加。全程參與者，將獲贈同名書籍一本！	讀者服務組	2023/02/20
111學年度第2學期三、四聯單繳費日期自2/20至3/6止	出納組	2023/02/18
轉知：國立臺灣藝術教育館112年度第2場專題演講--王正方導演/【我的斜槓人生—從一槍斃命說起】 @	訓育組	2023/02/18



新生專區

Freshmen



學校日

School Day



校慶專區

Anniversary



畢業典禮

Commencement



捐款專區

Gifts



## 學生家長專區

- 新冠肺炎防疫專區
- 學雜費繳費專區
- 自主學習
- 學習歷程檔案
- 新校務行政系統
- moodle教學平台
- 駝駝林
- 獎學金專區
- 駝客展圖
- 課程諮詢
- 就學貸款專區
- 安心就學補助輕鬆查
- 家庭教育網

## 入學升學專區

- 生涯資訊站
- 資優班入班鑑定
- 科學班入班鑑定
- 技專校院招生策進總會
- 多元升學

## 教師專區

- WebITR差勤系統
- 臺北市教師在職進修網
- 全國教師在職進修網
- 臺北市教師e學院
- 教育部磨課師平台
- 環境教育終身學習網
- 中學生網站專區
- 圖書館館藏查詢

## 委員會專區

- 校務會議
- 課程發展委員會
- 教科書評審委員會
- 學生編班及轉班委員會
- 學生獎學金審查委員會
- 大學入學推薦委員會
- 性別平等教育委員會
- 學生獎懲委員會
- 學生申訴評議委員會
- 捐款收支管理委員會
- 學生輔導工作委員會



市政府教育局  
中課程與教學發展  
School Curriculum and Instructional Development



別平等教育專  
交通安全

預算會計月  
公開專區

教育部國民及學前教育  
生生涯輔導



學輔導教  
PEI-EDU-TW



災宣導  
及環境教

HELLO TAIPEI  
臺北市單一陳情

PEI CITY  
北市青少年活動資訊

障礙設備專



臺北市校園單一  
驗證服務

臺北市政府警察局  
中正第二分局

臺北教師e學苑  
教師線上研習課程  
即將上線服務

教育部  
防制校園霸凌

教育部學務特教司  
學生藥物濫用資源





# 班級資訊設備

( 含單槍及互動大屏 )



- 預訂112學年度進行全校班級電腦更新作業。
- 111年底已完成高三大屏建置作業，112年度高一大屏建置案已在規劃中。
- 常見故障樣態與解決方式：
  - 主機開不起來、螢幕沒有畫面、大屏沒有信號。(電源線因為各式原因鬆開沒插或開關忘了開)
  - 網路不通(網路線掉了或忘了登錄帳密)
  - 除上述情況外，線插好了但沒畫面(插錯線，請按照各班使用說明文件圖示重新接線)



- 隨時透過新官網線上報修系統報修，我們會有專人處理，報修後也請隨時留意處理通知。





# 建中人的第二起居室

## 111 學年度第 2 學期學校日 家長會 吳秉堯會長的話

各位家長大家好，我是家長會會長，高三家長吳秉堯。時間過得很快，又是新學期的開始，未來這一學期，對不同年級的孩子們，在這個青春成長的時期，各有他們重要的進程。高一同學將要面臨選擇班群類組，孩子們探索興趣、性向，是這個時期最重要的事情；而高二的同學於課業與活動方面，可以有更多的充實與發展，為學習歷程留下重要紀錄；高三的同學則剛剛經歷學測與成績公布，當家長日的此刻，已經填寫送出六個志願，接著往二階的挑戰，積極準備。無論結果或現況為何，身為家長的我們，總是在背後給予堅定的支持、與適時的鼓勵。

家長會成立與運作的目標，便是與學校配合，募集人力與資源，在設備、環境、教學、輔導、健康、活動、社團等各方面，在教育當局經費無法及時充分支援下，給予補充與支持。家長會於上學期家代大會成立後，籌辦了校慶與募款活動，含家長會會費，此為家長會主要的運作經費來源。在有關每位學生的衛健事宜，支援了健康檢查、流感疫苗，以及因近來新冠疫情，所實施的新冠疫苗接种。接著包高中中式文昌宮，與西式宗教祈福活動，如果家長最近有來學校的話，可以看到紅樓穿堂、各班教室門口的班粽製作。還有學測考場代訂便當，與考場考生服務，可以說是家長會為學生們服務的重要時刻。而農曆年前，則是舉辦了親師同樂的感恩餐會，感謝老師一年來的辛勞，雖然老師們看似年復一年的教導，卻是每個孩子一輩子僅有一次，對人生影響重大的青春記憶。

在常態性的事務方面，感謝家長們對冷氣及清潔基金的支持，為了在有限的經費下，提供應有的服務品質，本屆也慎重的遴選了配合廠商。另外駐校保全與駐校水電技師的人事費用，其實佔了家長會年度經費，一個重要、不小的比例，有賴上述家長們對募款的支持，才得以支應，將持續與校方溝通未來的經費爭取。另外，大家所關心的熱食部，在上學期家長會支應不足的經費下，今年硬體設施已完工，希望學校早日完成廠商招標，於本學期重啟熱食部，給孩子們餐食多一個選擇。

除了上述常態性支出，這學期仍有幾項重要活動，家長會將與學校配合來支援辦理。像是高二剛剛經歷的教育旅行，五月母親節前夕的成年禮活動，往年是為高一生所舉辦，由於去年疫情之故，高二生當時沒有機會，今年決定將為高一高二皆舉辦成年禮，使得每一屆的建中生，都有這項特殊的活動記憶。針對高三生而言，有個人申請二階前，所需要準備的備審資料諮詢、與面試指導，將有多個場次來盡量服務學生。還有一場重要的分科考場服務與代訂便當，以及在學校三年之後的完結篇，也就是畢業典禮。

以上家長會的主要活動，再次感謝各位家長們的支持，也感謝各班家代時時扮演溝通的橋樑，尤其很多家代也是熱心參與，特別也感謝許多家長及家代參與志工大隊，使得家長會有充足的人力來支援活動進行。無論是家長、家代、志工、家長委員，讓我們共同攜手與學校老師、行政人員齊心協力，作孩子們堅強的後盾，營造更好的校園學習氛圍與環境，僅代表家長會再次誠摯感謝！



## 臺北市立建國高級中學學生家長會志工大隊 志工招募

想要更深入了解孩子的校園生活？想要和孩子有更多的話題？有滿腔熱血想要服務？想要拓展生活圈結交好友？來建中志工隊就對了！

在建中志工隊為學校、為孩子們服務，能近距離觀察卻不打擾孩子的校園生活。志工夥伴間互相分享生活、親子、升學相關訊息，孩子念建中有充實的高中生活，在志工隊的您一定也將同樣收穫滿滿。

### 建中志工隊值勤服務工作項目

1. 家長會辦公室值班(代收冷氣清潔捐助款、廁所清潔捐助款、一般贊助款，並協助各種臨時交辦事項。)
2. 於辦公室值班時間，協助廁所清潔維護檢查巡視。
3. 協助校務運作(例如：消防演練、高一健康檢查、高二合唱比賽、高一成年禮、流感疫苗施打等等)。
4. 班級冷氣保養及清潔電風扇期間，參與排班協助監督廠商作業。
5. 協助校慶義賣。
6. 擔任認輔爸爸媽媽關懷賃居生。
7. 支援學測、分科測驗考生服務。
8. 支援學校輔導室及家長會升學輔導活動。
9. 支援畢業典禮。
10. 協助學校社團成發值班。
11. 其他臨時性機動服務事項。



您可選擇在家長會辦公室固定值班，也可以機動支援志工活動。

心動不如馬上行動，請立即掃瞄 QR Code 填寫報名表單，我們將儘速與您聯絡。

若有任何問題，歡迎撥電至建中家長會 (02)2303-4381 分機 523

# 臺北市立建國中學學生家長會 111 學年度【自由樂捐】募款函

敬愛的建中家長們大家好，

很高興能在這個我心目中全台最好高中與各位相遇。

建中的歷史已經 124 年了，這麼多年來，這裡一直是一所充滿優秀孩子與敬業師長的學校，而家長會則總是扮演著在背後默默支持的角色。

在此誠摯感謝您的信任與支持，建中學生家長會必定不負所託，竭盡心力，讓同學們能在此充份享受美好又機智的校園生活。

募款是建中家長會唯一經費來源，所得將用來支付一整年學校、學生所有活動開銷。歷年來家長會不曾停歇地致力於提升學習環境，但在政府有限預算及教學資源分配下，校方得以支配的經費相當有限，很多款項都需由家長會補助，因此資金不足會是運作一大問題。

在這裡向各位報告，家長會募得的捐款用途非常廣，日常必須的有聘請盡職保潔和及時修繕的水電工程人員等，終級目標則是為孩子在緊湊的校園學習過程中，留下極為珍貴的青春記憶。

像是高一成年禮、高二教育旅行、高三「包高中」、畢業典禮和各項升學輔導如備審資料指導、面試輔導等。別忘了還有每年揮灑汗水和歡笑的校慶活動、全校社團補助、清寒學生急難救助、學生獎勵、校園綠化、敬師活動、學測分科考考生服務、獎勵退休資深教師、出版家長會訊、校際交流，及協助改善校園特定軟硬體、高一健檢營養補給品、合唱比賽、賃居生座談會、國際交流、心理諮商、各項競賽補助等校務支援。

今年熱食部更在校方積極規劃下進行重建，預計明年下學期就可重啟，讓孩子們多個安心的用餐選擇，這部分也很期盼獲得大家的贊助。

家長會每年龐大的支出，全仰賴您的慷慨解囊，百元不嫌少萬元不嫌多，全是十足暖心給力的支持力量，讓我們一起守護建中學生的校園環境與生活。

前人的付出成就了今日的環境，現在的我們希望能夠繼續傳承，點滴涓流將匯成支持孩子們追求燦爛未來與實現夢想的強大力量。您的熱心贊助能為駝客們營造舒適、安心的求學環境，您的無私奉獻更能使家長會成為孩子與家長們最堅強的後盾。

**期待您的熱情挹注，共襄盛舉，今日家長以孩子為傲、明日建中以孩子為榮！**

臺北市立建國中學學生家長會會長吳秉堯暨全體家長會委員 敬上

※捐款方式：您的愛心捐款，家長會將依金額致贈紀念品以表感謝之意。

## A. 捐款帳戶：

金融單位：【日盛國際商業銀行南門分行】  
帳 號：【104-23862880-001】

銀行代號：【815】 分行代號：【0381】  
戶 名：【台北市立建國高級中學學生家長會】

## B. 線上捐款



線上捐款連結



承蒙貴家長愛心捐助款項，不論以任何方式捐款，捐款後均需填寫表單，方能對帳並開立捐款收據。



校園影像與學生在校生活點滴

※ 本學年第一次家長代表大會(111.09.23) 已通過授權家長會舉辦全校性自由樂捐之募款。

※ 所有捐款將開立收據，以供您列入年度綜合所得列舉扣除額申報。捐款明細將公布於建中家長會訊，以昭公信。

## 建中樂旗征戰 2023WAMSB 讓世界看見台灣

建中樂旗隊是一個歷史悠久的學生管樂團體，從日治時期前身的建中管樂社，到 1983 年改制成為了目前的「建中樂旗隊」成軍至今 40 年。而我們率先引進了美式行進樂隊的表演型態，融合了音樂及體育活動，演奏的音樂除了古典音樂，也同時涉獵到搖滾樂、爵士樂、以及當代管樂等。我們的表演風格，突破了傳統上樂隊僅能為儀隊伴奏的表演形式，跳脫了只能走方正直線隊形的框架。

室內管樂合奏及室外行進皆為建中樂旗的強項，每一位隊員的養成不僅僅是技藝的學習，更重要的是團體紀律與優良品格的形塑，我們雖在都市叢林成長，但我們用自己的堅韌力，辛苦紮實的訓練站上世界的舞台，用榮耀與優秀回報社會的期許，同時也展現國民外交實力。

榮譽與責任感，均來自汗水與淚水的浸潤下不斷淬煉。我們期望站上世界舞台拼搏佳績，讓世界看見台灣。我們勉勵自己，期許自己有勇氣，磨練並鍛鍊出最強大的自我。



近年來樂旗隊在國外的世界盃行進樂隊大賽 (WAMSB)、世界管樂大賽 (WMC)、國際鼓號樂隊聯盟 (DCI) 均取得前三名的佳績。

- 2016 年成為世界第十支 (台灣第一個) 獲頒美國蘇沙基金會 <蘇德勒盾章> 的外國隊伍。
- 2017 荷蘭世界音樂大賽 (World Music Contest) 獲得金牌。
- 2018 年世界樂旗大賽第一次在台灣舉行，經過一番激烈的競賽，終將冠軍杯留在台灣。
- 2019 年加拿大卡加利世界盃行進樂旗賽中創下隊史最高分，以一分輸給地主隊獲得亞軍。
- 2022 荷蘭世界音樂大賽 (World Music Contest) 獲得最高級別的季軍。



樂旗隊一年約有 10 場左右的表演及比賽活動，因此在國內外的交通住宿、樂器維護、汰換及運送、道具服裝製作、專業教練費用..等，皆由家長後援會籌措，也盡力舉辦各項義賣活動募款，但出國比賽龐大近 400 萬左右的經費缺口，必須對外向個人及企業單位尋求贊助。





## 取水飲水以水飲人，受恩謝恩用恩謝人

雖然不是急需救助的深山偏鄉弱勢團體，但卻是一支需要『永續生存』的樂旗隊。我們並非因身為建中生，就擁有眾多資源，建中樂旗只是一個學校社團，但我們每位隊員是以國家代表隊的水準來訓練，卻沒有國家級資源。況且隊中成員多來自小康家庭，家長以上班族的資源極盡支撐專業訓練，然而出國比賽的經費仍然是許多家庭負擔不起。我們懇切盼望各界能成為我們征戰世界樂旗競技舞台的堅強後盾。

近兩年因受疫情影響，世界各國社會經濟動盪，我們也受到影響。首先面臨的是經費資源銳減。

然而，樂旗隊前進世界舞台的準備不曾停歇，我們仍然苦練、努力堅持與等待。我們將整備行裝，朝向2023 WAMSB 美國世界樂旗大賽目標邁進。

正是此刻，我們迫切需要各界的支持，支持建中樂旗邁向 2023 的世界舞台，讓世界看見台灣。

建中樂旗的榮耀是來自社會各界的涓滴恩德，您的捐助懿德不僅是成就樂旗隊的優秀與夢想，其風範更讓我們學習回饋予社會的精神。

我們希望能夠在世界蹦出我們的青春，蹦出建中樂旗的一片天，證明台灣青年的生命力與堅毅力！而我們現在最需要的是讓CKMB建中樂旗成為台灣青年戰士的重要推手，堅強的後盾，在國際舞台上為台灣爭取國家榮耀及做好最實質的國民外交！

您的支持與鼓勵，慷慨解囊，必能成為CKMB前進成長的動能，成就CKMB築夢啟航的一大助力！

### 臺北市立建國中學樂旗隊捐款專戶（開立捐款收據，可抵稅）

戶名	台北市立建國高級中學學生家長會
銀行	日盛國際商業銀行（815）南門分行（0381）
帳號	101-23862880-005（此為樂旗隊捐款專戶，不會進入其他基金）

#### ※捐款補充說明

1. 建中樂旗隊捐款專戶於建國高級中學家長會為獨立捐款專戶。
2. 匯款後請將捐款人姓名（收據抬頭）、聯絡電話及收據郵寄地址通知後援會財務組郭小姐 [teresa.lw@gmail.com](mailto:teresa.lw@gmail.com)。
3. 對於捐款至家長會之款項（可指定用途-樂旗隊專用），依照所得稅法規定，公司行號准以費用列支，個人准於綜合所得稅結算申報時，列舉扣除。
4. 為了感謝您的捐款贊助，我們將於確認收到款項後，公告於建國中學樂旗隊官網：<http://www.ckmb.org.tw>
5. 若對捐款有任何問題，請電洽 建中樂旗隊第 40 屆家長後援會 黃會長 0918-155-812

## 建中樂旗隊近十年參與國際音樂、行進樂隊相關賽事獲獎情形

時間	優異紀錄	舉辦國
2022	荷蘭 WMC 世界音樂大賽獲得最高級別的季軍	荷蘭
2019	WAMSB 世界樂旗大賽亞軍並拿下創隊史國外比賽最高分 卡加利牛仔節遊行 (Calgary Stampede Parade) 高中組遊行行進隊伍冠軍 (The Best Senior Marching Band)	加拿大
2018	WAMSB 世界盃行進樂隊大賽隊形變換比賽總冠軍、遊行比賽亞軍以及最佳行進打擊獎	台灣
2017	獲頒獲頒美國蘇沙基金會”蘇德勒盾章” 2017 荷蘭 WMC 世界音樂大賽 金牌獎	荷蘭
2016	WAMSB 世界樂旗大賽金牌獎第二名、最佳服裝獎、最佳指揮獎、最佳吹管獎及最佳外國隊伍獎	馬來西亞
2015	美國 DCI (Drum Corps International) 世界錦標國際組銅牌獎 美國 DCI Sound Sport 比賽金牌獎	美國
2014	加拿大卡加利牛仔節開幕遊行樂隊總冠軍 加拿大卡加利樂旗行進管樂賽季軍	加拿大
2013	WAMSB 世界樂旗大賽世界季軍	日本
2012	Calgary Stampede Parade 世界行進樂隊比賽榮獲 Best Senior Band 及 Best Overall Band 雙料特優 WAMSB 世界樂旗大賽世界亞軍	加拿大 卡加利
2011	WAMSB 世界樂旗大賽世界季軍	馬來西亞
2010	WAMSB 世界樂旗大賽世界第一名(World Champion Showband)及榮譽金牌獎(Gold Honours)	德國
2009	卡加利牛仔節開幕遊行(Calgary Stampede Parade) 獲得最佳樂團(Best Senior/Community Bands) 第三名、最佳視覺表演(Best Auxiliary Band) 第一名 卡加利牛仔節樂旗隊比賽榮譽金牌獎 (Gold Award)	加拿大 卡加利



# 歡迎畢業校友加入校友會

本校之創始，當遠溯至1898年日治時期，歷史悠久璀璨；畢業校友十多萬人才薈蔚，於各領域表現優異，對國家與社會發展貢獻良多，本著感念母校栽培，關照愛護學弟之心，校友會亦於1989年成立，30多年來，凝聚校友力量，持續回饋母校！

## 建中校友會 111學年度一回饋母校捐款明細

教師辦公室裝修工程	740,000
績優社團獎學金	100,000
紅樓白蟻防治樑柱整修	263,750
總 計	1,103,750

校友會官網：<http://alumni.ck.tp.edu.tw/>

聯絡電話：(02) 2307-7482 · (02) 2305-7957

傳 真：(02) 2339-3561

公務信箱：[ckhsaa@gl.ck.tp.edu.tw](mailto:ckhsaa@gl.ck.tp.edu.tw)

