

112 學年度獅甲國中 新生訓練手冊



班級座號：_____

學生姓名：_____

導師姓名：_____

國際力 學習力 品格力 團隊力

目錄

壹、新生訓練流程表	2
貳、處室簡介	
一、教務處介紹	3
筆記欄	7
二、學務處介紹	8
筆記欄	10
三、輔導室介紹	11
四、總務處介紹	13
筆記欄	14
附件一 好的開始—認識國中生	15
112 學年度作息時間分配表	16
高雄市海岸、港區、海堤危險水域一覽表	17
校園水域安全宣導海報	18
守護校園雄健康宣導海報	19

112 學年度新生訓練流程表

112.08.14

日期 時間	8 月 22 日 (星期二)	地點	日期 時間	8 月 23 日 (星期三)	地點
7:40 前	學生到校 (學生著制服)	各班教室	7:40 前	學生到校 (學生著運動服)	各班教室
7:40 ~ 8:20	導師班務時間 2 位畢業學長姐隨班協助導師		7:40 ~ 8:20	導師班務時間 2 位畢業學長姐隨班協助導師	
8:20 ~ 8:30	休息 (前往 5 樓視聽教室)	5 樓視聽教室	8:20 ~ 8:30	休息 (前往 5 樓視聽教室)	5 樓視聽教室
8:30 ~ 9:10	開訓典禮 1.學生聽講禮儀訓練 2.羅慶璋校長致詞 3.重要議題教育影片宣導		8:30 ~ 8:50	輔導室簡介	
9:10 ~ 9:20	休息		8:50 ~ 9:20	學務處簡介	
9:20 ~ 9:40	總務處簡介		9:20 ~ 9:30	休息	
9:40 ~ 10:00	教務處簡介		9:30 ~ 10:00	社團介紹 & 選社指引	
10:00 ~ 10:20	闖關活動 (品格、交通、環保、體適能)	校園	10:00 ~ 10:20	特色社團宣導 1.童軍社 2.資訊與程式設計社 3.青少年國際領袖社	各行政處室
10:20 ~ 11:30	導師班務時間 1.發領掃具：聽廣播，派學生至學務處衛生組領取掃具後放置教室 2.填寫輔導處 A 卡、各處室學生基本資料	各班教室	10:20 ~ 10:30	休息	
11:30	放學		10:30 ~ 11:00	校園介紹及巡禮 (含行政處室闖關活動)	
			11:00 ~ 11:30	導師班務時間	各班教室
			11:30	放學	

*校園介紹及巡禮由畢業生協助執行。

*闖關遊戲因應疫情因素取消。有獎徵答改由畢業生於校園介紹時進行，以學習點數為獎勵。

一、教務處介紹／主動學習

教務主任 | 林玉珊

教學組長 | 蔡怡真

註冊組長 | 黃馨虹

設備組長 | 李佳玲

資訊組長 | 何迪賢

教務協辦 | 邱雅琪

國際協辦 | 林煌翔

活化兼學習扶助協辦 | 陳俐婷

教務幹事 | 郭雅麗

教務工友 | 李憶玉

(一) 教學組

1. 安排課表。
2. 安排教學巡堂業務。
3. 定期召開學藝股長會議，配合執行班級正常教學等事宜。
4. 每週查閱教學進度及教學日誌。
5. 辦理教師缺課、補課、調課、兼代課事宜。
6. 檢查各科作業。
7. 辦理各項考試（段考、模擬考、補考）工作，試場規則。
8. 定期舉辦各項美術、語文、音樂競賽。
9. 研發與推展學校本位課程相關事宜。
10. 課後輔導及寒暑假學藝活動課程規畫與安排。

◎新生注意事項：

1. **上課時間延長**：國中上課時間由國小的 40 分鐘增加為 45 分鐘，每天有七節課，至下午 16:05 分。
2. **學習科目變多**：總計有八大領域，16 個科目。除此之外還有多元的校訂課程，這些都是獅甲備受好評的特色課程。希望同學能養成規律學習的好習慣。
3. **課後輔導課程**：學校規畫了特色選修社團還有多元學科課業學習，大家可以多元發展自己的能力，請主動踴躍報名參加第八節課後輔導，若有參加第八節輔導課，則在 17:00 分放學。
4. **相關競賽**：一年級預計舉辦的活動有音樂比賽、語文競賽(演講、朗讀)、獅中筆記王等競賽，請同學事先準備，踴躍參加。
5. **作業抽查**：一年級上學期預計自第一次段考後陸續抽查各科作業，請同學養成每天複習和寫作業的習慣，按照任課老師的安排，準時完成各項作業，優良同學給予嘉獎。
6. **每學期舉辦三次段考**：一年級上學期有三次段考，時間請參閱教務處行事曆，請同學認真準備。每次段考每科老師運用評量方式不同，有的科目有筆試，有的需要完成作品或學習單，或技能測驗等，請同學都要認真準備與完成。

7. **主動學習**：希望同學能在真實情境中，有多元的學習與成長。更期盼同學進獅甲後，能主動學習積極參與學校和班級競賽與活動，透過各種多元的課程活動，相信大家一定能學到實用的知識與能力。
8. **注重平時表現**：上課表現與平時作業是非常重要的，請認真上課，主動舉手發言，積極參與學習。

(二) 註冊組

1. 辦理新生編班、學號編定、建立學生基本資料等事項。
2. 辦理學生證註冊註記及遺失補發(須完成愛校服務或課文抄寫兩次)。
3. 學生定期考查(段考)、學期成績、模擬考、補考成績之統計、編製與表揚事宜。
4. 每學期初召開各年級未達畢業標準之預警會議。
5. 辦理學生異動(入學、轉學、休學、復學、中輟)等事項。
6. 辦理學生各項獎學金之申請與轉發事宜。
7. 辦理特殊身分學生之代收代辦費用與課輔費申請免繳補助事宜。
8. 整理與保管學籍資料，辦理學期成績證明單申請與補發畢(修)業證明書等事宜。
9. 辦理學生國中教育會考及適性入學報名等事宜。

◎新生注意事項：新生訓練期間請各班同學完成下列事項

1. 請確實核對『基本資料檢核表』，將有錯誤或異動的部分用紅筆更正。
2. 請於 9/1(五)前繳交下列資料：
 - (1).持有身心障礙手冊學生請繳交『身心障礙手冊正反面影本』。
 - (2).父母親持有身心障礙手冊之學生請繳交『父母親身心障礙手冊正反面影本』。
 - (3).請家中父母臨時或長期失業的同學，繳交勞工局或職業公會的「失業給付」證明文件。
 - (4).繳交大頭照**電子檔**，請於光碟上標註班級、座號、姓名，全班收齊後交給教務處幹事，如果沒有電子檔，也可提供實體照片製作。
3. 請尚未繳交戶口名簿影本的學生盡速補繳，有『原住民』身分者請於戶口名簿影本之記事欄上劃記。
4. 註冊費繳費單預計於 9 月第 2 週發放，請新生至高雄銀行或便利超商繳交費用，並將證明單繳交導師，有關註冊費用繳納事宜請洽總務處出納組。

➤ 高雄區高中職免試入學宣導(以 111 學年度為例)

1. 學生在學期間，需取得多元發展項目積分作為升學使用。多元發展項目分為「均衡學習」、「服務學習」、「體適能」、「競賽表現」、「檢定證照」、「獎勵紀錄」、「幹部任期」七個項目。各項目分數可以自由依照學生能力取得，得分上限為 40 分。
2. 「均衡學習」-健體領域、藝文領域、綜合領域達 60 分以上。

- 3.「體適能」-肌耐力、柔軟度、瞬發力、心肺耐力達中等標準以上。
- 4.「競賽表現」-參與國際性、全國性、縣市區域比賽項目獲獎。
- 5.「檢定證照」-全民英檢、托福、多益、劍橋國際英語、外語能力測驗、雅思國際英語認證，以及閩南語認證、客語認證。
- 6.「獎勵紀錄」-在學期間獲得嘉獎、小功、大功。
- 7.「幹部任期」-在學期間擔任班級幹部。
- 8.多元發展項目詳細取得方式及計分規範，請至獅甲國中首頁「**適性入學專區**」參閱。
- 9.本校 111 學年度保障入學高中職為：高師附中、鳳新高中、瑞祥高中、高雄高商、高雄高工。
- 10.原住民學生持有族語初級以上認證者可加總積分 35%，未持有者可加總積分 10%。

➤ 學生畢業資格宣導

- 1.國中分為八大領域：語文領域(國文、英語)、數學領域(數學)、自然領域(自然、生活科技)、社會領域(歷史、地理、公民)、健體領域(體育、健康)、藝文領域(表演、美術、音樂)、綜合活動領域、科技領域(資訊、生活科技)。
- 2.學生在學期間，每學期各領域均須達到 60 分以上，未達到標準者需補考。
- 3.三年修業期滿，符合下列規定者，才能取得畢業證書。
 - (1) 學習期間扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。
 - (2) 八大學習領域有四大學習領域以上，其學習領域之畢業總平均成績，均達 60 分以上。

(三) 設備組

- 1.辦理教科圖書採購事宜。
- 2.辦理科學教育活動事宜（生活科技競賽、自然科學競賽等）。
- 3.辦理一般教學設備採購事宜。
- 4.管理及維護專科教室。
- 5.教學設備管理維護及借用。
- 6.管理學校圖書館(喜閱軒)並辦理閱讀活動之推廣。

◎新生注意事項：

- 1.下列為本校一年級新生使用教科書名稱及版本列出，提供同學參考，希望您在師長的帶領下能順利銜接國小課程，並擁有另一個愉快的學習旅程：

學科 (領域)	國文	英語	數學	自然	社會	藝術 與人文	健康 與體育	科技	綜合
選用版本	康軒	康軒	南一	康軒	康軒	奇鼎	翰林	翰林	自編

2. 新鮮人，你將會發現我們將擁有各種不同的專科教室，希望你進入學校後，能立刻弄清楚專科教室的位置，避免跑錯教室喔！
3. 國中會有很多校內、校外的科學活動及比賽，請多留意學校網路活動訊息，並主動參與。
4. 國中階段應建立良好閱讀習慣，學校圖書館提供很多好看又有益的書籍，鼓勵踴躍借閱，目前本校推廣的閱讀活動有二：

- (1) 愛閱讀：一、二年級每班設置「班級書箱」，內含約 25 本書籍供學生閱讀，所選書籍以高雄市教育局「愛閱網」網站中所推薦之書籍為主。學生個人定期登入「愛閱網」網站進行閱讀測試。個人每學期上網通過閱讀認證量達 5 本，即予嘉獎一次；達 10 本，嘉獎二次；依此類推。
- (2) 每學期閱讀認證量最多之前五名學生，予以「個人閱讀王」之公開表揚並頒發獎狀及禮卷 100 元。每月閱讀認證量達 30 本之班級，給予班級學習護照 300 點。
- (3) 晨光閱讀(星期三早自修)：閱讀內容以班級書箱、週報短文及人間福報為主，方式為書寫閱讀心得和剪報方式呈現，期末導師或國文老師推薦寫作、剪報優良者 3-5 位，給予敘獎獎勵。

(四)國際教育協辦

1. 規畫與辦理英語聽力課程與英語日活動。
2. 帶領國際交流社團，學習相關國際接待、對話、介紹…等課程。
3. 規劃與辦理雙語學校外師相關業務，以及參訪與接待印尼姐妹校等國際教育學習活動。

◎新生注意事項：

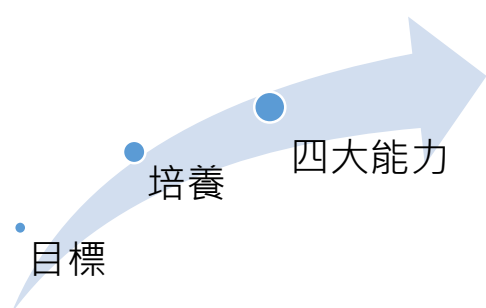
1. 獅甲國中有很多和外國學生和老師交流的機會，希望大家能積極報名參加接待家庭和到外國參訪的活動，一定可以學習到全球公民的能力喔。另外，當外國學生來學校參訪時，我們也要善盡主人待客之道，並且要把握機會，學習其他國家的文化，還要宣揚我們自己台灣高雄的在地特色喔。
2. 「青少年國際領袖社」是學校的特色社團，希望想挑戰提升英語聽與說能力的學生，可以報名參加「青少年國際領袖社」。

(五)學習扶助協辦

1. 規劃學習扶助教學課程
2. 辦理學習扶助成長測驗

◎新生注意事項：

國中階段的學習，如果發現自己在國、英、數等學科學習能力沒有準備好，請用正確的心態面對自己的弱勢能力，補救班的老師會有耐心有方法的引導你學習，只要好好認真學習並跟隨老師的教導，你會看到自己的進步！



二、學務處介紹／自治自律

學務主任 | 崔治安

訓育組長 | 林潔儀

生教組長 | 陳桂美

衛生組長 | 施品如

體育組長 | 洪淑美

健康中心 | 廖久慧

午餐執秘 | 吳欣頻

校安協辦 | 廖文碩

童軍團長 | 吳欣頻

◎學務工作重點

- 1.加強愛鄉愛校教育，培養知禮感恩的好國民。
- 2.加強生活教育，養成良好生活習慣與價值觀念。
- 3.加強倫理教育與禮節，塑造溫馨祥和的校園倫理。
- 4.落實導師責任制，提升班級經營績效。
- 5.建立良好的教室常規及健全的紀律制度。
- 6.加強環保教育，落實清潔美化工作。
- 7.加強維護學生安全，防範意外事件發生。
- 8.推展社團活動發掘人才，提供多元學習的機會。
- 9.推動存好心、做好事及說好話之品格實踐計畫，建立學生良好品格。

(一) 訓育組

- 1.擬定新生入學訓練實施辦法。
- 2.擬定班會討論主題。
- 3.舉辦各項藝文比賽：宣傳各類藝文活動、法律常識、民主人權法治教育宣導、教室布置、學生才藝表演/競賽等。
- 4.辦理各項集會慶典：開學典禮、新生訓練、班級幹部訓練、校慶、畢業典禮等。
- 5.查閱家庭聯絡簿、班會及社團記錄簿，立即處理師生反應事項、暢通師生與學校溝通管道。
- 6.辦理各項團體活動：畢旅、露營、社團成果展、寒暑假育樂營、校外教學等。
- 7.辦理其他有關訓育事項：編製畢業紀念冊、舉辦模範生及孝悌楷模選拔、學生服務學習。
- 8.學習護照點數規則與兌換活動。

(二) 生教組

- 1.學生生活輔導：
 - (1) 擬定有關學生輔導與管教辦法實施要點。
 - (2) 訓練並督導有關學生活常規禮貌等事項。
 - (3) 辦理學生請假事宜，登記並統計學生曠課缺席狀況、綜合表現成績的核算。
 - (4) 辦理學生獎懲事項及改善銷過。
 - (5) 成立學生獎懲委員會。
 - (6) 維護校園安全及危機事件處理，例如性平事件、毒品防制…等。
 - (7) 辦理品德教育、生活教育、交通安全教育、春暉專案、法治教育、秩序競賽、防範犯

罪及校外區域聯巡。

(8) 其他：失物招領、訓導工作日誌填寫、值週導護、交通糾察隊訓練等。

2. 危機事件處理：

- (1) 意外傷害處理
- (2) 交通事故處理
- (3) 管教衝突事件處理〈親師、師生…〉
- (4) 學生暴力事件與偏差行為處理〈鬥毆、暴力侵害〉
- (5) 校園事件通報

(三) 體育組

1. 以運動發展學生生命潛能，以運動紓解學生壓抑的情緒。
2. 體育課程教學正常化、教學場地安排。
3. 各項運動器材及多功能場地及韻律教室的管理及保養。
4. 推動體適能計畫、SH150 計畫、游泳教學活動及水域安全宣導。
5. 辦理校慶、教學相關體育競賽。
6. 運動社團。
7. 辦理對外體育競賽業務。
8. 主管機關交辦之任務。

➤ 十二年國教免試入學超額比序-體適能積分。

1. 計分修改為「單項中等以上每學年加分 3 分(該學年四項均達則 12 分)」
2. 門檻標準:體適能檢測成績參照教育部民國 92 年公佈之體適能常模 25%，依不同性別及年齡。
3. 採計期限：擇優採計國一上學期至國三上學期期間之檢測成績。
4. 成績證明:「體適能檢測站成績證明」以及「學校自行檢測成績證明（將學校核章之體適能成績證明，檢測結果並由學校上傳至教育部體適能資料上傳管理系統備查）」。

(四) 衛生組

1. 分配掃地區域：區域安排力求公平。
2. 資源回收：垃圾分類減量及廢棄物之處理。
3. 宣導與落實衛生教育。
4. 加強校園美化綠化工作。
5. 成立環保尖兵服務隊，協助巡檢登革熱及環境之維護。
6. 辦理：環境教育、飲食教育、登革熱、防疫及其他傳染病防治、健康促進學校、滅鼠滅蟑宣導、能源教育等。

* 衛生組小叮嚀：

一、學校打掃時間：

- (一) 晨間：07：20~07：40
- (二) 午後：15：00~15：20

二、垃圾處理時間：

- (一) 一般垃圾：每日午後 15：00~17：00，於電動後門處之大型垃圾桶內。
- (二) 資源垃圾：每週一、四，中午 12：15~12：40 前於地下室資源回收場。

三、掃地工具更換時間：

- 每週四，中午 12：30~12：50 於學務處找衛生組長。

(五) 營養午餐

1. 每週會有 1~2 次供應鮮奶，豆漿，果汁，優格等，請各班務必派人於「第二節下課」時至學務處旁領取。水果請於第二節或第三節下課至學務處旁領取。另外響應節能減碳每月供應

3~4 次蔬食餐。

2.用餐完後請於 12:15~12:30 間將餐桶(餐具請記得拿起來)及水果飲料籃送至學務處旁指定位置。班級的湯杓、夾子、飯瓢等用具收齊清洗乾淨，如有遺失請隨時補齊。個人餐具請不要在學校清洗。

3.每學期會進行 2 次營養午餐有獎徵答的抽獎活動，請踴躍參加。

4.用餐前務必用肥皂清洗雙手，養成衛生習慣。

5.防疫期間，請於自己的座位上用餐，勿與人交談、共食，並使用隔板與他人保持社交距離。

(六) 童軍團

1.訓練童軍擔任學校重大活動慶典服務人員。

2.利用定期團集會時間訓練童軍具備各項童軍技能，如：露營、炊事。

3.參與高雄市聯團露營、中高級考驗營等活動。

4.參與社區服務活動。

(七) 健康中心校護

1.辦理新生健康檢查及矯治追蹤。

2.特殊疾病學生個案管理並提供健康指導。

3.傷病處理及衛生保健健康諮詢。

4.辦理學生平安保險各項工作。

5.其他有關健康事項。

筆記欄

三、輔導室介紹／尊重關懷

輔導主任 | 莊士賢

輔導組長 | 黃宛婕

資料組長 | 林盛宇

特教組長 | 藍 萱

輔導老師 | 董沂涵

輔導老師 | 吳淑慧

◎輔導室替同學做哪些事？

- 1.辦理家庭、性平、生命教育活動：透過活動促進同學人際互動，培養良好人際關係，引導同學增進家庭、生命、性平教育之合宜素養。
- 2.辦理職涯試探活動、技藝學程：提供學生實際體驗機會，了解職群學習內容與是否符合興趣，並提供升學就業資料，引導同學未來的生涯發展。
- 3.生涯與升學活動：透過測驗及選填志願相關課程，讓同學瞭解自己的興趣與性向，有助於未來升學進路的選擇。
- 4.個別談話及團體輔導：引導同學解決心理、行為或人際困擾。
- 5.特殊教育學生學習、輔導、鑑定、安置與轉銜。

(一) 輔導組

輔導組的工作與各位同學密切相關哦！所以你一定要認識它。它可以幫助你：

1. 懂得與人際相處，能夠保護自己與尊重對方。
2. 了解生命的意義，更能珍惜自己與關愛他人。
3. 學會情緒的管理，改善人際關係與他人和諧。
4. 懂得與家人相處，營造良好氣氛與親密家庭。
5. 了解自己的性向，規劃生涯規劃與前程計畫。
6. 排除心中的憂慮，保持身心健康與愉悅心情。
7. 掌握錯過遷善機會，展開嶄新人生並邁向未來。
8. 針對國三辦理適性輔導相關課程，增進對自己未來生涯進路之了解。

總之，輔導組會透過各種趣味、有意義的活動（如有關性別、生涯、生命、家庭教育等相關內容），來幫助同學快樂地度過這三年的國中生涯，並找到自己未來的方向。

(二) 資料組

1. 管理同學們的“機密檔案”一個人資料，為你三年學習表現留下完整紀錄。
2. 未來三年將陸續進行學習適應測驗、職涯興趣測驗與多元性向測驗等，協助你更瞭解自己的學習困境、人格特質與發展潛力！
3. 舉辦社區高中職及產業參訪活動，從群科實作開始，進行職業探索以瞭解工作世界。
4. 提供各項升學進路資料、讓你在決定未來的升學方向時，擁有更多的資訊可參考。

5. 資料組提醒小獅子們，需要注意的「大」事：

填寫學生資料A卡與學生生涯輔導紀錄手冊：

A卡：本表須詳細填寫，填寫完畢後請家長協助檢查，確認無誤後簽名，在返校日（8/29）或開學日（8/30）交給導師喔！

生涯發展紀錄手冊：每學期初及期末將發下請同學詳細填寫，填畢後交回輔導室資料組保管。這份資料關係到各位同學將來在高中職及五專升學申請的作業，千萬要填寫仔細並好好保管。

（三）特教組

1. 提供特殊教育諮詢服務。

辦理特殊教育學生之教學、輔導、升學等業務，設立資源班、集中式特教班兩個班別。

（1）不分類資源班

- A. 規劃資源班課程
- B. 提報疑似身心障礙學生
- C. 協助辦理鑑定業務
- D. 舉辦戶外參訪教育
- E. 輔導身障學生社會適應、人際互動、學習策略、情緒管理等面向
- F. 辦理升學參訪與轉銜會議
- G. 召開特殊教育教學研究會
- H. 舉行 IEP(個別化教育)會議
- I. 舉行資源班家長座談會
- J. 辦理資源班學生跨階段轉銜會議

（2）集中式特教班

- A. 規劃特教班課程及特色活動
- B. 舉辦戶外教學及校外參觀
- C. 辦理融合教育
- D. 依學生能力、志向輔導其報考適合學校
- E. 辦理特教班學生跨階段轉銜會議
- F. 召開教學研究會
- G. 舉行 IEP 會議
- H. 舉行家長座談會
- I. 協助辦理鑑定業務

煩惱時，想找個人分憂？

開心時，想找個人分享？

生氣時，想找個人傾訴？

迷惘時，想找到一個答案？

失望時，想抓住一線希望？

這裡的關懷永不打烊

這裡的愛心永不熄滅

這裡是——輔導室

希望獅甲的同學們能用友善的心，去對待身邊的每位同學，
營造友善的班級氣氛和助人的熱誠，一定能成為自助助人的好學生。

四、總務處介紹／綠意整潔

總務主任 林苑愉 主任

事務組長 賴明利 先生

學校設備與物品之採購、工程營建、校園設施修繕與安全維護。

出納組長 鄭雅蘭 小姐

繳費單印製、各項補收退費〔轉入、轉出學生之學費、學期註冊費、營養午餐費、戶外教學費用及輔導課費用等等〕、教職員薪資與行政零用金發放。

文書幹事 陳子婕 小姐

公文及公務信件之收發、典管印信與校史保存、協助事務組相關業務。

財產管理助理員 劉圖遠 先生

學校財產之管理與定期盤點。

職工人員：莊天水 先生

協助校園設施之初步修繕、環境美綠化維護與其他臨時交辦事項。

●總務處與同學常態相關事務：

- 一、設施損壞報請維修。
- 二、領取班級教學用粉筆板擦。
- 三、辦理班級冷氣電費儲值卡儲值。
- 四、各班級影印帳號管理。
- 五、補繳各項費用。

●重要事項宣導：

用電安全

各樓層及教室之電源箱，除非特殊緊急狀況，切忌任意開啟。

火災防災

- 一、火災發生時，應保持冷靜鎮定，立即通知周圍人員，並且撥打 119 報案。報案時，應告知火災正確地址、人員所在樓層位置，以及有無人員受困。
- 二、進入公共場所應先留意避難路線，確保兩方向避難出口位置。
- 三、緊急出入口、緊急避難梯間等處所，請勿堆放雜物，妨礙人員逃生。
- 四、逃生過程到火場濃煙時，請勿強行穿越。逃生受阻請退回相對安全區，關門並用衣物塞緊門縫等待救援。
- 五、避難時不要牽掛本身衣著與家中財物，及早爭取避難時間，最後離開的人，應關閉大門，以免火勢延燒。
- 六、使用瓦斯爐具不慎引起火災時，應立即關閉瓦斯，並用鍋蓋或溼布覆蓋滅火。
- 七、一般火災可用水滅災；如為油類及化學物品引起，不可用水，應用乾粉、二氧化碳等滅火器滅火。
- 八、使用滅火器時，應站在上風處，先拔插梢，噴嘴直接朝向火源底部噴灑藥劑，但是萬一火勢擴大無法撲滅時，應立即進行避難。
- 十、電線插座不可插上太多插頭，插座要經常清除灰塵。

地震來臨

保命3步驟

趴下



掩護



穩住



廣告

九種地震情境

房間



沒有桌子



商場



電影院



教室



人行道



辦公室



郊外



車上

好的開始－認識國中生活

國中生活是一個全新開始。一方面你的身心成長將非常快速，另一方面三年後你將面臨人生的升學考試-教育會考。爲了幫助你做好面對未來的心理準備以迎接充滿活力、挑戰與多采多姿的國中生活，學校將提供你一些必要的資訊。

學習方面

- 一、國中的學科八大領域，包括：語文領域、數學領域、自然領域、社會領域、健康與體育領域、藝術與人文領域、綜合活動領域及科技領域。
- 二、學科項目多，作業也多，作業方式趨向多元化，一定要親自參與，才能有踏實的收穫。
- 三、學科內容繁多，如何在有限時間內完成學習，有效的「學習方法」是非常重要的。如：語文科目的聽、說、讀、寫；數理的邏輯培養；社會科目對於前因後果的了解…等都必須確實去做；爲此，學校也將安排特色課程，教導如何強化你的讀書策略與作筆記的方式。

學校生活方面

- 一、依學校規定時間到校。非有特殊原因，不得遲到。
- 二、上課時間爲每節四十五分鐘，每天七節課，學校會再安排第八節的課後輔導或補救教學。
- 三、國中非常重視校規與紀律的維持，同學一定要確實遵守，做個活潑且守紀律的學生。(獎懲制度在幫助同學發揮榮譽感，並且尊重與養成自律的行爲)
- 四、同學期望在服裝、配飾及儀容上表現自己，但請避免奇裝異服，並遵守學校服裝儀容規定。
- 五、上課期間切勿私自使用手機，相關規定請同學參閱學生手冊之手機使用辦法。

家庭生活方面

- 一、在國中階段，你將開始尋求獨立自主的生活，期能建立自己的人生價值。你可能會「重友而輕父母、師長」，但提醒你：「父母、師長是真正關心你的人。」除此，同學也應該學會照顧自己，包括早晨的起床、房間的整理，甚至清洗自己的衣物…等，養成良好的衛生習慣。

生理健康方面

- 一、國中階段正值青春期的，身體各器官、身高、體重方面都明顯改變，有時你會誤以爲是生病了，如有這方面的疑惑，請不要羞於發問，學校師長、父母都是最好的「解惑者」。
- 二、爲了有個健康的身體及碩壯、健美的身材，良好的衛生習慣及適度的運動是最重要的事。
- 三、充分的睡眠與均衡的營養是發育的重要元素，不要沉迷於電玩遊戲中。

人際關係方面

- 一、進入國中階段，你可能會對異性產生興趣與好奇。此時應多參加班級男、女同學的團體活動，並從活動中學習彼此尊重及異性相處之道。
 - 二、同學要學習適度的情緒表達與管理，絕不可因一時重義氣、感情用事而做出錯誤的行爲。
 - 三、在此階段，同學常會因網路平台出現「不實傳言」而有錯誤反應，提醒你：凡事需了解真象，最好的方法是請師長出面澄清；除此，更不要當散撥謠言的人。
 - 四、
- 以上各項，請同學們務必詳細了解並充分掌握，有了好的開始，國中生活你將應付自如。

高雄市立獅甲國民中學 112 學年度作息時間分配表

作 息 時 間	作 息 分 配	備 註
07：10~07：40	上 學 時 段	一、『上學時段』，學生必須於七時四十分前進入教室。遲到者，若無特殊理由，除記缺點 乙次外，並請導師務必告知家長。 二、資源垃圾回收時間為『午餐時段』，每星期一、四 12:15~12:25。 三、班級『一般垃圾傾倒』時段為每日 15:00~17:00。 （切記！教室內一般垃圾勿放隔日）
07：20~07：40	晨間校園環境整潔 (教室內外與公共區域)	
07：40~08：15	早 讀 時 段 (含導師時間、導師會報、升旗等)	
08：20~09：05	第 一 節	
09：15~10：00	第 二 節	
10：15~11：00	第 三 節	
11：10~11：55	第 四 節	
11：55~12：30	午 餐 時 段 (資源垃圾回收、掃具更換)	
12：30~13：15	午 休 時 段	
13：20~14：05	第 五 節	
14：15~15：00	第 六 節	
15：00~15：20	午後校園環境整潔 (教室內外與公共區域、倒一般垃圾)	
15：20~16：05	第 七 節 (下課時間，倒一般垃圾)	
16：15~17：00 週一社團至 17:15	第 八 節 (下課時間，倒一般垃圾)	
17：00~	放 學 時 段	



高雄市海岸、港區、海堤 危險水域一覽表

1
旗津海岸
公園海岸
旗津海水浴場
外海域

2
旗津單車
踩風大道海岸

3
西子灣
海水浴場外海域
國立中山大學校區附近海岸

4
鼓山區
柴山海岸

5
小港區南星計畫區
及港區海岸

6
林園區
中門海堤海岸

7
林園區港埔、
港嘴海堤海岸

8
林園西溪、
中芸海堤海岸

9
林園區中芸漁港
內海灘海岸

10
林園區東西汕
海堤海岸

11
林園區汕尾
漁港區海岸

12
林園區高屏溪
出海口海岸

13
茄萇區海岸復育
防風生態公園
茄萇海堤海岸

14
茄萇濱海
公園海岸
崎漏海堤海岸

15
茄萇興達港
區海岸

16
永安區新港海堤
(北段)海岸

17
永安區永新港
區海岸

18
彌陀區
彌陀海堤、漂底
海堤海岸

19
彌陀區南寮
海堤海岸

20
梓官區
赤崁、蚵子寮
海堤海岸

21
梓官區
蚵子寮漁港

22
梓官區通港路
信蚵里海灘

23
楠梓區後勁溪
出海口海灘

24
高雄港區

25
左營軍港

請勿至危險水域戲水

高雄市政府教育局 關心您

校園安全緊急聯絡電話

0800-775-885

危險水域及溪流查詢網址

<http://www.kh.edu.tw/forms/getDirectory/1220>

救溺五步

叫叫伸拋划 救溺先自保

叫 大聲呼救



叫 呼叫 119、118
110、112



伸 利用延伸物
(竹竿、樹枝等)



拋 拋送漂浮物
(球、繩、瓶等)



划 利用大型浮具划
過去(船、浮木、
救生圈、救生浮
標、保麗龍等)





校園水域安全宣導

各位親愛的家長：

隨著天氣日漸炎熱，從事水域活動的機會增多，但也很遺憾常發生溺水死亡事件，發生主要在於「非上課時間及週末、假日下午時段」、「自行結伴出遊」及「溪流戲水」頻率最高，暑假期間請家長和學校共同關心學生水域安全：

- ☒ 選擇合法地點
- ☒ 應有家長陪同
- ☒ 留意天氣變化
- ☒ 避免危險行為
- ☒ 學會水中自救
- ☒ 不穿吸衣褲



救溺五步

叫叫伸拋划 救溺先自保

叫

大聲呼救



叫

119、118
呼叫
110、112



伸

利用延伸物
(竹竿、樹枝等)



拋

拋送漂浮物
(球、繩、瓶等)



划

利用大型浮具划
過去(船、浮木、
救生圈、救生浮
標、保麗龍等)



緊急聯絡電話：

1. 救災防護報案專線：119
2. 海巡服務專線：118
3. 報案專線：110
4. 行動電話急難救助專線：112

相關資訊網站：

1. 教育部「學生水域運動安全網」
網址：<http://www.sports.url.tw/>
2. 內政部消防署防災知識網→登山防溺篇
網址：http://www.nfa.gov.tw/nfa_k/
3. 行政院災害防救委員會防災數位學習網→水上活動注意事項
網址：<http://124.199.65.72/elearning/>



教育部 關心您



攜手遠離傳染病 守護校園健康

每日使用漂白水消毒環境



穿戴**手套**、**口罩**等個人防護裝備



依比例稀釋漂白水

1000ppm漂白水=200c.c漂白水+10公升清水

可防範COVID-19、流感、腸病毒、
病毒性腸胃炎等傳染病



擦拭消毒常接觸的物品/環境表面

如：課桌椅、玩具、教具、門把、
樓梯扶手、電燈開關、廁所…等



- 1 每日至少消毒一次，並視疫情提高消毒頻率
- 2 每次消毒後請確實紀錄，並設有專人檢核機制



高雄市政府衛生局

廣告