



班 號 姓名：

目 錄	頁 次
1. 新生始業輔導課程表	01
2. 校長的話——給新生及家長的一封信	02-----03
3. 好的開始——認識國中生活	04-----05
4. 教務處——學習之鑰、國民小學及國民中學成績評量準則修正條文、臺北市國民中學學生成績評量補充規定	06-----16
5. 學務處——品德教育宣導、學生儀容暨服裝穿著要點、如何請假、當你受到外力侵犯時、學生獎懲實施要點、青少年犯罪的法律責任、校園性侵害性騷擾或性霸凌防治規定、學生防溺守則及宣導、環境清潔維護工作要點、資源回收分類一覽表、衛生宣導資料、校園空氣品質旗幟顏色及其對應防護措施說明	17-----45
6. 總務處——愛護學校、珍惜及善用學校資源、班級教室冷氣使用與維護管理實施要點	46-----47
7. 輔導室——心靈的秘密花園、情緒辨別小撇步、你想成為科學達人嗎？學術性向資賦優異學生參與特殊教育方案	48-----52

臺北市立龍山國民中學 109 學年度新生始業輔導課程表

日期	時 間	課 程	主持人	活 動 內 容	地 點	備 註
8 月 24 日 星 期 一	07:50-09:15	我們這一家	各班導師	1. 相見歡、點名 2. 班務處理(資料調查表填寫、初選幹部、排座位、排集合隊伍、逃生路線說明、收桶餐訂購調查表)	各班教室	各班導師 生教組協助
	09:15-09:25	休息片刻 (09:25 於活動中心集合完畢, 請 輔導班長協助新生 依逃生疏散路線移動)				
	09:25-09:45	精神抖擻	學務處	整隊訓練、言行禮儀訓練、 服裝儀容要求	活動中心	生教組
	09:45-10:10	始業典禮	校長	1. 介紹師長及行政人員 2. 校長期許與勉勵		各處室主任 組長
	10:10-10:20	休息片刻				
	10:20-10:40	伴我成長	輔導室	性平教育宣導	活動中心	劉擇憲主任
	10:40-11:00	學習之鑰	教務處	十二年國教宣導		黃惠琳主任
	11:00-11:25	校園巡禮	學務處	認識校園各角落	校園	各處室派1員 協助
8 月 25 日 星 期 二	11:35-12:05	師生一家親 發放服裝	各班導師	1. 愛的叮嚀 2. 發放制服、運動服 分 1-4 班、5-8 班兩組輪流領服裝、領完服裝並處理完班務後由導師放學 3. 領掃具	各班教室	各班導師 生教組協助
	07:50-09:00	我們這一家	導師	1. 領掃具 2. 打掃工作分配 3. 各班教室大掃除 4. 班務處理 (常規說明、垃圾分類說明、收桶餐訂購調查表) 5. 繡學號：各班統一打包好即可送件至 1F 家庭教育中心	各班教室	衛生組協助
	09:00-09:10	防災演練	總務處	聽警報聲進行疏散 (逃生動作及路線演練)	校園	生教組協助
	09:10-09:20	休息片刻				
	09:20-09:30	吾愛吾校	總務處	愛惜公物、愛護學校、珍惜資源	活動中心	詹佑民主任
	09:30-10:00	生活領航	學務處	反霸凌宣導、防溺宣導、 品德教育宣導、公共服務宣導		生教組 體育組 訓育組
	10:00-10:20	龍山之歌	學務處	校歌教唱		樂隊
	10:20-10:25	休息片刻				
	10:25-10:45	生活領航	學務處	校規獎懲說明、請假規定、手機規範	活動中心	生教組
	10:45-11:10	護衛地球	學務處	垃圾分類、廁所清潔		衛生組
	11:10-11:20	休息片刻				
	11:20-11:40	結訓典禮	校長	學習迴響、訓勉	活動中心	各處室主任 組長
	11:40-12:05	師生一家親	各班導師	發學習單、愛的叮嚀、放學	各班教室	

☆ 八年級輔導班長於 109.8.24 日上午 7：30 於學務處向訓育組長報到。

☆ 學生請於 7：50 到校後，由各班輔導班長在教室內引導學生就座。

☆ 生活教育考評請各處室人員協助。

給新生及家長的一封信

歡迎大家加入龍山國中的大家庭，這絕對是個正確的選擇！十二年國教已全面啟動，本校以學生學習為主軸，因應學生的個別差異，秉持教育信念，強化學習目標，積極推動教師學習社群、教學輔導教師、國際教育、特色課程，多元靈活運用各種教學策略，正常化教學，以確保教育品質，龍山國中的各領域教學場域已播種開花結果。

「教育無他，唯愛與榜樣而已！」龍山國中一直朝著「尊重每一位孩子的多元與差異，不放棄任何一位學生」的方向邁進。目前本校7大領域8大學科早就朝多元、開拓的方向持續穩健精進，所有學生都可體驗、參與、學習，並且從中有所領悟。我們亦堅持品德教育、服務學習與體驗學習，讓孩子學習做自己的主人，並且學習回饋社會。未來，我們將結合多數領域課程落實國際教育，讓學生可以從中學習自我認同、國際素養、全球競合力及全球責任感。這一切的安排，是出自於教育者的良心及專業，是因應國際趨勢、是結合生活環境、是培養孩子的自信及開發自我。孩子們是父母心中的無價之寶，我們亦會以為人父母的心情，把龍山的孩子當作自己孩子般疼惜與引導。

「遇到好老師生命會轉彎；就讀好學校人生風景不一樣。」這句話在龍山的學校願景：「積極、進取、樂觀、奮鬥」引領下最能驗證。學習要有成效，態度與習慣的培養很重要。態度與習慣深深影響一個人的個性，個性會左右一個人如何待人處世，而生命的運勢就看你如何待人處世，所以才有個性就是命運一說。態度與習慣靠培養，優秀

是可以靠學習而達成的。我們知道個性自信堅毅並且事事用心的人，必然擁有更多機會開創亮麗的人生。

最後，我謹代表龍山國中再次表達歡迎之意，歡迎各位同學加入龍山大家庭。

臺北市立龍山國民中學校長 洪國峰敬上

好的開始——認識國中生活

國中生活是一個全新的開始。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另一個開始。為了幫助你做好面對未來的心理準備，以便迎接充滿活力、挑戰與多采多姿的國中生活，這裡將提供你一些必要的資訊。

學習生活方面

七年級學生正式實施 12 年國教。推動 12 年國民基本教育，是在九年國民教育的基礎上，採取五大理念。

（一）有教無類：高級中等教育階段是以全體 15 歲以上的國民為對象，不分種族、性別、階級、社經條件、地區等，教育機會一律均等。

（二）因材施教：面對不同智能、性向及興趣的學生，設置不同性質與類型的學校，透過不同的課程與分組教學方式施教。

（三）適性揚才：透過適性輔導，引導學生瞭解自我的性向與興趣，以及社會職場和就業結構的基本型態。

（四）多元進路：發展學生的多元智能、性向及興趣，進而找到適合自己的進路，以便繼續升學或順利就業。

（五）優質銜接：高級中等教育一方面要與國民中學教育銜接，使其正常教學及五育均衡發展；另一方面也藉由高中職學校的均優質化，均衡城鄉教育資源，使全國都有優質的教育環境，使學生有能力繼續升學或進入職場就業，並能終身學習。

【備註】目前規劃的免試入學，仍須全面參加會考。同分比序包括志願序、多元學習及國中教育會考。

多元學習包括均衡學習（健體、綜合、藝文 3 大領域）及服務學習，請務必謹記師長提醒。

學校生活方面

國中生每天早上依學校規定時間(07:30)到校。非有特殊原因，不得遲到。

（一）上課時間為每節四十五分鐘，每天七節課，通常各校都還會安排第八節的課後輔導或補救教學。

（二）國中非常重視校規與紀律的維持，同學一定要遵守。

家庭生活方面

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觀。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。」

（一）假日時，你可能因期望與同學、朋友同遊而拒絕家庭活動，但儘量多留時間給家人，好嗎？

（二）此一階段，同學也應該學會照顧自己，包括早晨起床、房間的整理，甚至清洗自己的衣物...等。

生理健康方面

（一）國中階段正值青春期的開始，身體各器官、身高、體重方面都會有明顯改變，有時你會誤以為是生病了，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) 為了有個健康的身體及碩壯、健美的身材，養成良好的衛生習慣及適度的運動是最重要的事。
- (三) 適度的運動、充分的睡眠與均衡的營養是發育的重要元素。

人際關係方面

- (一) 進入國中階段，你將成為青少年，你會開始對異性產生興趣。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) 同學有時期望在服裝、配飾及儀容上表現自己，但請避免奇裝異服，並遵守學校學生儀容暨服裝穿著要點。
- (三) 同學將學習青少年用語，重義氣、感情用事，但絕不可因一時衝動，為爭面子而做出錯誤行為。
- (四) 在此階段，同學常會因「不實傳言」而有錯誤反應。提醒你：凡事需了解真相，最好的方法是請師長出面澄清。

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。

學習之鑰

——期能透過學長、姐的指導，為您找到一把把鑰匙，打開一扇扇學習的大門！

【國文科】

讀國文的最大要領是勤做筆記，且要大量閱讀課外的資料。國文沒有範圍，能考的東西太多，所以要抱著謙虛的心情學習，不要因為懶惰就不抄筆記，一錯再錯的題目可以找一本筆記本寫下來，考試前再看一遍。

寫作的部分需要多練習，記得不要寫流水帳，宜扣緊主題、寫自己的感動。其他修辭、優美的名言佳句則是次要的，作文最重要的是要能感動自己、感動別人，有些題目反而不適合太花俏的句子，以能夠流暢地表達為原則，並前後呼應為原則。

《校友祁若晏》

- 1、首先，最重要的還是閱讀，因為國文的範圍是無遠弗屆的，讀一本好書勝過十本參考書。只是不能因為要讀課外書而荒廢本業，先把基礎打好再去讀書。若你不喜歡讀課外書，就跟著學校閱讀百分百的進度讀，因為學校的書也很不錯。
- 2、在讀書前先把文章念過一次，這樣下次看它就不會太陌生，也比較容易進入狀況。
- 3、背書時，尤其是文言文，不能死背，否則未來你只懂得那個詞的意思，不懂它個別的意義，更不知它用在此處的意義和解釋。
- 4、老師上課時務必專心、時時注意，補充的東西必讀。
- 5、另外，晨間讀經的時候要認真，對未來寫作和考試皆有助益。

《校友陳品儒》

國文段考只要熟讀課本就有基本分，但會考不然，國文真的是沒準確範圍的，除了一些文學常識，考的其實是自身的語感及國文底子，因此，平時要多閱讀，讓邏輯清楚，判斷正確，流暢讀題，甚至可以延伸思考，讓大腦不死板地答題。

除了多作閱讀，做題目也很重要，不要固執，拘泥於自己的看法，要懂得以作者立場去思索，切勿自作多情，而做題目也可以增加文學常識，不常見的國字、語詞、典故都可以加以複習。最後，國文大不同於國語，也不是一時可累積的，需要平時廣泛的閱讀以利瞭解文意。

《校友蔡欣宸》

【英語科】

英文分成四個重點：「聽、說、讀、寫」文法是另一項重點，所有的句型一定要牢記，但人的記憶力沒有這麼好，課堂上將重點抄在課本上，再加上詳細的注解，才會有印象；複習時，可以一邊唸句子一邊記，多唸幾次後就會通順。如果遇到填空題型，突然忘記文法，試著默唸看看，如果覺得不通順，答案就可能不是這個。祝你們在新的學期找到適合自己的讀書方式，也別忘記適時的紓解壓力。

《校友黃荷》

文法從平時就要記熟，單字 1200 熟背。當然還是背愈多愈好！大部分英文不好的同學都是七、八年級時文法基礎沒打好，所以從七年級起學習就要紮實。平時可多聽英文雜誌或歌曲增加單字、片語量，也可以練聽力。總歸一句，該背的一定要背，千萬別偷懶。

《校友邱宜婕》

要英文變好平常要多讀、多看、多聽及多唸，上課時專心聽課，一邊作筆記，重要的句型就要用螢光筆畫記起來；上課要多發問，大聲朗讀英文，老師問問題要熱烈回應，最重要的是所有的作業自己完成。

每日一句可以讓英文加深加廣，也可以多看英語雜誌，或是在空閒時多背一些單字，考試前就不用臨時抱佛腳，背得那麼辛苦；另外也要對句子的書寫、拼字、文法、結構進行加強。

《校友李唯誌》

【數學科】

數學，不是靠著記憶了解，它是活的；題目千變萬化，沒有人能靠著死背就能學好數學。數學不是一種理論，所以必須時常作題目，才能熟悉它。除了老師出的習題，也可以買一冊題本，仔細計算上面的問題，向同學切磋一番，這樣一來，保證在數學上能有很大的進步喔！

另外，上課專心聽講也很重要，回家就不容易忘記老師教的解題方法。簡單而言，就是要做到「課前預習、上課用心、課後複習」這三個要素。

希望同學能好好努力，日後更上一層樓。

《校友李柏毅》

在學習數學時，我覺得最重要的是課前預習、上課專心、課後複習，不認真上課會使你跟不上進度，反而要花更多時間重讀、甚至補習，這不僅浪費時間，也浪費金錢。

學習數學時，動手運算也是很重要的，光用閱讀的並不能真正的理解數學，很難進步。如果有不懂、不熟的，我的方法是先寫簡單題目提升信心，再慢慢做難一點的，直到精熟。

《校友王柏文》

【自然科——生物】

在生物這方面，我覺得除了要花時間背的題目，大部分都可以經由清楚的觀念推得，所以重點是上課專心聽講，熟讀課本圖、文。認真寫題目後，務必將錯誤的地方釐清、澈底瞭解。通常各班會訂一本自然科講義，如果能用心閱讀、練習，生物應該不成問題。

《校友王柏文》

很多人一聽到「生物」二字，就感到害怕，但是等到你找到讀書方法時，就能迎刃而解。讀生物時，千萬不能死背，必須要靠理解，才容易記起來，死背只是在浪費時間，而且忘得也快。正確讀書方法需配合筆記，老師上課講的重點，一定要記下來，並且多注意粗體字的地方。當課文不太懂時，可配合圖一起看，這樣不僅能理解，更能加深記憶。其實讀書在於真正了解所學的東西，記起來後成為自己的知識，這才是正確的讀書方法。只要找到適合自己的方法，就能更加進步。

《校友黃以愛》

【社會科】

社會科分成三科「歷、地、公」，這三科基本的學習方式一定是「背」，但在細節上仍有差異。歷史——對於時間軸的掌握一定要清楚，將歷史事件當「故事」般連貫記下，清楚掌握年份及先後順序。地理——地圖、地形圖、等高線地形圖……等圖類「一定」要會看，地形、氣候、國家一定要背，相似的氣候、地形，會形成相似的物種及文化，運用邏輯推測，不一定全部都死背。公民——弄清楚每個名詞的意思，課本的小幫手、圖片都有重點，千萬不要輕視他們，最後，社會科一定要做筆記、畫重點、寫題目！

《校友孫楚祐》

上課一定要認真聽，歷史科老師發的講義一定要寫；地理科的圖一定要背熟；公民科盡量把生活中的經驗帶入課本內容，加深自己的印象。基本的：1.課本一定要看熟 2.作業簿不管是拿來考試或是作業都必須「認真、確實」寫完。進階的：如果有社會評量的人，習題一定要寫完，不要浪費了。也可以把筆記寫在旁邊加深印象喔！試題方面：我個人是只有買歷屆試題，只要認真做，一本其實就很有用了！如果是試題狂人的話，社會科題本也可以考慮購買。複習講義會是接下來兩學期的好夥伴。

《校友徐宸翔》

【社會科——歷史】

翻開歷史課本，將課本裡提到的事件，按照年份排列寫在白紙上，包括事件的時代背景、發生的原因、過程、影響、發起人或關係人等等，再依自己的方式整理出一份年代表，並且背越熟越好！

畫重點時，特別把關鍵字圈出來，也就是「人、事、時、地、物」，最好是看到了「人」就想到其

他四項；考試時，可以在題目上圈出關鍵字，就能輕鬆解題。

歷史其實很好玩，只要用心背下來，並耐心答題，就能在學習中獲得成就感！

《校友劉宜衡》

【社會科——地理】

- 1.專心聽講是最好的方法。注意老師在黑板上寫的和講授重點，一定要做筆記。
- 2.學地理最基本的是：東西南北一定要分清楚，不然地圖不會看、方位分不清、無法確實學習。複習時，課文講義要配合地圖來看。
- 3.習題作業，不會的要靠自己在課本找答案，絕對不能抄，抄了只知道答案並不了解題目，不會的題目可以跟同學討論，或者請教同學。
- 4.把重點中關鍵字圈出來，方便複習。
- 5.課本的圖片要看，圖片說明讀仔細，有些題目會從圖片出來。

《校友盧品君》

【社會科——公民】

剛進入七年級，覺得公民太簡單不需要讀，但在第一次段考拿到低分後，我對公民改觀了。公民這科其實並不難，背的內容少，**重在理解**，唯有理解才能真正運用在題目上。

平時的小考考卷不能隨便丟棄，要完整保留下來，在段考前可以複習(因為重點都在裡面)，老師上課時會舉很多例子，這些例子可以讓你真正了解，也能讀得踏實。所以讀公民並不是難事！

《校友嚴沛淳》

七年級時，公民科其實是最好準備，但也是最容易粗心大意的科目。課文不僅要讀熟，附圖或小幫手等資料也會常常出現在考題裡，所以要特別注意！這科需背記的地方不多，只要**理解探討主題的涵義，澈底瞭解重要名詞的解釋**，公民就難不倒你了！**做習題也是拿到高分的關鍵之一**，一來讓你更清楚課本在教什麼，二來可以了解自己還有哪裡不懂。作答時，要仔細看懂題目在問什麼，千萬不要因著急而漏看了關鍵字，像是「不包括」、哪項「錯誤」等等，差幾分就差非常多喔！

《校友顏立品》

【學習態度與方法】

讀書除了持之以恆外，還必須**融會貫通**，不是死記而已。如果遇到不懂的題目就得請教老師，求知欲會讓自己更上一層樓。各科複習時要**保持愉快的心情**，才能使自己專注。複習盡量看越多次越好，有助於記憶。當然，多做題目是必要的。

《校友高郡悅》

讀書方法千百種，但要找到適合自己的方式。最簡單的，就是**基本的三步驟：課前預習、虛心學習、課後複習**。課前預習，先瀏覽一下以後的課程，並記錄不會的部分。虛心學習，指上課時認真做筆記，不僅要把老師寫在黑板上的重點抄下來，而且要抄得仔細和清楚，此外不會的問題要利用下課時間請教老師。課後複習則是把今天老師所教的內容全部再看過，加深自己的印象。

讀書要靠方法，而且持續做下去，才會有它的效果，雖然辛苦，但也要撐過去，胡適說過：「**要怎麼收穫，先那麼栽**。」想要得到好成績，就必須先付出努力，持之以恆，辛苦就不會白費。

《校友簡榮亮》

一、讀書三要領：課前預習，上課認真，課後複習。

二、有效的讀書方法——SQ3R

- 1.瀏覽 Survey：找出主題和了解大致內容。
- 2.發問 Question：提出自己不懂的內容當作問題，並自問自答。
- 3.閱讀 Reading：徹底理解書中文字及圖片的詳細內容。
- 4.背誦 Recite：背記時大聲的唸出來。
- 5.溫習 Review：藉由標題，把各段文字的重點，重複記誦一遍。

三、增強記憶的好方法：早餐吃得恰恰好，每餐不要吃太飽。睡眠充足不可少，多動頭腦會更好。記憶方法很重要，圖文並茂忘不掉。想要記多又記牢，遵照方法錯不了。

一天當中，最佳的記憶時間是早上九點到十一點，下午三點到四點，晚上七點到十點喔！

《校友林逸婷》

預習和複習是升上國中後每天都一定要做的作業，預習可以讓自己在上課時更加清楚，複習則可以使自己加深印象，雖然這兩件事偷懶不做，剛開始也不會有明顯差異，但久了你的學習態度就會影響成績。

上課專心是最重要的，老師講課隨時要跟著作筆記。如果有問題一定要提出來，課堂上不敢發言的話，下課一定要問到懂。可以準備2種以上顏色的螢光筆，交替使用可以分出重點；也可以準備標籤紙和便利貼，如果回家讀書有不懂的可以貼上標籤紙，隔天到學校問老師；而若是上課作筆記沒空間，就可以抄在便利貼上。

七年級課業不算太重，有些人不算很用心也能拿高分，但是如果不打好底子，升上八年級後成績就會下滑，也沒時間再去弄懂七年級的部分，所以大家都要從現在開始好好努力。

《校友林苑君》

一、學習態度：

1、「專心、認真、負責任」

2、學習的心（每次的學習，都要盡力做到最好！）；感恩的心（像一塊海綿，吸收老師的知識，並融會貫通！）；自己用心（自己負責，相信自己會做到！）

二、學習方法：

1、「上課認真最重要，課後複習有必要，課前預習會更好，三者兼備成績一定好。」

2、習題作業不會的靠自己找答案，絕對不能抄，才能澈底了解。課後複習多做測驗題；尤其做錯時，要以「正面、積極」的態度面對；因為好處多多：

A．發現不會之處

B．找出不會的原因

C．記錄並確實訂正

3、補充：若能「多發問、勤做筆記與畫重點」，相信可以大幅提高學習效果。祝你們在新學期中，都能找到適合自己的讀書方法！

《校友黃大維》

國中階段要兼顧每一科，絕對不能因討厭而放棄，可以不喜歡，但反而要期待征服，征服的方式少不了苦練，一定要有基礎再經過題目淬鍊，每個選項都要明白，經由一題的選項練習四題。是否補習因人而異，若自己沒有想要前進的心，讀再多、花再多、寫再多也只會成過眼雲煙。心態的話，要先有個基本目標、夢想目標，在會考前，什麼都是有可能的，哪怕只是一天的努力或放棄，都影響甚大，而相信自己更是重要，不是盲目的，而是釐清自己的能力，絕不放棄自己。

最後，睡眠絕對重要，能不能有效持續複習就看這點，並且不妨多真心做善事，累積好運。不到最後，沒有人知道結果——「拚己全力，得己應得」。

《校友蔡欣宸》

【教務處叮嚀】

- *註冊組：學生證補辦、成績證明、在學證明、特殊身分相關申請、獎學金等
- *教學組：課程相關、定考、教學及藝文競賽活動等
- *設備組：設備管理維修、科學教育展覽、教科書、圖書室使用等
- *資訊組：資訊教育、軟體相關等

國民小學及國民中學學生成績評量準則修正條文

108.06.28修正

第一條 本準則依國民教育法第十三條第一項規定訂定之。

第二條 國民小學及國民中學(以下簡稱國民中小學)學生成績評量，以協助學生德智體群美五育均衡發展為目的，並具有下列功能：

- 一、學生據以瞭解自我表現，並調整學習方法與態度。
- 二、教師據以調整教學與評量方式，並輔導學生適性學習。
- 三、學校據以調整課程計畫，並針對學生需求安排激勵方案或補救教學。
- 四、家長據以瞭解學生學習表現，並與教師、學校共同督導學生有效學習。
- 五、直轄市、縣(市)政府及教育部據以進行學習品質管控，並調整課程與教學政策。

第三條 國民中小學學生成績評量，應依**領域學習課程**、**彈性學習課程**及日常生活表現，分別評量之；其評量範圍及內涵如下：

一、**領域學習課程**、**彈性學習課程**：

(一)**範圍**：包括國民中小學課程綱要所定**領域學習課程**、**彈性學習課程**及其所融入之議題。

(二)**內涵**：包括**核心素養**、**學習重點**、學生努力程度、進步情形，並應兼顧認知、情意、技能及參與實踐等層面，且重視學習歷程及結果之分析。

二、日常生活表現：評量範圍及內涵，包括學生出缺席情形、獎懲紀錄、團體活動表現、品德言行表現、公共服務及校內外特殊表現等。

第四條 國民中小學學生成績評量原則如下：

- 一、目標：應符合教育目的之正當性。
- 二、對象：應兼顧適性化及彈性調整。
- 三、時機：應兼顧平時及定期。
- 四、方法：應符合紙筆測驗使用頻率最小化。
- 五、結果解釋：應以標準參照為主，常模參照為輔。
- 六、結果功能：形成性及總結性功能應並重；必要時，應兼顧診斷性及安置性功能。
- 七、結果呈現：應**兼顧**質性描述及客觀數據。
- 八、結果管理：應兼顧保密及尊重隱私。

第五條 國民中小學學生成績評量，應依第三條規定，並視學生身心發展、個別差異、**文化差異及核心素養內涵**，採取下列適當之**多元評量**方式：

- 一、紙筆測驗及表單：依重要知識與概念性目標，及學習興趣、動機與態度等情意目標，採用學習單、習作作業、紙筆測驗、問卷、檢核表、評定量表或其他方式。
- 二、實作評量：依問題解決、技能、參與實踐及言行表現目標，採書面報告、口頭報告、**聽力與口語溝通**、實際操作、作品製作、展演、**鑑賞**、行為觀察或其他方式。
- 三、檔案評量：依學習目標，指導學生本於目的導向系統性彙整之表單、測驗、表現評量**與其他資料及相關紀錄**，製成檔案，展現其學習歷程及成果。

特殊教育學生之成績評量方式，由學校依特殊教育法及其相關規定，衡酌學生學習需求及優勢管道，彈性調整之。

第六條 國民中小學學生成績評量時機，分為平時評量及定期評量二種。

領域學習課程評量，應兼顧平時評量及定期評量；彈性學習課程評量，應以平時評量為原則，並得視需要實施定期評量。

前項平時評量中紙筆測驗之次數，於各領域學習課程及彈性學習課程，均應符合第四條第四款最小化原則；定期評量中紙筆測驗之次數，每學期至多三次。

學生因故不能參加定期評量，經學校核准給假者，得補行評量；其成績以實得分數計算為原則。

日常生活表現以平時評量為原則，評量次數得視需要彈性為之。

第七條 國民中小學學生成績評量之評量人員如下：

一、各領域學習課程及彈性學習課程：由授課教師評量且應於每學期初，向學生及家長說明評量計畫。

二、日常生活表現：由導師參據學校各項紀錄、各領域學習課程與彈性學習課程之授課教師、學生同儕及家長意見反映，加以評量。

第八條 學生依國民中學技藝教育實施辦法，於國民中學階段修習抽離式技藝教育課程者，其職群所對應之領域學習課程學期成績，應包括抽離式技藝教育課程總成績，並按抽離式技藝教育課程每週節數占對應之領域學習課程每週排定節數之比率計算。

前項規定，自中華民國一百零八年八月一日施行。

第九條 國民中小學學生領域學習課程及彈性學習課程之平時及定期成績評量結果，應依評量方法之性質以等第、數量或質性文字描述記錄之。

前項各領域學習課程及彈性學習課程之成績評量，至學期末，應綜合全學期各種評量結果紀錄，參酌學生人格特質、特殊才能、學習情形與態度等，評量及描述學生學習表現，並得視需要提出未來學習之具體建議。

領域學習課程之評量結果，應以優、甲、乙、丙、丁之等第，呈現各領域學習課程學生之全學期學習表現；其等第與分數之轉換如下：

一、優等：九十分以上。

二、甲等：八十分以上未滿九十分。

三、乙等：七十分以上未滿八十分。

四、丙等：六十分以上未滿七十分。

五、丁等：未滿六十分。

前項等第，以丙等為表現及格之基準。

彈性學習課程評量結果之全學期學習表現，得比照第三項規定辦理。

學生日常生活表現紀錄，應就第三條第二款所列項目，分別依行為事實記錄之，並酌予提供具體建議，不作綜合性評價及等第轉換。

第十條 學校就國民中小學學生領域學習課程、彈性學習課程及日常生活表現之成績評量紀錄及具體建議，每學期至少應書面通知家長及學生一次。

學校得公告說明學生分數之分布情形。但不得公開呈現個別學生在班級及學校排名。

直轄市、縣(市)政府應於每學期結束後一個月內，檢視所轄國民中小學學生之評量結果，作為其教育政策訂定及推動之參考。

第十一條 學校應結合教務、學務、輔導相關處室及家長資源，確實掌握學生學習狀況，對需予協助者，應訂定並落實預警、輔導措施。

學生學習過程中各領域學習課程及彈性學習課程之成績評量結果未達及格之基準者，學校應實施補救教學及相關補救措施；其實施原則，由直轄市、縣(市)政府定之。

直轄市、縣(市)政府依前項實施補救教學之辦理成效，應併同前條第三項國民中小學學生之評量結果，於每學年結束後二個月內，報教育部備查。

學生日常生活表現需予協助者，學校應依教師輔導及管教學生相關規定施以輔導，並與其法定代理人聯繫，且提供學生改過銷過及功過相抵之機會。

第十二條 國民中小學學生修業期滿，符合下列規定者，為成績及格，由學校發給畢業證書；未符合者，發給修業證明書：

一、出席率及獎懲：學習期間授課總日數扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。

二、領域學習課程成績：

(一) 國民小學階段：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、健康與體育七領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。

(二) 國民中學階段：語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育八領域有四大領域以上，其各領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。

第十三條 國民中小學就學生之成績評量結果，應妥為保存及管理，並維護個人隱私與權益；其評量結果及紀錄處理，應依個人資料保護法規相關規定辦理。

第十四條 為瞭解並確保國民中學學生學力品質，應由教育部會同直轄市、縣(市)政府辦理國中教育會考(以下簡稱教育會考)；其辦理方式如下：

一、中華民國一百零三年起每年五月針對國民中學三年級學生統一舉辦，評量科目為國文、英語、數學、社會與自然五科及寫作測驗；其評量結果，除寫作測驗分為一級分至六級分外，分為精熟、基礎及待加強三等級。

二、教育部應會同直轄市、縣(市)政府設教育會考推動會，審議、協調及指導教育會考重要事項。

三、教育會考推動會下設教育會考全國試務會，統籌全國試務工作；各直轄市、縣(市)政府應協助辦理全國試務工作。

四、教育會考考區試務工作，由考區所在地之直轄市、縣(市)政府辦理，並得個別或共同委由考區所在地之學校設教育會考考區試務會辦理之。考區試務會應依全國試務會之規劃，辦理全國共同事項。

五、教育部得將下列事項委託大學、學術專業團體或財團法人(以下簡稱受託評量機構)辦理：
(一) 第三款全國試務會之全國試務工作。

(二) 命題、組卷、閱卷、計分、題庫建置、試題研發。

六、前款受託評量機構應具備學生學力品質評量之專業能力、充足之行政人員及健全之組織與會計制度。

七、國民中學學生除經直轄市、縣(市)政府核准者外，應參加教育會考。

八、教育會考之結果供學生、教師、學校、家長及主管機關瞭解學生學習品質及其他相關法規規定之使用。但不得納入在校學習評量成績計算。

前項第二款至第五款所定各會之委員及辦理教育會考之試務工作人員，對於試務負有保密義務，並應遵守下列迴避規定：

一、前項第二款至第五款所定各會之委員，本人或其配偶、前配偶、三親等內之血親或姻親或曾有此關係者，報名參加當年度考試時，應行迴避。

二、監試人員本人或其配偶、前配偶、二親等內之血親或姻親或曾有此關係者，報名參加當年度考試時，應行迴避。

三、前款以外試務工作人員，參與教育部或受教育部委託為辦理教育會考之命題、審查、組卷、閱卷、計分、接觸試題或試卷機會之人員，本人或其配偶、前配偶、三親等內之血親或姻親或曾有此關係者，報名參加當年度考試時，應行迴避。

各考區、考場規定較本準則限制更嚴格者，從其規定。

第十五條 國民中小學學生各項成績評量相關表冊，由直轄市、縣(市)政府定之。

第十六條 國民中學及其主管機關為輔導學生升學或協助學生適應教育會考之程序、題型及答題方式，得辦理模擬考，其辦理次數，全學期不得超過二次。模擬考成績不得納入學生評量成績計算；相關處理原則，依教育部之規定。

前項模擬考，國民中學除自行或配合主管機關辦理外不得協助其他機構、團體或個人辦理。

第十七條 中華民國一百零八年六月二十八日修正發布之第三條、第六條、第七條、第九條至第十一條及第十二條第二款，自一百零八年八月一日以後入學國民中小學之學生適用之。

第十八條 本準則除另定施行日期者外，自發布日施行。

一、本補充規定依國民教育法第十三條第一項、國民小學及國民中學學生成績評量準則第五條和第十一條第二項規定及臺北市國民教育階段身心障礙資源班運作原則第五條訂定之。

二、國民中學學生（以下簡稱學生）成績評量原則依國民小學及國民中學學生成績評量準則（以下簡稱成績評量準則）第四條規定辦理。其中形成性評量，指教師教學過程中，為了解學生學習情形，所進行之評量；總結性評量，指教師於教學活動結束後，為了解學生學習成就所進行之評量；診斷性評量，指診斷學生學習、情緒或人際關係困難，作為個別輔導與補救教學依據所進行之評量；安置性評量，指依據學生之學習表現與需求，評估特殊性向能力，提供適切安置所進行之評量。

三、評量應依領域學習課程、彈性學習課程及日常生活表現分別評量。**領域學習課程評量依各學習領域辦理，分為語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育等八領域。**

四、領域學習課程評量應兼顧平時評量及定期評量，並依下列各款規定辦理

（一）定期評量成績與平時評量成績各占學期成績**百分之四十及百分之六十**。

（二）定期評量，每學期至多三次；由各學習領域課程小組擬定評量方式、實施日期及送教務處彙辦，並經課程發展委員會審議通過後，於每學期初公布。平時評量之次數及時間，由教師審酌教學需求自定之。

（三）學校教師應共同參與擬定與修正各項定期評量與平時評量之實施原則。定期評量應由各學習領域教師組成命題與審題小組，建立命題與審題機制，並兼顧評量內容之難易度與鑑別度，及遵守迴避原則，以維護評量之合理性、專業性、診斷性、公平性及保密性，以促進學生學習表現。

（四）平時評量之實施，應依下列原則辦理

1. 應符合教學目標，採取彈性、多元評量方式辦理，紙筆測驗應符合最小化原則。

2. 應利用課堂時間實施，個別狀況之補行評量則例外。提早到校之學生，學校應輔導學生自主學習，不得強制抄寫、寫練習卷或實施考試。

（五）領域學習課程之學期總平均成績，為各領域學習課程之學期成績乘以各該領域每週學習節數，所得總和再以每週領域學習課程總節數除之。依評量方法之性質以等第、數量或質性文字描述記錄之。

五、彈性學習課程(含特殊需求領域課程)評量應以平時評量為原則，並得視需要實施定期評量。其評量方法之性質得以等第、數量或質性文字描述記錄之。

六、日常生活表現以平時評量為原則，依行為事實記錄，並酌予提供具體建議，不作綜合性評價及等第轉換。

七、學校辦理學生定期評量時，對於准假缺考者，應於銷假後立即補行評量，並於學期成績結算前完成。無故缺考者，不得補行評量，其成績以零分計算。補行評量成績以實得分數計算為原則。前項修正自一零八年八月一日施行，適用全年級學生。

- 八、學生成績評量紀錄，學校應分別於實施定期評量及學期結束後，以書面通知父母或監護人及學生。
- 九、學校應組成學生成績評量輔導小組，審查第三點之評量紀錄，並研議及審查學生成績評量之相關事宜。學生成績評量輔導小組由教務主任召集，置委員五人至十七人，由學校行政人員代表、教師(會)代表、家長會代表及特教家長代表組成。其設置要點應經由校務會議通過。學生成績評量輔導小組應於每學期針對各領域學習課程及彈性學習課程未達及格標準學生名單召開會議，視需要邀請原任課教師、未達及格標準學生及學生家長出席會議，共同研擬學習輔導與補救措施。各領域學習課程及彈性學習課程之學習輔導與補救措施得包含過程性之適性輔導、參加相關補救教學，或依需要建立補行評量機制。日常生活表現評量紀錄，經學生成績評量輔導小組評定為需輔導者，學校應進行專案輔導。
- 十、學生符合下列情形者，准予畢業，學校應發給畢業證書
- (一) 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。
- (二) 八大學習領域有四大學習領域以上，其各學習領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。
- 十一、學生修業期滿，成績不符規定者，學校應發給修業證明書。
- 十二、身心障礙學生安置資源班其在學習領域學習課程及其成績評量方式如下
- (一) 平時評量資源班平時評量結果，作為學生原班該科平時成績，外加課程與原課程之平時成績依授課節數平均計算為原則。
- (二) 定期評量定期評量方式應於個別化教育計畫會議決議，如未採用原班試卷，其成績由資源班教師評量並核給資源班成績證明，其原班成績應透過學校特殊教育推行委員會審議通過後辦理。學生有評量調整需求者，需先於個別化教育計畫中完成評量調整之擬定，並送學校特殊教育推行委員會審議通過。
- 十三、參加技藝教育課程之學生其領域學期成績按抽離式技藝教育課程每週節數占對應之學習課程每週排定節數之比率計算。
- 十四、學生英文成績證明書其等第與分數之轉換如下 (一)A：八十分以上 (二)B：七十至七十九分 (三)C：六十至六十九分 (四)D：零至五十九分 有關加權學業平均 GPA 計算公式(取至小數點後第 2 位)定義如下：
$$GPA = \frac{\text{加總}(\text{單科學期成績積點} \times \text{學習節數})}{\text{總節數}}$$
- 十五、本補充規定自一百零八年八月一日以後入學之學生適用，一百零八年八月一日以前入學之學生依原規定辦理。

臺北市立龍山國民中學學生考試規定

109年3月10日修訂

壹、考試前應準備事項

一、將書本、書包等考試時不必使用之物品，放置教室前後空處。

二、請學藝股長將當天考試科目、時間及出缺席人數寫在黑板上，監考老師請記得填寫試卷袋上之缺考通報單。

貳、考試中應遵行事項

一、英語科測驗會於10分鐘後，開始播放英語聽力測驗。

二、每節考試下課鐘響前，不可離開教室。在教室內應遵守教室常規及學校規定，不得發出聲響干擾他人(敲擊桌面、自言自語等)，違反上述情形，視情輕重經討論予以扣1-10分並依校規處分。若生病等特殊原因，迫切需要在考試時飲水或服用藥物，需在監考老師協助下飲用或服用，若因病、因故(如廁等)須暫時離座者，須經監考老師同意下始准離座。考生經治療或處理後，如考試尚未結束時，仍可繼續考試，但是不得請求延長考試或補考。

三、文具自備，必要時可用透明墊板，不得在場內向他人借用。

四、考生應面對前方坐好，不可側坐，向後轉或與其他同學嬉笑，不得飲食、不得嚼食口香糖，並嚴禁談話、左顧右盼等任何舞弊的行為。試場內取得或提供他人答案，或相互作弊事實明確者，該科成績以零分計算，並依本校學生獎懲實施要點處理。

五、試卷作答一律使用藍、黑色原子筆或鋼筆，其他色筆由任課教師扣0-10分。電腦閱卷使用答案卡，用2B鉛筆畫卡作答，答案卷及答案卡應詳填班級、座號、姓名(違者由任課教師扣0-10分)。故意污損答案卷及答案卡、損壞試題本，該科不予計分。

六、測驗完畢後必須將答案卷、答案卡一併送交監考老師，未交答案卷、答案卡經查證屬實者，該科測驗不予計分。

七、非測驗必須之物品如教科書、參考書、補充講義等，以及電子辭典、計算機、行動電話、呼叫器、電子鐘、智慧型手錶、智慧型手環等計算及通訊器材等必須關機且須放置於教室前後空處。

(一) 若隨身攜帶或雖置於教室前後空處，但未關機並於考試中途手機來電，經監考老師發現，一律送交訓導處依學校規定處理，並扣該科成績10分。

(二) 其餘違規物品未依規定放置，經監考老師發現，一律扣該科成績20分並送交訓導處依學校校規處理。

八、考試可攜帶三角板、直尺、圓規；但不得攜帶量角器或附量角器功能之文具。

九、答案卡須用黑色2B鉛筆劃記，修正時需用橡皮擦將原劃記擦拭乾淨，不得使用修正液(帶)。

十、答案卡如有劃記不明顯或污損等情事，導致電腦無法辨認者，其責任自負，不得提出異議。

十一、如遇警報、地震，應遵照監考老師指示，迅速疏散避難。

十二、測驗結束鐘(鈴)響畢，不論答畢與否應即自行停止作答，交卡後需等待監考老師同意後方可離場。交卡後強行修改者，該科測驗不予計分。逾時作答，不聽制止者，該科測驗不予計分；經制止後才停止者，扣該科測驗分數10分(作文扣一級分)。

十三、數學科考試，不可另外攜帶計算紙，如有計算需要，可在考卷空白處計算。

參、補考事項

一、段考有部分科目缺考者，應於定考第二天午休或於定考結束的第一個到校日上午8:00自行至教務

處補考，並於三日內檢附假單，未於期限內辦理補考或檢附假單者，一律以零分計算。

二、因故無法在規定時間內補考者，憑假單得以另案處理。

三、補行評量成績以「實得分數」計算為原則。

肆、本規定陳 校長核定後實施，修正時亦同。

龍山國中品德教育宣導

核心項目	目標	行為準則
紀律	如何遵守規則及守分自律	◎ 不遲到、不早退，正常上下學。 ◎ 能遵守學校及班級訂定的規範。 ◎ 朝、週會時，能準時到達集合場地。 ◎ 養成正常的生活作息與良好的習慣。 ◎ 能自我管理，視不同時機或場合做合宜的事。 ◎ 制服穿著及儀容符合學生身份，不特立獨行或標新立異。
責任	如何成為負責任的人	◎ 善盡身為學生的本分與義務：準時上下學、用心學習、按時完成作業。 ◎ 遵守承諾，答應做的事就要做到。 ◎ 凡事三思而後行，行動前仔細考慮後果。 ◎ 對自己的行為負責，不找藉口或怪罪別人。 ◎ 做好自己該做的工作，不讓別人收拾爛攤子。 ◎ 要想到自己的行為會影響別人與班級。
尊重	如何尊重他人與被人尊重	◎ 要謙恭有禮，常說：「請、謝謝、對不起。」 ◎ 別人講話要用心聆聽，也願意瞭解別人的想法。 ◎ 對待別人要將心比心，並能相互尊重包容。 ◎ 不要辱罵或嘲笑別人，不要欺負或找別人麻煩。 ◎ 不可任意碰觸別人的身體或物品。 ◎ 在瞭解一個人之前，不妄下斷語。
誠實	如何成為值得信賴的人	◎ 說實話，不要撒謊。 ◎ 考試不作弊。 ◎ 不佔人便宜或偷竊物品。 ◎ 要可靠：說到做到，有始有終。 ◎ 不因同儕壓力，失去別人對你的信任。 ◎ 面對自己的錯誤或失敗，勇於坦承，並致力修正。
公平	如何成為公平、公正的人	◎ 能接受同學間的個別差異，絕不歧視、貶抑別人或存在偏見。 ◎ 遵守遊戲規則，不偏私、袒護或包庇。 ◎ 不在班級中形成小團體而排擠別人。 ◎ 明辨是非，不因同儕壓力而改變立場。 ◎ 讓別人也有機會承擔責任或享受福利。 ◎ 以客觀的角度看待事物。

※紀律(Discipline)、責任(Responsibility)、尊重(Respect)、誠實(Honesty)、公平(Fairness)

龍山國中品德教育相關活動

敬師活動

學務處主辦、開學至九月底
摘採福柚、製作敬師小卡及影片
感謝師恩

學務處主辦、七年級校外教學及
八年級隔宿露營（約十一月）
九年級畢業旅行（九年級上學期）

校外教學

優良生競選

學務處主辦、開學的兩個月內
班級優良生宣傳、票選校優良生

教務處主辦、學期中舉行
寫作、朗讀、演講、書法、水墨
畫、鉛筆畫、水彩畫...

藝文競賽

學務處主辦、12月至1月舉行
歌唱、舞蹈、樂器、戲劇，及其他特殊才藝表演...

藝鳴驚人

自我挑戰營

輔導室主辦、七年級寒假初舉行
自我激勵、團隊合作

學務處主辦、七年級上學期末
體育課練習健康操、團隊默契、
指揮領導精神

健康操比賽

職涯體驗

輔導室主辦、八年級至九年級
高職參訪、選修技職教育、
職涯體驗闖關...

學務處主辦、各處室協辦、
每年四月中旬、運動大會與園遊會
每年交錯辦理

校慶活動

公共服務

學務處統一登錄、分為上下兩學
期執行、可自行參與校外公服、
亦可參加校內打掃及社團社區公服

龍山國中品德教育
五項核心目標



臺北市立龍山國民中學學生儀容暨服裝穿著要點

100.06.20 服裝儀容審議委員會議修訂

103.06.25 服裝儀容審議委員會議修訂

壹、目的：為培養學生整齊、清潔之良好生活習慣，呈現年輕學子之朝氣與活力，實踐良好品德，訂定本要點。

貳、儀容暨服裝穿著要點：

(一)頭髮：

(1)三不原則：不染、不燙、不變形。

(2)男生：前額長度拉下不得超過眉毛，兩側不遮耳，後面髮長不超過衣領。

(3)女生：頭髮不蓋眼睛，髮長者以素色髮夾夾好，若髮長過肩則以髮帶（圈）束緊。

(二)鞋子：須穿著有鞋帶的運動鞋，顏色不拘，不得為皮鞋、靴子、跟鞋、布

希鞋…及其他不利於運動的鞋子等。

(三)襪子：須穿著運動襪，顏色不拘，不得為絲襪、隱形襪。

(四)指甲：不留長、不擦指甲油及彩繪指甲，並定期修剪。

(五)校服需繡齊班級、座號、姓名，鈕扣應隨時扣齊。

(六)內搭之便服、內衣、內褲不得外露。

(七)不得佩戴耳環、手鍊（環）、項鍊…等飾品；若因信仰而必須配戴平安符，請置放於衣內不外露。

(八)穿著外套時需依照制服別穿著(制服著制服外套，體育服著體育外套)，拉鍊應拉至超過中間以上，袖口不得捲起。

(九)氣象局發布低溫特報或寒流來襲時，若因學校外套不夠保暖，可以在學校外套外增加便服外套，但必須配戴識別證。

參、本要點經服裝儀容審議委員會議通過後，陳校長核定後公布實施，修正時亦同。

「人吃五穀雜糧，沒有不生病的」。在你求學時期，請假是正常的事，當然，也有同學三年中都不請假，這是相當不容易的，因而在畢業時，學校還會特頒「全勤獎」。小學畢業時，你有沒有領全勤獎呢？國中也有，但老師絕不鼓勵為了得這個獎，生病時還到學校上課。

請假可分病假、事假及公假。因有不同的請假程序，並涉及個人權益，同學應深入了解。

病假、事假

- (一) 當你生病無法上學時，請先由家長以電話向學務處或導師口頭請假，假畢返校應填寫書面假單才算完成請假手續。如病假在 1-2 日內，應請家長在「請假紀錄卡」上簽名；如病假達 3 日以上（含長期病假），除請假紀錄卡外，則須再附上醫院證明單，辦理請假手續。
- (二) 如你因個人或家庭事務須請事假（包括親屬婚、喪、壽、慶、災害或家中有要事必須參與）時，應在**事前**由家長寫好「請假紀錄卡」，請導師簽名後送學務處辦理請假。
- (三) 病假、事（喪）假結束，到校上課後，仍需依請假規則**三天內**至學務處完成請假手續，在未完成請假手續前，所缺課程均暫以「曠課」登記。

公假

- (一) 凡由學校派遣參加校內、校外各種活動或勤務而不能上課者，均可請公假。
- (二) 公假視同出席，不算請假，不影響全勤紀錄。
- (三) 出公差前，應了解主辦單位是否已幫你辦好公假手續？請好公假後，同學一定要參與活動，否則視同曠課。

特別說明

- (一) 一般狀況，如未辦妥請假手續，均視同曠課處理。
- (二) 重要集會如升降旗、週會、課外活動、各種服務及其他特定之會議集會等，如無故不到，除註記缺席外，均應分別依校規記警告或小過處分。
- (三) **每週學務處都會在各班公布上週出缺勤、曠課紀錄並且請相關同學簽名確認，請同學務必重視，如有錯誤，應立即至學務處生活教育組找負責老師修正，否則一週後同正式紀錄，則無法再做修改。**
- (四) **注意喔！若曠課太多可能造成畢業時無法領到「畢業證書」的問題，同學一定要留意！**

我該怎麼辦？——當你受到外力侵犯時

學務處 生教組

在國中階段，你可能受到外力的侵犯，輕者被同學語言恐嚇、威脅，重者遭到外力迫害而受傷，甚或殘廢、失去生命。這些不幸是否可加以預防？面臨這些情況時應如何處置？以下就分幾個層面探討。

一般常見的外力侵犯：

- (一) 東西被偷。
- (二) 因誤會而被毆或互毆。
- (三) 被恐嚇、勒索。
- (四) 被流言所傷。
- (五) 遭師長、同學誤解而受處分或排擠。
- (六) 被校外惡少毆打或殺傷、強暴等。

一般同學常有的錯誤想法：

- (一) 報告老師沒有用，東西一定找不回來，算了；甚至想：「我受如此遭遇，我也要用相同方式討回公道。」
- (二) 報告老師不但解決不了問題，可能問題還會更嚴重，因為違規的人會報復，所以同學只想息事寧人、逃避、或滿足對方要求。
- (三) 找自己的兄弟或朋友出面解決，化解恩仇。

同學錯誤處置之可能後遺症：

- (一) 同學越來越嚴重：諸如找兄弟和解、談判或打回去，可能因而造成幫派大拚鬥。
- (二) 被勒索一次，就會有第二次，且金額會越來越大，因為你已經成了他的搖錢樹。
- (三) 當你請別人當忙時，便欠一份人情，這份情，不容易歸還，有時甚至會受他人牽制，或賠上一生的大好前程。
- (四) 你可能因此結交損友，自暴自棄；可能為了保護自己而改變了人生態度，甚至變壞成為所謂的壞學生。
- (五) 可能因自己的處置不當，誤觸法律而遭受制裁。

最佳處理方式：

- (一) 「你敢報告老師，我將會……」這是國中同學間常聽到的一句威脅話，其實你絕對不要相信此話，應該勇敢地去報告老師。
- (二) 「喂！XXX說你……」或「我聽王XX說張XX放學後要打……。」對此謠言傳說，同學們最好報告老師，由老師出面查證，切忌馬上找人去打對方，否則一旦出手，你將從有理的一方變成無理的一方！

- (六) 「喂！王××要你去廁所。」如果你不認識他，或你與王××有衝突，建議你不要去（如你此時前去，少則挨罵，重則被圍毆）。請你立刻報告老師，請老師出面。
- (七) 當你被不認識的人侵犯時，請你一定要沉著應付，然後記住對方特徵，如長相、衣著、學號、校徽等。如有旁人經過便大聲呼救；人離去時立即撥「110」報警，或立刻向校方報告，相關人員一定會立刻處理，切忌當場與侵犯你的人衝突，以免造成更大傷害。
- (八) 平日應多充實意外事件預防措施之常識，如隨身帶哨子、不帶太多的錢在身上、不著奇裝異服、偏僻地方不單獨行走等。

在你還無法自行處理各種意外狀況時，切記：無論發生什麼事，第一個你應該想到的就是向「老師、學務處或家長」報告，才是上上策。相信父母或學校師長，他們才是能真正為你解決困境的人。可透過父母向學校申訴，尋求解決。如你遭受的外力侵犯超出學校處理能力或範圍，學校會透過適當管道，如社會人士、警方為你解決難題，各方均會保護你的權益與安全。

龍山國中學生申訴管道

- (一)、導師
- (二)、學務處生教組
- (三)、輔導老師
- (四)、申訴電子信箱：anti-bullying@lsjh.tp.edu.tw
- (五)、申訴信箱：校長室門口、正門川堂口、學務處門口、輔導室
- (六)、申訴電話：02-23362789 轉
100(校長室)、200(教務主任)、300(學務主任)、
500(總務主任)、600(輔導主任)、302(生教組長)

臺北市立龍山國民中學學生獎懲實施要點

103.06.30 臨時校務會議提案通過

一、本要點依臺北市國民中學學生獎懲準則第十六條訂定之。

二、本校學生（以下簡稱學生）之獎懲，除法令另有規定者外，悉依本要點之規定辦理。

三、學生之獎懲應依下列規定辦理：

（一）學生行為之獎懲應審酌下列情形，以為獎懲輕重之標準，必要時得酌予變更獎懲標準。

1. 動機與目的。
2. 態度與手段。
3. 平時之表現。
4. 初犯或累犯。
5. 行為後之表現。
6. 年齡之長幼。
7. 智商之高低。
8. 行為之影響。
9. 家庭之因素。
10. 身心之狀況。
11. 其他足以影響行為發生之因素。

（二）獎懲作用旨在鼓勵或糾正學生之行為，培養學生優良之品德，獎懲之實施應依下列原則：

1. 尊重學生人格尊嚴。
2. 重視學生個別差異。
3. 配合學生心智發展需求。
4. 維護學生受教權益。
5. 符合教育目的。
6. 啟發學生反省與自治能力。
7. 不因個人或少數人錯誤而懲罰全體學生。
8. 獎勵多於懲罰。
9. 輔導先於懲罰。
10. 公開獎勵、審慎懲罰。

四、學校對學生之獎勵與懲罰種類如下：

（一）獎勵

1. 嘉勉
2. 嘉獎
3. 記小功
4. 記大功
5. 特別獎勵：(1)獎品。(2)獎狀。(3)榮譽獎章

（二）懲罰

1. 訓誡
2. 警告
3. 記小過
4. 記大過
5. 特別懲罰

五、凡學生表現之優點，不合於嘉獎以上之獎勵，應予當面口頭嘉勉，並由相關教師列入紀錄(榮譽卡)。

六、學生行為合於下列規定之一者，應予嘉獎：

- (一) 禮節周到足為同學模範者。
- (二) 參與團體活動確有成績表現者。
- (三) 拾物不昧，其價值輕微者。
- (四) 與同學合作互助者。
- (五) 服務公勤或擔任各級幹部負責盡職者。
- (六) 主動為公服務者。
- (七) 勸導同學向上者。
- (八) 參加體育運動具有運動精神、運動道德，表現優良者。
- (九) 領導同學為團體服務者。
- (十) 愛護公物，有具體事蹟者。
- (十一) 生活言行較前進步，有事實表現者。
- (十二) 能主動讓座、扶助尊長、老弱、婦孺者。
- (十三) 代表學校參加對外活動表現優良者。
- (十四) 其他優良行為合於嘉獎者。

七、學生行為合於下列規定之一者，應予記小功：

- (一) 代表學校參加對外活動，表現優良並能獲獎者。
- (二) 行為誠正足以表現校風，有具體事實者。
- (三) 被選為各級幹部，負責盡職成績優異者。
- (四) 愛護公物使團體利益不受損害者。
- (五) 倡導正當課餘活動成績優良者。
- (六) 愛國愛校，有具體表現者。
- (七) 熱心公益活動，有具體表現者。
- (八) 見義勇為能維護團體或同學利益者。
- (九) 敬老扶幼，有顯著之事實表現者。
- (十) 檢舉弊害經查明屬實者。
- (十一) 拾物不昧，其價值貴重者。
- (十二) 參加各種服務成績優良者。
- (十三) 維護團體秩序表現良好者。
- (十四) 其他優良行為合於記小功者。

八、學生行為合於下列規定之一者，應予記大功：

- (一) 提供優良建議，獲機關單位採納，並能身體力行，增進校譽者。
- (二) 愛護學校或幫助同學確有特殊事實表現，因而增進校譽者。
- (三) 代表學校參加(市級以上)對外比賽，成績優異增進校譽者。
- (四) 參加社會公益服務，成績優異增進校譽者。
- (五) 檢舉重大弊害，經查明屬實，避免危害者。
- (六) 拾物不昧，其價值特別貴重者。(價值超過新臺幣二萬元以上者)
- (七) 其他優良行為，合於記大功者。

九、學生合於下列規定之一者，應予特別獎勵：

- (一) 於同一學年度內，記滿三大功後，復因優良表現合於記大功之事實者。
- (二) 長期表現孝敬父母，尊敬師長，友愛兄弟姐妹或同學，有特殊事實者。

- (三) 經常幫助別人，善行可嘉足堪表揚者。
- (四) 有特殊義勇行為，並獲得優良之表揚者。
- (五) 有特殊優良行為，足為全校學生之模範者。
- (六) 揭發不法活動經查明屬實，因而減輕危害，有特殊事實者。
- (七) 綜合表現、一般學科、藝能學科成績特優者。
- (八) 其他特殊優良行為合於特別獎勵者。

十、凡學生行為犯錯誤情節輕微，未達記警告以上之處罰者，教師管教學生應先採取下列措施，如管教無效或學生明顯不服管教者，得請學務處、輔導室或其他相關單位協助之：

- (一) 適當之正向管教措施。
- (二) 口頭糾正。
- (三) 調整座位。
- (四) 要求口頭道歉或書面自省。
- (五) 列入日常生活表現紀錄。
- (六) 通知監護權人，協請處理。
- (七) 要求完成未完成之作業或工作。
- (八) 適當增加作業或工作。
- (九) 要求課餘從事可達成管教目的之公共服務（如學生破壞環境清潔，罰其打掃環境）。
- (十) 取消參加正式課程以外之活動。
- (十一) 經監護權人同意後，留置學生於課後輔導或參加輔導課程。
- (十二) 要求靜坐反省。
- (十三) 要求站立反省。但每次不得超過一堂課，每日累計不得超過兩小時。
- (十四) 在教學場所一隅，暫時讓學生與其他同學保持適當距離，並以兩堂課為限。
- (十五) 經其他教師同意，於行為當日，暫時轉送其他班級學習。
- (十六) 依本要點獎懲規定及法定程序，予以書面懲處。
- (十七) 責令賠償所損害之公物或他人物品。
- (十八) 教師得視情況於學生下課時間實施前項管教措施。

學生反映經教師判斷或教師發現學生身體確有不適、上廁所或生理日等生理需求時，應調整管教方式或停止處罰。

十一、學生行為合於下列規定之一者，應予記警告：

- (一) 不履行班會規定或生活公約，經提醒後仍不改正者。
- (二) 浪費公物資源(水、電、掃具、紙..等)，情節較輕者。
- (三) 言行不檢，經勸導後仍不改正者。
- (四) 作品抄襲經他人檢舉，有具體事實者。
- (五) 干擾上課秩序或上課未攜帶學用品，經提醒後仍不改正者。
- (六) 不聽導護志工或班級幹部善意勸告與糾正者。
- (七) 服裝儀容或個人置物空間不符規定，經勸導後仍不改正者。
- (八) 未依規定申請攜帶手機，或違規使用經提醒仍犯者。
- (九) 不按時繳交聯絡簿或作業，經催繳仍不繳交或敷衍者。
- (十) 學校作業抽查缺交者。
- (十一) 與同學發生糾紛(肢體、口角、人際排擠等)，情節較輕者。
- (十二) 攜帶與教學無關的物品或書籍等而影響學習，經勸導後仍不改正者。
- (十三) 服務公共勤務或擔任班級幹部不盡職者。
- (十四) 隨地吐痰或拋棄垃圾，妨害團體整潔、觀瞻或公共衛生者。
- (十五) 校內打掃工作不盡職，經勸告仍不改正者。
- (十六) 欺騙師長，情節輕微者。

- (十七) 在走廊、樓梯、教室內從事奔跑、球類運動或其他行為危及他人安全，經勸導後不改正又再犯者。
- (十八) 參加公眾服務或團體活動無故缺席導致他人權益受損或未盡責者。
- (十九) 在公共場所或大眾運輸工具影響秩序，不遵守團體規範者。
- (二十) 拾物不送招領，欲據為己有，而其價值輕微者。
- (二十一) 未經當事人同意擅自觀看他人日記或信件者。
- (二十二) 因金錢或物品借貸而衍生糾紛，情節輕微者。
- (二十三) 無正當理由經常遲到，屢勸無效者。
- (二十四) 無故缺課，初犯者。
- (二十五) 玩弄消防、電機、監視等安全設施，初犯者。
- (二十六) 因過失破壞公物，而不自動報告及修繕者。
- (二十七) 盜用他人電腦帳號，逕閱個人基本資料。
- (二十八) 不遵守交通規則，情節較輕者。
- (二十九) 其他不良行為，情節輕微，經勸導後仍不改正者。

十二、學生行為合於下列情節之一者，應予記小過。

- (一) 觸犯第十一條規定情節較重者或同一學期中再犯第十一條同款規定者。
- (二) 對師長不敬，經勸導有悔意、態度改善者。
- (三) 欺騙行為侵犯他人權益或造成損失者。
- (四) 故意損壞公物或攀折公有花木者。
- (五) 違反考試規則者(依本校考場規則處理)。
- (六) 在網路或媒體散播不正當資訊、不實言論、不雅字眼、攻擊毀謗他人等行為，影響他人學習、生活、人格尊嚴者。
- (七) 攜帶或替他人保管違禁品(兒童及少年福利與權益保障法第四十三條(註1)所揭禁止行為所列之物品)或觀看不正當之書刊、圖片、媒體者。未符相關規定進出網咖、電玩店等場所。
- (八) 對師長或同學發生性平事件經查證屬實情節輕微，經學校性別平等教育委員會決議懲處者。
- (九) 冒用或偽造文書、印章或塗改文件者。
- (十) 破壞消防、電機、監視等安全設施者。
- (十一) 無故不參加重要集會或集會時態度輕浮者。
- (十二) 拾物不送招領，欲據為己有，價值貴重者。
- (十三) 未依規定進出校區者。
- (十四) 逃家或收容逃家同學經查證屬實者。
- (十五) 蓄意聚眾，對他人有不當侵犯隱私、言語或態度上騷擾之具體事實。
- (十六) 在校兜售商品或有其它金錢交易者。
- (十七) 男(女)無正當原因進入女(男)廁所者。
- (十八) 其他不良行為，情節較為嚴重者。

十三、學生行為合於下列情節之一者，應予記大過：

- (一) 觸犯第十二條規定情節較重者或同一學期中再犯第十二條同款規定者。
- (二) 參加或涉及不良幫派組織者。
- (三) 參加集體鬥毆或教唆、糾眾毆打他人者。
- (四) 損害他人名譽或侵害他人隱私，情節重大者。
- (五) 無照駕駛經查獲有具體事實者。
- (六) 威脅恐嚇、勒索財物、吸食或注射違禁品，經查獲有具體事實者。
- (七) 行為不檢，有損校譽，情節重大者。
- (八) 攜帶(菸、酒、毒品、砲彈、化學製劑、爆竹類、BB槍、刀械器具等非學習用具)違禁物品情節重大，足以妨害公共安全者。
- (九) 其他不良行為，情節較為嚴重者。

十四、有下列情形之一，應予特別懲罰：

- (一) 在校期間獎懲相抵後滿三大過者。
- (二) 參加或組織不良幫派，屢勸不聽者。
- (三) 違反政府法令情節重大者。
- (四) 集體械鬥或打傷他人情節重大者。
- (五) 竊盜行為情節重大者。
- (六) 違反應記大過各款或其他不良行為，情節嚴重者。

前項特別懲罰，應經學生獎懲委員會討論議決通過，校長核定後，再依下列規定處理：

- (一) 留校察看或由監護權人帶回管教者（每次以五日為限），管教期間，不以曠課計，輔導老師及導師應作家庭訪問，繼續予以適當之輔導。
- (二) 留校察看期間或由監護權人帶回管教後，如故態復萌，又犯校規者，應協調其他單位進行符合教育目的之適當輔導措施。
- (三) 在校外犯重大刑案者，應報請主管教育行政機關備查。

十五、學生攜帶或使用之物品足以影響學生專心學習或干擾教學活動進行者，教師或學校得保管之，必要時得通知監護權人領回，其為下列物品者，教師或學輔人員應立即處置，並視其情節移送相關單位處理：

- (一) 具有殺傷力之刀械、槍砲、彈藥及其他危險物品。
- (二) 毒品危害防治條例之管制類毒品及管制麻醉藥品。
- (三) 足以妨害其身心健康之暴力、色情、猥褻、賭博之出版品、圖畫、錄影帶、錄音帶、影片、光碟、磁片、電子訊號、遊戲軟體、網際網路或其他物品。
- (四) 菸、酒、檳榔或其他有礙學生身心健康之物品。
- (五) 其他違禁品。

十六、學校為處理學生獎懲事項，應設學生獎懲委員會；成員包括校內行政人員代表、家長會代表、教師代表、學生代表、其組織、獎懲標準、運作方式，由學校另行訂定之。

十七、所有獎懲，全校教職員工均有提供參考資料之責任。嘉獎、警告由學務處核定，並會知導師通知監護人。小功、小過、大功則由學務處列舉事實，會知導師、輔導室及相關單位簽注意見後，由校長核定，並通知監護人。記大過、特別獎勵及特別處置應經「學生獎懲委員會」議決通過，報請校長核定，並通知監護人。

十八、學生獎懲委員會審議學生大過以上違規事件時，應秉公正及不公開原則，瞭解事實經過，應給予學生或其監護權人陳述意見之機會。學生獎懲委員會為大過以上獎懲決議後，應作成裁決書，並記載事實、理由及獎懲依據，發函通知學生及監護權人，必要時並得要求其監護權人配合輔導。

十九、學生因重大違規事件經處分後，導師應追蹤輔導，必要時會同學校輔導單位協助學生改過遷善，並由導師及輔導人員作成紀錄。對於應長期輔導者，學校得要求其監護權人配合並協請社會輔導或醫療機構處理。

二十、學生對學校有關其個人之管教措施，認為違法或不當致損害其權益者，得於收到決定書後二十日內以書面或言詞向學生申訴評議委員會提起申訴。前項學生申訴得由其監護權人代理之。

二十一、學校為處理學生申訴事項，應設學生申訴評議委員會，成員包括學校行政人員代表、教師會或教師代表、家長會代表、學生代表、社會公正人士，其組織及評議規定，由學校另行訂定之。學校學生獎懲委員會之委員，不得兼任學生申訴評議委員會之委員。

二十二、為輔導學生改過自新，學生懲罰存記及改過銷過實施要點另訂定之。

二十三、本要點經校務會議通過後實施，修正時亦同。

註 1、兒童及少年福利與權益保障法第四十三條

兒童及少年不得為下列行為：

一、吸菸、飲酒、嚼檳榔。

二、施用毒品、非法施用管制藥品或其他有害身心健康之物質。

三、觀看、閱覽、收聽或使用有害其身心健康之暴力、血腥、色情、猥褻、賭博之出版品、圖畫、錄影節目帶、影片、光碟、磁片、電子訊號、遊戲軟體、網際網路內容或其他物品。

四、在道路上競駛、競技或以蛇行等危險方式駕車或參與其行為。

父母、監護人或其他實際照顧兒童及少年之人，應禁止兒童及少年為前項各款行為。

任何人均不得供應第一項之物質、物品予兒童及少年。

知法守法——青少年犯罪的法律責任

學務處 生教組

在國中階段，同學雖然尚未成年，但萬一犯了罪，還是需要負有法律責任，希望各位同學一定要養成知法、守法的習慣。

一、普通竊盜罪

偷機車、偷同學或家人的錢、偷商店的物品。

犯罪處遇 五年以下有期徒刑、拘役或五千元以下罰金（刑法第三百二十條第一項、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。

二、加重竊盜罪

結夥三人或攜帶扁鑽、螺絲起子等凶器偷機車、物品等。

犯罪處遇 六個月以上五年以下有期徒刑（刑法第三百二十一條）。

三、收受贓物罪

借朋友偷來的機車供自己騎乘，或接受朋友偷來的物品。

犯罪處遇 三年以下有期徒刑、拘役或五千元以下罰金（刑法第三百四十九條第一項、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。

四、搬運、寄藏、收買贓物等罪

替朋友藏匿贓車、向朋友買贓車。

犯罪處遇 五年以下有期徒刑、拘役或科或併科一萬元以下罰金（刑法第三百四十九條第二項、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。

五、恐嚇取財罪

向低年級或體型瘦弱無能之同學恐嚇，強行借錢不還或強索財物。

犯罪處遇 六個月以上五年以下有期徒刑，得併科一萬元以下罰金。

六、強盜罪

結夥數人或單獨持械，使人不可抗拒，而洗劫行人或商家錢財。

犯罪處遇 無期徒刑或七年以上有期徒刑。

七、吸用、施打或販賣麻醉藥品罪

施打速賜康、吸食安非他命、販賣速賜康、安非他命。

犯罪處遇 販賣速賜康、安非他命，處五年以上有期徒刑，得併科五萬元以下罰金（麻醉藥品管理條例第十三條之一第一項第一款）。施打、吸食速賜康、安非他命處三年以下有期徒刑、拘役或一萬元以下罰金。

八、施用或販賣毒品罪

施用或販賣毒品海洛因。

犯罪處遇 施用毒品，處三年以上七年以下有期徒刑（肅清煙毒條例第九條第一項）。販賣毒品處死刑或無期徒刑（同上條例第五條）。

九、傷害罪

鬥毆打群架、毆打父母、兄弟、老師等。

犯罪處遇 三年以下有期徒刑、拘役一萬元以下罰金（刑法第二百七十七條第一項、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。對父母、祖父母施暴雖未成，仍處一年以下有期徒刑、拘役或五千元以下罰金（刑法第二百八十一條、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。

十、過失傷害或過失致死

騎乘機車撞傷或撞死行人，或將後座友人摔傷、摔死。

犯罪處遇 撞傷行人或摔傷友人處六個月以下有期徒刑、拘役或五千元以下罰金（刑法第二百八十四條第一項、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。撞死行人、摔死友人處二年以下有期徒刑、拘役或二萬元以下罰金（刑法第二百七十六條第一項、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。

十一、賭博罪

玩賭博性電動玩具、簽六合彩，在公共場所賭博財物。

犯罪處遇 一萬元以下罰金（刑法第二百六十六條第一項、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。

十二、妨害風化罪

少年與未滿十四歲少女發生關係或為猥褻行為（雖經少女同意仍以強姦及強制猥褻論），或與十四歲以上未滿十六歲之少女發生關係或為猥褻行為。

犯罪處遇 強姦罪處五年以上有期徒刑（刑法第二百二十一條）。與十四歲以上未滿十六歲之少女發生性關係處一年以上七年以下有期徒刑。與十四歲以上未滿十六歲之少女，為猥褻之行為，處五年以下有期徒刑（刑法第二百二十七條）。

十三、參與犯罪之結社罪

參與以犯罪為宗旨的幫派。

犯罪處遇 三年以下有期徒刑、拘役或五千元以下罰金。擔任首謀之人，則處以一年以上七年以下有期徒刑（刑法第一百五十四條第一項、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。

十四、毀損器物罪

破壞學校公物，導致公物不能使用。

犯罪處遇 二年以下有期徒刑、拘役或五千元以下罰金（刑法第二百五十四條、罰金罰鍰提高標準條例第一條）。

十五、其他相關法條：

【菸害防治法】第十一條：未滿十八歲者，不得吸菸，違反規定將接受戒菸教育。

【菸害防治法】第二十五條：於禁菸場所吸菸最高可處 3000 元。

【兒童與少年性交易防制條例】第二十二條：與未滿十六歲人之性交易者將處一年以下有期徒刑、拘役或新台幣十萬元以下罰金。

【刑法】第 227 條：與未滿 16 歲之人發生性行為，不管當事人的意願如何，列高將處以十年有期徒刑。

臺北市立龍山國民中學校園性侵害性騷擾或性霸凌防治規定

100 年 08 月 26 日校務會議通過

101 年 01 月 17 日校務會議修訂

101 年 08 月 29 日校務會議修訂

103 年 01 月 20 日校務會議修訂

- 一、本校為預防與處理校園性侵害性騷擾或性霸凌事件，依「性別平等教育法」(以下簡稱本法)及「校園性侵害性騷擾或性霸凌防治準則」(以下簡稱本準則)訂定本防治規定，並公告周知。
- 二、本防治規定之用詞依相關法令，定義如下：
 - (一)性侵害：指性侵害犯罪防治法所稱性侵害犯罪之行為。
 - (二)性騷擾：指符合下列情形之一，且未達性侵害之程度者：
以明示或暗示之方式，從事不受歡迎且具有性意味或性別歧視之言詞或行為，致影響他人之人格尊嚴、學習、或工作之機會或表現者。或以性或性別有關之行為，作為自己或他人獲得、喪失或減損其學習或工作有關權益之條件者。
 - (三)性霸凌：指透過語言、肢體或其他暴力，對於他人之性別特徵、性別特質、性傾向或性別認同進行貶抑、攻擊或威脅之行為且非屬性騷擾者。
 - (四)校園性侵害性騷擾或性霸凌事件：指性侵害性騷擾或性霸凌事件之一方為學校校長、教師、職員、工友或學生，他方為學生者。且包含不同學校間所發生者。
 - (五)教師：指專任教師、兼任教師、代理教師、代課教師、護理教師、教官及其他執行教學、研究或教育實習之人員。
 - (六)職員、工友：指前款教師以外，固定或定期執行學校事務人員。包括合約廠商派駐於學校人員（如保全人員、廚工）或定期到校工作人員（如影印機、電腦、飲水機維修等相關總務工作人員等）。
 - (七)學生：指具有學籍、接受進修推廣教育者或交換學生。
 - (八)教育人員：指學校校長、教師、職員、工友、體育教練、警衛、校護、社團老師、志工家長等等。
- 三、為防治校園性侵害性騷擾或性霸凌事件，本校「性別平等教育委員會」（以下簡稱性平會）研擬本防治規定，建立機制，並負責事件之調查處理。事件如涉及「性別工作平等法」或「性騷擾防治法」，得委託學校所設性別平等教育委員會分別依「性別工作平等法」或「性騷擾防治法」相關規定調查處理。
- 四、本校應蒐集及建置校園性侵害性騷擾或性霸凌防治及救濟等資訊，並於處理事件時主動提供申請調查、申復及救濟之機制，保障被害人之權益，提供資源予相關人員等必要協助。
- 五、學校應提供安全、無性別偏見、性別友善之空間，以減少性侵害性騷擾或性霸凌發生之機會，為提升本校教職員工生尊重他人與自己性或身體自主之知能，各處室應本於業務職掌合作實施下列措施：
 - (一) 每年定期舉辦教職員工生校園性侵害性騷擾或性霸凌防治之教育宣導活動，並評鑑其實施成效。
 - (二) 每年定期為性平會及負責校園性侵害性騷擾或性霸凌事件處置相關單位之人員，辦理校內或鼓勵參加校外相關之在職進修及事件處置研習活動。
 - (三) 將本防治規定相關內容納入教職員工聘約及學生手冊，並另以多元管道公告周知。
 - (四) 鼓勵事件被害人或檢舉人儘早申請調查或檢舉，以利蒐證及調查處理。
 - (五) 辦理教職員工之職前教育、新進人員培訓及在職進修時，納入性別平等教育暨校園性侵害性騷擾或性霸凌防治課程。
- 六、本校為防治校園性侵害性騷擾或性霸凌，應採取下列措施，改善校園危險空間：
 - (一) 依空間配置、管理與保全、標示系統、求救系統與安全路線、照明與空間穿透性及其他空間安全要素等，定期檢討校園空間及設施之規劃與使用情形及檢視校園整體安全，並記錄校園內曾經發

生性侵害性騷擾或性霸凌事件之空間，並依實際需要繪製校園危險地圖，以利校園空間改善。

(二) 定期舉行校園空間安全檢視說明會，公告前條檢視成果及相關紀錄，並檢視校園危險空間改善進度。

前項第一款檢討校園空間與設施之規劃，應考量學生之身心功能或語言文化差異之特殊性，提供符合其需要之安全規劃及說明方式；其範圍，應包括校園內所設之宿舍、衛浴設備、校車等。

七、教務處及人事室應加強宣導本校教職員工於進行校內外教學活動、執行職務及人際互動時，應尊重性別多元與個別差異。

八、本校教育人員於執行教學、指導、訓練、評鑑、管理、輔導或提供學生工作機會時，在與性或性別有關之人際互動上，不得發展有違專業倫理之關係。教育人員發現師生關係有違反前項專業倫理之虞時，應主動迴避或陳報學校處理。

九、學生事務處應加強宣導學生尊重他人與自己之性或身體之自主，與他人相處不得有下列行為：

(一) 不受歡迎之追求行為。

(二) 以強制或暴力手段處理與性或性別有關之衝突。

十、學校校長、教師、職員或工友知悉服務學校發生疑似「性侵害性騷擾或性霸凌」事件時，有通報責任，應即向學校權責人員通報，並由學校權責人員依相關法律規定向直轄市、縣（市）社政及教育主管機關通報，至遲不得超過二十四小時。通報時，除有調查必要或基於公共安全之考量者外，學校對於當事人及檢舉人或協助調查之人之姓名或其他足以辨識其身分之資料，應予以保密。

十一、申請(檢舉)校園性侵害性騷擾或性霸凌事件之提出、受理、調查、申復、救濟程序及其他相關事項建置如下：

(一) 學生事務處於收件後，指派專人處理相關行政事宜，必要時，本校相關單位並應配合協助。

校園性侵害性騷擾或性霸凌事件之被害人或其法定代理人（以下簡稱申請人），或任何知悉有構成性侵害性騷擾或性霸凌之檢舉人，填具申訴書，載明個人基本資料暨事實內容與可取得之相關事證或人證，向行為人於行為發生時所屬之學校（以下簡稱事件管轄學校）申請調查或檢舉。倘申請或檢舉之案件非屬本校管轄權者，由學生事務處將該案件於七日內移送其他有管轄權者，並通知當事人。但行為人為學校首長者，應向學校所屬主管機關（以下簡稱事件管轄機關）申請。

前項事件管轄學校，於行為人在兼任學校所為者，為該兼任學校。

(二) 申請（檢舉）人得以言詞、書面或電子郵件申請調查或檢舉；其以言詞或電子郵件為之者，受理申請調查或檢舉之事件管轄學校或機關應作成紀錄，經向申請人或檢舉人朗讀或使閱覽，確認其內容無誤後，由其簽名或蓋章。

(三) 學生事務處於收件後，指派專人處理相關行政事宜，必要時，本校相關單位並應配合協助。

(四) 學生事務處於三個工作日內將申請人或檢舉人所提事證資料交付性平會調查處理。事件送達性平會，即不再受理同一事件之申請(檢舉)。

(五) 學生事務處於接獲申請調查或檢舉後二十日內，以書面通知申請人或檢舉人是否受理。不受理之書面通知應依本法第二十九條第三項規定敘明理由，並告知申請人或檢舉人申復之期限及受理單位。

(六) 申請人(檢舉人)於前項之期限內未收到通知或接獲不受理通知之次日起二十日內，得以書面具明理由，向本校學生事務處提出申復；其以口頭為之者，同十一之（二）。不受理之申復以一次為限。申復有理由者，應於申請調查或檢舉案確定後三日內交付性平會調查處理，學校並應於二十日內以書面通知申復人申復結果。

(七) 本校性平會得依規定成立「調查小組」調查校園性侵害性騷擾或性霸凌事件。調查小組以三或五人為原則，其成員之組成另依本法第三十條第三項及本準則第二十一條之規定。

(八) 事件當事人之輔導人員，應迴避該事件之調查工作；參與事件之調查及處理人員，亦應迴避對該當事人之輔導工作。

(九) 進行事件調查時，應秉持客觀、公正、專業、保密原則，給予雙方當事人充分陳述意見及答辯之機

會，並避免重複詢問。行為人、申請人(檢舉人)及受邀協助調查之人或單位應予配合，並提供相關資料。

- (十) 當事人為未成年者，接受調查時得由法定代理人陪同。行為人與被害人、檢舉人或證人有權力不對等之情形者，應避免其對質。必要時，得於不違反保密義務之範圍內另作成書面資料，交由行為人閱覽或告以要旨。
- (十一) 性平會之調查處理，不受該事件司法程序是否進行及處理結果之影響。調查程序亦不因行為人喪失原身分而中止。申請(檢舉)人於案件調查處理期間撤回者，應以書面為之。申請人撤回申請調查時，學校或主管機關得經所設之性平會決議繼續調查處理。
- (十二) 非本校教職員工擔任調查之人員撰寫調查報告書，得支領撰稿費，經延聘或受邀之學者專家出席調查會議時，得支給出席費。
- (十三) 本校性平會應於受理申請或檢舉後二個月內完成調查及報告。必要時得延長之，延長以二次為限，每次不得逾一個月，並應通知申請人(檢舉人)及行為人。
- (十四) 調查小組置發言人一人，調查結束後，將結果作成調查報告書，提性平會審議。性平會會議以不公開為原則，主任委員如因故無法主持會議時，得就委員中指定一人代理之。
- (十五) 調查報告經性平會審議後，性平會應將調查報告及處理建議以書面向本校提出報告。
- (十六) 本校應於接獲事件調查報告後二個月內自行或移送相關權責機關依規定議處，並將處理之結果以書面通知申請人(檢舉人)及行為人，同時告知申復之期限及受理單位，並責令不得報復。
- (十七) 性平會應採取事後之追蹤考核監督，確保所作裁決確實有效執行，避免相同事件或有報復情事之發生。
- (十八) 申請人(檢舉人)及行為人對本校處理之結果不服者，得於收到書面通知次日起二十日內，以書面具明理由向本校學生事務處申復。
- (十九) 學生事務處接獲申復後，學校應即依規定組成審議小組，如發現調查程序有重大瑕疵或有足以影響原調查認定之新事實、新證據，申復有理由時，得要求性平會另組調查小組重新調查，或將申復決定通知相關權責單位(性平會)由其重為決定，於三十日內以書面通知申復人申復結果。
- (二十) 申請人(檢舉人)或行為人對本校之申復結果不服，得於接獲書面通知書之次日起三十日內，依本法第三十四條規定提起救濟。
 - (廿一) 本校負責處理(含通報)校園性侵害性騷擾或性霸凌事件之所有人員，就事件之行為人、被害人、檢舉人或協助調查之人之姓名及其他足以辨識身分之資料，除有調查之必要或基於公共安全考量者外，應予保密。負保密義務者洩密時，應依刑法或其他相關法規處罰。
 - (廿二) 性平會委員如涉及申訴事項或有其他事由，足認其有偏頗之虞者，該委員應自行迴避，申訴當事人及利害關係人亦得聲請其迴避。迴避與否，得由性平會決定之。
 - (廿三) 事件經調查屬實後，本校應依相關法律或法規規定自行或將加害人移送其他權責機關懲處。其經證實有誣告之事實者，亦依法對申請人(檢舉人)為適當之懲處。本校為性侵害性騷擾或性霸凌事件之懲處時，並得命加害人為下列一款或數款之處置：
 - 1、經被害人或其法定代理人之同意，向被害人道歉。
 - 2、接受八小時之性別平等教育相關課程。
 - 3、接受心理輔導。
 - 4、其他符合教育目的之措施。懲處涉及加害人身分之改變時，應給予其書面陳述意見之機會。
 - (廿四) 為保障校園性侵害性騷擾或性霸凌事件當事人之受教權或工作權，本校於必要時得請相關處室依職掌為下列處置，經性平會決議通過後執行：
 - 1、彈性處理當事人之出缺勤紀錄或成績考核，並積極協助其課業或職務，得不受請假、教師及學生成績考核相關規定之限制。

- 2、尊重被害人之意願，減低當事人雙方互動之機會。
- 3、採取必要處置，以避免報復情事。
- 4、減低行為人再度加害之可能。
- 5、其他性平會認為必要之處置。
- 6、依教師法第十四條第一項第八款，教師涉有「經學校性別平等教育委員會或依法組成之相關委員會調查確認有性侵害行為屬實」情形者；第九款「經學校性別平等教育委員會或依法組成之相關委員會調查確認有性騷擾或性霸凌行為，且情節重大」情形者；第十款「知悉服務學校發生疑似校園性侵害事件，未依性別平等教育法規定通報，致再度發生校園性侵害事件；或偽造、變造、湮滅或藏匿他人所犯校園性侵害事件之證據，經有關單位查證屬實」情形者，不得聘任為教師。第十四條第三項：其已聘任者，應報請主管教育行政機關核准後，予以解聘、停聘或不續聘。第十四條第四項：教師涉有第一項第八款或第九款情形者，服務學校應於知悉之日起一個月內經教師評審委員會審議通過後予以停聘，並靜候調查。經調查屬實者，由服務學校報主管教育行政機關核准後，予以解聘。
- 7、依教師法第十四之一條，學校教師評審委員會依第十四條規定作成教師解聘、停聘或不續聘之決議後，學校應自決議作成之日起十日內報請主管教育行政機關核准，並同時以書面附理由通知當事人。教師解聘、停聘或不續聘案於主管教育行政機關核准前，其聘約期限屆滿者，學校應予暫時繼續聘任。
- 8、依教師法第十四之二條，教師停聘期間，服務學校應予保留底缺，俟停聘原因消滅並經服務學校教師評審委員會審查通過後，回復其聘任關係。教師依法停聘，於停聘原因未消滅前聘約期限屆滿者，學校教師評審委員會仍應依規定審查是否繼續聘任。
- 9、依教師法第十四之三條，依第十四條規定停聘之教師，停聘期間應發給半數本薪（年功薪）；停聘原因消滅後回復聘任者，其本薪（年功薪）應予補發。但有下列情形之一者，不在此限：
 - (1) 教師受有期徒刑或拘役之執行或受罰金之判決而易服勞役者，其停聘期間不發給本薪（年功薪）。
 - (2) 教師依第十四條第四項規定停聘者，其停聘期間不發給本薪（年功薪），俟調查結果無此事實並回復聘任者，補發全部本薪（年功薪）。
- 十二、本校應視當事人之身心狀況，主動轉介至各相關機構，以提供必要之協助。並於必要時協同相關處室提供心理諮商輔導、法律諮詢管道、課業協助、經濟協助及其他性平會認為必要之協助。所需費用，由本校編列預算支應之。學校調查處理校園性侵害性騷擾或性霸凌事件及對當事人實施教育輔導所需之經費必要時並得提出預算，專案向教育局申請補助，奉核可後支應之。但本校就該事件仍應依法為調查處理。
- 十三、輔導室應依本法第二十七條暨本準則第三十二條規定建立檔案資料，於結案後調查報告及行政處理資料由總務處文書組保管，輔導資料由輔導室資料組保管。

加害人轉至其他學校就讀或服務時，主管機關及原就讀或服務之學校應於知悉後一個月內，通報加害人現就讀或服務之學校。具教職員工身分者由人事室通報，具學生身分者由輔導室通報。

並依本準則第三十三條規定主管機關或加害人原就讀或服務之學校就加害人追蹤輔導後，評估無再犯情事者，得於通報內容註記加害人之改過現況。
- 十四、接獲前項通報之學校，應針對他校轉任之教職員工或轉讀學生加害人實施必要之追蹤觀察輔導，非有正當理由，並不得公布加害人之姓名或其他足以識別其身分之資料。
- 十五、學校於發生性侵害性騷擾或性霸凌事件後，依規定進行通報，並於事件調查完竣後，輔導室逐案將校園性侵害性騷擾或性霸凌事件處理回報表、處理程序檢核表、調查報告及性平會會議紀錄等函報教育局。並另填列「臺北市各級學校校園性侵害性騷擾或性霸凌事件輔導成效評估表」，針對事件當事人輔導成效依據本作業規定之結案標準進行初評。學校案件經教育局各業務主管科進行初評後，

送主政科室（職教科）彙提臺北市政府性平會審查小組（以下簡稱審查小組）進行複評，複評後，由教育局提報臺北市政府性平會備查，經同意結案為止。

十六、本防治規定經校務會議討論通過，陳校長核定後實施，修正時亦同。

臺北市立龍山國中 107 學年度暑假期間學生防溺守則

學務處 體育組

暑假期間，同學們利用假期走出戶外，到海邊旅遊或游泳戲水的機會也增多了。台灣四面環海，水難頻傳，其實很多水難是可以避免的，只要人人具備水上安全意識，慎選安全游泳場所並遵守戲水安全守則，則傷害的機率必然減少甚至不會發生。

➤ 認識不一樣的水域、不一樣的危險

戶外水域有：魚池、河川、溪流、湖泊等淡水水域及海洋之海水水域。各種水域之水性狀況皆有所不同，諸多水域潛藏危險。意外溺水事故多發生在海邊及溪流，主要是因為海邊夏天有颱風，海岸十公尺內會出現海浪、海嘯；內陸河溪則因山高水急，河溪流速湍急，河底坡度大，經常出現暗流漩渦。如果不諳水底狀況，貿然下水或無視偌大水域隱藏的種種危險，恣意弄潮戲水，很可能要付出極大的代價。

➤ 海灘戲水注意事項

- 1.要到設有救生人員值勤的海域游泳，並聽從指導及勿超越警戒線。
- 2.海邊戲水，不要依賴充氣式浮具（如游泳圈、浮床等）來助泳，萬一洩氣無所依靠，容易造成溺水。
- 3.海中游泳，因為是動水，有海流、有波浪，與游泳池不同，故需要加倍的耐力及體力才能達到同等距離，所以不可高估自己的游泳能力，才不會造成不幸。
- 4.嚴禁兒童單獨戲水，以免發生意外。
- 5.遇強烈太陽照射，可能遭曬傷，應擦防曬油或穿防曬衣、戴帽子及太陽眼鏡作防護。
- 6.在海中，若有皮膚受傷出血時，應立即上岸，因為鯊魚對於血腥味特別敏感，可能會遭到攻擊。若受到水母、海蛇等侵襲，應即登岸治療。
- 7.遇有人溺水時，應大聲喊叫或打 119 向消防隊請求協助。
- 8.未學過水上救生，不可冒然下水施救，以免造成溺水事件。

➤ 遵守戲水安全守則

- 1.在開放及有救生人員看守的水域戲水游泳。
- 2.在水域遊憩活動安全旗幟範圍內戲水游泳並遵守安全標示。
- 3.不單獨下水，要有人照顧或結伴而游。
- 4.對水域環境不熟時，不隨意下水。不要游離岸邊太遠，泳技差者不可至深水區，以免發生危險。
- 5.飯後兩小時內不宜游泳且切勿在吃藥、吸毒及酒後游泳。
- 6.不要隨意跳水或奔跑。
- 7.應穿著適合水域活動之服裝（泳裝、海灘服裝等）。
- 8.不要倚賴充氣式浮具，萬一破裂便無所依靠。如自己遇險或抽筋時應鎮靜及早舉手呼救。
- 9.如遇水流，勿逆游與急流搏鬥，應順流斜向游往岸邊。
- 10.體力不佳時，不要逞強下水，若感到疲乏、眩暈、噁心、四肢抽筋時，應立即上岸。
- 11.如自己遇險或抽筋時應鎮靜及早舉手呼救或漂浮等待救援。
- 12.如見有人溺水，僅記「救溺五步，防溺十招」。未熟練救生技術者，不要妄自赴救。

➤ 防溺相關學習網站

- 1.教育部學生游泳能力 121 網 (<http://www.sports.url.tw/>)
- 2.內政部消防署水上活動注意事項
(<http://elearning.ndppc.nat.gov.tw/elearning/class/12/LRNViewer.htm>)
- 3.交通部觀光局水域遊憩活動網（網址：<http://admin.taiwan.net.tw/public/public.aspx?no=196>）



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「溪河流戲水」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
- ✓ 不穿吸水衣褲



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「游泳121網站」
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救災數位學習網→水上活動注意事項
網址：<http://124.199.65.72/elearning/>

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)



教育部 關心您

防溺十招

生命無價！ 教育部再次呼籲並提醒家長，多一份關心，多一點叮嚀，切勿輕忽任何可能發生的危險，避免溺水事件悲劇再次發生，讓我們共同守護學生生命安全！



教育部 關心您

第一招



戲水地點需合法，要有救生設備與人員

第二招



避免做出危險行為，不要跳水

第五招



下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水

第六招



不可在水中嬉鬧惡作劇

第七招



身體疲累狀況不佳，不要戲水游泳

第八招



不要長時間浸泡在水中，小心失溫

第三招



湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心

第四招



不要落單，隨時注意同伴狀況位置

第九招



注意氣象報告，現場氣候不佳不要戲水

第十招



加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆

龍山國中環境清潔維護工作要點

1. 教室窗外不可懸掛雜物或拍打粉筆擦。
2. 垃圾桶、回收桶隨時保持內外清潔，確實做好垃圾減量和資源回收分類。
3. 垃圾一定要用「臺北市專用垃圾袋」，**確實打包**好才可以投遞到垃圾車內。
4. 外掃區域所需垃圾袋、清潔劑統一由衛生組提供，**內掃垃圾袋由班級購買**。
5. **掃具要收拾並排列整齊**，多的請送回，損壞的掃具請於午休時間持掃具領用單至衛生組更新，若為**人為破壞須自費賠償**。
6. 各班教室前與屬於**掃區內的洗手台、飲水機**要隨時保持清潔並清除青苔，肥皂用完請至衛生組領取補充。
7. 內、外掃區打掃走廊的同學同時需要負責花台垃圾清除、記得幫忙澆水。
8. 掃區內(尤其是走廊)如發現**積水一定要清除**。
9. 掃區分配需編制負責同學並保管掃具，嚴禁同學未攜帶掃具至掃區閒晃聊天。
10. 掃區一定要有人打掃，請假同學請安排職務代理人。
11. 地面口香糖由負責該掃區的同學隨時刮除。
12. 隨時負責教學區節水、節電相關工作。
13. 廚餘、餐盒回收請專人負責，**嚴禁傾倒洗手檯或廁所**。
14. 廁所或外掃區域設備如發生故障，需馬上回報衛生組並至**總務處登記維修**。
15. 班級如需清潔消毒，請同學持空水桶至衛生組盛裝漂白水或愛地潔稀釋使用。
16. 外掃區如發現禽鳥或大型動物屍體，請同學通知總務處人員或至衛生組借用清潔用品即時清理。
17. 桶餐如不慎翻倒，請同學務必即時清理，以免影響公共區域衛生及通行安全。

龍山國中清潔藥劑使用一覽表

品項	劑量	清水量
漂白水	約 80 c.c.	約水桶 8 分滿(1:100)
愛地潔	約 1 瓶蓋	約水桶 8 分滿
洗衣粉	依用途適量調配	依用途適量調配
噴霧式防蚊液體	適量於室外使用	X

1. 使用上述化學物品前，請同學務必詳讀瓶身注意事項，避免危害個人健康。
2. 除防蚊液外，請同學持水桶至衛生組向老師領用上列物品。

龍山國中資源回收分類一覽表

104.8.30 訂

107.8.30 修訂

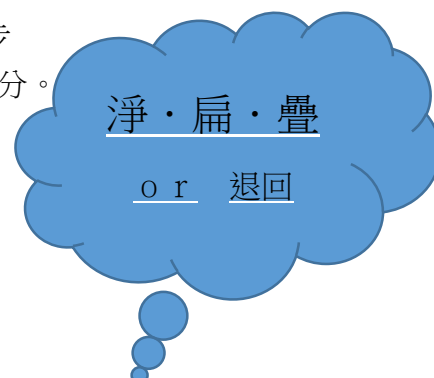
107.10.30 修訂

分類		項目	回收要領	小叮嚀
廢紙類		麵包(蛋糕)餐盒、飲料杯套、雜誌、紙袋、再生紙等	1.拆掉書套 2.鋪平(紙箱拆開鋪平) 3.疊放整齊	塑膠光面廢紙、複寫紙、護貝紙、貼紙底襯、衛生紙、油汙紙類不回收
紙容器		鋁箔包、紙餐盒、牛奶飲料紙盒、紙杯、紙碗、炸雞桶	1. 拔出吸管、撕開杯膜或吸管套 2. 倒光內容物、洗淨（若殘留油漬不予回收） 3. 壓扁或堆疊整齊	1. 吸管、塑膠刀叉為一般回收物之塑膠類 2. 封口杯膜、免洗筷不可回收
一般回收	塑膠	寶特瓶、養樂多瓶、每日 C、塑膠杯、塑膠碗蓋、塑膠便當盒、塑膠瓶蓋、布丁盒…等	1. 拆掉瓶蓋、拔出吸管、撕開杯膜。 2. 倒光內容物、洗淨 3. 壓扁或堆疊。	1. 瓶蓋可回收 2. 飲料杯或布丁盒上的封口膠膜不回收
	鐵罐	鐵罐飲料、瓦斯罐、殺蟲劑…等	倒光內容物、洗淨	瓦斯罐、殺蟲劑之內容物請使用完畢
	鋁罐		倒光內容物、洗淨、壓扁	
	塑膠袋	乾淨塑膠袋(不含油漬、湯汁、血水等)	塑膠袋要打結	複合材質塑膠袋(餅乾、零食之包裝袋)不可回收
其他回收	玻璃瓶		1. 完整無破損 2. 拆掉瓶蓋 3. 倒光內容物、洗淨	先暫置教室一隅， 待資源回收時間 再拿至回收室回收
	碎玻璃		請用塑膠袋打包好碎玻璃裝置紙箱，紙箱外請註明「碎玻璃」	
	廢光碟、廢電池、廢燈管、廢長柄掃具、廢桌椅、水銀體溫計、電風扇、廢雨傘…等			

參考資料：台北市政府環保局網站 (107.6.19)

註.

1. 不可回收:絨毛玩具、打包帶、白板、球、塑膠花盆、木片餐盒。
2. 因部分教室的回收籃只有 3 個，故全校教室一致將資源回收物初步分類為「廢紙類」、「紙容器」與「一般回收」，在資源回收室再細分。
3. 資源回收室的細部分類方式為上表以灰色網底標註的項目。
4. 「其他回收」為不宜放入回收籃的資源物。



遠離愛滋陰影

它的距離
比想像中
更靠近...

愛滋病、B及C型肝炎等，
都是透過
性行為與血液等途徑傳染，
做好防護，保護自己
也保護身旁親密的人。

不要
得到

病毒傳播，到我就停

- ✓ 拒絕誘惑、忠實性伴侶
- ✓ 全程正確使用保險套
- ✓ 主動接受愛滋病毒篩檢

不要
傳染

我是最後一位傳染病患

- ✓ 主動積極接受治療
- ✓ 不與他人發生危險性行為
- ✓ 不與他人共用針具、稀釋液



教育部

<http://www.edu.tw>



衛生署疾病管制局

TAIWAN CDC

疫情通報及關懷專線：1922

<http://www.cdc.gov.tw>



戶外活動多一點 視力健康樂滿點！



一旦發生近視將終身近視，防治近視有撇步

1. 每日戶外活動，有助預防近視。
2. 避免近距離長時間用眼，用眼30分鐘休息10分鐘。
3. 讀書寫字，姿勢要端正，光線要適當。
4. 睡眠充足、飲食均衡。
5. 定期檢查、遵照醫囑矯治視力。



行政院衛生署國民健康局

活力體態生活指南

增重或瘦弱青少年健美秘笈

運動

方式：以重量訓練為主。例如仰臥起坐、伏地挺身、負重跑步、拉單槓。

強度：負荷足夠的重量，做到酸而不痛。

次數：反覆十次為1組，做1-3組，間隔1-5分鐘。

漸進：每週增加一點重量。

速度：平滑順暢的動作。

部位：先胸背再軀幹。

頻率：每週約2-3天。

時間：在1小時以下。

睡眠

把握晚上11點到3點生長激素分泌的黃金時光。

飲食

吃對食物：依照衛生福利部青春期一日飲食建議量。

吃夠熱量：漸進吃到足夠熱量，一天多吃500卡路里，一週增加0.5公斤體重為限。

吃對時間：運動後二小時內先吃全穀根莖類、再吃豆魚肉蛋類。

吃五蔬果：一天至少3份蔬菜、2份水果，至少2份深色蔬菜（一份是自己拳頭大小的煮熟蔬菜、水果）。

少量多餐：分散吃完。

喝足開水：一天至少1500 cc的白開水。

青春期一日飲食建議量

歲數	13-15歲		16-18歲	
性別	男	女	男	女
熱量（大卡）	2800	2350	2900	2250
全穀根莖類(碗)	4.5	4	4.5	3.5
豆魚肉蛋類(份)	8	6	9	6
低脂乳品類(杯)	2	1.5	2	1.5
蔬菜類(份)	5	4	5	4
水果類(份)	4	4	4	3.5
堅果種子類(份)	1	1	1	1

健美生活秘笈

8 每天睡飽飽

5 每天至少**5**蔬果、適當全穀根莖、與優質蛋白

2 每天**2**份奶

1 **1**小時重量訓練、**1**組**10**次、每週加**1**點重量

0 至少喝白開水**1500**cc
(拒絕垃圾飲料、食物)



教育部國民及學前教育署
K-12 Education Administration, Ministry of Education

校園空氣品質旗幟顏色及其對應防護措施說明

AQI 指標之活動建議

AQI	0~50	51~100	101~150	151-200	201-300	301-500
對健康的影響	良好	普通	對敏感族群不良	對所有族群不良	非常不良	有害
	Good	Moderate	Unhealthful for Sensitive Groups	Unhealthful	Very Unhealthful	Hazardous
代表顏色	<u>綠</u>	<u>黃</u>	<u>橘</u>	<u>紅</u>	<u>紫</u>	<u>褐紅</u>
一般民眾活動建議	正常戶外活動。	正常戶外活動。	1. 一般民眾如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等，應該考慮減少戶外活動。 2. 學生仍可進行戶外活動，但建議減少長時間劇烈運動。	1. 一般民眾如果有不適，如眼痛，咳嗽或喉嚨痛等，應減少體力消耗，特別是減少戶外活動。 2. 學生應避免長時間劇烈運動，進行其他戶外活動時應增加休息時間。	1. 一般民眾應減少戶外活動。 2. 學生應立即停止戶外活動，並將課程調整於室內進行。	1. 一般民眾應避免戶外活動，室內應緊閉門窗，必要外出應配戴口罩等防護用具。 2. 學生應立即停止戶外活動，並將課程調整於室內進行。
敏感性族群活動建議	正常戶外活動。	極特殊敏感族群建議注意可能產生的咳嗽或呼吸急促症狀，但仍可正常戶外活動。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人，建議減少體力消耗活動及戶外活動，必要外出應配戴口罩。 2. 具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人，建議留在室內並減少體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2. 具有氣喘的人可能需增加使用吸入劑的頻率。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人應留在室內並減少體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2. 具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。	1. 有心臟、呼吸道及心血管疾病患者、孩童及老年人應留在室內並避免體力消耗活動，必要外出應配戴口罩。 2. 具有氣喘的人應增加使用吸入劑的頻率。

愛護學校、珍惜及善用學校資源

總務處

同學們在學校裡，放眼望去，均屬公物。有些同學在使用時不知珍惜、愛護，常造成大量公物毀損。

所有學校之物品，均由政府撥款購置、裝設。而政府經費來源是人民的稅金，也就是說同學破壞公物，不只在破壞學校，也是在破壞自己的東西，因為那些稅收，是由你的父母所繳納。

學校補足損壞之公物，不是說買即買，事前均需編列預算；有些物品還有規定使用年限，年限不到，就算有經費，也不得購買（上課使用的課桌椅即是其一）。現在同學逞一時之快破壞了它，可能你的弟妹入國中時，就沒有好的桌椅使用，你忍心嗎？

如何維護公物，首先要養成良好的生活習慣：

- （一）不用修正液、刀片或原子筆等污染或尖銳物品在桌面塗鴉、破壞。
- （二）坐姿端正，不翹椅子，以免椅腳鬆脫，甚至可能發生跌倒危險。
- （三）開關門窗時，動作宜放輕。
- （四）隨手關閉水電、以達節能效應。
- （五）課間遊玩時，應遠離教室並注意安全。
- （六）放學後，一定將教室整理乾淨；重要物品一定帶回，避免引起外力侵入，破壞教室。
- （七）學期開始，結合全班力量美化教室；平日維護校園清潔與美觀。越乾淨、美好的校園及班級，遭受破壞的機會越少，學習效果也最佳。

讓我們一起努力愛護公物、美化校園，以建立一個人性化的學習環境；如果不慎或故意破壞了公物，除了可能自己受傷外，更要依情節輕重，受校規處分及按價賠償哟！

臺北市龍山國民中學班級教室冷氣使用與維護管理實施要點

一、目的：

為提供優質學習環境，培養學生節約能源與愛惜公物的良好習慣並達到妥善維護班級教室冷氣設備，節省公帑之目的。

二、依據：

(一) 本校年度工作重點及 96.3.23 學生家長會委員會議決議。

(二) 96.4.23 教室冷氣系統計價會議決議。

三、付費方式：

(一) 依據家長會委員會議決議以『使用者付費』為原則，各班冷氣使用之安裝及維護，以各班自主管理為原則，使用之相關費用以班級同學分攤為優先考量。

(二) 冷氣機使用費支用項目

1. 因使用教室冷氣增加用電契約容量而增加之基本電費。

2. 因使用冷氣機而超約之罰款。

3. 因使用而增加之流動電費。

4. 其他因使用冷氣衍生之相關費用。

(三) 各班於安裝冷氣完成後，至總務處購買儲值卡（一張 1500 元），出納組開立收據予班級收存；儲值卡金額不足時，冷氣會先發出嗶嗶警訊聲後停擺，各班可持卡至總務處儲值。

(四) 冷氣使用電費單價依本校「教室冷氣系統計價會議」議定以每度 5 元為計價基準。

四、開放時間：預定每年 5-10 月，每日上午 10 時 10 分至下午 5 時（九年級晚自習則延至晚上 9 時 30 分）。

五、使用原則：

1. 室內溫度超過 28°C 時，方可開啟冷氣機。

2. 輔以電扇，減少用電容量，不但有冷房效益，並可節約能源。

3. 陰天或室溫在 28°C 以下時以開電扇為主。

4. 冷氣開放期間，應將門窗關妥，進出教室要隨手關門。

5. 溫度設定在 24-26°C 為原則，不可太低，否則會縮短冷氣機使用壽命；室溫降至設定溫度時，壓縮機會暫停運轉，藉此以節省用電並可延長冷氣機使用年限；若室溫超過設定溫度時，壓縮機會再啟動，並保持在設定溫度。

6. 使用冷氣機，以身體舒適為原則，若溫度設定過低，機器無法降至定溫會導致壓縮機不停運轉而影響其使用壽命。

7. 上外堂課時，應關閉冷氣機，以免增加電費負擔；體育課後進入教室先開電扇，換掉溼衣服再開冷氣，否則溫差相距過大，會造成身體負擔容易生病、感冒。

六、管理原則：

1. 冷氣機之開啟、關閉之操作或保管、使用，班級應指定專人負責，每日檢查，如有故障應通知總務處協助處理。

2. 儲值卡用電計費裝置箱為電力設備，請勿自行拆卸或更動，以避免觸電危險。

3. 各班放學離開教室前，請將冷氣電源關掉，並抽回儲值卡，如發現未關電源，將代為抽回儲值卡，並通知及轉交儲值卡予該班導師。

4. 過濾網各班應由專人負責，於每週五取下清洗、擦乾後再裝妥歸位，以免影響冷房效率。

5. 班級冷氣機相關設備故障，若查証係人為蓄意破壞，其費用由破壞者負責，若無法查知破壞者，則由班級負責。

七、本要點由教室冷氣系統計價會議及擴大行政會議討論，校長核定後公佈實施，修正時亦同。

心靈的秘密花園

輔導室簡介



親愛的同學：

告別國小生活，穿上嶄新的制服，背上有校名的新書包，受過新生輔導的洗禮。從此，「國中生」將是你的另一個名字，你也屬於龍山國中這個大家庭。

在國中階段，我們常有很多疑惑——我們是怎麼來到這個世界？我們的生命又將如何結束？人活在這個世界上該作些什麼？讀書？工作？不讀書也不工作可不可以？誰供我讀書？我又有什麼本事工作？我好手好腳的但……我能做什麼？我的腿不好、視力也不好、腦筋也不好……我能做什麼？我爸媽總是叫我這樣叫我那樣，都不聽聽我的想法……我該怎麼跟他們溝通？我爸媽常常沒道理的打我罵我……我該怎麼辦？我爸爸的朋友、哥哥的同學常對我毛手毛腳……我怎麼辦？哇！她交的男朋友……好帥喔！他交的女朋友……好有氣質喔！我怎麼都交不到？唉！別再想了……別再說了……煩死了……我真想離家出走！

這些都是你們可能發生的，不要問同學、朋友該怎麼辦？因為他跟你的年齡一般大，只能給你們友情的支持，無法給你們正確、有用的處理方式。歡迎到前棟二樓輔導室，輔導室的師長們會陪著你一起討論與面對！以下內容皆為輔導室的相關業務：

- 生活輔導：學生生活輔導、特殊學生輔導、中輟（復）學生輔導、轉學生輔導。
- 學習輔導：學習中心、數理資優班、國文英語資優方案、學習態度輔導、學習方法輔導、升學輔導、低成就學生輔導。
- 生涯輔導：生涯規畫輔導、升學與就業輔導、畢業生追蹤輔導。
- 親職教育：家長日、家庭訪問、親職諮詢、親職教育、家庭教育。



除了輔導室，當我有困難時，我可以向誰求救？

校園霸凌、性騷擾申訴專線：

學務處分機 302 或 輔導室分機 601

輔導室分機：

輔導主任 600、輔導組 601、特教組 602、資料組 603、專任輔導 606、兼任輔導 608
專業資源：

※社區心理諮商服務萬華區門診部 2339-5383

※全國婦幼保護專線 113

※臺北市婦幼保護專線 0800-024-995

※全國未成年懷孕諮詢服務專線、求助網站

0800-25-7085（愛我-請你幫我） www.257085.org.tw

※兒福聯盟踴躍少年專線 0800-00-1769

※張老師輔導專線 1980

※衛生福利部提供全國民眾心理諮詢安心專線 1925



情緒辨別小撇步

文章出處：摘錄自《哇咧星樂園》網站

撇步一：意識到自己有情緒

不要逃避



沒事，
我很好！

不喜歡的食物，可以挑掉不要吃，不喜歡的人，
可以盡量避免跟他接觸的機會，但偏偏情緒不一樣，
被你挑掉的情緒會悄悄埋在心裡的某一處，
越想要避免接觸的情緒會莫名一直出現在你煩雜的心情裡，
最好的方法就是不要逃避，正面迎戰它；
下一次當我們準備說出「我很好、沒什麼、別擔心…」時，
先冷靜的想一想，我是真的很好，
還是習慣性的逃避那不舒服的情緒喔！

撇步二：意識到自己有情緒

自己的情緒自己扛



都是他
害的！

「煩ㄝ！要是公車早點來，我就不會遲到了。」

怪罪是我們發洩怒氣的方法，
也是逃避自己真正感受的直接途徑，
「都是他害的」不是我的問題，
當然也就不用特別花心思去解決；
下一次當不舒服的感覺出現的時候，
請小心不要踏入怪罪的陷阱中，
而忘記要好好面對自己的情緒。

撇步三：提高辨別情緒的能力

將自己的情緒倉庫填滿

情緒詞彙表

開心	沮喪	羞愧
惱怒	愉悅	失望
煩躁	焦慮	興奮
鬱悶	滿足	懊悔
感動	幻想	
緊張	平靜	

「我很生氣，真的真的很生氣」
一個事件所引發的不會只有一種情緒，
當然，生氣底下還有許多不同情緒，
因為不重視而生氣，因為冷漠而生氣...等，
當我們的情緒倉庫詞彙不夠多，
也很容易將不同情緒誤用同一個詞表達出來，
而忽略了真正情緒背後需要解決的問題，
錯過對症下藥的好時機。

撇步四：提高辨別情緒的能力

用心觀察自己的情緒變化

我很生氣



我很難過

大部分的情緒會伴隨著反射性的表情、行為，

當一個人雙手握拳，

緊咬嘴唇或是眼淚一直掉的時候，

我們會知道他在「生氣」或他很「難過」，

用心觀察自己所出現的肢體反應，有助於判斷當下的情緒；

另外，練習用句子描述當下的感覺，

嘗試叫出字彙庫，選擇最符合的情緒，

情緒，需要被好好觀察，而不是遠遠的逃開它。

撇步五：提高辨別情緒的能力

嘗試對自己表達

我覺得
不被重視



當我們儲存滿滿的情緒倉庫，

練習觀察自己每一次的情緒變化，

找出最能準確表達當下情緒的字詞後，

接下來請練習在大腦中對自己表達：

「噢！考試考差讓我覺得自己好沒價值。」

這樣練習的原因，

一方面是可以幫助我們降低情緒帶來的強度，

另一方面先在腦中整理過後，

也比較知道如何清楚表達給別人知道

這些五味雜陳的情緒
讓生活多了很多色彩



每一件事都會引發不同的情緒，

小至在路上跌一跤，

大到被喜歡的人告白，

都會讓心裡產生五味雜陳的感覺，

不過，就因為這些五味雜陳，也讓生活多了很多色彩；

想像一下，今天你如果變成一個對任何事都沒有感覺的人，

不會哭不會笑也不會生氣，這樣的生活多無趣啊！

再試一次！



辨別情緒一再練習不氣餒

即使犯錯也沒關係

下一次會做得更好喔！

讓我們學會如何正確辨別自己的情緒後，

能與別人分享開心的情緒，

也幫助身邊關心我們的人準確理解我們的不開心。

辨認自己的情緒很不容易，往往當下情緒會先衝出來，

事後才會意識到，所以鼓勵大家不要氣餒，

情緒辨識是需要一再地練習，即便犯錯也沒關係，

事後檢討都會幫助我們下一次更好。

魔法科學在龍山——你想成為科學達人嗎？ 輔導室 特教組

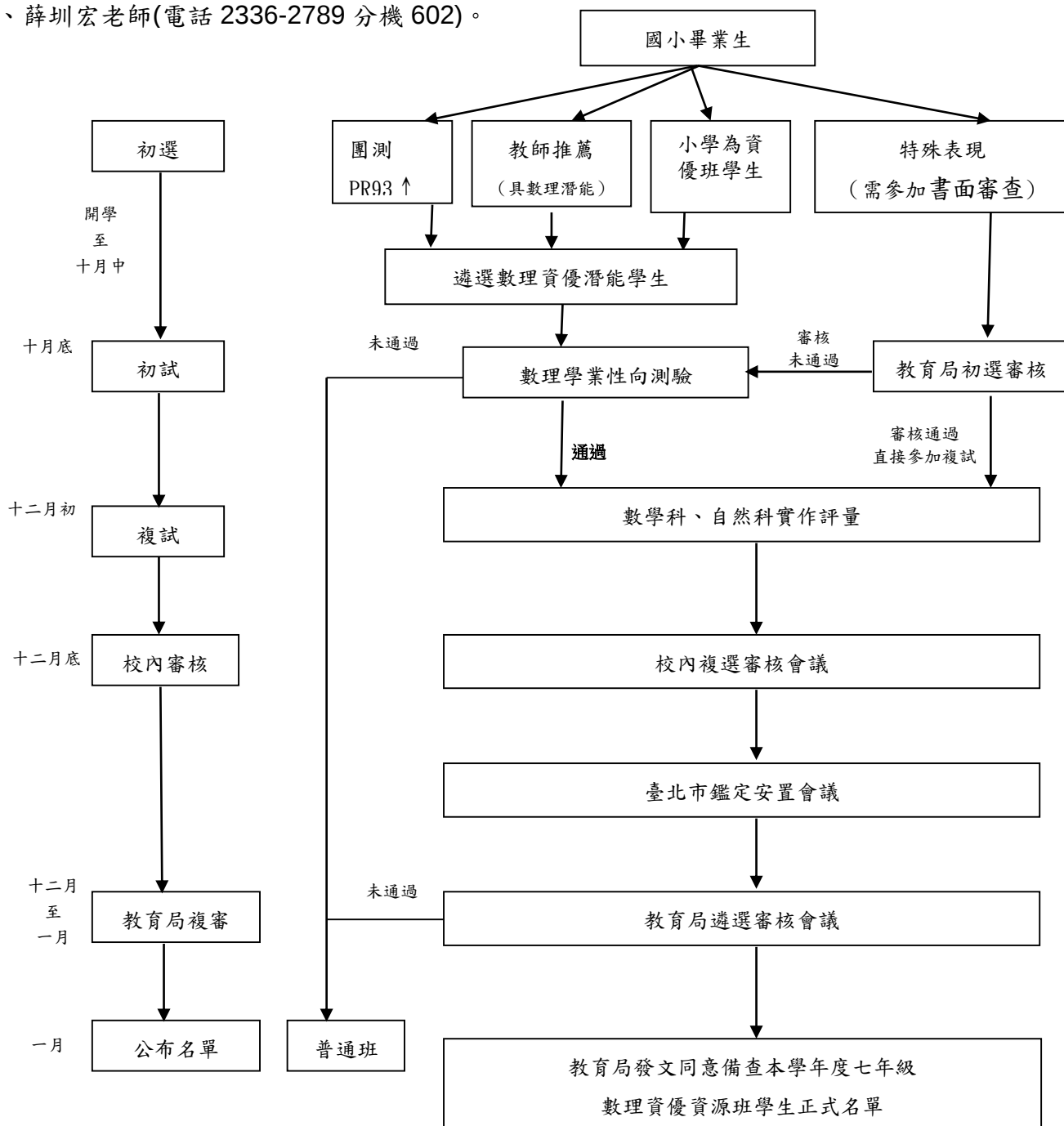
龍山國中數理資優班成立於民國 73 年，至今已有 37 年的歷史，培育了許許多多優秀的人才，如今多數已完成大學，甚至研究所博士班學業，為國家社會貢獻心力。在 101 學年度資優班評鑑中，成為國中組唯一特優學校，並於 103 年五月辦理全臺北市資優班分享研討會，更獲得臺北市資優班建置示範學校殊榮，109 學年更承辦臺北市區域衛星資優教育方案，提供中正萬華區未設立數理資優班國中學生們加深加廣學習的機會。

面對 12 年國教，資優班教師皆以區分化教學，針對每個資優生不同的程度予以個別輔導計畫。資優班畢業生於國中教育會考及特色招生中表現亮眼，傲視萬華區各校。

本校資優班老師自發性於網路上串聯全國從事科學探索教育之優秀教師，辦理「全國國中科學探究聯合發表會」，今年已屆第 10 屆，共計 12 校 84 位學生參加。帶領資優班的學生與全國菁英，發表自己的研究，與他人交流、學習，成為國中科學探究課程的盛會。

你想挑戰數理資優班嗎？如何成為本校數理資優班的學生呢？只要你從小擁有數學及自然科方面的優勢潛能並經過以下的闖關流程，且通過甄選鑑定的門檻，你（妳）就是下一個龍山國中的數理資優生喔！

經由以上說明，如有不了解之處，請直接向特教組—黃慧婷組長或資優班老師—許家源老師、鄭志鵬老師、薛圳宏老師(電話 2336-2789 分機 602)。



臺北市國民中學學術性向資賦優異學生參與特殊教育方案

(國文資優方案與英語資優方案)

本校的資賦優異特殊教育方案採外加方式的教學型態，課程內容與設計採充實、多元模式進行，培養學生創造及獨立思考能力，使學生潛力得以充分發揮。自教育局102學年度推行至今，本校課程運作模式成熟，除了校內優秀師資，亦聘請高中國文師資、外籍師資及從事外語相關行業之師資，加入教學行列。你想一同加入如此精彩可期的課程嗎？首先在七年級上學期的國文或英語三次定期評量要好好表現，三次平均達全年級百分等級九十七以上才能夠申請喔！因此請好好用功讀書才有機會可申請鑑定，通過鑑定即可參加多元豐富的國文或英語資優課程。

一、報名資格：就讀校之七年級學生，並具備下列條件之一者：

(一) 符合「臺北市國民中學學術性向資優學生參與特殊教育方案鑑定書面審查基準說明」

(二) 依申請鑑定類別，符合下列申請標準：

鑑定類別	申請標準
國文	第一學期國文科定期評量平均成績達全年級百分等級九十七以上
英語	第一學期英語科定期評量平均成績達全年級百分等級九十七以上

二、報名時間與方式

(一) 時間：於第二學期公告。

(二) 方式：由特教組主動告知符合資格之學生，提出鑑定申請並填寫相關報名表格。

(三) 備註：若同時符合兩種科目的申請資格，只能擇一申請。

三、其他：有任何疑問請洽輔導室特教組黃慧婷組長(電話 2336-2789 分機 602)。

