

目 錄

一、親職教育議程.....	01
二、校務報告.....	02
三、九十九學年度榮譽榜耕耘與收穫.....	14
四、文章分享—	
特殊孩子教養觀—另類媽媽挑戰學障.....	18
把話說清楚—如何進入孩子的內心世界.....	20

99 學年度下學期親職教育座談會議程

日期	時 間	內 容	地 點	主 持 人
3 月 25 日	18：20-18：40	歡 迎 與 接 待	演 藝 廳	學生事務處
	18：40-20：10	家有國中生，父 母如何伴陪成長	演 藝 廳	主持人： 沈如富校長 講 師： 牧語軒老師
	20：10-21：00	班 親 會	各班教室	導 師

壯圍國中九十九學年度第二學期親職教育校務報告

100/3/25

◎教學事務處報告

一、宜蘭區 100 學年度擴大高中職免試入學，高中薦送模式分配名額如下：宜中 4、蘭女 5、羅高 2、慧燈 1、中道 2，今年國三符合資格的學生有 47 位（3/16 日已抽籤決定薦送名單），4/8 五專、高職免試入學撕榜，若已錄取亦鼓勵參加基測，可證明實力並獲取經驗（三年後也要參加學測），且不致影響班上學習風氣，請家長多幫忙輔導。

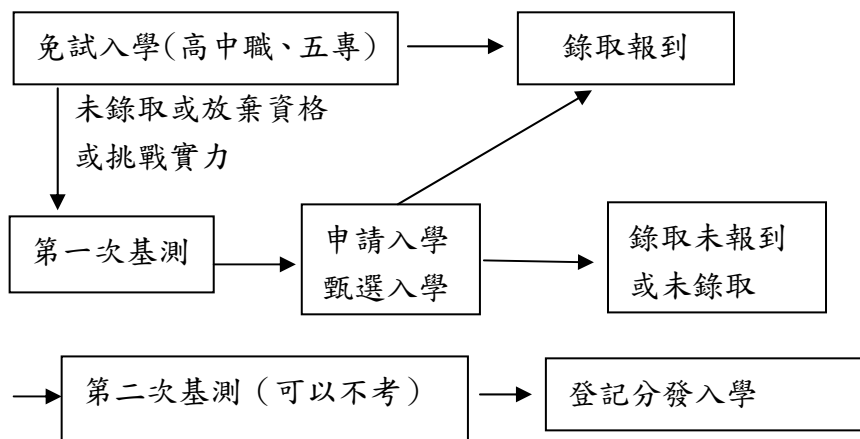
二、免試入學的名額明年將會再提高，且基測只剩下一次，請一、二年級家長留意孩子在校表現，包括平時表現及段考成績。

三、一百年多元入學宣導

（一）、基本精神：考招分離、適性發展

（二）、入學選擇：高中、高職、五專

（三）、入學流程圖：（基測報名費 500 元）



（四）、入學管道

1、高中職免試入學（宜蘭縣高中職---至少第五學期就讀宜蘭縣內國中）：分薦送模式、申請模式。

採計在校成績（含平時與定考成績），採計方式如下：各學習領域【七大領域共八學科】三學期（含七、八年級學期總成績各擇優採計其中一學期及九年

級上學期總成績，且各學期成績完整使用），三學期之學期總成績平均後（計算至小數點第二位），依計算結果進行校內比序，轉換為全校排名百分比呈現

(1) 薦送模式（報名費 100 元）

① 條件：達全校排名百分比前百分之十五且無記過乙次以上懲處（不含累計達三次警告懲處）者。

② 採行學校：宜蘭高中、蘭陽女中、羅東高中、慧燈中學、中道中學

③ 符合資格者向學校提出申請，由國中辦理現場撕榜決定薦送名單

④ 高中端依國中端薦送名單錄取

(2)申請模式：（報名費 100 元）

① 資格：依各校規定計算排序後至所申請學校現場撕榜

② 採行學校：宜蘭高商、頭城家商、羅東高工、羅東高商、南澳中學

2、五專免試入學（報名費 300 元）：各校訂門檻（採計二年級上下學期及三上學期成績平均），通過門檻者可向該校提出申請，再依各校成績計算方式排序，達錄取基本資格者於指定時間、地點撕榜分發（有分發資格不一定錄取）

※免試入學錄取且報到後，仍可參加基測，但不可再參加任一升學管道

3、高中職申請入學：採用第一次基本學力測驗成績，學生分數達各校所訂一定標準者可向該校提出申請，由各校就申請學生之資料加權、加分後擇優錄取。採書面審查方式，各招生學校不再另辦任何形式之測驗。

費用：230 元（可同時申請高中、高職、技藝優良，費用不變）

高中：限申請一校

高職：限申請一校，再就該校所提供科別選擇（運動、管樂專長生可把握此階段）

技優優良：限申請一科，再就提供該科之學校列志願順序

4、高中甄選入學：

(1)藝術才能班（宜中美術班、蘭女舞蹈班、羅高音樂班）---通過資優鑑定

取得鑑定通過文號；第一次基本學力測驗達一定分數，始能參加，再由各

校依成績計算方式擇優或現場撕榜錄取。費用：280 元【體育班除報名費 280 元另須繳交術科測驗費（去年 715 元）】

(2)宜中體育班、中道體育班---依各招生學校所訂條件提出，並參加所舉行之術科測驗，再由各校依成績計算方式擇優錄取。

5、五專申請抽籤入學：分北中南三區辦理。採用第一次基本學力測驗成績為門檻，限申請一校，至所申請之學校參加現場唱名抽籤入學。 費用：400 元

※ 上述 3~5 項方式皆可同時報名，彼此互不衝突；但僅能選擇其中一項報到，一經完成報到手續，即不可再參加登記分發入學，否則取消資格。

6、登記分發入學：高中、高職、五專同時分發

費用：230 元（同時報名高中高職五專 400 元）

高中職依學生在報名基測時所填之分發區為依據（若二次基測所填分發區不同，以第二次基測所填分發區為準），五專全國不分區。可同時選填高中職及五專之志願，由電腦依志願序分發（志願最多可填 80 個）；電腦會自動選擇對學生最有利之基測成績。（有意就讀進修學校之學生務於此階段報名，可節省時間金錢）

(五)、100 年「免試入學、國民中學學生基本學力測驗暨高中、高職及五專甄選、申請及登記分發入學」日程表

一百學年度多元入學行事曆

100.03.18

時間	項目	注意事項	備註
3/11（五）	印發各人基測報名確認單	學生及家長簽名後交回（確認單視同報名表） 以藍或黑色筆簽名（不得用鉛筆），且三聯簽名須一致	3/17（四）收回確認單，注意各項資料及登記分發區是否正確
3/15（二）	高職免試入學報名		地點：羅東高工
3/16（三）	高中免試薦送入學抽籤		

3/21 (一)	五專免試入學 寄件		
3/22~23 (二~三)	繳交第一次基 測報名費 500 元	低收入戶子女或 其直系血親尊親 屬支領失業給付 者免繳報名費	繳交之失業給付證明有效 期限須涵蓋至 4 月 11 日
3/26 (六)	北區美術班聯 合術科測驗		考場：北市中正高中
4/8 (五)	1. 北區五 專、宜蘭縣 高職免試 入學現場 唱名揭榜 分發 2. 免試入學 報到	1. 依所申請學校 通知於指定時 間、定點參加 分發 2. 薦送入學者至 錄取學校報到	錄取後需另行於各校指定 時間繳交畢業證書（畢業 後繳交）
4/11 (一)	學校將處理完 畢之基測報名 資料送蘭女		
4/15 (五)	宜蘭縣高中 職、五專免試 入學錄取者聲 明放棄最後期 限		已報到且未聲明放棄者不 得再參加任何其他升學管 道
4/16~18 (六~一)	北區音樂班聯 合術科測驗		考場：新店高中
4/16 (六)	北區舞蹈班聯 合術科測驗		考場：台北市復興高中
5/6 (五)	發第一次基測 准考証		
5/21~22 (六、日)	第一次基測		考場：宜蘭高商
5/24~5/27 (二~五)	1. 試填申請 入學、甄選 入學報名 表 2. 繳交申 請、甄選報 名費用	1. 以深藍色或黑 色筆工整書 寫，不得用鉛 筆 2. 申請入學 230 元 3. 高中甄選 280 （體育班外加 術科測驗費	1. 申請何校可待拿到成 績單再決定 2. 備妥身份証影本、二吋 半身照片數張待用（視 報名項目而定）

		715 元) 4. 五專甄選 400 元	
5/31~6/2 (二~四)	填登記分發志願卡		每人可填 80 個志願，就讀宜蘭區學校者僅須注意志願順序
6/2 (四)	發第一次基測成績單	複查成績者需附成績單正本第三聯或第四聯	6/3~4 分數複查及結果通知 (申請方式詳見簡章)
6/3 (五)	1. 印發第二次基測確認單 2. 繳交申請入學、甄選各項表單		成績未達申請入學門檻者可退預繳之報名費 230 元。退費地點：行政事務處(江秀玲老師)
6/4 (六)	繳回申請入學、甄選表單最後期限	表單填寫須完整	9:00~11:00am 於教務處
6/7 (二)	學校將處理完畢之申請、甄選報名資料送承辦單位		
6/8~9 (三~四)	1. 繳回第二次基測確認單 2. 繳回登記分發志願卡 3. 繳交各項報名費	1. 務必確認登記分發區 2. 登記分發志願卡簽名處務必使用深藍色或黑色原子筆、志願卡保持乾淨，勿摺損 3. 欲修改志願者於 7/19 一併處理	第二次基測 500 元 (費用請導師代收) 登記分發：(費用請導師代收) 高中職 230 元 五專 230 元 高中職+五專 400 元
6/9 (四)	音樂、美術甄選入學登記錄取報到		至指定地點現場撕榜
6/11 (六)	甄選非學科測驗	帶甄選証準時至各校參加測驗	
6/15 (三)	申請、甄選入學放榜	下午 4:00 後至校領取錄取通知單 (可能提前半小時左右，請電洽)	1. 若確定報到可至行政事務處辦理基測及登記分發退費 2. 退費限於 6/17 (五) 上午 11:00 前辦理完畢，

			參加五專申請抽籤者可延至 6/20（一）上午 11:00
6/17（五）	1. 高中職申請、甄選入學錄取並決定就讀者報到 2. 五專申請抽籤者赴各申請學校現場抽籤分發	1. 帶畢業證書、錄取通知單 2. 不得重複報到	1. 已報到者不得再參加任何其他升學管道 2. 申請入學未招滿之名額流用至登記分發 3. 部份五專於 6 月 20 日進行 4. 抽籤辦法依各校規定
6/21（二）	學校將處理完畢之基測報名資料送蘭女		
7/1（五）	1. 領取第二次准考證 2. 領取登記分發報名表	下午 2:00~4:00 至學校領取（僅報名登記分發者亦需到校領登記分發報名表）	如果學測前沒來領取，請於基測第一天上午至考生服務處領取（見考場指標）
7/9~7/10（六、日）	第二次學力測驗	7/9 上午 8:30 前至考生服務處繳回登記分發報名表（考生本人及家長須以深藍色或黑色原子筆簽名，家長簽名須與志願卡格式一致）	未考學測但有參加登記分發，請務必於 7/14 前將報名表繳回教務處，否則無法報名登記分發。
7/13~14（三~四）		修改志願卡	上班時間於教務處
7/19（二）	發第二次基測成績單	確認志願卡（若欲修改志願請家長隨行）	2:00~4:00pm 於教務處內，請各班導師協助處理
7/22（五）	學校將處理完畢之登記分發報名資料送承辦單位		
8/9（二）	登記分發放榜		下午 4:00 後至學校領取錄取通知單
8/12（五）	登記分發報到	自行前往	帶畢業證書、錄取通知單報到

注意事項：

1. 身障生及原住民因涉及加分，因此所有的報名都必須檢附相關證明文件，請同學事先準備好。
2. 報名表上面要用原子筆（不可用鉛筆）填寫清楚，如有塗改，加蓋私章。
3. 登記分發志願卡則絕對不能使用立可白或立可帶，上面的基本資料填寫，請仔細謹慎。
4. 志願卡填寫後可先影印一份存底，並再三檢查。
5. 有任何相關訊息也請隨時上學校網站（www.cwjh.ilc.edu.tw），注意公告。
6. 若有任何狀況請隨時與教務處聯繫。(03)9381773#24
7. 各進修學校除登記分發外，尚有獨立招生之入學管道，請有意就讀者密切注意該校網站，或直接去電洽詢（各校電話可參閱登記分發簡章）。各校最慢會於七月初發售簡章及報名表，學校若有新訊息亦會公佈於公告欄。

100 學年度壯圍國中選讀技藝教育學程 宣導資料

一、目的：針對技藝學習較有興趣的學生，開設技藝教育選修課程，協助其對生涯的認識，以利於未來之生涯發展。

二、期間：上學期：100 年 9 月至 100 年 12 月；下學期：101 年 1 月至 101 年 6 月

三、對象：招收技藝表現優異或對技藝學習較具性向、興趣之國三學生，且招收遵守生活常規，品性表現良好者，若有校規懲處紀錄，必須銷過，才能參加。當參加人數過多時，同時必須由導師推薦。

四、開班規劃：（輔導老師：廖麗珠老師、李怡旻老師、蒯大中老師）

班別	上學期	課程內容	下學期	課程內容
甲：設計餐旅班	設計職群 (張繼琳師)	職群概論、基礎描繪、色彩學、設計基礎	餐旅職群 (闕靜宜師)	職群概論、休閒與觀光、觀光餐旅、餐飲製作
乙：家政商管班	家政職群 (吳雅惠師)	職群概論、服裝、美容、美髮	商管職群 (康億毅師)	職群概論、中英文文書處理、產品推廣實務、簡易記帳實務
丙：餐旅家政班	餐旅職群 (闕靜宜師)	職群概論、休閒與觀光、觀光餐旅、餐飲製作	家政職群 (吳雅惠師)	職群概論、服裝、美容、美髮

五、課程實施：上下學期各上十七週，利用星期二第五、六、七節實施，惟設計班利用星期二第六、七、八節實施，原時段為學校社團活動時間，上課地點本校美容美髮教室、家政教室、美術教室及電腦教室。

六、修習期滿：選讀技藝教育學程期滿之國三學生，頒予技藝教育修習證書一只。

七、升學管道：「升讀」國立高職所就讀的班別叫「實用技能學程」，只採計在校技藝班成績。

	宜蘭高商	頭城家商	羅東高商	羅東高工
實用技能學程	商用資訊科	餐飲技術科、美髮科、女裝科	餐飲技術科	汽車修護科
招收名額	40 名	各招收 40 名=120	80 名(2 班)	40 名

***以上為 99 年度簡章所開設實用技能學程招生名額**

八、升學說明：辦理技藝班升學報名，第一階段在 6 月初辦理，6 月 16 日放榜。

第二階段報名約在 7 月 29-30 日辦理。(注意：第一次分發錄取同學若放棄錄取，不可參加第二次分發。)

九、升學分發順位：(1) 技藝競賽得獎且為低收入戶者 (2) 技藝競賽者 (3) 低收入戶者 (4) 在校技藝班成績排序。

十、高職「實用技能學程」：

(1) 就業導向為目標，可學得一技之長

(2) 可享有 3 年免學費優待【仍要繳交雜費等】

(3) 輔導參加技能檢定，取得「技術士證照」例如中餐丙級等

(4) 修畢，可獲頒高職畢業證書，也可就業、自行創業、升學

◎特教組報告

宜蘭縣國民教育階段身心障礙學生相關福利與服務簡介

親愛的家長您好，若是貴子弟具有特殊學習需求且具備合格特殊生之身份(領有身心障礙手冊或鑑輔會證明者)，於國民教育階段(含國小及國中)可享有一些教育福利措施與服務，特教組就與目前較相關之項目做簡單的整理，以提供家長了解貴子弟之權益。

一、相關福利措施
(一)如何申請身心障礙手冊： 請備妥身分證(或戶口名簿)影本、1 吋半身照片 3 張，至鄉公所社會課洽辦。
(二)身心障礙者享有全民健保補助： 縣府社會處補助輕度身心障礙者(中度以上由中央政府負擔)，毋需申請
(三)身心障礙者生活補助：

領有身心障礙手冊且家庭總收入符合中低收入戶之標準者，請洽鄉公所社會課辦理。 每月補助簡述如下： 1. 輕度：3000(中低收入)、4000(低收入)。 2. 中度以上：4000(中低收入)、7000(低收入)。
(四)身心障礙者輔助器補助： 本縣領有手冊者可向鄉公所社會課申請，如助聽器、電動輪椅、助行設備、生活輔具等。
(五)身心障礙者免費搭乘縣內客運車 設籍宜蘭縣之身心障礙者，持身障手冊至鄉公所社會課洽辦即可。
(六)身心障礙學生獎助金 就讀本縣之國中身障學生(每校名額 1~2 名，金額每年 5000 元)，以同時具有中低收入以上之同學優先，請洽本校特教組辦理。
(七)重度身心障礙學生教育代金 經鑑定無法就讀國中小學校普通班、特教班之重度以上身心障礙學生，每月補助 3,500 元，請洽本校特教組辦理。
(八)身心障礙學生、身心障礙人士子女就讀公立國中小減免書籍費 1. 持有輕度、中度身障手冊者，可減免書籍費。 2. 持有重度以上身障手冊者，可減免書籍費及學生團體保險費。
(九)其它： 1. 身心障礙者所得稅免稅、免徵使用牌照稅(每人/每戶 1 輛為限)，請洽稅捐處洽辦 2. 水、陸、空交通及育樂場所半價優待
二、教育安置服務措施
(一)領有智障(多障)中度以上之學生，經鑑輔會安置確認者，可接受特教班教學服務。
(二)領有輕度障礙手冊或鑑輔會證明(學障、情障、智障)輕度者，可接受資源班教學服務。
(三)家長若覺得無需教學服務，亦可保留特教身份選擇於安置普通班，於三年級時接受升學服務。
三、升學考試福利
(一)12 年安置服務： 政府為保障領有身心障礙手冊或鑑輔會證明等具有特殊需求的學生，於國中升高職階段提供十二年安置服務(類似十二年國教)，目前提供服務的身障類別計有智障、視障、聽障、自閉症、肢障、學障、情障及腦性麻痺等類，每類能享有之保障及升學的方式略有不同，以下做簡單的整理說明： 1、智障類：可參加 12 年安置，報名完成後，於四月底進行能力評估，有別於一般學測，考試內容偏向生活實用知能與常識，分筆試與操作二部份，二者合計 100 分，通常於五月底公告考試結果，以分數高者優先依志願完成報名分發(每校皆有名額限制)，目前身心障礙手冊持輕、中度學生於宜蘭區可選擇報考就讀之學校有頭城家商(30 名額)、羅東高工(15 名額)的綜合職能科及宜蘭特教學校的綜合職能科；手冊為中、重度學生則以宜蘭特教學校安置為主。 2、視障類：可參加 12 年安置，報名完成後，於四月底進行學測，考試科目、範圍與學測相同，但只限視障類學生可以參加，由縣內領有視障手冊的學生一同比分數，於六月中下旬

公告考試結果，以分數高者優先依志願分發，且具保障名額(縣內高中職學校日間部開缺)性質。

3、學障/聽障類：可參加 12 年安置，報名完成後，於五月底參加第一次學測，以學測分數為依據，由縣內領有學障/聽障證明的學生一同比分數，分數高者優先依志願完成唱名分發，於六月下旬公告考試結果，且具保障名額(縣內高中職學校日間部開缺)性質。

4、自閉症/腦性麻痺類：可參加 12 年安置，可報考智障類(學科能力較弱者)考試或參加第一次學測(學科能力較佳者)，同學障類安置方式，具保障名額(縣內高中職學校日間部開缺)性質。

5、肢障類：領有肢障手冊之學生，參與第一次學測，報考和美實驗學校實用技能科，分數高者優先錄取。

6、情障類：需二年內連續就醫達一年以上(宜蘭區認可醫院為：博愛、聖母及陽明三所)，主要對象為注意力缺陷過動症、情緒行為障礙之學生，方式同學障類，於報考時需先通過資格審查，通過後再參加第一次學測，以學測分數為依據，由縣內領有情障證明的學生一同比分數，分數高者優先依志願完成唱名分發，於六月下旬公告考試結果，且具保障名額(縣內高中職學校日間部開缺)性質。

(二)以身心障礙學生身份加分：

可於申請入學或登記分發時，享有總分加總 25%(加完分後，需與一般學生比分數，以確認是否達該科系錄取標準)或申請外加名額(每校之科系有 2%的外加名額提供申請，但多需達基本門檻，方能具備資格，每系約 1-2 人，但不一定每系都有)。註：單獨使用總分加分，則需以一般學生競爭一般生名額；若使用外加名額，則與身障生競爭外加之名額。

(三)身心障礙學生高中職免試入學

持有身心障礙手冊或鑑輔會證明者，可申請各高中或高職所開列之免試入學名額，各校名額不定(名額為外加)採足額錄取的方式，未錄取或放棄資格者可選擇參加 12 年安置或其它多元入學管道升學；五專部份今年亦有開放免試入學之名額，方式同高中職。明年身障生免試入學之管道將較今年更為多元與暢通。

(四)相關考試服務

持有身心障礙手冊或鑑輔會證明者，可於相關的學測考試申請考試服務措施，如延長考試時間、報讀/放大試卷、代謄答案卡、提供相關考試輔具或適宜無障礙之考場等，經試務單位審核通過後，即可於考試時實施，以維護考試權益。

◎學生事務處報告

一、本校音樂團隊參加 99 學年度全國學生音樂比賽成績輝煌，口琴隊榮獲國中口琴合奏特優(第一名)、打擊樂團榮獲國中打擊樂優等，感謝盧鴻麟老師、游千請老師、張瑛絮老師、余昱頡組長、導師及行政同仁們的指導與鼓勵，也特別感謝所有參賽同學們的努力!讓壯圍國中揚名全國!另本學期管樂團及絲竹樂團將辦理幾場音樂會，如下表，屆時亦請家長們踴躍參與，您的蒞臨就是給我們最大的支持與鼓勵!

編號	日期	時間	地點	性質
01	4月9日 (星期六)	Pm7:00~Pm9:00	蘭陽女中 演藝廳	壯中、蘭女管樂聯合演奏
02	5月24日 (星期二)	Pm7:00~Pm9:00	宜蘭演藝廳	壯中(絲竹樂)、大福(絲竹樂)、古亭(管樂)三校聯合演奏
03	5月28日 (星期六)	Pm3:00~Pm5:00	壯中演藝廳	壯中管樂演奏會
04	6月11日 (星期六)	Pm3:00~Pm5:00	壯中演藝廳	壯中、古亭、雙城三校打擊樂團聯合演奏

二、本校體育團隊參加全國性比賽屢創佳績：

(一)田徑隊參加 100 年全國暨新北市青年盃田徑錦標賽成績輝煌，榮獲國男 800 公尺第二名（方廷安）、國男 1500 公尺第三名（方廷祥）、國男 400 公尺跨欄第三名（陳韶唐）、國男 400 公尺第四名（陳韶唐）、國男 1600 公尺接力第四名（方廷祥、方廷安、林逸瑞、陳韶唐）、國男 800 公尺第四名（方廷祥）、國女 1600 公尺接力第八名（林佩瑩、何娟娟、李宜樺、蔡小萱）、國男團體錦標第二名。

(二)籃球隊榮獲 99 學年度全國國中籃球乙級聯賽北區複賽男生組第一名，並將於 4 月 11 日參加全國八強比賽，先預祝他們奪得冠軍、凱旋歸來！

(三)西式划船隊參加 99 學年度全國中等學校划船錦標賽，榮獲國中女生團體錦標冠軍，其中國女雙人雙槳式第 1 名（游柔柔、周薇）、國女雙人單槳無舵手式第 1 名（游庭瑄、黃詩涵）、國女四人單槳無舵手式第 1 名（游柔柔、周薇、游庭瑄、黃詩涵）。

在此特別感謝陳右宗教練、劉文雄老師、王子恆老師、陳建中教練、林建智組長、導師及行政同仁們辛苦的指導與付出，也感謝所有參賽選手們的努力，為校爭光，感謝你們！

三、本學期全面實施騎乘腳踏車戴安全帽，大部份學生已能配合遵守相關規定，但仍然有少部份學生未能確實戴安全帽，請家長們協助宣導及要求貴子弟騎腳踏車戴安全帽。另，如果你是以機車接送孩子，亦請務必戴上安全帽，以保障生命安全；此外，如自行租賃交通車請留意業者是否合法，並要求駕駛

員切勿超速超載，以維學子安全。

- 四、若您家庭突遭變故，致經濟陷入困境急需援助，可向班級導師或行政事務處江秀玲組長接洽，尋求協助支援，期望讓學生安心順利就學。
- 五、本校遵循教育部規定，依民主程序制定「教師輔導與管教學生辦法」及相關輔導管教規定，詳細內容詳見本校網頁公告，如有任何師生問題皆歡迎所有家長於第一時間與校內師長溝通，我們必竭誠解決您的疑惑。
- 六、依本校學生獎懲實施要點規定：學生遲到每滿十次，記警告乙次；曠課每滿八節，記警告乙次。提醒 貴家長留意學生出缺席狀況。若因故請假，請務必與導師聯繫，並於三日內完成請假手續(填寫假單)，超過請假時限未完成手續者，以曠課計。
- 七、本校學務處，積極辦理各項民主法治、生命教育、品格教育、生活教育、交通安全、防制暴力霸凌、環境保護、防範犯罪、健康教育、學生個別及團體輔導、家庭親職教育等工作。感謝您長期以來的配合與支持，敬請不吝給予指導，如有任何疑問與建議，歡迎與本校師長聯絡，我們必竭誠為您服務！
- 八、為維護校園安全、並做好進出人員管制，請家長配合到校找老師或學生時，除了在警衛室辦理會客登記外，亦請至學務處告知，由學務處老師幫您聯繫相關人員。
- 九、為讓學生有一個安全快樂的學習環境，本校強力宣示反霸凌的信念，除了辦理反霸凌的相關活動外，導師們亦更加留意班上學生在學校生活上的各種情況，且學務處也加強下課及上放學校內外巡察，務期杜絕霸凌事件發生。另外，若您的孩子，在學校發生任何事件，或家長有疑問與建議，皆歡迎與本校老師或學務處聯絡，我們必竭誠為您服務！

(學校電話 9381773 校長室轉 20 學務處轉 21、22 導師室 27、28、29)

◎總務處報告

- 一、本校正進行操場 PU 跑道整建工程，預計 5 月 24 日完工。
- 二、無障礙環境設施改善工程，預計 4 月 5 日完工。

項 目		競 賽 者	指導老師 或承辦人	名 次
99 年全國暨 台北市秋季 田徑公開賽	1500M	方廷祥	陳右宗教練 李文民教練 林建智老師	第一名
	800M	方廷安		第二名
	800M	方廷祥		第三名
	800M	何宜峰		第八名
	400M	陳韶唐		第三名
	400M 跨欄	陳韶唐		第四名
	400 M 接力	陳玉偉、林逸瑞 陳韶唐、方廷安		第六名
	1600 M 接力	何宜峰、方廷祥 陳韶唐、方廷安		第一名
	400M	蔡小萱		第二名
	400M	何娟娟		第六名
	400 M 接力	林佩瑩、蔡小萱 何娟娟、林以婷		第四名
	1600 M 接力	林佩瑩、蔡小萱 何娟娟、李宜樺		第一名
	標槍	劉宇哲		第六名
99 年夏季全國划船排名賽青少年女子組雙人單槳		游庭瑄、周薇	陳建中教練 林建智組長	第一名
99 年全國中 等學校田徑 錦標賽	田徑總錦標	團體成績	陳右宗教練 李文民教練 林建智組長	第七名
	國中男生組 1500M	方廷祥		第二名
	國中男生組 800M	方廷安		第四名
	國中男生組 400M	陳韶唐		第五名
	國中男生組 1600M 接力	方廷祥、方廷安 林逸瑞、陳韶唐		第三名
宜蘭縣 99 年主委盃籃球錦標賽國中男生組		籃球隊員	劉文雄教練 吳小玲教練 林建智組長	第二名
宜蘭縣國語文競賽『字音字形組』		林呂安	林宜澄老師 吳小虹老師	第三名
宜蘭縣 99 學年度美術 比賽	平面設計類	簡吟軒	張繼琳老師 林姿吟老師	第二名
	平面設計類	陳姿涵		佳 作
	版畫類	簡至瑄		第一名
	版畫類	陸冠勳		第二名
	版畫類	簡碧瑄		第三名
	版畫類	李紀萱		佳 作

	版畫類	林佶良		佳 作
	西畫類	林育廷		佳 作
	西畫類	謝湘穎		佳 作
	漫畫類	郭俊昇		第二名
	漫畫類	陳嘉鈞		佳 作
宜蘭縣 99 年身心障礙國民體能競賽	國中男子 100 公尺、立定跳遠	吳庭裕	李聰謙組長	金 牌
	國中女子立定跳遠	鄭宇珊		金 牌
	國中男子 100 公尺、壘球擲遠	張育翔		銀 牌
	國中男子跳遠	陳証壹		銀 牌
	100 公尺			銅 牌
	國中滾球團體	簡聖祐、吳庭裕、鄭宇珊 張育翔、蔡嘉群		金 牌
99 學年度宜蘭縣學生音樂暨鄉土歌謠	國中管樂合奏	管樂團	楊勝苑師 張瑛絮師	優 等
	國中銅管五重奏	黃鈺傑、曾品中、林欣瑩 翁子恆、周盈均		甲 等
	國中口琴合奏	口琴隊	盧鴻麟師 張瑛絮師	優 等 (代表宜蘭縣參加全國賽)
	國中絲竹樂合奏	絲竹樂團	林秉曄師 張瑛絮師	優 等
	國中打擊樂合奏	打擊樂隊	游千請師	優 等 (代表宜蘭縣參加全國賽)
	國中木琴獨奏	盧威韶	游千請師	第二名
	99 年宜蘭縣中小學田徑錦標賽獲獎名單	國男鉛球	陳逸順	陳右宗教練 李文民教練 林建智組長
國男鉛球		林明致	第五名	
國男鉛球		陳柏宇	第八名	
國男鐵餅		林子皓	第五名	
國男標槍		潘庭瑋	第三名	
國男標槍		劉宇哲	第四名	
國男 200 公尺		林逸瑞	第五名	
國男 400 公尺		陳韶唐	第一名	
國男 400 公尺		方廷安	第二名	
國男 800 公尺		方廷安	第一名	
國男 800 公尺		方廷祥	第二名	
國男 800 公尺		何宜峰	第三名	
國男 1500 公尺		方廷祥	第一名	
國男 1500 公尺		何宜峰	第三名	

	國男 100 公尺跨欄	陳韋廷		第四名
	國男 100 公尺跨欄	劉家瑋		第七名
	國男 400 公尺跨欄	陳韶唐		第一名
	國男 400 公尺跨欄	陳昱任		第六名
	國男 400 公尺接力	陳玉偉 方廷安 林逸瑞 陳韶唐		第二名
	國男 1600 公尺接力	方廷安、方廷祥 林逸瑞、陳韶唐		第一名
	國男混合運動	吳秉倫		第四名
	國女跳遠	郭颯吟		第二名
	國女 100 公尺	林佩瑩		第二名
	國女 200 公尺	蔡小萱		第二名
	國女 200 公尺	林佩瑩		第六名
	國女 400 公尺	蔡小萱		第一名
	國女 400 公尺	何娟娟		第三名
	國女 400 公尺	林以婷		第七名
	國女 800 公尺	何娟娟		第五名
	國女 800 公尺	李宜樺		第六名
	國女 1500 公尺	李宜樺		第二名
	國女 100 公尺跨欄	林以婷		第六名
	國女 100 公尺跨欄	李映蓉		第七名
	國女 400 公尺接力	林佩瑩、李宜樺 何娟娟、蔡小萱		第二名
	國女 1600 公尺接力	林佩瑩、李宜樺 何娟娟、蔡小萱		第一名
	國女混合運動	陳致吟		第三名
	國女混合運動	郭颯吟		第四名
	國女混合運動	李映蓉		第五名
	國中七年級大隊接力	106 班		第二名
	國中八年級大隊接力	202 班		第五名
99 年世界青少年發明展 (赴越南參賽)：神奇掛鉤		林慧靜、李培瑜、林愉珍	吳宛如老師	銀牌獎
99 學年度全國美術比賽國中普通班 組漫畫類		郭俊昇	張繼琳老師	特 優
99 學年度宜蘭縣國中籃球聯賽		籃球隊	劉文雄教練 王子恆老師 林建智組長	第一名
2010 宜蘭縣 第三屆青少	『安全又防滑書包』	陳郁昇、游醇志、林彤芸	吳宛如老師	中華創意發展 協會特別獎

年發明展	『安全L夾』	江岳玲、林威萱、范倪綺		國中技術佳作
100 年頭城盃直排輪競賽國中男子休閒組包辦前三名		游俊凱	李聰謙組長	第 1 名
		周祐誠		第 2 名
		吳庭裕		第 3 名
台北國際花卉博覽會校外教學暨攝影比賽		簡至瑄	藍金水組長	第二名
100 年中小學運動會	國男 800 公尺	方廷安	陳右宗教練 李文民教練 林建智組長	第一名
	國男 400 公尺跨欄	陳韶唐		第一名
	國男 1600 公尺接力	方廷安、方廷祥 林逸瑞、陳韶唐		第一名
	國男徑賽錦標	團體成績		第二名
	國男田賽錦標	團體成績		第五名
	國女徑賽錦標	團體成績		第二名
	國女混合運動錦標	團體成績		第二名
99 學年度全國學生音樂比賽口琴組		口琴隊	盧鴻麟老師 張瑛絮老師 余昱頡組長 陳億源主任	特 優 (再度奪得全國第一)
99 學年度全國學生音樂比賽打擊樂合奏		打擊樂隊	游千請老師 張瑛絮老師 余昱頡組長 陳億源主任	優 等
100 年全國暨新北市青年盃田徑錦標賽	國男 800 公尺	方廷安	陳右宗教練 林建智組長	第二名
	國男 1500 公尺	方廷祥		第三名
	國男 400 公尺跨欄	陳韶唐		第三名
	國男 400 公尺	陳韶唐		第四名
	國男 1600 公尺接力	方廷祥、陳玉偉 林逸瑞、陳韶唐		第四名
	國男 800 公尺	方廷祥		第四名
	國女 1600 公尺接力	林佩瑩、何娟娟 李宜樺、蔡小萱		第八名
	國男團體錦標	團體成績		第二名
99 學年度全國中等學校划船錦標賽	國中女生團體錦標	團體成績	陳建中教練 林建智組長	冠 軍
	國女雙人雙槳式	游柔柔、周 薇		第一名
	國女雙人單槳無舵手式	游庭瑄、黃詩涵		第一名
	國女四人單槳無舵手式	游柔柔、周 薇 游庭瑄、黃詩涵		第一名



採訪／陳芸英

你相信嗎？一個曾經有學習障礙的小孩，一路念建中、考上臺大，目前就讀臺大機械研究所二年級！

這個特殊的孩子叫做黃仰山。仰山的媽媽是臺北師院附小的教務主任紀雪盡老師，她用很「另類」的教育方式，讓孩子從學障兒變成高材生。

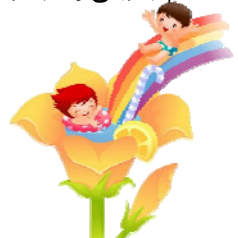
◎多重障礙給予優勢能力引導

從事教學工作，媽媽很早就發現孩子的異常。仰山念幼稚園時，不喜歡溜滑梯也不喜歡盪秋千；上了小學，他喜歡聽媽媽講故事，但不喜歡看書、念書，否則就放聲大哭。

當時學校的輔導室正建立「感覺統合障礙臺灣區常模」，透過常模可以得知每個孩子異常與否，媽媽就讓他參加檢測。結果發現，仰山有觸覺防衛、重力不安全症、手眼不協調、眼球振顫和空間錯置等毛病。

聽到這些障礙別，媽媽快暈過去了，她帶著孩子到處求醫。當時，曾去看一位把感覺統合障礙資訊帶回國的鄭信雄醫生，他拿出鑰匙刮仰山的左腳，沒有反應，刮右腳，會癢，這說明他左右兩邊反應不一。醫生的證明反映在學習上，他寫「陳」時，耳朵邊在左他寫到右，1 8寫成8 1，b和d分不清；手眼不協調導致他不會跳繩，動作不靈活；眼球振顫使他的閱讀呈跳躍式進行，第一個字念完跳到第三個字，第一行讀完跳到第三行，所以他沒辦法順利閱讀。

雖然仰山有這麼多的學習障礙，智力測驗的成績卻發現他是個資優生。媽媽稍稍鬆了一口氣，心想，既然孩子智力沒問題，何不找些方法幫助他克服障礙，引導孩子的優勢發展。



媽媽知道治療越早進行，對孩子的幫助越大。她與兒子一起參與「感覺統合治療」，讓孩子在多變化的活動中，刺激腦幹。除了密集做復健外，還讓他學游泳，以放鬆肌肉張力，學溜冰讓肢體協調，學捏陶刺激腦部發育，一一針對他的先天缺陷做矯正。

仰山小五時，曾得到全臺北市風箏創作比賽特優，媽媽發現孩子具有非常高的機械操作能力和創意。而為了培養仰山的團隊概念，媽媽從小就讓他參加合唱團；到現在，仰山還是青韻合唱團的團員呢！

◎閱讀困難改變學困境

閱讀一直是仰山最大的障礙，媽媽就從減輕視覺學習的方向著手。她不讓孩子們上補習班，孩子看的參考書都是有答案的，用意是讓他翻閱參考，而不是讓他寫密密麻麻的題目。

國小課本字少，閱讀的困難度不大。但上國中後，國文和英文就麻煩了，仰山常喊眼睛不舒服。媽媽把課文錄成錄音帶，把「看」書改成「聽」書。媽媽說，仰山其實很愛閱讀，家裡有大量的百科全書，包括繪本和圖鑑，每一本課外讀物他幾乎都翻閱過，只是愛看圖不看字。

他不愛看字也不愛寫字，所以發明了一些符號代替文字。他在寫家庭聯絡簿時，畫了一堆的星星、圈圈、叉叉，如果想看懂這些符號，得翻到第一頁，因為他在第一頁，就開宗明義的把符號代號簡單說明了。

不過，他的導師看到這些符號很生氣，在聯絡簿裡寫了很多意見。雖然爸爸認為他有科學頭腦，媽媽也默默認同孩子的做法，但，他們還是得和老師溝通。爸爸媽媽認為，念書的方法很多種，看是否適合自己而已。





把話說清楚—如何進入孩子的內心世界



現代的父母常有不知如何與孩子溝通的困擾，與孩子之間的距離也會隨孩子年齡的增長而日新加巨。其實只要稍稍改變一下與孩子溝通的態度，要進入孩子的內心世界也並非難事。

通常在與孩子溝通時，只有大人在說：「你該如何如何」「你犯了什麼錯」，可是事實上，在這同時你或許忽略了孩子正以他們的眼光在看大人，他們正無聲的批評著。例如：晚上十一點多，孩子尚未入睡，而你也毫無要上床的跡象，這時你趕孩子快快上床，他或許會說聲「哦」然後乖乖入睡，然而這時在他心裡卻藏了未說出的疑惑：「大人都好，不用早睡，希望我是大人就好。」如果妳的孩子是藏著這份疑惑上床，那你們的溝通就不完全，因為你讓他帶著不甘心入睡。其實我們仔細思量：孩子要心裡有這種感受是的，而這份不公平也是真的。在小孩的眼中，大人也一樣有瑕疵的，只是他不敢說出來。我們不得不承認：大人的問題、大人的矛盾，遠比孩子多得真多的。

曾經有孩子天真的說：「大人真好，可以打小孩。」這也是個深植我們思量的問題，為什麼大人可以罵小孩呢？或許有人會回答：「他不知危險所在」「他不知我對他好」「他不知好歹，不知分寸」但我們仔細考量，這所謂的分寸在那？你教過他沒？在你生氣的同時是否想過要趕緊負起教育的責任呢？事實上所有思考邏輯真正出的問題的是大人呢！所以我們談如何進入孩子的內心世界時，希望大家能以自我的檢討開始，必須大人先改變，而讓妳孩子能察覺到你的改變。大人首先要學會盡量跟孩子接近，以平等的態度對待他，或許有人會擔心：「我是長輩，怎能以平等態度和孩子相處？」其實這所謂平等是無損尊嚴的，因為明的妳是他的長輩，有義務責任照顧他，除了養他外，更要教育他；而在精神上千萬別忽略了孩子也是個獨立的個體，也需要別人尊重。大人在跟孩子接觸時會有挫折感，也常抱怨孩子的不聽話，然而這聽話的標準又何在呢？夫妻之間時爾都會因不了解彼此的價值觀而有所爭吵，況且是個未受完整教育的小孩呢？所以要小孩去猜大人的價值標準是很難的，因為他永遠跟不上你的步伐，所以這聽話的內容如果沒有翻譯成他所能了解的語言，你所下的命令要求都是白說的，他並非不想聽話，而是聽不清楚。所以在與孩子溝通時，首先就是要把話說清楚。

父母常會跟孩子：「你不要亂花錢」這「亂」字的標準每人不同，當然你孩子的亂字和妳的亂字標準也不一，妳是否曾轉換到他的態度來看？還是以二十年前的標準衡量他呢？妳是否該轉變口氣改口說：「我們家沒有這麼多預算，所以你的零用錢要省著用。」這樣孩子懂了，知道自己的零用錢要有計畫，如此彼此才能得到真正的溝通，也不會再為零用錢傷腦筋，這語意不詳的「亂」字是阻斷彼此溝通的一大鴻溝。另外大人也常跟孩子說：「你要認真一點。」但在孩子心裡也有著疑惑：「我拚命的讀書，你交待我的事我都做了，怎麼還說我不認真呢？」這之間的差異就在於你正在用大人的標準衡量他。其實每個人回顧小時候，誰不喜歡偶爾偷懶一下，或者自己處理一些大人不知道的事呢？既然如此，我們就該還給孩子同樣的空間。因為要他完全踏著你為他安排好的步伐走，就等於在剝奪他生存的適應力，應該讓他試著去體驗處理事情的經驗，而大人只站在陪伴的立場。要他念書，你也該利用這時間陪他，就算處理公事也罷，至少讓他了解這段時間大夥可靜下來做自己的事，在要求孩子時，要先反觀自己生活方式，因為生活方式是一代傳一代的，即所謂的身教。說孩子不孝順時，也要想想：孩子對自己的態度是否正是自己對父母的態度？就算把二十四孝放在孩子的床前也是無用的，重要的是身教，所以若不喜歡孩子的某些行為時，要先看看是否正是自己做的示範。

孩子更期待的是父母丟開權威，毫無條件的真愛，做父母的常會感嘆：「我對孩子如此關心為何他毫無感覺？」這時大家要好好思量一下，這份關愛有無條件含在其中，而在你誤會孩子時，你可曾放下權威向他道歉？其實孩子無時無刻不在等著父母放下權威以對待朋友的方式來進入他們的內心世界，他們的心靈之門並不難打開，只要能真正了解他的需求：

一、公平的對待

跟孩子溝通 不要用命令、要求的方式，要容許他們有提出方案，共同討論、解決問題的方式，而透過家庭會議做成共同約定的結論，父母不再是個霸王君主，孩子也是參事的一份子，如此彼此對家將會更有強烈的歸屬感。

二、無條件的真愛

父母要先完全的接受自己的子女，不要讓他成為你展示面子的工具，也不要

視子女為自己的影子，要他達成你未完成的心願，而是真心的陪在他身旁，肯定他、多看他的優點，多給他讚美，千萬不要用權威來保障你的尊嚴，放下權威，分享彼此的酸甜苦辣，這份關懷油然而生。

三、視之為獨立自主的個體

不要剝奪孩子學習磨練的機會，不要替他做選擇、做決定，做父母的只需提供一張安全、空間大的網，讓孩子能在其中自由約跑、快樂的跳。試著讓孩子培養自己承擔後果的能力，如此也更能健全他求生存的機能。

四、期待被了解

要能解讀孩子的心思，並且將領會到的意念說出來，當解讀到孩子的快樂、傷心或懊惱時，能適時的把你的感受說出來，讓孩子明瞭他是被了解的，這份相知更能拉近彼此的距離，久了，孩子也能夠解讀父母的心思，彼此真心了解，當然就無需掩飾、隱藏，也就不會有誤解的產生。

五、被看重

每個孩子都希望自己是被看重的，如果做父母的，能每天聽孩子講十分鐘的話，而不插嘴，讓他盡情的表達他的意見，且能以專注的眼神聆聽，孩子這份被重視的感覺也會接近彼此的距離。

當明瞭了孩子真正的內心需求後，父母在與孩子溝通時，就要注意到一些生活上的原則：

一、身教

父母的行為是孩子最大的示範看板，所以不得不注意：1、當有誤解產生時，父母能做到道歉的示範，讓孩子也能從中學習誤解的化解。2、放下權威，用朋友的態度平等的對待子女，在家中無所謂的一等公民、次等公民。3、尊重孩子們的選擇，父母只列於協助地位，讓他學習承擔行為的後果。

二、愛的傳達

無條件的愛他、陪他。不去記恨他昨日的錯誤，用語言或行動來傳達你對他的關愛，讓他能真正感受到你對他的愛，不要吝惜表達妳的關愛。

三、寬恕

每一個小孩犯錯時，都會自省的，所以父母一定要比外人更加寬恕自己的小孩，完全的接納他，用真愛寬恕他，包容他。讓他對自己能重生信心，一個大人

犯了錯，都會希望得到別人的原諒，更何況是個未接受完整教育的小孩？

四、快樂

面對家人時要隨時保持快樂的心境，不要讓昨天的不愉快堆積到今天，有任何的不愉快在睡前一定將之消除，不要帶著感傷、批評入睡。在家中要能製造快樂，盡量看杯中有水的部份，主動照照鏡子找出不快的原因，並將之拋除，不要讓之成為沈積的負擔。

對於前面所談如何進入孩子的內心世界，我們也可將之整理成簡單的要點陳述於後：

一次說明白：跟孩子說話，切忌拐彎抹角，避重就輕應該將你所要陳述的話一次說清楚。

二話不說：跟孩子溝通時切忌一句話翻來覆去，重複很多次，這是很容易引起孩子反感。

三思而後言：對於越親近的人，其缺點了解越深，當有心要傷害時往往能一針見血、一刀斃命，所以批評、傷害的話切忌出口。

四面觀看：當孩子有缺點時，別忘了換個角度看看，看看他有好的部份，給他重新好好表現的機會。

吾在後面：下權威，將自我放到最後，以「家」為最大，讓家裡所有人對家都有一份責任感，歸屬感。

六六肯談：每週六天，每天撥一小時，能讓全家相聚無任何敵意的互相懇談、說笑。

七情六慾說出來：能在家中說出真話，讓家人真正分享這些感受、情緒。

八成不猜：有話要絕對說清楚，不要在心裡頭做猜測，不要替人定罪貼標籤。

九命怪貓不死心：要成為家中希望的泉源，不怕挫敗，給予家人無盡的機會。

十分快樂：要珍惜和家人所處的時光，切記：家中有人不開心時，妳是唯一先開心的人。

其實只要真正「用心」要進入孩子的內心世界是絕非難難事的。

資料來源：<http://assist.tceb.edu.tw/parent11.htm>

