

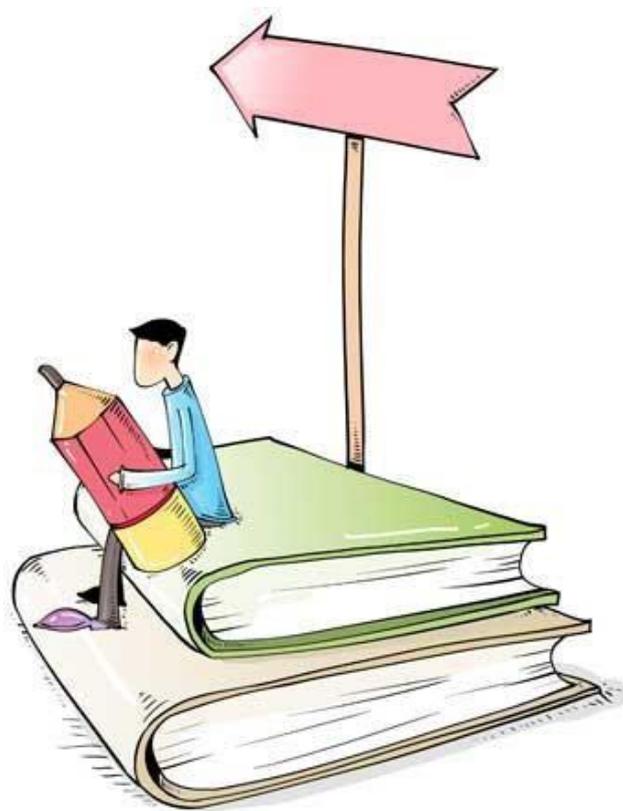
新北市私立竹林高級中學
114 學年度第2 學期
國中部 親師懇談會手冊



日期：**115** 年 **3** 月 **14** 日

竹林中學

歡迎您的蒞臨



目 錄

新北市私立竹林高級中學 114學年度第 2 學期重要行事曆.....	1
國一生涯發展教育家長手冊使用說明.....	3
認識你的青春期孩子及相處之道.....	4
115年國中教育會考考程表及注意事項.....	6
115年基北區多元入學管道.....	7
115年新北市高級中等學校優先免試入學.....	7
115 年新北市高級中等學校專業群科特色招生甄選入學.....	8
115年基北區特色招生考試分發入學.....	9
技高生升學管道.....	10
高中學習歷程檔案.....	11
國三~生涯相關測驗介紹.....	13
十八學群初探~大學選才與高中育才輔助系統 Collego!	14
家庭教育宣導 情商便利貼 家有好心情(國中篇)	15
數位學習宣導 生生用平板-數位學習家長宣導	16

新北市私立竹林高級中學 114 學年度第 2 學期重要行事曆

週次	起訖日期	處室工作、班務活動
一	0208-0214	四技特殊選才放榜11 ★1/21.22.23補上班補課(補2/11.12.13)、國中部社團(一)/高中部社團(一)1/23
二	0215-0221	除夕及春節2/15-2/19(因2/15除夕前一天為週日故2/20補假)
三	0222-0228	友善校園暨防震防災教育週.開學日.開學典禮.服儀檢查.夜間課後學習開始23 高三模擬考(I).高一、二學期補考24 國中學期補考.公布學測成績及開放成績查詢25 自治朝會.校內大學博覽會(高二高三)暨學長姐升學經驗分享(高一國三直升班)26 竹林博覽會報名止(高三).校內讀書心得寫作比賽(12:00止)26 和平紀念日補假27 高三繁星校內模擬試選填26-3/1(自行操作) 全國讀書心得及全國小論文寫作比賽開始 轉學生輔導
四	0301-0307	防制學生藥物濫用宣導 1 寄發大學術科考試成績單.高三繁星校內模擬選填作業 2 國一、高一 複習考 3 國二、高二複習考.國三模擬考(三)3.4 自治朝會 5 高三繁星推薦校內正式選填 5(上午)、補選填 6(上午) 國中部社團(二).班週會(一).生命教育講座(暫)6 行車監督會議.高中數學&自然學科競賽.國三人才選訓測驗 6 個別化教育計畫(IEP)會議
五	0308-0314	誠實禮貌教育週.115 竹林盃獎學金競賽 8 校園書展 8-14 壁報(高二禮).防震防災演練預演 9 全國閱讀心得(12:00 止)10 自治朝會/防震防災演練 12 國中部社團(三)/高中部社團(二).全國小論文(12:00 止)13 國一/國三/高一/高二親師懇談會.高中科學班科學能力檢定 14
六	0315-0321	陳報就學貸款資料 16 大學繁星推薦第 1 類至第 3 類學群放榜. 大學繁星推薦第 8 類學群第一階段篩選結果公告 18 自治朝會 19 國中部社團(四).班週會(二). 國三樸智英文話劇表演活動.國二本土語言動態成果展.期初班聯會議 20 大使校園開講.班級網頁競賽.膳食監督會議 20 新北市高中國際教育博覽會 21
七	0322-0328	民主法治教育週.(國一特色/國二特色/高一二)統一週考 頒發校內獎學金.壁報(高二忠).三對三籃球比賽開始 23 自治朝會 26 國中部社團(五)/高中社團(三)27 國一(平勤禮樂)社區環保服務活動 28
八	0329-0404	大學/四技申請入學第一階段篩選結果公告 31 防制學生藥物濫用宣導 1 段考(I)1.2 自治朝會 2 兒童節 4 清明 5(4/3 補假)
九	0405-0411	體適能教育週. 作業抽查(一) 壁報(高二孝).服儀檢查.畢業班日常生活表現評量/敘獎 7 國三外考班競試考 7.8 班際拔河比賽開始 8 自治朝會.竹林博覽會 9 竹林路跑活動(高中).國中部社團(六)/高中部社團(四)10 國二家長說明會 11
十	0412-0418	競試週 國語文測驗 自治朝會 16 國中部社團(七).班週會(三)17 國高一校歌班呼比賽.視力保健議題海報設計比賽.行車監督會議 17 竹林中學攜手景新國小童軍華新街導覽活動 18
十一	0419-0425	孝親倫理教育週.作業抽查(二) 英雜測驗 壁報(高二仁).週記抽查 20 高三面試模擬(I)20-22 國三外考班模擬考(四)21.22 國二 HPV 疫苗施打第二劑(下午)22 自治朝會 23 國中部社團(八)/高中部社團(五).藏書票比賽 24 家庭教育活動-寫一封信
十二	0426-0502	高三面試模擬(II)24,27-28 期末考(高三)29.30 自治朝會.密室逃脫初賽 30 勞動節.防制學生藥物濫用宣導 1
十三	0503-0509	親職教育週. 壁報(高二愛).各班就學貸款申請作業 4 高三模擬考(II).南勢角社團聯展(暫)6 段考(II)國二.高二/期末考(國三外考班)7.8 自治朝會 7 國中部社團(九).國高二畢業旅行行前講習 8

新北市私立竹林高級中學 114 學年度第 2 學期重要行事曆

週次	起訖日期	處室工作、班務活動
十四	0510-0516	段考(II)國一.高一.國三直升班 11.12 高二/國二畢業旅行 11.12.13 高三學期補考 12 國一國三直升特色課程(山林教育)/高一服務學習 13 自治朝會 14 四技申請入學第二階段甄試 14-26 大學申請入學第二階段甄試.大學繁星推薦第 8 類學群第二階段甄試 14-31 國中部社團(十)班週會(四). 膳食監督會議.班聯會主席政見發表(班聯會主席選舉).國中自然學科實驗競賽.英文朗讀抽測 15 國一(仁愛)社區環保服務活動 16 國中教育會考 16.17
十五	0517-0523	服務負責教育週.作業抽查(三) 壁報(高二信).服儀檢查.一二年級日常生活表現評量/敘獎. 國三外考班學期補考 18 自行車教育旅行團(基礎型)(暫)18.19 「捐血一袋·救人一命」捐血公益活動.國三忠孝仁愛(致理、德霖)科大參訪活動 19 自治朝會 21 孝親園遊會 22【孝親楷模/模範生頒獎.拔河決賽/三對三籃球決賽】 密室逃脫決賽 23
十六	0524-0530	國三升學班多元入學說明會 25(第 1 節) 國三直升班大學一日體驗活動 26 自治朝會 28 班週會(五).發畢冊.畢業典禮演唱會.英文朗讀比賽 29 國語文測驗
十七	0531-0606	能源教育暨消費者保護教育週.競試週 壁報(高二義).畢業典禮預演.週記總檢查.防制學生藥物濫用宣導 1 畢業典禮 2 大學繁星推薦第 8 類學群放榜 3 自治朝會 4 國中部社團(十一)/高中部社團(六). 社團檢討/敘獎/評鑑 .晨讀檢核表繳交(全校一、二年級及國三直升班)5 寄發國中教育會考成績單及開放成績查詢 5 國一(信義和)社區環保服務活動.竹林校系自強活動. 高中入學說明會 6
十八	0607-0613	(國一特色/國二特色/高一二)統一週考 作業抽查(四)8-12 飢餓十二體驗活動(暫)10 自治朝會.大學/四技申請入學放榜 11 多元選修課程成果 11 國中部社團(十二).班週會(六). 期末班聯會議.國一水域安全宣導(第六節).英文單字比賽.行車監督會議 12 國一(忠孝)社區環保服務活動 13 個別化教育計畫(IEP)檢討會 市長獎及品學模範市長獎頒獎典禮 6/8~6/12(暫定)
十九	0614-0620	性別平等教育週.英雜測驗 壁報(高二和)15 代收代付會議 16 自治朝會 18 基北區免試入學志願選填 18-25 端午節 19
二十	0621-0627	春暉五反教育週.高中特招考試分發入學測驗 21 國三升學班選填志願說明 22(晚 6:30-8:00) 自治朝會 25 期末考 26.29.30 高三畢業班暑修 26.29.30 輔導工作檢討 回收輔導紀錄
廿一	0628-0704	假期安全教育週.期末考 26.29.30 高三畢業班暑修 26.29.30 服儀檢查 29 休業式/全校大掃除/調整班級/頒發優質態度&品德楷模獎勵金(11:00 全校放學)30 防制學生藥物濫用宣導 1
暑一	0705-0711	基北區免試入學放榜 7 基北區免試入學報到 9 分科測驗 11.12
暑二	0712-0718	
暑三	0719-0725	(國三外考/高三)複習課程 7/20~7/24 國高一新生訓練 23.24 教師備課日 24
暑四	0726-0801	服儀檢查.發學期成績單.註冊日 27 暑期學藝活動 7/27~8/21 寄發分科測驗成績單 29 防制學生藥物濫用宣導 1
暑五	0802-0808	高三複習課程6.7 戶外活動6.7
暑六	0809-0815	國中學期補考13 高中學期補考14
暑七	0816-0822	
暑八	0823-0829	祖父母節 23 (國三外考/高三)複習課程 8/24~8/26 教師備課日 27.28
一	0830-0905	開學日.開學典禮.服儀檢查 31 防制學生藥物濫用宣導 1

國一生涯發展教育家長手冊使用說明



📖設計架構

搭配《國中學生生涯發展紀錄手冊》內相關資料，一起討論關於生涯規劃的想法與決定，為孩子規劃出一套與眾不同且適合他們的生涯目標。



國中生涯發展教育家長手冊 親子話生涯 築夢好未來 CONTENTS

目錄

編者的話	01
望子成龍、望女成鳳—親子一同話生涯	01
親子生涯發展規劃之旅	05
多元探索·發現亮點—了解孩子的學習表現	10
天生我才必有用—認識性向測驗	17
鐘鼎山林·各有天性—認識多元智慧	22
真我的風采—認識人格特質	29
擇其所愛·愛其所選—認識興趣測驗	32
擁條大路過羅馬—認識適性入學管道	39
明明白白我的心—價值觀與親子溝通	50
附錄—認識群科	55

📖內容說明

1. 理論基礎—Swain生涯規劃金三角

➤自我探索：興趣、能力、價值觀。

(七、八年級)

➤環境探索：職涯參訪與實作。(八年級)

➤自我與環境的整合決定。(九年級)

2. 目錄

📖設計理念

為增進並協助中生家長對孩子生涯探索與規劃的認識，教育部國民及學前教育署特地編印「國中生涯發展教育家長手冊—親子話生涯 築夢好未來」，提供給每一位家長參考，共同來為孩子們的教育盡一份力。

目錄

項目	分項目	頁碼	填寫人	建議填寫時間
一、我的成長故事	(一)自我認識	1-2	學生	每年9月，依年級別填寫
	(二)職業與我	3	學生	
	(三)性向測驗	4	學生	
二、各項心理測驗	(一)興趣測驗	5	學生	測驗實施後填寫
	(二)人格測驗	6	學生	
	(三)其他測驗	6	學生	
三、學習成果及特殊表現	(一)我的學習表現	7-10	學生	1. 領銜學習成績於每年9月、每年3月(或可配合成績單發放時間)，依學期別填寫 2. 國中教育會考成績優異者、體操集訓於實施後浮點成績證明影本
	(二)我的經歷(幹部、社團)	11	學生	
	(三)參與各項競賽成果	12	學生	
	(四)行為表現受獎紀錄	13	學生	
	(五)服務學習紀錄	14	學生	
	(六)生涯試探活動紀錄	15-16	學生	
四、生涯調整與適應		17-20	學生	國三(九)年級第2學期初(約3月)
五、生涯發展與計畫		21-22	學生 家長 導師 輔導教師	國三(九)年級第2學期(或試入學及特色招生前)
六、學生生涯發展歷程相關紀錄	(一)學生生涯發展觀察紀錄	23	導師 輔導教師	進行學生生涯諮詢、觀察或建議後，隨時填寫
	(二)生涯諮詢紀錄	24	學生	
七、家長的話		25	家長	每年9月、每年3月，依學期別填寫
附錄一	國中技藝教育電群與相關性向測驗、興趣測驗之封套分析結果群科對應表(113學年適用)	26-28		每年5-6月，依年級別填寫。家長參與輔導後，繳回統一保管
附錄二		29		
附錄三	體適能標準檢測成績門部標準(配合p.9使用)	30		

認識你的青春孩子及相處之道（取自林其瑾臨床心理師）

孩子進入青春期的時候，是家長頭痛的另一個開始。因為青少年總是善變矛盾又難以捉摸，有時候搞神秘、搞自閉，有時候又積極在社群網站尋求曝光度，情緒大起大落，親子關係突然變得疏遠而且衝突不斷……讀到這裡，頭還真的痛了起來。不過，俗話說「知己知彼，百戰百勝」，想要跟青少年相處得更好，家長需要先試著了解這段期間，青少年到底發生了什麼事。

青少年的大腦生理變化

根據世界衛生組織（WHO）的定義，青少年（adolescent）的年齡層被界定在10到19歲，也就是人生的第二個10年。過去多認為嬰幼兒時期是大腦發展最重要的黃金時期，不過，近年來的腦神經科學研究發現，青少年的大腦仍然相當活躍地發展，是大腦的「第二個關鍵期」。青少年大腦的各個區域以不同步的速度在發展，其中語言、記憶和抽象思考等認知功能有長足的進步，這使得青少年能言善道、腦袋靈活，知識的累積和吸收也相當快速；另外，社會認知訊息的處理能力也有明顯進步，包括：描述情緒、理解臉部表情訊息，以及觀點轉換的能力，因此青少年比過往明顯成熟許多。不過，家長一定很疑惑，為什麼青少年看似成熟，但經常又沉不住氣、容易爆走，甚至作出一些看似愚蠢、不經大腦的決策。原因就是，青少年在情緒感受、尋求酬賞滿足的大腦邊緣系統（amygdala）已經趨近成熟，因此這個年紀的孩子常顯得多愁善感、情緒變化快，立即的酬賞和獎勵對他們有著無法抵擋的吸引力；相較之下，涉及與衝動控制和情緒管理的大腦前額葉（prefrontal lobe）一直要到20幾歲才逐漸成熟。這也解釋了為什麼青少年有很多滿足好奇心、衝動嘗鮮、從事冒險的行為，也比較容易沉迷於3C產品，卻還不一定有衡量事情輕重緩急的能力，也不太會踩煞車。不過，WHO特別強調，青少年「衝衝衝」的行為屬於常態，因為此階段的大腦特殊性也讓青少年更有學習動機、有創意、更能適應環境變化，以及更具有目標導向的學習。

青少年的心理社會變化

青少年在心理發展上開始尋求更多的自主性和自我認同。自主性是指，他們會逐漸踏出家庭，開始向外探索和建立外界的人際關係，最終為成年期的獨立和伴侶關係作好準備。自我認同指的是透過探索去了解自己是怎樣的一個人，進一步形成自我概念和自我價值。在家長眼裡，學業成績是孩子最重要的事情；但是對於青少年而言，需要探索和看重的方向比學業成績多得太多了，包括：我是誰、我的興趣、我是不是有能力、我值不值得被愛、同儕和師長怎麼看我、我未來想要成為怎樣的人……等。青少年早期更容易被同儕壓力影響，會擔心自己變成邊緣人，擔心自己的外表和打扮不夠潮、擔心自己的選擇跟別人不一樣。而青少年晚期開始形成比較明確的自我認同，有比較穩固的價值觀和對於自己的期許，因此比較能抗拒同儕壓力，更勇於作獨特的自己，朋友圈逐漸縮小到知心朋友，並開始探索親密關係。

對於青少年有初步的認知後，家長面對孩子的脫稿演出或是不按牌理出牌的行為，可以更理性地思考，該行為不一定是挑釁或是惡意，而是這個年齡層特有的行為模式。以下也提供家長與青少年溝通的原則。

1. 愛的存款要足夠：青少年時期毫無意外地考驗著更早期親子之間「愛的存款」是否夠多，如果早期的「存款」夠多，意味著親子間的信任和安全感足夠，縱使有衝突和摩擦，仍相

信彼此願意修復和化解。

2. **設身處地**：也鼓勵家長多回憶自己身為青少年的歲月，如果還留著日記就翻出來看，或是約學生時期的朋友一起回憶當年的年少輕狂、閨蜜/兄弟鬩牆，或是挑戰權威而引發的師生和親子衝突。有時候我們已經太習慣當個大人，卻忘記當年自己是怎麼走過那段跌跌撞撞、困惑探索的歲月。
3. **接納不同，更新你的大腦軟體**：現代社會變遷快速，以前是十年一代溝，現在縮短為三年一代溝，孩子的語言文化、溝通方式、娛樂活動、興趣，甚至交友管道、網路使用習慣都截然不同。家長保持開放尊重的心態，願意了解孩子的世界觀，才更能理解青少年的思考脈絡和行為選擇。
4. **多當教練，少當爸媽**：關係是互相的，當家長更信任孩子，尊重他們是一個獨立的個體，決策時能聆聽孩子的意見，順著孩子的邏輯脈絡提出問題和分析利弊，而非直接替他們做決定。這個過程會讓青少年感到被相信和尊重，也更能學習到問題解決的方法。臨床上常聽到家長抱怨，就算問青少年意見，他也只是說「不知道」、「隨便」，即使放手讓他去試，結果又不盡人意。學習決策是一個過程，絕非一蹴可幾，如果孩子過往很少被充分授權、沒有分析判斷的經驗，怎麼期待他很快做出明智的決定？即使事情的結果並不完美，家長若能秉持著從失敗中學習、修正的態度，也會讓青少年感受到被信任，並且更願意負起責任。
5. **尊重隱私和界線，保持安全距離**：青少年會開始有自己的心事和秘密，那些不透明是他們覺得安心的方式。家長可以從日常生活中表達尊重孩子的隱私，包括：先敲門才進孩子的房間，不隨便批評他的朋友，不查看孩子的手機和書包，如果零用錢的使用尚在預算內，不一定要限制他消費的方式和項目（當然，家長可以跟孩子討論養成記帳習慣和儲蓄的利弊）。
6. **話多不如話少，話少不如話好**：青少年的發言有時犀利傷人，語不驚人死不休，當家長發現自己對於孩子的表達有情緒時，先別急著指責或是批評，盡量不動聲色、先聽懂孩子藏在話語背後的感觉和意圖，靜下心來聽，也許你會聽到的是生氣、委屈或是挫折等情緒，而不只是表面惡意的文字。待孩子情緒比較穩定後，家長可試著回饋你聽到孩子的情緒和行為之間的連結；甚至你不急著說什麼、只是聆聽，事後透過字條或 line 等文字訊息，或是小故事大啟示，再傳遞給孩子。
7. **隨時自我覺察**：家長能敏感地覺察自己和孩子的情緒狀態，就有機會調整更合宜的溝通模式和找到溝通時機。舉例來說，如果青少年剛放學回家就一臉臭臉，或是面臨考試的壓力較大，都不是好的溝通時機；同理，當家長自己最近的職場壓力太大，或是夫妻間關係緊繃和感覺到不被支持時，更容易因為生活瑣事而去責備孩子，反而引發不必要的親子衝突。因此，家長能照顧和調適好自己的身心狀態，更有助於親子間的良好關係。



115 年國中教育會考考程表及注意事項

一、考試日期：115 年 5 月 16 日至 5 月 17 日（星期六、日）

二、各科考試時間及題數：

考試科目	時間	題數	結果呈現
國文	70 分鐘	45~50 題	分為「精熟」、「基礎」和「待加強」3 等級 成績計算方式可詳見教育部 國中教育會考網站： https://cap.rcpet.edu.tw/
英語閱讀	60 分鐘	40~45 題	
英語聽力	25 分鐘	20~30 題	
數學	80 分鐘	選擇題 25~30 題 非選擇題 2~3 題	
社會	70 分鐘	60~70 題	
自然	70 分鐘	50~60 題	
寫作測驗	50 分鐘	1 題	分為一至六級分

三、考試時間表

	115 年 5 月 16 日 (六)		115 年 5 月 17 日 (日)		
上午	08:20-08:30	考試說明	考試說明		
	08:30-09:40	社會	自然		
	09:40-10:20	休息	休息		
	10:20-10:30	考試說明	考試說明		
	10:30-11:50	數學	10:30-11:30	英語(閱讀)	
			11:30-12:00	休息	
			12:00-12:05	考試說明	
			12:05-12:30	英語(聽力)	
下午	13:40-13:50	考試說明	※若英聽全部重播，結束時間為 12:55。		
	13:50-15:00	國文			
	15:00-15:40	休息			
	15:40-15:50	考試說明			
	15:50-16:40	寫作測驗			

115 年基北區多元入學管道

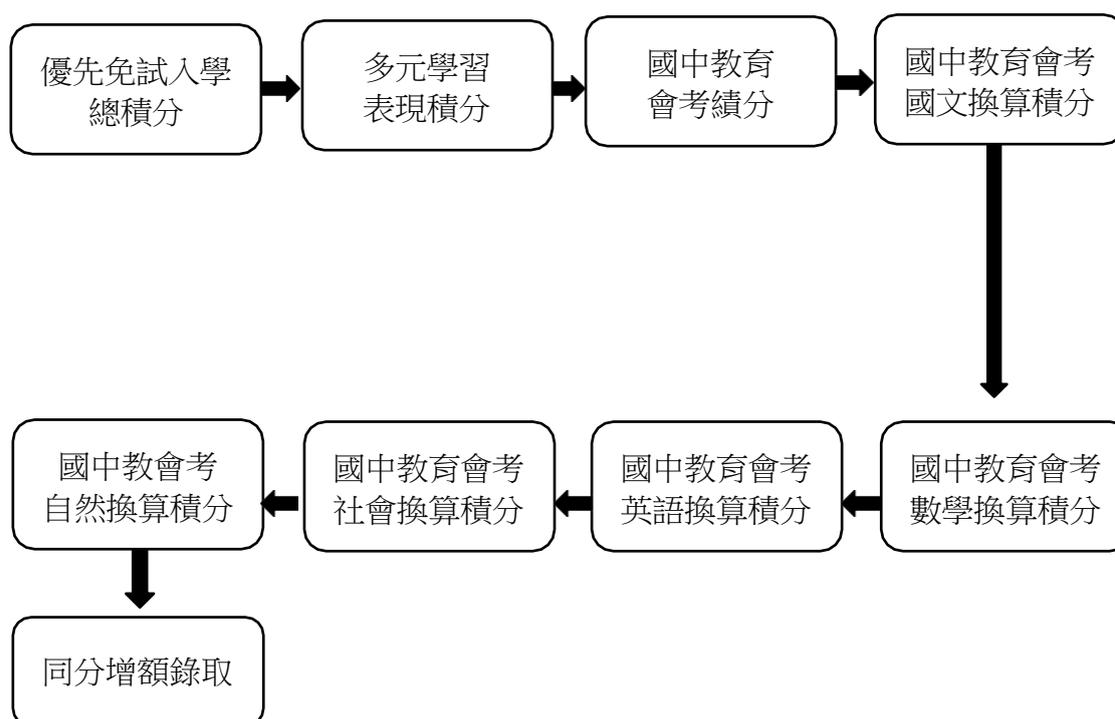
免試入學	新北市優先免試入學	特色招生	甄選入學	
	基北區高級中等學校免試入學		藝術才藝班(音樂、舞蹈、美術)	
	技優甄審入學		體育班	科學班
	五專優先/聯合免試入學		新北市專業群科	
	身心障礙學生適性輔導安置		臺北市專業群科	
			考試分發入學	

115年新北市高級中等學校優先免試入學

一、管道說明

入學管道	免試優先入學
招生對象	1. 新北市全體國中應屆畢業生 2. 公立優免：依「鄰近國中劃分表」對應可招生區國中學校 3. 私立優免：本市轄屬國中學校
招生學校	1. 公立高級中等學校(含綜高普通科及華僑高中)聯合辦理 2. 私立高中職各校自辦
報名原則	1. 依鄰近國中劃分表擇一校報名
錄取規準	1. 報名未超過招生名額，則全部錄取 2. 報名超過招生名額，依「優先免試入學暨直升入學超額比序項目順次表」辦理
其他	1. 各招生學校應提供經濟弱勢學生名額(至少 1%) 2. 各招生學校得列備取名額 3. 其他外加名額(2%)依升學相關優待辦法辦理 4. 私立高中附設國中部畢業生不得報名該校優先免試入學

二、優先免試入學超額比序順序表



115 年新北市高級中等學校專業群科特色招生甄選入學

入學管道	專業群科特色招生
招生對象	國中畢業生、就讀海外學校及大陸台商學校學生
招生學校	新北市公私立職業學校高中附設職業類科共計 12 校
甄選條件	<ol style="list-style-type: none"> 1. 不採計國中教育會考成績 2. 分二階段進行： <ul style="list-style-type: none"> ✧ 書面審查階段(占總成績 30%)，書審成績包含相關群科技藝競賽(15%)、其他競賽(10%)、生涯發展規劃書(5%)以及外加特別加分條件(5%) ✧ 術科測驗階段(占總成績 70%)，考試範圍與國中九年一貫課程綱要相關學習領域之能力指標為主 ✧ 以書面審查成績分數高低，錄取招生名額 3 倍率的學生，未及 3 倍率或同分超額者，全數錄取進入第二階段術科測驗 ✧ 錄取標準：依總成績分數高低為錄取依據，錄取最低分數由各校招生委員會討論訂定之
報名日期	<p>選填期間：2 月 9 日(星期一)上午 8 時至 3 月 3日(星期二)中午 12 時止。</p> <p>選填網址：https://www.tsvs.ntpc.edu.tw/</p> <p>第一階段書審報名：</p> <p>日期：115 年 3 月 12 日(星期四)上午 8 時起至 115 年 3 月 13 日(星期五)中午 12 時止。</p> <p>書面審查結果：</p> <p>3 月 24日(星期二)由各招生學校將成績單寄至各團體報名國中。同時間公告於新北市 115 學年度特色招生專業群科甄選入學網 https://www.ykvs.ntpc.edu.tw/p/403-1000-477.php 及各招生學校首頁。</p> <p>第二階段寄發術科測驗准考證 115 年 4 月 1 日(三)</p> <p>第二階段術科測驗 115年 4 月 11 日(六)</p>
其他資訊	<p>請至 115 年新北市高級中等學校專業群科特色招生甄選入學網站查詢</p> <p>http://163.20.179.17/nss/p/112inter</p>

115 年基北區特色招生考試分發入學

入學管道	基北區特色招生考試分發入學
招生對象	國中應屆畢業生
招生學校	基北區 臺北市立中正高級中學-國際移動力課程實驗班：大學預科 IB-DP、生涯發展路向 IB-CP 臺北市立西松高級中學-國際文憑 IBDP 實驗班 臺北市立育成高級中學-國際文憑 IBDP 實驗班 國立臺灣海洋大學附屬基隆海事高級中等學校-海洋科技人才培育實驗班
考試科目	中正高中：句意解析測驗、訊息判別測驗、創意思考測驗 西松高中：文本分析測驗、資料判讀測驗 育成高中：中文素養能力測驗、英語文素養能力測驗、數學暨科學素養能力測驗 海洋大學附屬基隆海事高中：數學能力測驗、自然能力測驗
報名時間	115 年 6 月 16 日（星期二）8：00 至 6 月 18 日（星期四）12：00
考試日期	考試日期：115 年 6 月 21 日（星期日）8:20-12:00
分發方式	與基北區免試一次分發到位 網路選填志願：115 年 6 月 23 日（星期二）12:00 至 6 月 25 日（星期四）12:00（截止時間與基北區免試入學同步）

115 年科學班甄選重要時程

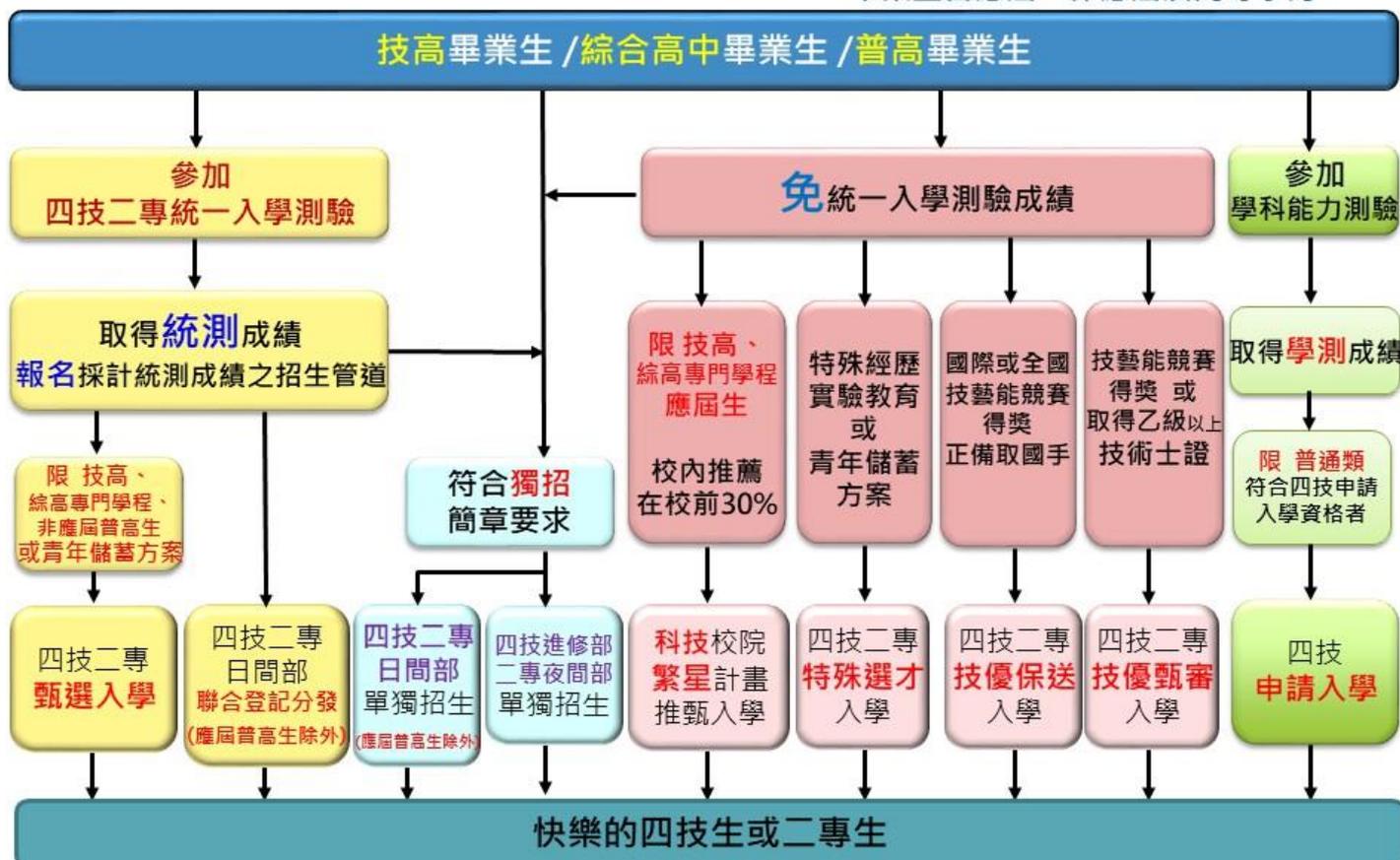
學校	報名時間	科學能力 檢定	科學能力 成績公告	實驗實作	實驗實作 成績公告	錄取 放榜
建國中學	2/12~3/4	3/14	3/18	3/24~3/25	3/31	4/2
北一女中			3/17	3/30~3/31	4/2	4/6
師大附中			3/19	3/28~3/29	4/2	4/7

技高生升學管道

(一)四技二專升學流程圖

四技二專升學管道流程圖

*畢業生含應屆、非應屆及同等學力



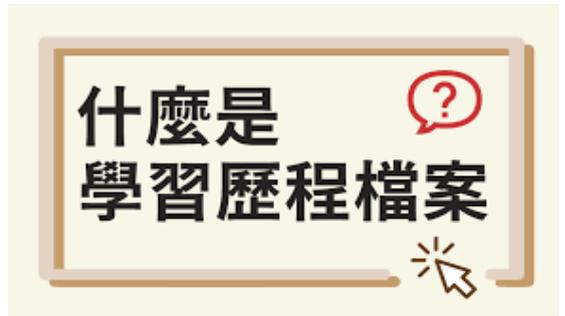
(二)統一入學測驗

四技二專的升學是採用**考招分離制度**，考試和招生分開，考試是指「技專校院入學測驗中心」辦理的「統一入學測驗」，考生僅需參加這一次的考試，以「統一入學測驗」成績向不同的入學管道辦理，所以同學**務必要報考「統一入學測驗」**，**同時也要報名各種入學管道**（如推薦甄試、聯合登記分發等），**才能順利進入四技二專就讀**，因此同學需要去了解各種入學管道的特性，才能選擇對自己有利的管道報考。

一、高中學習歷程檔案

108 課綱實施後，未來在高中階段時，學生必須在課程中練習探究與實作，以培養自主探索、和跨領域解決問題的能力。同時從 111 學年度起，學習歷程檔案也將作為大學甄試入學（學測申請）的重要書面審查資料。學習歷程檔案期望透過記錄每位學生在高中三年的學習歷程與成果，讓升學制度不再限於傳統紙筆測驗的能力，而是藉由學習歷程檔案的建置，來呈現每位同學在不同領域的多元能力展現，並反映出每位高中生不同且獨特的學習軌跡、個人特質與發展潛力。

學習歷程檔案包含六個項目，分別是：**基本資料、修課紀錄、課程學習成果、多元表現、學習歷程自述與其他個別校系指定之資料**。高中校方每學期會負責登錄每位學生的基本資料與修課成績，而同學們則必須於每學期末上傳課程學習成果（每學期至多三項）與多元表現（每學年至多十項）到由政府建置的「學習歷程檔案資料庫」。未來於大學入學申請校系時，學生再從自己的學習歷程檔案資料庫中，分別勾選三項課程學習成果與十項多元表現，並撰寫學習歷程自述和其他資料，最後再交付大學端審查與評分。



二、和過去備審資料相比，有何差異？

過去的甄試入學制度中，備審資料經常有同質性過高、或是單純堆疊與申請科系無關之證明的狀況出現，大學入學彷彿成為一種單純比拼獎狀數量的軍備競賽。不僅如此，備審資料通常只強調最後的成果證明，而缺乏過程中的學習紀錄，因此往往難以反映出每位高中生平時在學的實際課程表現，以及個人的學習特質與潛力。學習歷程檔案將取代過往大學申請的書面備審資料，新舊制度之間的差異主要有以下三點：

（一）強調課程學習成果

學習歷程檔案一大變革在於，增加「課程學習成果」作為大學申請入學的審查項目之一。每位學生每學期可上傳課程學習成果到學校平台，上傳件數由各校訂立。而每學年可從學習平台中，勾選至多三件課程學習成果到中央資料庫，三年最多可累積十八件課程學習成果。這些學習成果歷程反映的是每個學生在學習時所展現出的志趣與特質。在未來，同學可以挑選其中三件成果給大學申請校系審查，大學端也更能從新的學習歷程檔案制度中實際了解申請學生的發展潛力。

（二）納入綜整心得呈現

學習歷程檔案制度同樣也鼓勵高中生平時能夠多加參與不同類型的課外活動。這些課外活動包括學生社團、服務活動、校外競賽等等。除此之外，同學也可以依照自己的意願、規劃「自主學習計畫與成果」課程，並將自主學習成果納入多元表現的成果。與過去備審資料最大的差異在於，同學在未來申請大學校系時，還要再另外撰寫「綜整心得」，進一步說明上述多元表現成果與自己與所申請科系之間的關聯性，解決大學校系過去難以從同質性過高的備審資料中，找到優秀學生的問題繼續發生。

（三）提早探索生涯興趣

過去高中生、家長與老師們時常到了高三才必須費盡苦思製作備審資料，不少同學也在這時候才仔細思考自己有興趣的科系是什麼。而學習歷程檔案制度則藉由定期與長時間的紀錄，大大減輕

每位學生在高三時整理備審資料的負擔以外，還可以讓同學在每學期上傳與準備學習歷程檔案的過程中，提早探索自己生涯志趣的方向。

三、同學該怎麼準備「課程學習成果」和「多元表現」？

(一) 課程學習成果

每學期結束時，學生可以從自己修習的所有課程中，選擇其中三項學習成果，上傳至學習歷程檔案資料庫中。除了傳統基礎學科課程外，同學還可以選擇校訂必修、多元選修課程跟自然及社會領域探究與實作的課程與活動成果，呈現自己最有興趣與最努力的科目成果。至於課程學習成果的作品格式，則沒有限制，可以是一張學習單、也可以是一個實作作品或歷程紀錄，同學可以依照負責上課的老師的安排與規劃。而這些上傳的課程學習成果在每學期結束前，都需要經過教師認證，確保這些成果不是由他人代做。除了具體成果以外，同學還可以把自己的心得與歷程記錄其中，因為成果並不限定十分完美的作品才能上傳，若能從失敗的經驗中得到收穫，讓自己更加確定自己的興趣與動機，藉由適當的說明與呈現，都可以說是一份好的課程學習成果。



(二) 多元表現

學習歷程檔案中的「多元表現」部分，包括幹部證明、社團證明、校內外競賽、服務經驗與自主學習計畫成果等等。每所高中會安排「團體活動時間」與「彈性學習時間」，同學們可以利用這些時間從事有興趣的活動內容，豐富自己的多元表現。不過，多元表現的審查標準同樣並非越多越好，未來每位同學在每學年最多只能上傳十項多元表現到學校平台；最後在高三申請校系時，也最多只能繳交十項多元表現。

重要的是，學習歷程檔案強調質量並重，因此把「一件作品」或是「一個社團幹部」做好，並不一定就比「參加滿十個課外活動」來得遜色。此外，過去常會有一種想法，認為在寒暑假期間能「出國交換」的同學，在申請入學時就會比參加「國內實習或志工」來得有優勢。然而，大學教授在審查時，同時也會評估每位同學參與多元表現的深度與動機，因此未來學生在高三申請大學校系時，還要針對自己的多元表現撰寫「綜整心得」，進一步說明自己的參與動機與心得感想。這些心得資訊也有助於大學審查書面資料時，在標準上更具有公信力。

(以上資料取自: <https://www.108epo.com/courses.php> 作伙學!)



四、國三~生涯相關測驗介紹

(一) 適性化生涯性向測驗(臺師大心測中心)

多元性向測驗含有八個分測驗，可使個人了解自己的潛能趨勢和弱點，預測個人發展的方向。

測驗名稱	測量的能力
語文	測量受試者在不同情境下與人之間的溝通、互動之語言表達以及理解文本內容的能力。
數學	測量受試者在數字與數量概念的運用能力，以及與數量方面有關的推理能力，此又稱「數感」能力。
空間	測量受試者對於物體在腦海中方向轉換如：翻轉、旋轉與折疊，以及對於空間、圖形中的線索和小空間距離感判斷的能力。
邏輯推理	測量受試者對於找出事物共同原理原則，及可將既有的原則應用到相似的情境，來協助問題解決的能力。
觀察	測量受試者對於覺察和辨別實物或現象在圖形與外形上的改變或細小差別，並快速擷取資訊的能力。
科學推理	測量受試者在運用線索解決日常生活相關之情境所遭遇到之科學問題的能力。
美感	測量受試者在視覺感知的表達能力和判斷視覺形象的敏感度。透過色彩、線條與畫面等方式，並運用不同的作答方式展現出美感。
創意	測量受試者在有限時間內針對某個主題，能夠提出不同的構想並且能夠改變思考方式，突破成規的能力

(二) 情境式生涯興趣測驗(臺師大心測中心)

測驗目的是了解自己的興趣類型，所測興趣類型說明：性格及喜歡從事的活動

實用型 (R)	性格	情緒穩定、有耐性、坦誠直率、講求實用、喜歡親手操作
	工作	機械、電子、土木建築、農業
研究型 (I)	性格	善於觀察、思考、分析與推理，喜歡思考問題並解決，有創意、喜歡與相同興趣或專業的人討論
	工作	生物、化學、醫學、數學、天文
藝術型 (A)	性格	直覺敏銳、善於表達與創新、希望藉文字、聲音、色彩或形式來表達創造力和美的感受。喜歡獨立作業、較隨興。
	工作	音樂、寫作、戲劇、繪畫、設計、舞蹈
社會型 (S)	性格	對人和善、易相處、願意關心、傾聽和了解別人、喜歡幫助他人成長、喜歡團隊工作、交友廣闊
	工作	教師、輔導、社會工作、醫護
企業型 (E)	性格	精力旺盛、生活緊湊、喜歡冒險競爭、做事有計畫並立刻行動。不願花太多時間仔細研究，希望用有權利去改善不合理的情事。善說服和組織能力，上進。
	工作	管理、銷售、司法、從政
事務型 (C)	性格	個性謹慎、做事講求規矩和精確。按部就班、精打細算、有效率、仔細、可靠且有信用。不喜歡改變或創新，也不喜歡冒險和領導。
	工作	銀行、金融、會計、秘書

五、十八學群初探~大學選才與高中育才輔助系統 Collego!



自主驅動、適性揚才

探索生涯旅程

找到適合你的學群學類與學系

輸入關鍵字(資訊、學群、生物、學系...)

(一) 功能說明

※功能說明：

The screenshot shows the Collego website interface. At the top, there is a navigation bar with the Collego logo and tabs for '大學選才', '高中育才', '焦點話題', and '最新消息'. To the right, there are search, '常見問與答', and '登入' buttons. Below the navigation bar, there are several content categories:

- 大學選才** (highlighted with a crown icon):
 - 認識學群
 - 認識學類
 - 認識大學
- 高中育才** (highlighted with a crown icon):
 - 探索生涯旅程
 - 三年行動計畫
 - 探索興趣類型
 - 探索核心素養
 - 探索領域學科
 - 探索加深加廣課程
 - 探索知識領域
- 焦點話題**:
 - 找作品(關鍵字)
 - 找話題
 - 找標籤
- 最新消息**:
 - 所有公告
 - 系統公告
 - 選才公告
 - 育才公告
 - 會議公告
 - 生涯資訊
- 搜尋**:
 - 關鍵字
 - 進階適配
 - 依據選擇條件
 - 增加此範圍條件
- 常見問與答**:
 - 新手上路/密碼/帳號使用/登入
 - 選才相關
 - 育才相關
 - 搜尋功能/比較功能
 - 個人化功能
- 登入**:
 - 登入/註冊帳號
 - 關於Collego!
 - 著作權聲明

為了幫助高中生可以順利探索適合自己的學習資源及生涯發展路徑，自106年起由大考中心開發了Collego系統來提供高中育才及大學選才的資訊。目前已移轉由大學招生委員會聯合會主辦，並委託臺北醫學大學承辦。

(二) 高中育才

1. 探索生涯旅程
2. 三年行動計畫
3. 探索興趣類型
4. 探索核心素養
5. 探索領域學科
6. 探索加深加廣課程
7. 探索知識領域

(三) 大學選才

1. 認識學群
2. 認識學類
3. 認識大學

➤連結網址：<https://collego.edu.tw/>



社會情緒學習 (Social and Emotional Learning, SEL) 五大內涵

- 自我覺察**：理解並覺察自己的情緒、想法、價值觀與優劣勢。
- 自我管理**：有效管理情緒、想法與行為，並實踐生活或學習目標。
- 社會覺察**：理解與同理他人想法與感受，展現同理與關懷。
- 人際關係技巧**：建立健康與良好的人際關係，並在需要時能尋求協助或協助他人。
- 負責任的決定**：能考量倫理道德、規範，及理解不同群體的需求與感受，評估利弊與後果，展現具同理心與建設性的決定與行動。

美國非營利組織「學業社交與情感學習協作組織」(Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning, CASEL) 提出。

如何和孩子作正向溝通?

- 自我覺察**：家長需要了解自己的情緒與反應模式。
- 自我管理**：家長學會管理與孩子互動中的壓力與期待。
- 社會覺察**：家長從孩子的角度出發，增進同理心。
- 人際關係技巧**：保持開放的溝通管道，讓孩子覺得和家長說話是安全的。
- 負責任的決定**：鼓勵孩子參與家庭決策或規則的討論。

如何與孩子討論規律的生活作息?

- 自我覺察**：家長覺察自己的情緒，自己對小孩的期待是否合理。
- 自我管理**：家長以冷靜和正向的思維面對問題。
- 社會覺察**：理解孩子的需求和壓力。
- 人際關係技巧**：學習親子以合作的方式面對與解決問題。
- 負責任的決定**：引導孩子理解規律作息的影響，並為自己的選擇負責。

如何與孩子討論升學議題?

- 自我覺察**：家長理解自己的情緒與期待，並調整與孩子的對話方式。
- 自我管理**：家長能管理自己的情緒，採接納與傾聽的方式與孩子對話。
- 社會覺察**：家長要理解孩子可能面臨的壓力、困惑或興趣，尊重他們的選擇。
- 人際關係技巧**：升學決定是親子共同參與的過程，家長可成為孩子的支持者和引導者。
- 負責任的決定**：幫助孩子認識選擇的策略，並運用到升學規劃中，讓他們對自己的未來負責。

家庭教育諮詢專線

412-8185 (手機撥打+02)

服務內容

- 夫妻相處 婆媳關係 親子溝通 子女教養
- 婚前交往 情緒調適 家庭資源 生活適應

服務時間

	週一	週二	週三	週四	週五	週六	週日
09-12	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
14-17	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
18-21	✓	✓	✓	✓	✓		

生生用平板-數位學習家長宣導

新北數位學習
親子同行

攜手一起打造
智慧學習樂園

推動中小學數位學習精進方案
班班有網路 生生用平板

對象1-12年級

- 1 數位內容
充實計畫
- 2 行動載具與
網路提升計畫
- 3 教育大數據
分析計畫

啟用家庭數位學習 您可以怎麼做？

- 建立健康的數位學習習慣
- 設定規律學習時間和良好學習空間
- 積極參與學習過程並陪伴解決問題
- 適度監督網路使用避免過度沉迷
- 安全且負責任地使用數位科技
- 培養數位素養和安全意識

新北市親師生平台

提供多項A-I學習資源
學習無障礙

SCAN QR CODE

因材網e度 COOLEBOT 酷英網AI特助

新北市政府 教育局

★數位學習家長宣講講座：

📅時間：115年4月19日（星期日）上午09:30-11:30

📍地點：雲端智慧科技中心3樓探索空間（新北市板橋區僑中一街1號，大觀國中校內）

✍報名方式：採線上報名，活動預計錄取家長60人，名額有限，請盡早報名，以免向隅。

★宣導影片：[114-2數位學習家長宣導影片【讓家成為孩子的智慧基地】](#)



講座報名↑



宣導影片↑