

# 宜蘭縣立壯圍國民中學 109 學年度第 2 學期期初校務會議會議紀錄

壹、時間：110 年 2 月 19 日 ( 星期五 ) 下午 2 時




貳、地點：本校莊園樓 4 樓會議室

參、主席：陳校長貴玲

記錄：江秀玲

肆、出席人員：如簽到名冊

伍、主席致詞：

<p style="text-align: center;"><b>109學年第二學期 期初校務會議</b></p> <p style="text-align: center;">報告人：陳貴玲</p> 	<p><b>歡迎新成員</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♥ 陳宥薰老師(地理代課老師)</li> </ul> <p><b>好事持續進行中</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>♥ 視聽教室設備更新</li> <li>♥ 校園廣播系統更新</li> <li>♥ 半戶外球場動土</li> <li>♥ 壯圍獅子會捐贈校車</li> </ul> <p style="text-align: right;">~快樂付出、享受進步~</p> 																												
<p><b>這學期我們一起攜手努力</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 中小學運動會---3/3~3/5</li> <li>● 壯圍鄉鄉長盃英數競賽---3/13</li> <li>● 全國原住民運動會---3/19~3/21</li> <li>● 蘭陽盃數學大賽---3/25 3/28</li> <li>● 中小學籃球賽---3/26~3/29</li> <li>● 宜蘭縣EEG競賽---4/10</li> <li>● 宜蘭縣科展---4/17</li> <li>● 全中運---4/18~4/22(雲林)</li> <li>● 國中教育會考---5/15~5/16</li> <li>● 畢業典禮---6/11</li> <li>● 新生報到---6/26</li> </ul> 	<p><b>少子化的思維與作為</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 音樂團隊的盤整與轉型</li> <li>● 本校未來班級數之預估</li> </ul> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <thead> <tr> <th colspan="7">109學年度壯圍鄉各國小學生總數</th> </tr> <tr> <th>年級</th> <th>小六</th> <th>小五</th> <th>小四</th> <th>小三</th> <th>小二</th> <th>小一</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>學生數</td> <td>127+3</td> <td>95+2</td> <td>109+7</td> <td>120+1</td> <td>124+1</td> <td>122+2</td> </tr> <tr> <td>預估班級數</td> <td>5</td> <td>4</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p>● 備註：今年國一當屆總人數為116+8 分發至本校105+9 報到93+9</p>	109學年度壯圍鄉各國小學生總數							年級	小六	小五	小四	小三	小二	小一	學生數	127+3	95+2	109+7	120+1	124+1	122+2	預估班級數	5	4				
109學年度壯圍鄉各國小學生總數																													
年級	小六	小五	小四	小三	小二	小一																							
學生數	127+3	95+2	109+7	120+1	124+1	122+2																							
預估班級數	5	4																											

## 109 學年度 非學校型態實驗教育之學生個人與實驗教育機構

<p style="text-align: center;"><b>109學年度 非學校型態實驗教育之學生個人與實驗教育機構 莊園國中處理原則</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>法源依據與專責單位</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* <b>法源依據</b>：民國 107 年 05 月 10 日修正 宜蘭縣高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育補充規定。</li> <li>* <b>專責單位</b>：宜蘭縣實驗教育育成中心。</li> </ul>	<p style="text-align: center;"><b>宜蘭縣所屬各級學校校園餘裕空間 活化實施要點( 107 年 11 月 30 日修正)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 六、學校餘裕空間配合本府重大政策需求，活化利用範圍如下： (三)配合教育政策或計畫設置相關資源中心或機構：新住民學習中心、樂齡學習中心、成人教育中心、終身學習中心、樂活運動站、偏鄉學校數位機會中心、能(資)源教育中心、教師研習中心、特教資源中心、家庭教育中心、輔導諮商中心、技藝教育中心、社區多功能學習中心、<b>實驗教育場域</b>等。</li> </ul>
---	--	--

### 縣府借用本校作為共學基地

**宜蘭縣 109 學年度「共學基地-共學共好」實施計畫**

壹、目的：

- 一、提供非學校型態實驗教育諮詢及交流管道，彼此相互支持共同成長。
- 二、開放教學課程，透過資源與經驗分享，全面提升本縣實驗教育之精進。
- 三、建構本縣完善多元之實驗教育環境，開創教育發展新契機。

貳、辦理單位：

- 一、指導單位：教育部國民及學務教育署
- 二、主辦單位：宜蘭縣政府
- 三、承辦單位：宜蘭縣實驗教育中心
- 四、協辦單位：宜蘭縣立壯圍國民中學

參、對象：本縣高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育(以下簡稱非學)學生、家長

肆、地點：宜蘭縣立壯圍國民中學

伍、共學期程：110年1月1日至110年7月31日

### 縣府：每周10節供全縣非學學生(個人)參與(方案一：提供課程)

**宜蘭縣 109 學年度「共學基地-共學共好」實施計畫**

課程表

第一節	二	三	四	五
8:30-9:15	瑜珈 小六-國三		體適能 小六-國三	國小探究科學 小四-小六
9:25-10:10	生活故事 小六-國三			國小探究科學 小四-小六
10:20-11:05				國中探究科學 小六-國三
11:15-12:00			蔬菜製作 小六-國三	國中探究科學 小六-國三
13:25-14:10		數學研習 小六-國三		
14:20-15:05		數學研習 小六-國三		

一、課程時間配合 109 學年度下學期課程行事曆，自 110 年 2 月 18 日起實施，計 20

### 縣府：宜蘭縣非學學校型態家長諮詢服務平台(方案二：諮詢服務)

- (一)對象：宜蘭縣非學家庭、非學生本人及對非學有興趣者。
- (二)諮詢內容：計畫撰寫方式、遇到的問題、相關檔案製作方式、未來升學管道及學生學習輔導等面向。
- (三)方式：1、每周四下午1-4時。2、請於諮詢時間前10分鐘內抵達壯圍國中諮詢室準備，諮詢過程係以非學生為主進行面對面方式的談話方式，必要時亦會請家長暫時離開，諮詢現場會全程錄音，以維護彼此權益。
- (四)報名方式：需於前一週上網預約時間，網址：<https://reurl.cc/Xkooje>

### 經費挹注：

- \*宜蘭縣共學基地-共學共好實施計畫，14萬3640元。
- \*10節鐘點費：200節\*360=72,000元
- \*本校：1萬元印刷費、3000元材料費。

### 鄰近本校：聯合國際實驗機構

- \*該機構國中部學生，依附在本校學籍，
- \*該機構國小部學生，依附在古亭國小。
- \*依據110.02.09宜蘭縣政府召開跨科室實驗教育研商會議
- \*決議：成績評量及符合畢業資格等由實驗機構與本縣實驗教育中心審核，再由壯圍國中核發畢業證書。

### 宜蘭縣教育處：聯合國際實驗機構須協助本縣發展英語協助方案

- \*109(下)學年度壯圍國中外籍教師互動教學。
- \*暫定：每周四、周五第八節，對象是7、8年級由英語教師推薦學生參與。
- \*教育處長於壯圍鄉聯席會特別指示。

字立無降以下一非

實主自之憑堅對學非「持不以  
即臨心對本館臨「士學育殊絕

### 民國 107 年 05 月 10 日修正宜蘭縣高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育補充規定。

- 六、設籍學校應視實驗教育學生及家長之需求，提供下列協助：
  - (一)提供學校親職教育課程。
  - (二)協助學生購買學校選用之教科書。
  - (三)提供家長教材教法諮詢，並適時給予輔導。
  - (四)實驗教育之學生得參與學校定期評量及其他學習評量，但評量成績不列入畢業成績獎項評比。
  - (五)提供學生身心健康檢查相關訊息。
  - (六)依實際就學情形收取平安保險費及其他代收代辦費用。
  - (七)對參與實驗教育之特殊教育需求學生，提供必要之資源及協助。
  - (八)學生得向學校申請使用與實驗教育教學相關之設施設備；設施設備之申請程序及使用，依學校相關規定辦理。
  - (九)其他有助於學生實驗教育成效的協助。

### 學籍轉入與轉出

- \*民國 108 年 09 月 02 日宜蘭縣國民中小學學生學籍管理辦法
- \*學生依高級中等以下教育階段非學校型態實驗教育實施條例參與非學校型態實驗教育者，其學籍相關事項依該條例規定辦理。
- \*學生編入班級：依據本校編班辦法處理之。

### 宜蘭縣免試入學關於非學校型態實驗教育學生之採計原則

- 體適能採計
- 日常生活表現之計分：
- 服務學習採認：
  - 1.參加學習所屬學校之服務學習課程或課後服務學習活動
  - 2.校外服務學習，於國中期間運用社區資源進行相關活動
- 社團採計：可參加校內或校外社團活動
- 競賽、技職證照或資格檢定之計分，依競賽主辦單位之規定選擇報名參加。

### 宜蘭區免試入學超額比序項目

- 1.畢業資格：
- 2.均衡學習：
- 3.多元學習表現：
  - (1)品德表現
  - (2)服務表現：非學學生無法取得班級幹部之積分
  - (3)競賽表現：除EEG、語文競賽、蘭陽盃數學、學生美術比賽等依各校規定辦理初賽，其餘均可參加。
  - (4)體適能
- 4.適性發展：提供生涯手冊，家長自行填寫。
- 5.教育會考表現：

### 設籍於本校之非學學生用餐

- \*共學團體參與師生：國中3位、國小1位，導師：陳政卉老師，外聘授課教師。
- \*109學年度每周一、三、五，共學基地之師生會在家政教室用餐。
- \*每周二、四，非學師生自理

### 進入本校：手機呈現識別圖示



### 進入本校：服裝規定

- \*須穿著本校制服外套或共學基地自行製作統一服裝，以利辨識。

### 參加共學課程之主要範圍

- \*進入校區，共學課程以不影響原有校內教學課程，約束盡量以單一路線為主。
- \*主要活動範圍：樂群樓之遠距教室以及化學實驗室等，環境清潔維護則由共學團體負責。

### 共學團體與本校之關係

- \*合作、夥伴的關係。
- \*教學資源共享、共好、互惠的關係。
- \*彼此非隸屬之關係。
- \*參加共學團體之學生，須轉入本校學籍。

### 注意事項：

- \*場地借用：請各位老師落實線上登記制。
- \*如須借用遠距教室，須提前告知。

按一下以新增文字

The End

## 陸、各處室業務報告

### 教學事務處

- 一、因疫情之故，寒假開學日延後，故 2/22 開學日，2/24~2/25 舉行國三第三次會考模擬考，4/22-4/23 國三第四次會考模擬考，距離會考時間不到 3 周，請導師提醒同學加強準備。
  - 二、預告 110 學年度，本校行之有年的週二下午學校行事(班級經營)、社團(國三技藝班)，未來會調整至周三下午的時段。
  - 三、今年開設國三寒假輔導課、特教班課後照顧班、學習扶助、追單字等，在寒假期間，加強學生課業，感謝三年級導師及任課老師、賴麗如師、黃雅玲師、胡玉琦師、陳雅萍師及同時辦理 EEG 單字王集訓，感謝國基主任、張惠雯組長協助。
  - 四、本學期三年級課後輔導 3/2(星期二) 至 5/13 日(星期四)，期間 4/7、4/8、5/6、5/7(段考停課)、4/2、4/5(連假停課)、4/9(EEG 場佈停課)。一、二年級完免計畫(學力提升)第八節於 3/2(星期一)開始上課，6/1 國一完免第八節結束、6/2 國二完免第八節結束。
  - 五、今年教育會考時間為 5 月 16、17 日，三年級第二次段考日期為 5/6~7，請三年級任課老師於第二次段考前將所有課程上完，以利同學準備會考。
  - 六、國三導師請注意：4/30 多元學習表現(服務、競賽及體適能)積分採計截止、5/14 五專多元學習表現積分、技藝優良成績採計截止、5/31 畢業資格、均衡學習及品德表現積分採計截止。
  - 七、110 年宜蘭區高級中等學校免試入學作業要點，步驟一：各國中就縣內各高中高職所提撥 50% 免試入學名額，依各國中畢業生比率設定各校分配名額，五專今年獨立作業採優先免試及聯合免試。高職單科單班、進修部(附設進修學校)不提供各校分配名額，按第一志願及比序積分(加權)高低分發。本校分配各高中名額如下：

蘭陽女中	羅東高中	宜蘭高中		中道中學	慧燈中學
10 名	1 名	8 名(男)	1 名(女)	2 名	3 名
- 其他細節請參閱 109 學年度宜蘭區高級中等學校免試入學簡章。另請三年級導師轉知同學，若發現積分有問題務必向註冊組反應。
- 八、本校預計 110 年 03 月 13 日(六)辦理壯圍鄉鄉長盃英數競試，屆時召開工作協調會議，請有擔任工作人員的老師參與，比賽當日使用七年級教室，麻煩請導師叮嚀學生座位清空。
  - 九、110 年全縣 EEG 比賽日期訂於 110 年 4 月 10 日星期六，今年依慣例進行三項比賽，其中英語歌唱及讀者劇場成績參採用全國語文競賽等第，例如 9 隊(特優 2 隊、優等 5 隊、甲等 2 隊)、10 隊(特優 3、優等 5、甲等 2)，依此類推。活動進行中，採取防疫因應措施，當天全校的教室不是當考場就是休息室，要再麻煩各位導師協助督導學生維持教室

整潔，

- 十、110 年度宜蘭縣科學展覽交件 3/23 前截止，請指導老師把握報名、送件時間，如有需行政協助請找課務組或主任，我們將盡力配合。宜蘭縣第 14 屆蘭陽盃數學大賽相關日程調整：報名時間 3 月 2 日至 3 月 9 日(一)截止；【數學遊戲王】110 年 3 月 25 日(一)；【數學金頭腦】110 年 3 月 28 日舉行競賽。
- 十一、110 學年課程計畫，有擔任社團指導老師，均須撰寫社團課程計畫；校訂(彈性)課程申請與否，會影響到 110 年度教師配課問題，課務不足教師會要配其他科目。
- 十二、縣府來函：課後輔導不得強迫學生參加、不得授課新進度、不得收取鐘點費留學生自習、家長同意書應有不同同意選項且無須敘明理由，違反教學正常化(依教學進度上課)教師，經限期未改善依規定懲處。
- 十三、師大心測中心蒞校，進行會考前測，4 個班級會抽出 2 個班級，帶至會議室及視聽教室施測(學生須戴口罩、黑色原子筆、修正帶、橡皮擦、學生證)。
- 十四、再次提醒：段考或模擬考期間，監考教師請確實點名，缺考名單請填寫在試券袋的監考表，考試鐘聲響後 5 分鐘，教務處派員巡視全校各班，若有需要協助請立即反應。
- 十五、最後感謝所有同仁對教務工作的支持與配合，謹代表教務處同仁祝大家教學愉快、平安健康！

## 學生事務處

一、依縣府因應「嚴重特殊傳染性肺炎」(武漢肺炎)疫情之防疫措施來文，為保障校內師生的健康及安全，學校已於 110.2.1(一)召開 109 學年度第 2 次防疫會議，會中達成決議於 2/22(一)開學日起，將依縣府指示採取以下的防疫措施，請全校同仁共同協助與配合，以下說明本校相關防疫作為與後續措施：

(一) 已採取之防疫作為：

1. 2 月 1 日成立防疫小組，並召開 109 學年度第二次防疫會議。
2. 訪客進入校園需先至教務處/學務處/總務處/輔導室/導師室填具實名制訪客登記表、酒精乾洗手消毒及配戴口罩。
3. 壯圍鄉清潔隊於 2 月 19 日(五)下午將進行學校戶外空間消毒。
4. 健康中心已整理並備妥防疫物資 ( 額溫槍、75%酒精、口罩、漂白水 )，衛生組已於洗手檯放置肥皂，供學生洗手防疫用，請導師協助宣導最好最有效的防疫方式是勤洗手。
5. 導師辦公室外已置放實名制訪客登記表及酒精乾洗手，請提醒來訪的訪客自主填寫，若辦公環境需清潔消毒之漂白水，可至健康中心取用。

## (二) 開學後防疫措施

- 1.請導師協助向學生宣導「上學前」先在家量體溫，如有「發燒及咳嗽」等呼吸道相關症狀，「請先就醫，留家休養」，確定診斷後請告知導師，再由導師知會健康中心；另若有「咳嗽、流鼻水、頭痛」等症狀亦建議就醫確認後再上學。
- 2.自開學日起(110年2月22日至110年3月5日)，將於莊園樓教務處樓梯口設置學生「體溫量測站」，學生需配戴口罩並於進入班級教室前完成體溫量測，教職員工於學務處量測，為期2週。開學後第4週起(110年3月8日起)，請教職員工及學生在家自主量測體溫。「體溫量測站」的編制維持一個年級一站，共3站，由值週導護、導師及行政人員共同輪值。
- 3.學生如有發燒，請導師向家長說明儘速就醫並在家休息，於無服用退燒藥後，自然退燒24小時無再發燒者，再返校上課。
- 4.人潮擁擠場所及密閉空間，或無法保持社交距離時，務必配戴口罩，意即：學校之集會活動需配戴口罩(如朝會、學校行事活動、宣導說明等等)；倘學校室內空間開放冷氣時，則全班同學均務必配戴口罩；平時教室請儘量保持對流通風環境，減少在密閉空間狀態學習。
- 5.本校防疫小組已擬定相關防疫措施及備妥應急備用防疫物資，如：口罩、消毒酒精、(額)耳溫槍、漂白水等，擬定措施如下：
  - (1)開學第一個月每班每週進行1次班級教室環境消毒，開學第二個月每班每二週進行1次消毒，時程待健康中心與體育組確認後公告，消毒用品請於當天派學生至健康中心領取；如有發燒或流感個案，則再增加班級消毒次數。
  - (2)洗手臺備有肥皂鼓勵同學勤洗手，各班級發放消毒酒精(請導師保管)供同學必要時使用。
  - (3)凡進入校園洽公人員屬於「不特定對象」(不認識的人，有較高的感染與傳播風險)之特性，因此需配戴口罩、實(聯)名制訪客登記及手部消毒，請同仁協助。
- 6.健康中心備用口罩等防疫物資，主要是提供「臨時性校園內出現發燒、咳嗽、喉嚨痛、呼吸急促等不適或緊急狀況者」配戴，並非直接發放給每位學生，請協助宣導珍惜防疫物資概念，以確保緊急狀況時之使用無虞。
- 7.口罩配戴係為維護環境健康與自身安全，若同學因自身需求需配戴口罩者，建議可請同學自行準備數個口罩備用。

8.請導師轉知家長一同提醒貴子弟在校期間避免「共食」，午餐取餐時請勿交談，減少手口鼻接觸、注意咳嗽禮節與加強肥皂洗手，以免交互感染。

- 二、本學期各班掃具不另外發放，若班級有缺少者請於開學後一週內回報衛生組，以便請購；另請各班及各個團隊，盡可能利用打掃時間進行一般垃圾和回收垃圾的傾倒。
- 三、依教育部來文，校園全面禁用奈丸，請同仁配合。
- 四、3月2日(二)第三週開始上社團，因應 108 新課綱，社團老師需填寫多元選修課程計畫，以利教務處報府備查。
- 五、109 下學期，原「紙雕藝術社」社團老師-蘇惠芬老師退休，調整為「綜合運動休閒社」，由吳淳卉老師擔任社團指導老師。
- 六、絲竹樂社因人數不足成團參賽以及經費短缺等因素，下學期停止辦理絲竹樂社。學務處於上學期末業已積極輔導絲竹樂社學生轉至管樂社，可是學生意願不高。在此，請導師鼓勵孩子可轉換至管樂社或輔導轉至一般性社團。
- 七、社團選課單煩請導師 2 月 25 日(四)前交回活動組，學生 3 月 5 日(五)前可親至活動組登記改選社團，逾期不受理。
- 八、3 月 2 日 (二)第五節，將辦理「音樂社團成果展」，由管樂社、口琴社、木琴獨奏擔綱演出。
- 九、3 月 10 日(三)下午一點半到三點半，舉辦「口琴聯合發表會」，由壯圍國中和壯圍國小聯合演出。此活動由於全國學生音樂比賽再次因疫情關係取消，口琴指導老師盧鴻麟為鼓勵學生，提供學生展演平台，特地自掏腰包，情商評審團到校指導，會後評審團會進行專業講評，盧鴻麟老師也會親自吹奏口琴和搭配魔術演出。
- 十、109 學年上學期已經將各班幹部、小老師、午餐志工、各處室志工登錄完畢，在此感謝導師和清全幹事協助，如有缺漏，請洽活動組；109 學年下學期已經發給各班幹部、小老師、午餐志工的名單調查表，煩請導師 2/25(四)前交回活動組。
- 十一、親師座談預計 3/12 (五) 晚上辦理，視疫情狀況而調整。
- 十二、畢業紀念冊全校老師大合照以及各班團體照預計三到四月辦理，視天氣而定。
- 十三、體育團隊於寒假期間中正大學、明德高中移地訓練及校內籃球、田徑訓練營皆已圓滿完成，感謝校長、建智組長、右宗、秋萍、勁穎教練及義務教練團的支持，讓本次寒訓活動平安順利，成果豐碩。
- 十四、本校 305 班莊千旻同學榮獲 110 年上半年度全國菁英排名賽青少年女子組第七級冠軍，並獲選青少年國手，感謝陳勁穎教練辛苦指導，導師鄭小鳳老師的鼓勵，校長與體

育團隊師長們的支持，為自己與壯圍國中爭取榮耀。

- 十五、依據 109 學年第一學期期末校務會議決議，已通過修正「宜蘭縣立壯圍國民中學導師遴聘辦法」，學務處附上本次修正後之辦法，請各位同仁參閱。110 年度將依新修正之辦法來辦理，每位老師皆會拿取一張「宜蘭縣壯圍國民中學教師年資積分調查表」，請同仁們於 3 月 31 日(三)將調查表繳至活動組菁惠組長，以利後續遴聘事宜，感謝大家。
- 十六、新的學期開始，若導師發現學生家庭遭逢意外變故，可向學生活動組申請教育部急難救助金，以幫助其家庭度過難關。
- 十七、為提高學生校園安全意識，將於 2 月 23 日(二)班會時間，以「校園安全地圖繪製」為主題，請各班學生討論並票選出「室內」與「室外」校園內可能潛藏危險的熱點各 7 個。並由學務處統計後公布，請導師協助引導，感謝。
- 十八、上一次校務會議已通過服裝儀容委員會設置要點，本學期將依要點組成委員會，請獲聘擔任委員之同仁一同協助辦理訂定本校之服裝儀容規範。
- 十九、因應縣府來函，加強宣導正向管教落實零體法政策，並維護學生受教權益。請同仁務必互相提醒。詳細內容請參閱公務群組內 PDF 檔。
- 二十、新的學期開始，學生經歷寒假假期後，對於校園生活作息及相關規範之遵守可能會有一段調適期，麻煩各位師長共同協助叮嚀與指導學生，以逐步朝向穩定正向之發展，感謝大家！

### 輔導室

- 一、各班若有需二級輔導學生，請導師於 3/3(三)前完成個案輔導轉介單之填寫(上學期末結案者無需填寫)，輔導室預定於 3/5 進行個案評估工作並召開期初高關懷個案會議。

續案班級	201	202	203	204	301	303	304	305
人數(17 人)	4	1	3	2	1	2	3	1

- 二、各班若有學生未經請假而三天未到校者，請導師於第三天上午通報生教組及輔導組，並於第四天上午未到校時再次通報輔導組進行線上中輟通報。另若學生未到校累計達 49 節曠課者請導師即刻通報輔導組。班上若有學生經常性請假或一次連請三天以上者，煩請導師斟酌學生假別。
- 三、落實兒虐零容忍，為積極保護兒少之安全，學校單位於知悉兒少遭受傷害情事，應依法於 24 小時內通報，並提供必要之輔導協助。請同仁協助留意並即時通報輔導室。
- 四、4/13(二)家暴性侵兒少保護宣導。

- 五、3/30(二)、4/27(二)、5/25(二)、第五節辦理家庭教育、性別教育班會討論，請導師協助學生心得單完成及上傳欣賞討論照片數張。
- 六、6/15(二)家庭教育巡演宣導(暫定)。
- 七、6/1(二)第五節課辦理全校服務學習表現與慶賀活動。
- 八、6/21(一)期末高關懷個案會議
- 九、本學期教育優先區親職教育活動，於4/24(六)9:00-12:30時辦理「出一張嘴就拉近親子關係的溝通策略」親職教育講座，邀請心理諮商師何克倫蒞校演講，請各班導師再協助宣導，鼓勵家長參加。
- 十、109年壯圍國中串聯社區深入村里鄰親職教育服務【親子共讀、創意手作、FUN心玩】3/26(五)、4/30(五)、5/28(五)、6/25(五)18:00-21:00(暫定)
- 十一、技藝班2/23(二)開始上課。
- 十二、2/24(三)午休辦理二年級志願選填宣導。
- 十三、3/22~3/26進行三年級第二次紙本「適性入學志願選填表」，請導師、綜合老師務必填寫建議，再請家長簽名。
- 十四、3/2~3/9將進行二年級線上志願選填，4/1~4/15進行三年級第二次線上選填。
- 十五、生涯手冊要填寫頁數，已放置導師桌上，請導師於3/5前繳回。
- 十六、5/13-19實用技能班報名。
- 十七、輔導室桌遊、影片(請檢查內容物)及家政教室借用請填寫紙本借用登記簿，並於規定時間內歸還。借用家政教室之任課教師請務必要求學生將使用後的場地打掃乾淨，勿留廚餘及垃圾，留給下一個班級良好的使用環境。
- 十四、請三年級導師依領域不排課時間報名參加適性入學宣導研習。

序號	時間	宣導對象	宣導人	研習地點	研習人數
01	3月8日(星期一) 14:00-16:00	自然領域 九年級導師	宜蘭高商 張雯嬌主任	礁溪國中會議室	30人
02	3月9日(星期二) 09:00-11:00	健體 九年級導師	利澤國中 李苑翠校長	礁溪國中會議室	30人
03	3月9日(星期二) 14:00-16:00	英語領域 九年級導師	復興國中 康興國校長	礁溪國中會議室	30人
04	3月10日(星期三) 09:00-11:00	社會領域 九年級導師	蘇澳海事 習道宏主任	礁溪國中會議室	30人
05	3月11日(星期四) 09:00-11:00	數學領域 九年級導師	文化國中 藍介嵐校長	礁溪國中會議室	30人
06	3月11日(星期四) 14:00-16:00	藝文領域 九年級導師	羅東高工 林建明主任	礁溪國中會議室	30人
07	3月12日(星期五) 09:00-11:00	國文領域 九年級導師	南安國中 吳殷宏校長	礁溪國中會議室	30人
08	3月12日(星期五) 14:00-16:00	綜合、專輔領域 九年級導師	宜蘭高中 周士堯主任	礁溪國中會議室	30人

- 十五、新的學期開始，輔導室各項工作推動仍需同仁們一起努力及配合，守護孩子身心安全，快樂成長，感謝大家，祝教學愉快。



## 總務處

- 一、視聽教室優化計畫、半戶外球場、汙水處理、廣播監視器、分別已發包或即將發包。
- 二、請導師們協助宣導，正確愛惜使用公物。若有發現公物損壞，請總務股長至總務處報修登記。
- 三、為避免水槽阻塞，請勿將雜物丟入排水管。
- 四、本學期午餐原則上全部同仁參加，如有同仁不願參加，或葷、素有異動者，請盡速提出申請。學期中如欲停餐請於前一週至午餐秘書處登記。

## 人事室

- 一、本校預訂於 5 至 6 月份辦理新任校長遴選辦學理念說明會，依宜蘭縣政府 109 年 3 月 23 日所訂頒注意事項略以，學校辦理說明會對候聘者應予尊重、禮遇，說明議題應一致性，適用每位候聘者，不得有差別待遇。是以說明會當日不接受同仁臨時個別提問，同仁如擬提供校長遴選議題，請於 3 月 31 日前提供給人事室或教師代表胡玉琦教師或者教師會，俾送請本校校長遴選工作小組討論。
- 二、請全校教職員工配合嚴重特殊傳染性疾病中央流行疫情指揮中心指示，做好校園及居家防疫工作。
- 三、宣導宜蘭縣政府 110 年 1 月 7 日府人組字第 1100003269 號函訂頒之 110 年度員工協助方案 (EAP) 實施計畫提供主要服務措施如下：
  - (一)諮詢(商)服務：法律、財務、醫療保健、家庭關係諮詢、心理健康諮商服務...等。
  - (二)專題講座：職涯發展、運動保健、壓力調適、公務上面臨的法律問題、富足退休、親子教育與溝通、職場衝突、危機處理、團隊領導與激勵等主題。
  - (三)簡式健康量表檢測：簡單瞭了解自己身心狀態本校員工協助方案 EAP 服務專線：9381773\*31

## 柒、提案討論

**提案一**：請審議本校 110 學年度健康促進學校計畫。(提案單位：學務處)

說 明：依「宜蘭縣政府 110 學年度宜蘭縣國民中小學健康促進學校考評表」辦理。

決 議：照案通過。

**提案二**：擬修正「宜蘭縣立壯圍國民中學優質寧靜班級」辦法，請審議。(提案單位：學務處)

說 明：原辦法對於累積 1 整個學期再換獎勵的部份操作上有些小落差，本學期將稍作調整，調整部分如下圖所示，修正通過後並於 109 學年第 2 學期開始實施。

**調整後**：

四、獎勵標準：符合下列四項其中一項者，即可獲得獎勵，兌獎後即重新計算。

- (一)凡班級取得任課教師認可每天 4 節且周累計達 24 節(體育班每天達 3 節且周累計達 20 節)，即可獲頒「寧靜班級」標章一枚。
- (二)連續 5 周得到「寧靜班級」標章者，憑認可表申請 1 日便服日。
- (三)連續 10 周得到「寧靜班級」標章者，憑認可表申請全班記嘉獎 1 次和 2 日便服日。
- (四)連續 15 周得到「寧靜班級」標章者，即可獲頒「優質寧靜班級」標章一枚，憑認可表全班記嘉獎 2 次和 3 日便服日。
- (五)連續 20 周得到「寧靜班級」標章者，憑認可表全班記小功 1 次和 3 日便服日。
- (六)若連續達標周期到期末而不及申請便服日，則可順延至次學期申請。

決議：照案通過。

提案三：為本校 110 年辦理校長遴選辦學理念說明會之需要，擬成立工作小組，請推選小組成員案。(提案單位：人事室)

說明：

- (一)依據宜蘭縣國民中小學校長遴選作業要點第八點第二款規定略以，辦學理念說明會：於出缺學校辦理候聘校長理念說明會並和志願學校之教師及家長代表對談。
- (二)另依宜蘭縣國民中小學辦理校長遴選說明會說明事項第二項規定，校長候選人說明會，由各出缺學校人事單位主辦，相關處室協辦。第三項規定，各校應成立工作小組，其成員之組成由學校校長邀請各處室主管、各學科教師、教師會、家長會、職員推派代表參與協調決議工作小組產生方式及人數，第四項規定，工作小組召集人，於小組成立後由小組成員選(推)舉產生，並主持說明會。
- (三)工作小組任務：議定說明會實施計畫並公告。

決議：

- 一、工作小組預計聘任 13 人：校長 1 人、各處室主任 4 人、人事主任 1 人、各學科教師 3 人、教師會 2 人、家長會 1 人、職員 1 人。
- 二、工作小組成員由校長聘任之。

柒、臨時動議

- 一、胡玉琦老師建議：有關學生未到校累計達 49 節曠課者請導師即刻通報輔導組的部分，可否請全誼系統設計自動通知的模式，讓電腦系統自動跳出曠課達 49 節的學生名單。

捌、散會：下午 4 時 10 分

# 宜蘭縣立壯圍國民中學導師遴聘辦法

壹、依據：

108.8.29 校務會議通過

110.1.15 校務會議修正通過

- 一、教師法第十七條第一項第九款辦理。
- 二、宜蘭縣立壯圍國民中學教師聘約第四條辦理。

貳、目的：

- 一、落實導師責任制度，提昇導師職務之榮譽感。
- 二、建立導師職務之任期、聘任、緩任等原則。
- 三、秉持公平、公開、公正原則，讓全體教師共同參與導師工作，以促進學校和諧發展與維護教師權益。

參、聘任對象：

- 一、全體教師除兼任行政教師、專(兼)任輔導教師、國教輔導團專任輔導員、借調人員、緩任教師、學校團隊指導教師(如音樂、體育團隊)、部定專案計畫執行教師(如閱讀推動教師、增置員額教師)等外，皆為導師聘任對象。
- 二、部定專案計畫執行教師、學校團隊指導教師因存在計畫或經費變動性，或團隊指導之不可替代性，爰請相關行政處室依行政程序簽核校長同意後轉知本會；並最遲於聘任當學年上學期期初校務會議公告人員名單。若導師出缺且符合導師聘任資格之教師不足者，由校長召集相關處室主任研議後，指派部定專案計畫執行教師或學校團隊指導教師擔任導師職務，不適用本辦法第陸、柒條。

肆、任期

- 一、擔任導師任期以該班導師三年一任為原則。
- 二、中途接班擔任導師職務者，以接任至該班畢業為原則。

伍、通則與組織

- 一、導師遴選應符合學生受教權益，尊重教師專長意願及兼顧行政需求考量。
- 二、為達導師遴選公平、公開、公正之目的，設置「導師遴聘委員會」(以下簡稱本會)協助辦理相關業務。

(一)本會設置委員 11 人，由學務、教務、輔導主任、課務評量組、學生活

動組、體育組、各年級級導各 1 人、專任教師代表 1 人、教師會代表 1 人組成，人事得列席，並由學務主任擔任召集人，學生活動組長擔任執行秘書，以上人員若身份重疊，可另推代表參與。

(二)本會委員任期 1 學年，其任期自 8 月 1 日至翌年 7 月 31 日止，均為無給職。

(三)本會工作職責下：

1. 遴選新學年(學期)或臨時出缺之導師。
2. 審議有關導師緩任、更異、申訴等事項。
3. 每年依執行情形提出辦法修訂意見，經討論修定後交學務處於校務會議提案通過。

(四)會議程序

1. 每年 6 月由學務主任召開會議，決定下學年導師遴聘建議名單；如遇出缺或爭議，必要時得召開臨時會。會議時由學務主任擔任主席，若主席無法與會由委員互推之。
2. 本會之決議事項，應經委員三分之二以上出席，且出席人員半數以上之決議通過後始得定案。
3. 本會應於 6 月底前將審議定案之導師名單送交學務處，並陳請校長核可後，移請人事聘任。

陸、遴聘原則：

- 一、新(當)學年度所需導師人數確定後，凡符合聘任導師資格之教師填具積分調查表並經人事覆核後，由學務處依教師積分排定擔任導師順序，辦理後續導師遴選工作。
- 二、考量教學正常化與維護學生受教之權益，教務處分析各領域授課節數後，若有課程明顯不足之領域，於提出需擔任導師之教師數後，應予優先聘任。
- 三、自願擔任導師者，優先聘任。若自願人數多於班級數時，由積分高者優先，積分相同時，由在校年資較長者優先，若年資相同時，則由抽籤決定。
- 四、凡介聘至本校、新進、借調回任等教師，若無接任行政職務，應優先遴

聘為導師。

五、若自願者不足缺額時，由學務處徵詢並送本會遴選，並以積分較低者優先擔任導師，積分相同者，由在校年資較淺者優先，年資相同時，則由年輕者優先；若仍相同，則由抽籤決定。

六、學期中導師出缺，基於學生熟悉與課程銜接之需要，原班該年度符合導師聘任資格之專任教師應優先擔任導師；若無符合者，則由該年度符合聘任資格之專任教師遴選，選聘順序依本條第三、四、五款辦理；若仍無符合者，由校長指派部定專案計畫執行教師或學校團隊指導教師擔任導師職務，無須再由本會提報建議名單。

七、如同時需新聘中途接班(八、九年級)導師及新學年七年級導師時，應優先安排中途接班之導師後，再行安排新學年導師。

柒、積分計算：

一、服務年資積分計算以任職本校正式教師之資歷為計算基礎。職務積分之採計至該年7月31日(學年結束)或1月31日(學期結束)止；行政指定職務(如部定專案計畫執行教師、學校團隊指導教師)積分由109學年度起開始計算。

二、服務年資積分：滿1學年計0.5分。

三、兼任職務年資積分：

(一)兼任主任、生教組長滿1學年計10分，滿1學期計5分，未滿1學期者依兼任周次比例計分，滿4周計1分。

(二)兼任組長滿1學年計8分，滿1學期計4分，未滿1學期者依兼任周次比例計分，滿5周計1分。

(三)兼任行政指定職務滿1學年計8分，滿1學期計4分，未滿1學期者依兼任周次比例計分，滿5周計1分。

(四)兼任導師：滿1學年計8分，滿1學期計4分，未滿1學期依兼任周次比例計分，滿5周計1分。

捌、緩任原則：

本人患重大傷病(依行政院衛生福利部中央健康保險署公告之項目為準)或身體特殊狀況，確實無法勝任導師工作，並提具區域教學醫院以上之診斷

證明，得申請緩任導師職務1年，檢具相關證明並經本會審核通過後可緩任導師1年。

玖、體育班導師之遴聘，適用本辦法，本會得綜合考量該年度符合聘任資格教師之相關經驗與個人意願後提供適切建議名單；集中式特教班、不分類巡迴輔導班導師之遴聘，由教務處另案辦理。

拾、申訴：

一、教師對本會之決議，認有不恰當或損其權益者，得於公告次日起三日內向本會提出書面申復，申復以一次為限。

二、本會應於接獲申復日後三日內召開會議討論之(以上天數不含例假日)。

三、若仍有異議者，得向校務會議提出申訴，經校務會議決議通過者，本會應據以執行，並請相關行政單位予以配合或補救。

拾壹、本辦法經校務會議通過後，陳請校長核定公佈後實施，修正時亦同。

## 宜蘭縣壯圍國民中學( )學年度教師年資積分調查表

申請日期：            年            月            日            本積分調查表僅供兼任導師職務遴選使用

		學 年 ( 學 期 )	自填分數	審 查 分 數	審 查 結 果
<b>服務年資積分</b> (滿1學年計0.5分)		__年__月~__年__月，共__年__月			<b>核定積分</b>  <hr/>
<b>兼任 職務 年資 積分</b>	<b>主任 生教組長</b> <small>滿1學年計10分 滿1學期計5分 未滿1學期依比例 滿4周計1分</small>	__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
	<b>組長</b> <small>滿1學年計8分 滿1學期計4分 未滿1學期依比例 滿5周計1分</small>	__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
	<b>行政指定職務</b> <small>1. 學校團隊指導教師 2. 部定專案計畫執行教師 自109學年起開始計算 滿1學年計8分，滿1 學期計4分，未滿1學 期依比例滿5周計1分</small>	__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
		__年__月~__年__月，共__年__月			
	<b>導師</b> <small>滿1學年計8分 滿1學期計4分 未滿1學期依比例 滿5周計1分</small>	__年__月~__年__月，共__年__月			
	__年__月~__年__月，共__年__月				
	__年__月~__年__月，共__年__月				
	__年__月~__年__月，共__年__月				
	__年__月~__年__月，共__年__月				
	__年__月~__年__月，共__年__月				
合 計					
申 請 人 簽 名			人 事 審 核		
執 行 祕 書	召 集	人	導 師 遴 聘 委 員 會		

註：服務年資積分計算以任職本校正式教師之資歷為計算基礎。職務積分之採計至該年7月31日(學年結束)或1月31日(學期結束)止；兼任職務積分由109學年度起開始計算。

# 宜蘭縣立壯圍國民中學\_\_學年導師遴聘委員會公告

會議時間		會議地點	
遴聘委員會決議	年    月    日		
執行祕書	壯圍國中導師遴聘委員會		
召集人			
備註	1. 教師對本會之決議，認有不恰當或損其權益者，得於公告次日起三日內向本會提出書面申復，申復以一次為限。 2. 本會應於接獲申復日後三日內召開會議討論之(以上天數不含例假日)。 3. 教師若仍有異議者，得向校務會議提出申訴，經校務會議決議通過者，本會應據以執行，並請相關行政單位予以配合或補救。		

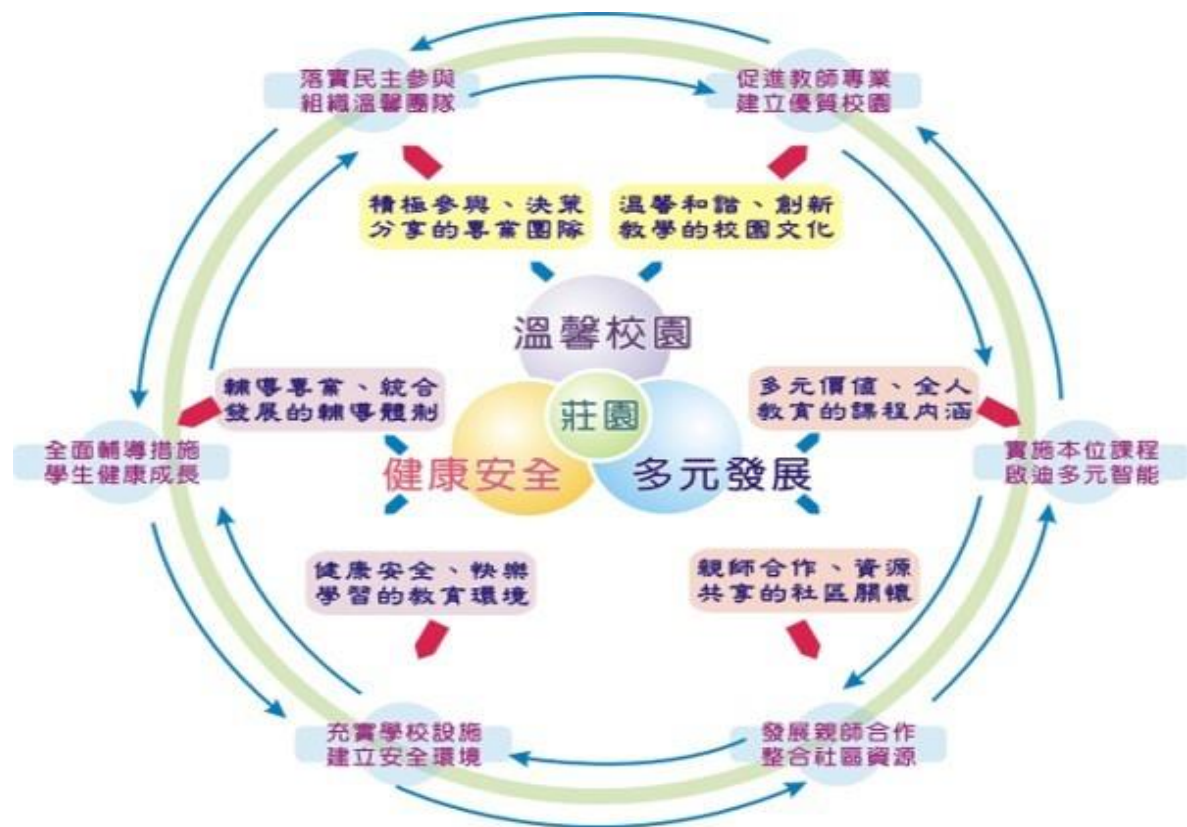


## 宜蘭縣立壯圍國民中學導師遴聘委員會申復申請書

申請人		申請日期	
原遴聘委員會決議			
提出申復原因			
可提供之檢附資料			
申復申請人簽章			
申復受理	執行秘書	受理時間	
遴聘委員會申復決議			
備註	年 月 日		

# 宜蘭縣立壯圍國民中學

## 110 學年度健康促進學校計畫



承辦人：衛生組長 黃嘉如

聯絡電話：9381773 轉 22

E-mail：[jeannacat@gmail.com](mailto:jeannacat@gmail.com)

中華民國 110 年 2 月 2 日

# 宜蘭縣立壯圍國民中學 110 學年度健康促進學校計畫

## 壹、計畫依據

依「宜蘭縣府 110 學年度宜蘭縣國民中小學健康促進學校考評表」辦理。

## 貳、計畫目標

本計畫擬就整體學校衛生政策、菸害及檳榔健康危害防制、健康飲食等議題進行相關學校衛生工作，以達成下列目的：

- 一、營造健康安全的校園環境，增進學生健康安全成長。
- 二、充實學生健康管理的能力，增加學生健康生活技能。
- 三、強化師生健康優質的服務，促進學校成員身心健康。
- 四、發展健康促進課程與教學，提升教師健康專業知能。
- 五、結合家長及社區資源網絡，推動健康促進學校工作。

## 參、本校願景與背景說明

### 一、本校願景：

建立一所「溫馨校園、健康安全、多元發展」的優質學校。

### 二、背景說明：

健康狀態是影響學習及生活品質的重要因素，而學校在學生及教職員工的健康促進上則扮演極重要的角色，有效的學校健康促進計畫必須是廣泛而完整，才能涵蓋影響健康的諸多因素。我國的十大死因為惡性腫瘤、腦血管疾病、心臟疾病及糖尿病等慢性疾病為主。而青少年的未婚懷孕、愛滋病感染、藥物濫用、事故傷害、視力、口腔及營養等問題，更是日趨嚴重。醫學研究顯示，疾病乃源自於不良之生活習慣為主要因素，而國人菸、酒、檳榔的人口有日漸增加的趨勢，便證明健康一步一步的受到侵蝕。

九年一貫也將兩性教育、家政(庭)教育列入六大議題，足見其嚴重性。因此營造學校健康環境，須透過組織及發展的過程，凝聚共識，並整合運用學校、家長及社區的人力、物力資源，同時著重認知與行為習慣的培養，來改善健康問題及促進健康。

本校位處於宜蘭縣壯圍鄉，是一所鄉下中型學校，三年級共有 15 班（含特教班一班），學生數共 314 人，教職員工約 64 人；學區家長大部分屬於農產或勞工階層，普遍缺乏有益身心健康的生活習慣與觀念。

~~近年來，隨著快速的社會變遷，鄉下地區青壯年人口嚴重外移，導致整個家庭結構的改變；本校單親家庭及隔代教養及外配子女學童比例逐年增高，學童之生活、學習與成長狀況須長期投注心力了解與關切。~~

本校健康促進學校計畫，配合 WHO 健康促進學校的六大範疇（學校衛生組織、健康服務、健康教育課程與推動、學校物質環境、學校精神環境、社區關係），進行全面性、多元化的學校衛生工作。

（一） 整體學校衛生政策：

1. 整合現有衛生教育資源，提升行政效率。
2. 強化學校健康教育功能，規劃豐富的教學活動，建立優質的健康環境。
3. 統合各項經費，結合社區人力、物力，擴大影響層面，發揮最大效益。

（二） 健康體位：

1. 辦理全校師生及家長健康體位相關之研習與教育活動。
2. 建立學生正確健康體位觀念與態度。
3. 透過親師合作，促使學生養成規律且持續的健康體位生活。

（三） 性教育及愛滋防治：

1. 了解性教育之法令政策，建立正確觀念並養成健康安全之行為。
2. 將性教育及愛滋防治課題融入教學課程，建立學生正確性知識、性態度及性傳染病預防觀念，提升性健康知能。
3. 藉藝文活動比賽引起學生興趣及注意，落實宣導普及，以持續正確觀念之建立。

（四） 校園菸害防制：

1. 訂定合理且具教育意義之管理辦法。
2. 學校課程中能加入有關菸害防制之創意內容。
3. 利用綜合活動時間推動以菸害防制為主題之全校性活動。

4. 以藝文比賽及環境佈置，落實宣導普及，深化學生菸害防制的觀念。

(五) 視力保健：

1. 於親師座談會宣導『規律用眼 3010』、『天天戶外活動 120』。
2. 結合課程辦理戶外教學活動鼓勵師生多多進行戶外課程及活動。
3. 每學期於寒暑假進行教室桌面及黑板採光測量，並更換不良燈管
4. 淘汰老舊、亮度不足等影響學生用眼吃力之電腦機器；更新並配備良好的投影器材。
5. 與衛生所合作，針對小團體進行面對面視力保健宣導。
6. 社區相關單位合作，提供學生及家長健康資訊

## 肆、計畫內容及實施策略

### 一、計畫組織

#### 宜蘭縣立壯圍國民中學校衛生暨健康促進委員會組織

編號	計畫職稱	職稱	姓名	在本計畫之工作項目
01	召集人	校長	陳○玲	研擬並主持計畫，督導計畫執行
02	總幹事	學務主任	李○謙	研究策畫，督導計畫執行，並協助學校行政資源之協調聯繫
03	委員	教務主任	謝○基	協助計畫執行，行政協調，並負責規劃辦理健康促進融入課程教育
04	委員	輔導主任	楊○萍	協助計畫執行，行政協調，建立相互關懷、信任和友愛的友善校園環境。
05	委員	總務主任	吳○成	協助計畫執行，行政協調，並協助社區及學校資源之整合
06	委員	衛生組長	黃○如	承辦健康促進工作，推行環境保護計畫，提供適當的衛生設施。
07	委員	生教組長	林○興	建立無菸、無毒校園。

08	委員	輔導組長	徐○穎	協助計畫執行，行政協調，輔導學生有關健康促進之議題。
09	委員	體育組長	林○智	體適能評估，活動策略設計，師生體適能之增進
10	委員	護理師	林○雯	身體健康促進需求評估，健康資料建檔管理，協助傳染病防治與安全教育推廣教學
11	委員	課發組長	張○雯	擬定健康促進融入課程教學計畫
12	委員	資料組	黃○玲	在技藝班課程中融入健康飲食、穴道按摩，身心靈舒壓…等。
13	委員	健體領域	吳○成	健康與體育教學設計及課程融入成效評價
14	委員	綜合領域	林○莉	綜合領域教學設計及課程融入成效評價
15	委員	資訊組長	藍○水	健康促進學校網路網頁維護
16	委員	事務組長	林○良	校園安全、校園安全飲用水、綠美化與健康安全環境設施營造與維護
17	委員	家長會長	李○修	協助學校健康促進各項活動之推展及整合社區人力資源協助推展健康服務
18	委員	學生代表	陳○安	協助辦理學生需求評估與活動及協助班級與行政單位之聯繫。

## 二、實施策略

項目	工作策略	辦理時間	備註
整體學校衛生政策	1. 成立學校健康促進委員會並確實運作。 2. 每學期召開一次定期會議，如有需要可隨時舉行不定期會議。 3. 執行委員會決議事項。 4. 針對執行成果進行檢討及修正，並應用於下一學年度計畫的撰寫。	110/8 經常性  經常性 110/6~110/7	
	1. 協調各處室修訂相關規定，增進人力物力之可利用性及組織與成員間之互動。 2. 結合家長會及社區內相關團體。	經常性  經常性	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 舉辦正確用藥專題演講</li> <li>2. 舉辦營養教育健康體位專題演講</li> <li>3. 舉辦視力口腔專題演講</li> <li>4. 舉辦生長遲緩衛生教育。</li> <li>5. 舉辦傳染病專題演講</li> <li>6. 舉辦性教育專題演講</li> <li>7. 舉辦急救教育，學理與技術課程</li> <li>8. 尋求社區資源的支持。</li> <li>9. 辦理全校學生健康檢查服務。</li> <li>10. 辦理健康檢查服務及後續追蹤矯治</li> <li>11. 特殊疾病學生造冊管理並提供諮詢等服務。</li> </ol>	<p>110.11.20 110.12.18 110.12.18 111.02 111.2-6月 111.2-6月 111.4-5月 經常性 110.9.20 110.9-12月 110.9月</p>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 將健康教育議題融入課程計畫及教學。</li> <li>2. 利用海報展示及健康佈告欄..等，在校園內營造健康教學之情境。</li> <li>3. 舉辦各類活動、藝文比賽，普及健康議題之宣導。</li> <li>4. 利用部落格，宣導健康促進觀念與知能。</li> </ol>	<p>經常性 經常性 經常性 經常性</p>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 訂定校園開放辦法供社區使用。</li> <li>2. 加強校園綠美化及生態教學環境</li> <li>3. 加強學生日常生活中健康行為指導與心理輔導。</li> <li>4. 加強校園安全管理檢查。</li> </ol>	<p>經常性 經常性 經常性 經常性</p>	
<p>口腔衛生及視力保健</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 加強飯後潔牙與宣導少喝含糖飲料。</li> <li>2. 辦理新生蛀牙篩檢及視力檢查，並追蹤學生進行後續檢查或治療。</li> <li>3. 口腔衛生以課程融入自然與生活科技及健體領域教學。</li> <li>4. 執行校園及班級綠美化工作，營造學生視力保健環境。</li> <li>5. 結合校園情境布置、懸掛宣導海報，推動學生重視口腔衛生及視力保健。</li> <li>6. 結合學校重大活動或親職教育向家長宣導相關議題。</li> <li>7. 提供口腔衛生資訊及諮詢服務</li> </ol>	<p>經常性 110/9~111/1 經常性 經常性 經常性 經常性 經常性</p>	

<p>正確用藥</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 辦理防治藥物濫用講座。</li> <li>2. 辦理正確用藥講座。</li> <li>3. 配合校外定期與不定期進行尿液篩檢，以預防藥物濫用。</li> <li>4. 加強學生校外生活輔導，避免學生與校外非行少年交往後，染上藥物濫用之惡習。</li> <li>5. 結合健體領域課程，融入正確用藥之議題。</li> </ol>	<p>110.09.04 110.11.20</p> <p>經常性  經常性</p>	
<p>菸害及檳榔健康危害防制</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 禁止學生及教職員在校園內吸煙</li> <li>2. 推動家長及來賓至校不吸菸不嚼檳榔運動。</li> <li>3. 依照菸害防制法相關規定辦理對於吸菸之學生輔導「減量」或「戒菸」</li> <li>4. 清查違規吸菸學生並實施「戒除教育」</li> <li>5. 校園中張貼禁菸禁檳標誌。</li> </ol>	<p>經常性 經常性 經常性 經常性 經常性</p>	
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 辦理學生菸害防制藝文活動</li> <li>2. 定期檢測及追蹤輔導曾有菸檳行為學生的認知及態度。</li> <li>3. 辦理體育性活動，鼓勵接觸體育活動</li> <li>4. 配合 63 禁煙節訂定每年 6 月為拒菸宣導月</li> <li>5. 菸害防制以課程融入自然與生活科技及健體領域教學。</li> <li>6. 配合衛生所辦理菸害防制活動</li> <li>7. 結合家長會及學區商店，不販售香菸給青少年</li> </ol>	<p>經常性 經常性  經常性 110/6 110/11 經常性 經常性</p>	



健康體位	1. 加強午餐禮節與營養教育。	經常性	
	2. 辦理師生健康飲食相關的活動。	經常性	
	3. 落實健康教育宣導	經常性	
	4. 加強飯後潔牙	經常性	
	5. 辦理學生健康飲食講座	經常性	
	6. 加強飲用水設施管理與保養，鼓勵學生自備水壺 多喝白開水。	經常性	
	7. 加強學生體適能檢測。	110/9~111/12	
	8. 舉辦班際健康操競賽	110/11	
	9. 舉辦校慶運動會	110/10	
	10. 舉辦班際拔河競賽	110/11	
	11. 舉辦三對三籃球賽	111/5	
	12. 舉辦路跑競賽	111/4	
	13. 成立運動社團，培養學生規律運動習慣	經常性	
	14. 田徑隊、籃球隊、划船隊、暑期籃球育樂營、暑期游泳育樂營等團隊參加校外比賽	經常性	

性教育及其他	1. 訂定性別平等教育與性侵害及性騷擾防制實施計畫	學年初
	2. 落實性別平等教育法與制訂校園性侵害及性騷擾防治處理及通報流程，並加以宣導	經常性
	3. 邀請並配合衛生單位等機構至校辦理性教育、愛滋病及家暴防治等活動宣導。	110/9~111/6
	4. 辦理性別平等教育教師輔導知能研習、性騷擾防治宣導專題講座。	110/9~111/6
	5. 加強教師輔導及處理學生性相關問題的能力訓練。	經常性
	6. 加強家庭暴力、性侵害、性騷擾及兒少保護事件之宣導	經常性
	7. 辦理學生性別平等活動宣導	經常性
	8. 防治校園性侵害或性騷擾，定期檢視校園安全。	經常性
	9. 辦理性別平等、性教育宣導及藝文活動	經常性
	10. 性教育相關知識融入各課程中。	110/9~111/6
	11. 加強性教育相關課程。	經常性
	12. 定期檢查維修校園監視系統設施。	110/9~111/6
	13. 辦理學生 CPR 教學。	110. 4-5 月
	14. 加強交通安全教育與管理措施。	經常性
	15. 辦理教職員及學生防災安全演練。	經常性
	16. 辦理傳染病防治工作。	經常性
	17. 辦理「特教名人講座」及特殊教育宣導。	110/9~111/6
	18. 辦理聖誕節及教師節的感恩活動。	

## 伍、績效指標

一、凝聚學校健康促進的共識及建立共同的願景

二、建立無菸拒檳校園

營造無菸拒檳的校園環境，讓學生健康安全的成長。

三、營造身心安適校園

安全的校園建築設施，合理的溝通型態與衝突管理。

心理的健康環境—能在學校養成健全的對人、對事、對物心態，感受人與社會的連結、規範，以及人際關係中的溝通型態與衝突的管理。

四、營造校園安全環境

加強成員安全觀念行為與防護措施，減少意外事故。

生理的健康環境—無菸害污染等危害身體並提供健康學習的多元生活空間、易適應且安全的校園建築、設施，並且強調學校中教師與學生的互動與參與關係。

## 五、維持學生正常體位

協助學生建立健康飲食習慣，維持體位的正常發展。

提供正確健康飲食及持盈保態知識、落實學生身體發展監測（含身高、體重、身體活動、睡眠、體型意識及健康飲食），篩選個案學生納入個案管理。

## 六、建立全人健康理念

充實學生自我健康管理認知力，落實健康生活型態。

針對學生健康身體發展議題訂定改善目標，促成學生正常成長發育。

## 七、培養學生正確性知識

利用生活技能融入課程教學，培養學生帶走的能力。

良好的兩性互動，營造一個生理與心理安適的學校環境以促進健康。

## 八、由學生參與並且發展其行動能力：

以學生為導向的參與教學方式，引發學生的潛能及見解，建立全人健康的理念並逐步落實健康生活型態。

## 九、發展社區夥伴關係

結合社區資源建立合作網絡及夥伴關係，將健康促進的觀念推展至家庭、社區，讓社區家長能關心家人及周圍親友的健康，多多從事有益身心健康的親子活動。

## 陸、工作時程

月次 工作項目	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	備註
1. 成立學校衛生健康促進委員會	■											
2. 進行現況分析及需求評估		■										
3. 決定健康議題及目標		■	■									
4. 發展健康促進適切的活動與課程				■	■	■	■	■	■	■	■	
5. 編製教材及教學媒體		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
6. 實施健康促進課程教學活動		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	
7. 建置與維護健康網站			■	■	■	■	■	■	■	■	■	
8. 過程成效評價							■	■	■	■		
9. 資料分析									■	■		
10. 撰寫成果										■	■	

## 柒、評價指標

宜蘭縣立壯圍國民中學「健康促進學校」自我檢核表							
評鑑指標		自評量化評鑑					
項目	指標內容	5	4	3	2	1	合計
學校衛生政策	1. 成立健康促進學校委員會，定期開會研議檢討活動。	✓					5
	2. 評量校內健康事務現況並提出需求評估，明訂健康促進學校計畫、列入行事曆推動之。		✓				4
	3. 健康促進相關業務、政策，能相互配合、執行。		✓				4
	4. 能針對學校學生現況做出方針應對（如新流感疫情）。	✓					5
學校物環境	1. 全面推行無菸拒檳、無毒校園。	✓					5
	2. 營造永續校園(如資源分類回收、環保、節約能源等)。	✓					5
	3. 學校定期實施環境衛生檢查，提供衛生的校園環境(例如考量廁所洗手台數量及配置等)。	✓					5
	4. 學校提供安全健康的校園環境(如建築設備、運動、交通、無障礙校園設施等)。	✓					5
學校社會環境	1. 將健康促進學校相關議題視為重要推動項目並實踐之。		✓				4
	2. 學校提供學生機會參與學校事務，共同制訂相關政策(如班聯會等)。			✓			3
	3. 提供協助給予有特殊需求的教職員工生(如緊急救難基金、工讀金、仁愛基金等)。	✓					5
	4. 營造一個溫暖開放、友善關懷，具凝聚力且彼此尊重的校園環境(例如鼓勵學生彼此問安等)。		✓				4
社區結盟	1. 鼓勵並協助家長參與學校活動，使用學校資源，強化學校與家長互動。	✓					5
	2. 學校與家長團體互動良好，如家長會和家長志工隊協助推動校內外各項活動。		✓				4
	3. 結合社區衛生院所醫療資源，共同實踐政策，相輔相成。	✓					5
	4. 鼓勵並協助學生參與社區活動，與社區建立信賴、合作、互動的夥伴關係(如學生協助維護社區整潔等)。	✓					5
健康生活技能	1. 健康促進學校相關議題融入「健體、綜合」領域課程中。	✓					5
	2. 融入各領域教學並透過各項活動設計，強化學生健康生活技能的培育(如CPR、急救、逃生等)。	✓					5
	3. 強化教師有關健康相關課程之在職進修(如CPR等)。		✓				4
	4. 實行個人健康自主管理，增進師生體適能狀況。	✓					5
健康服務	1. 辦理學生健康檢查，針對檢查結果提出改善方案。	✓					5
	2. 學校依健康檢查結果辦理體格缺點追蹤矯治或轉介服務(含近視、齲齒、肥胖、肝炎…等)。	✓					5
	3. 學校照顧有特殊健康需求的學生(例如氣喘等)。	✓					5
	4. 體位不健康學生有作專案管理(指針對過輕、過重、肥胖學生之諮詢、輔導、教育及轉介等措施。)	✓					5
	5. 訂定完善的傳染病管制流程，並確實執行。	✓					5
合計	總分						119

## 宜蘭縣立壯圍國民中學「優質寧靜班級」獎勵辦法

109.2.20 校務會議修訂  
110.2.17 校務會議修訂

### 一、目標

- (一)鼓勵全校各班落實課前靜心活動，藉由團體動力營造安定、沉靜的學習氛圍，讓孩子的心都能回到寧靜的原點，開始每一節課的學習。
- (二)藉由每日、每節的靜心練習，讓孩子體會寧靜的力量，並學會讓自己寧靜的有效方法，以提高學習效率並紓解考試焦慮。

### 二、靜心活動操作定義與程序

- (一)上課鐘響結束，第一遍靜心音樂播放結束前，全班絕大多數（約 90%）同學都能快速回到座位，安靜坐好，跟著靜心指導語的引導，慢慢沉靜下來。
- (二)第二遍靜心音樂播放時，全班絕大多數（約 90%）同學都能
  - 1、確實閉眼（不左顧右盼）
  - 2、雙手合掌（亦可抱拳或放於大腿上）
  - 3、端正坐好（不趴撐桌面、擺頭）
- (三)專注跟著靜心指導語：「深呼吸、合掌、放鬆、寧靜下來、我們的心回到原點」的引導，慢慢寧靜下來。

### 三、獎勵認定方式：

- (一)內部任課教師認可：每節任課教師於進班時，觀察任課班級實施靜心情況，如符合獎勵原則，則給予認可一次。
- (二)外部巡視教師認可：每天會有外部巡視教師不定時巡查各班實施靜心情形。

### 四、獎勵標準：符合下列四項其中一項者，即可獲得獎勵，兌獎後即重新計算。

- (一)凡班級取得任課教師認可每天 4 節且周累計達 24 節（體育班每天達 3 節且周累計達 20 節），即可獲頒「寧靜班級」標章一枚。
- (二)連續 5 周得到「寧靜班級」標章者，憑認可表申請 1 日便服日。
- (三)連續 10 周得到「寧靜班級」標章者，憑認可表申請全班記嘉獎 1 次和 2 日便服日。
- (四)連續 15 周得到「寧靜班級」標章者，即可獲頒「優質寧靜班級」標章一枚，憑認可表全班記嘉獎 2 次和 3 日便服日。
- (五)連續 20 周得到「寧靜班級」標章者，憑認可表全班記小功 1 次和 3 日便服日。
- (六)若連續達標周期到期末而不及申請便服日，則可順延至次學期申請。

### 五、預期效益

- (一)每個班級都能重視課前靜心活動，幫助每個孩子確實學習靜下心來，讓「隨時能保持寧靜」成為孩子的生命特質與能力，進而開發學習潛能。
- (二)全校大部分班級成為「優質寧靜班級」，形塑安定、沉靜的優良校風。

### 六、本計畫經校務會議討論後陳校長核定實施，修正時亦同。