

# 臺南市南寧高中 111學年度第一學期班親會

輔導工作委員會  
111.9.17





臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 教務處報告



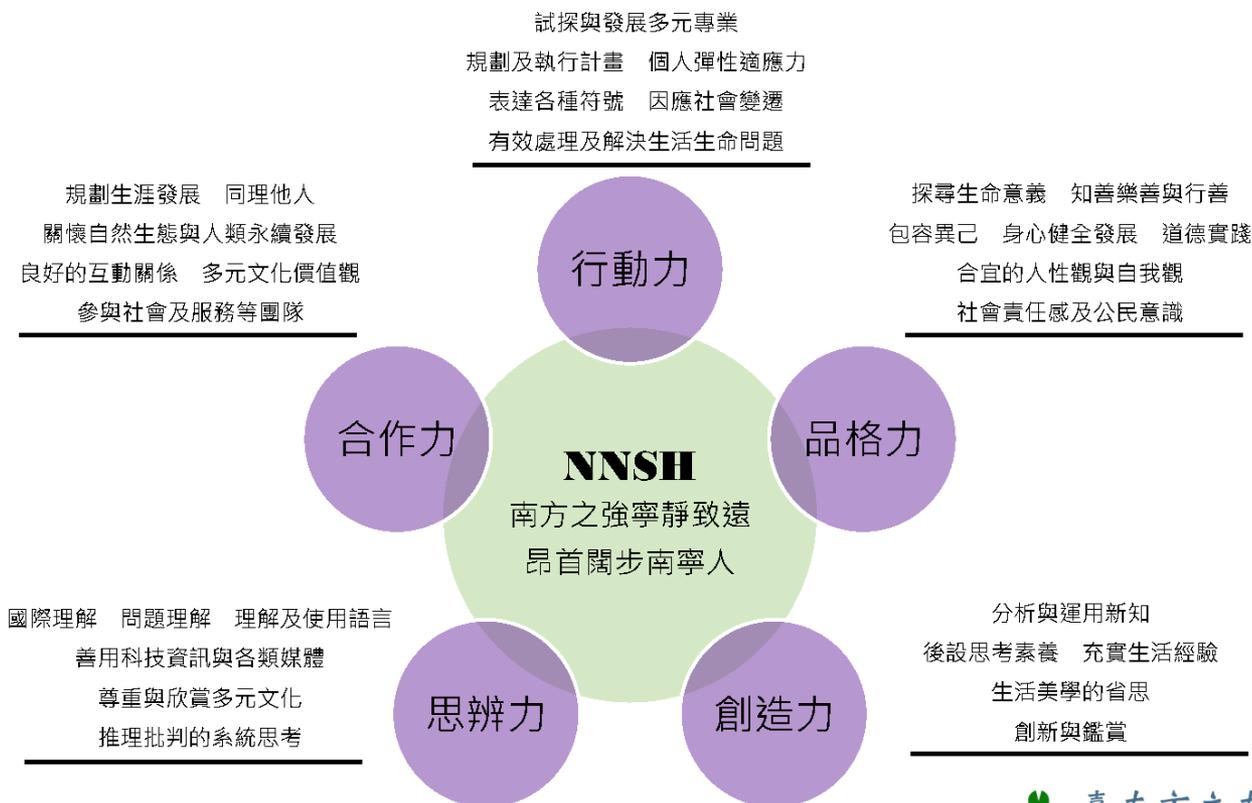
南寧

# 教務處活動照片





# 一〇八課綱 再造新南寧





# 特色課程





# 全新雙語/全英語教學規劃

- 教育部核定全英語教學計劃先導學校
- 教育部核定部分領域雙語教學計劃先導學校
- 國中雙語教學試行學校(B類)

**臺南唯一**

**教育部雙語/全英語教學/國中  
雙語試行 B 類**





臺南市立南寧高級中學

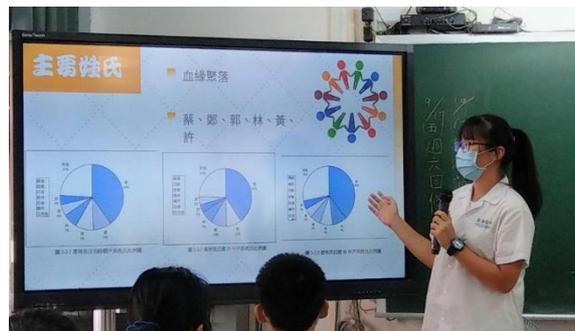
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School



全國  
英語文表達力  
發表會



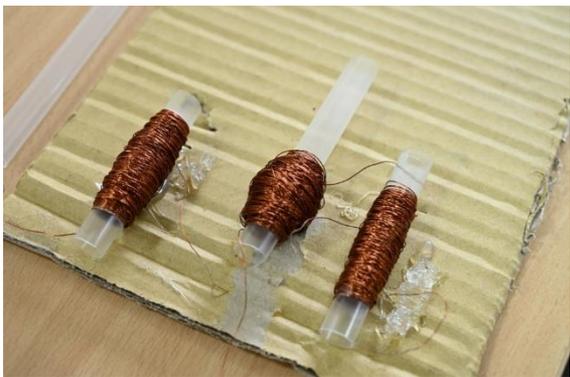
校定必修  
鯤喜灣學  
專題研究





# 公共議題與社會探究



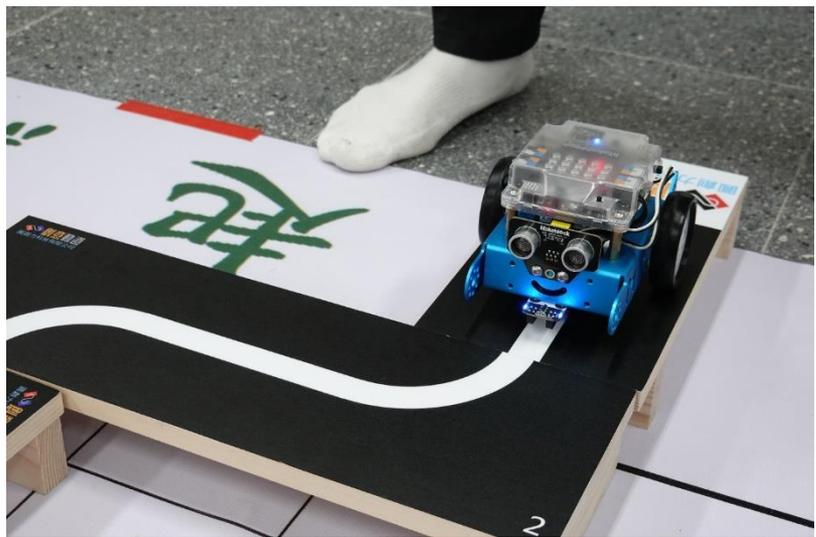
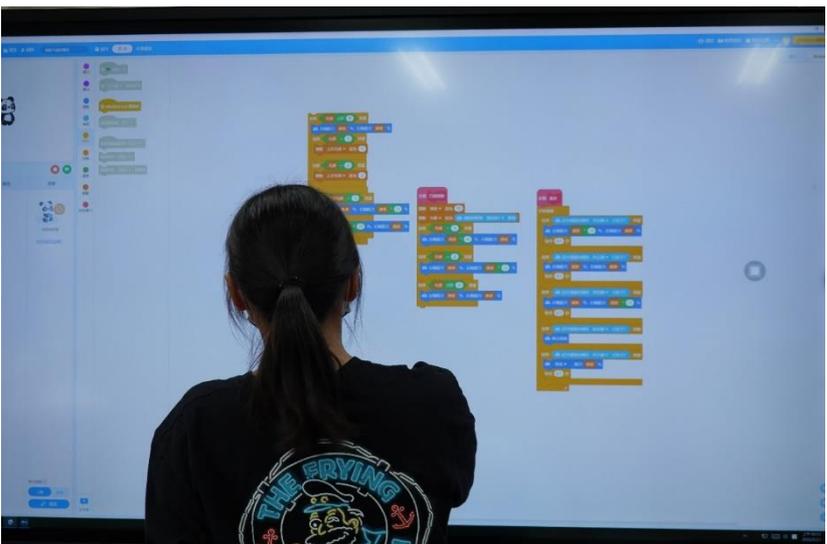


自然科  
探究與實  
作





# 深廣選修 機器人專題





## 彈性課程 名家講座



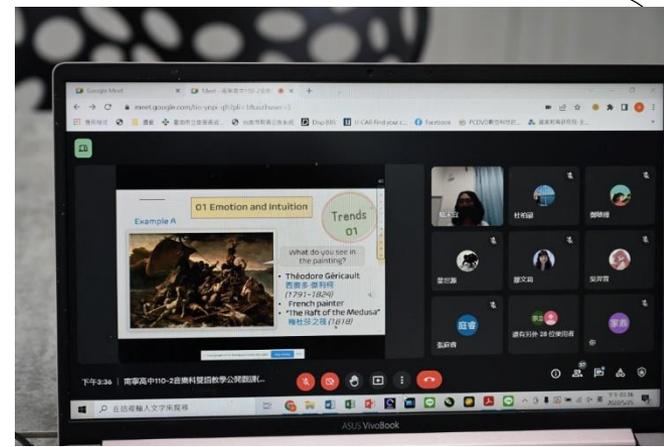


臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

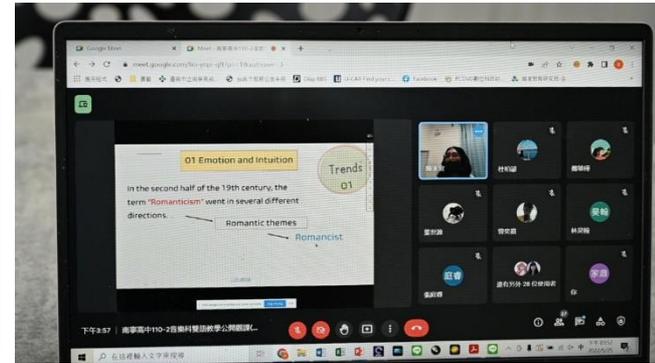
## 英文領域 全英語教學



臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School



# 音樂科 雙語教學





# 臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School



高中公民訓練





臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School



## 大學招生專業化團隊 入校指導





高三  
國三  
考前團拜





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School



# 國中部 科學實驗社團





School



# 國中部 雙語課程





臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School



## 國中部 社會科 彈性課程







## 國中部 學習扶助





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School



## 直升英文銜接充實營



選擇南寧

夢想航行





臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 學務處報告



南寧



學務主任  
郭哲維

● 訓育組

● 生輔組

教官

● 體育組

專業教練

防護員

● 衛生組

營養師

護理師

● 行政助理



## 多元社團



- 校刊社、攝影社、動漫研究社
- 吉他社、熱舞社、熱音社
- 籃球社、排球社、木球社、帶式橄欖球社
- 魔術社、桌遊社、手作飾品社、烘焙手作社



臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

## 榮譽榜



軟網校隊111年全中運  
國男、高男團體賽雙料冠軍



臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

## 榮譽榜



跆拳道校隊2022世界青少年跆拳道錦標賽銅牌  
111年全中運榮獲1金2銅



臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 榮譽榜



木球隊111年全中運團體第6名



臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

運動校隊



軟網隊



橄欖球隊





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

運動校隊



羽球隊



跆拳道隊





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

運動校隊



木球隊



戰鼓(龍)隊





# 防疫 宣導

## 高中以下 (含幼兒園) 9/12起 校園防疫新制

- 確診或快篩陽性：7天居家照護，期滿無症狀可入校上課
- 確診者（及快篩陽性個案）的同班同學及教師，學校提供1劑快篩試劑，快篩陰性無症狀可上課，如有症狀應儘速就醫

2022/08/22



4

## 高中以下 (含幼兒園) 9/12起 校園防疫新制

- 與確診者（及快篩陽性個案）摘下口罩共同活動15分鐘以上（如社團活動），學校提供1劑快篩試劑，快篩陰性無症狀可上課，如有症狀應儘速就醫

### 快篩試劑使用時機：

依指揮中心建議，班上同學確診或快篩陽性，如有疑似症狀可篩檢，如無症狀則以快篩陽性當日為第0天，其他同學在第2天篩檢

## 各級學校 住宿生防疫措施

- 確診者同寢室室友比照「同住親友」，實施居家隔離或自主防疫
- 高中以下：居家隔離及自主防疫期間不入校上課
- 大專校院：居家隔離不入校（住宿生不離開隔離宿舍）自主防疫期間不入班上課

5

2022/08/22



8

2022/08/22





## 健康促進 宣導

### 健康促進宣導(潔牙)

◎ 請家長在家配合事項：



- 請督促孩子在家養成餐後及食後刷牙及漱口習慣，尤其睡前一定要刷牙。
  - 定期帶孩子到牙科做牙齒檢查，每半年一次。
  - 孩子如有牙齒問題請儘早帶往牙科就醫。
- ※ 讓我們一起為孩子的健康把關。

睡滿 8 小時



天天 5 蔬果



四電少於 2



看電視、玩電動、打電腦、用電話每天少於2小時

## 大手拉小手 健康齊步走

- 好體力：每日運動1小時、睡眠8小時，長得高、學得好。
- 好活力：天天5蔬果，喝足白開水。
- 好眼力：每日戶外活動120分鐘，用眼30分鐘休息10分鐘。
- 好口力：拒喝含糖飲料，餐後睡前用含氟牙膏潔牙好口腔。
- 好心力：自我肯定，愛己尊重人。
- 好耐力：明辨拒絕新興菸品與檳榔，無菸無檳我倡議。
- 好實力：愛健保惜資源，正確用藥看標示。

天天戶外活動 120 分

天天運動30分鐘

- 早自習變成早運動
- 課間運動提供足夠運動器材
- 晨間與課間的靜態活動改成動態運動

多運動會快樂

- 運動時分泌腦內啡，心情會變好
- 運動時會增加讓人平靜的腦波α
- 運動時會增加促進人體關係的腦波

快樂動會長高

- 肌肉的拉扯會刺激骨質生長
- 中低強度的運動(這裡指跳繩)會刺激長高
- 長時間、適量的訓練反而讓人長不高

快樂動會聰明

- 多元刺激的運動會增加腦神經的連結
- 成熟的腦會壓抑外來不重要的干擾訊息



近距離用眼 30 10

傷眼排行榜：手機、平板、筆電、桌機、測距高手：看書寫字(拳一肘)；電腦(伸手長)；電視(二人高)



# 防災 宣導



## 地震來臨 保命3步驟

九種地震情境

房間	沒有桌子	商場	電影院
教室	人行道	辦公室	郊外
			車上

## 準備家庭防災計畫

- 查詢災害訊息
- 固定家具
- 準備3日份食物飲水
- 確認震後家人聯繫方式
- 住宅地震保險
- 備妥緊急避難包
- 查詢居家避難路線及避難收容所
- 內政部消防署
- <https://www.nfa.gov.tw/>
- <https://www.facebook.com/NFA999/>



# 反毒 宣導

## 了解孩子 別讓他誤入歧途

**家長看過來，小心！這些都是毒品！**

毒品種類千百種，除了一到四級毒品外，現行氾濫的糖果包裝花樣炫麗，更易引發青少年誤食，且為混合性毒品，危害更加乘！

<b>1級毒品</b>	如海洛因、嗎啡、鴉片、古柯鹼等
<b>2級毒品</b>	如安非他命、搖頭丸、大麻、MDPV(浴鹽)等
<b>3級毒品</b>	如愷他命(K他命)、FM2、喵喵等
<b>4級毒品</b>	如5-MeO-DIPT(火狐狸)、佐沛眠等

**混合性新興毒品**

<b>市售改裝混合填充</b>	<b>山寨品牌混合填充</b>	<b>可愛造型卡通圖樣</b>	<b>糖衣外表零食外觀</b>
破壞原貌再包裝 有拆封痕跡	包裝完整 無拆封痕跡	以特殊造型 吸引青少年食用	以糖果樣式混淆 引誘青少年誤食

## 家長請注意！您的孩子是否行為異常？

關心孩子，如何從孩子的行為察覺是否染毒？

進一步了解孩子染毒的原因。

**行為異常**

- 精神恍惚
- 未戒煙卻常吸鼻水
- 常跑廁所

**性格轉換**

- 喜怒無常
- 情緒起伏大

**習慣改變**

- 作息失調
- 嗜食速食
- 金錢花費大
- 朋友圈複雜
- 逃學逃家

**家庭關係**

- 無法適應家長管教
- 家人互動疏離
- 家人曾使用毒品

**心理因素**

- 好奇、尋求刺激
- 壓力大
- 情緒不穩

**交友網絡**

- 接觸使用毒品的朋友圈
- 加入幫派、經常出入不良場所
- 網路、APP(交友軟體)

**學校適應**

- 課業壓力大
- 逃課、中輟
- 同儕壓力，不敢拒絕

## 提醒家長們，這些管道可以幫助您！

讓我們透過以下管道一同守護孩子的未來，保護孩子遠離毒害！

<p><b>教育部</b> 家庭教育中心諮詢專線： (02)412-8185</p> <p><b>學校資源</b> 春種小組輔導戒治： · 輔導課程 · 尿液篩檢</p> <p><b>社政單位</b> 各地方政府社會局(處)的協助資源： · 家庭親職教育 · 社福資源提供</p>	<p><b>醫療輔導單位</b></p> <p><b>毒防中心</b> 毒品危害防制中心的協助資源： · 諮詢服務 · 輔導追蹤</p> <p><b>醫療單位</b> 醫療單位的協助資源： · 門診及住院治療 · 藥癮衛教及諮詢</p>	<p><b>警政單位</b></p> <p><b>警政單位</b> 警政單位的協助資源： · 法律諮詢 · 轉介服務</p> <p><b>少年輔導委員會</b> 少年輔導委員會的協助資源： · 個案輔導及諮詢 · 預防宣導</p>
--	--	---

**戒成專線 0800-770-885**  
(請請您，幫幫我)

教育部防制學生藥物濫用資訊網

教育部防制學生藥物濫用諮詢專線

反毒大本營

教育部 關心您



臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 總務處報告



南寧



## 總務處-近期重要工程說明：

設置太陽光電設施公開標租案：本校設置太陽光電設施公開標租案，已於110年7月6日評選出欣雄天然氣股份有限公司為第一優先議價廠商。於110年7月9日完成議價，由欣雄天然氣股份有限公司得標。

標租範圍：

屋頂型—萬皇教學大樓，天財科學大樓，明正及明興大樓屋頂。

地面型—綜合球場、萬皇教學大樓前停車場。

預計111年3月進場施作，111年12月完成併聯運轉。



## 校舍拆除重建大樓現況





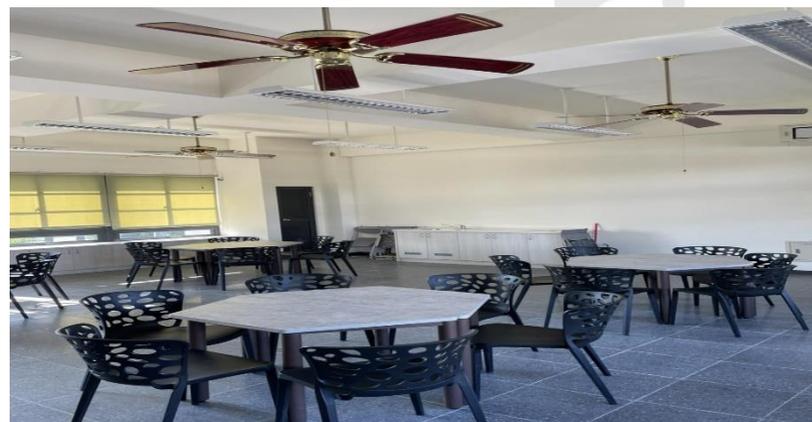
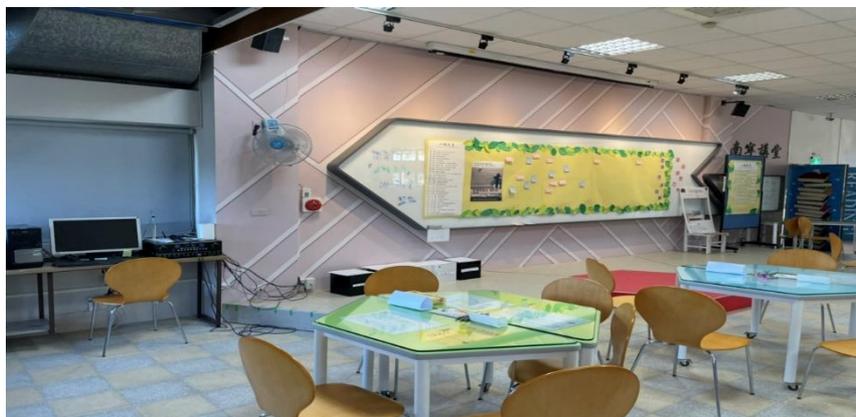
# 臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School





## 課室空間活化現況





## 總務處-例行性業務報告

1. 全校水塔清洗。
2. 全校水肥抽取。
3. 朝榮館冷凍空調管理。
4. 全校水電維修。
5. 全校教室損壞物品報修。
6. 學校游泳池維修。
7. 全校樹木修剪。
8. 全校水質檢驗。
9. 全校勞務、財物、工程標案處理。
10. 全校校外教學標案處理。
11. 全校文書業務處理。
12. 全校出納業務處理。
13. 校園安全維護及災後搶修工程。
14. 民防團相關業務處理。
15. 替代役男管理。
16. 消防設施檢測。

南寧



臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

## 總務處-防護團暨消防研習



演練



講師  
授課



臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 輔導室報告



南寧

**賀** 本校學生  
110學年度臺南市技藝競賽成績優異

榮獲三金  
表現優異

職群	項目	班級	姓名	得獎名次
動機群(專班)	機車修護	306	陳宥辰	第一名
家政群	美容	301	陳憶雯	第二名
家政群	美容	301	李欣錡	第三名
食品群	烘焙	305	洪苡菱	佳作

丁



臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

賀

本校 陳宥辰同學

110學年度全國技藝教育績優人員

110學年度臺南市技藝教育績優人員

110學年度臺南市技藝教育競賽動機冠軍





## ◆ 國中學生生涯輔導紀錄手冊



- 100學年度起，新生每人一冊
- 手冊可幫助學生澄清個人的性向、興趣、價值觀，瞭解家人的期待，及自己的學習表現（會考、學習成就、社團、幹部、獎懲、職業試探結果等）比較適合哪一類學校及科別，做為升學選校參考

❖ 家長手冊-親子話生涯、築夢好未來



105學年度起予新生家長

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

署長序	
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
條條大路通羅馬~認識適性入學管道	39
明明白白我的心~價值觀與親子溝通	49
附錄~認識群科	54



## ❖ 適性輔導諮詢電話

教育部諮詢專線 0800-012580 (十二 我幫你)

臺南市教育局 (06) 2991111

臺南市生涯輔導諮詢 (臺南市學生輔導  
輔諮中心) (06) 2521083

各國中電話諮詢：  
可電詢教務主任及輔導主任



## ❖ 適性輔導網站資源

### 教育部網站-1

教育部十二年國民基本教育網站 <http://12basic.edu.tw/>

教育部國中及高中職適性輔導全球資訊網

<https://203.68.66.15/main.php>

國中畢業生適性入學宣導網站

<http://adapt.k12ea.gov.tw/>

技藝教育資訊網 <http://140.122.103.235/>







## 大學學群簡介





# 升大學模擬面試





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School



# 技藝教育課程





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 技藝教育課程





# 技藝教育課程





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 技藝教育課程





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

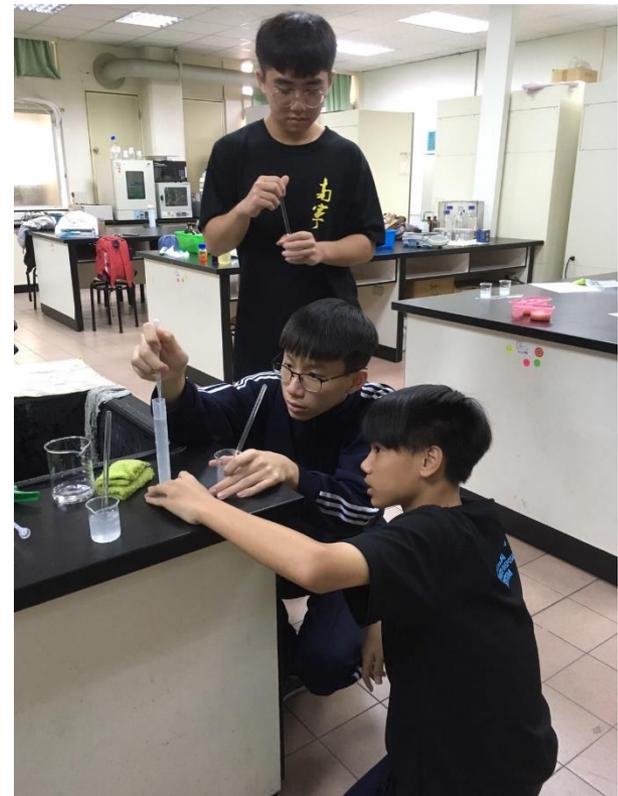
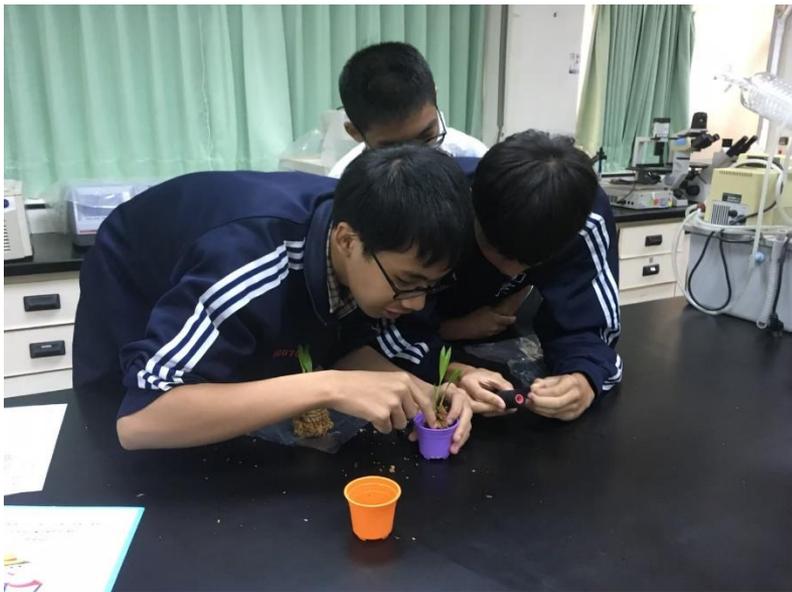
# 技藝教育課程





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 技藝教育課程





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 技藝教育課程





# 技藝教育課程





# 技藝教育課程





# 技藝教育專班





# 技藝教育專班





# 技藝教育專班





# 技藝教育專班





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 國中部生涯發展教育活動——職群博覽會





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

## 國中部生涯發展教育活動—入班宣導





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

## 國中部生涯發展教育活動—職業試探





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 國中部生涯發展教育活動——學術暨職業試探





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

## 國中部生涯發展教育活動——學術及職業試探





# 國中部生涯發展教育活動 —學術及職業試探





# 親職教育講座





# 親職教育講座





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 家庭教育課程



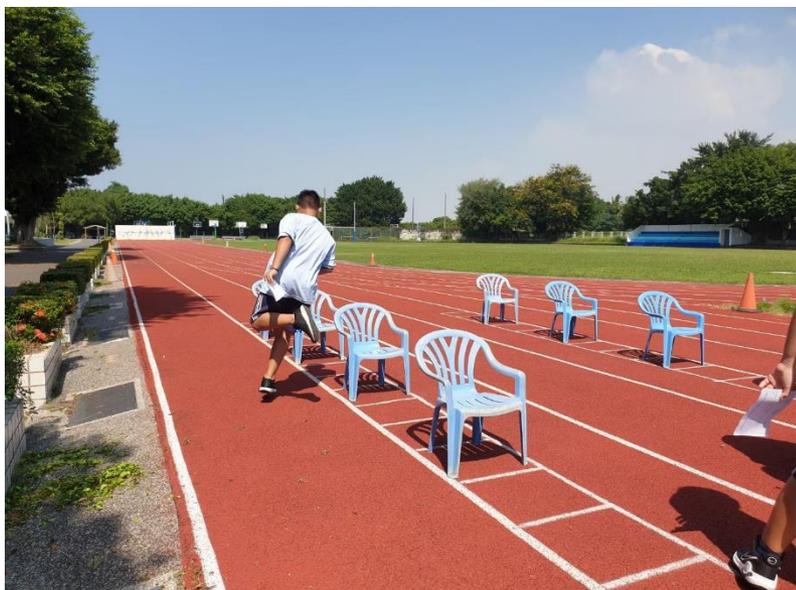


# 特殊教育活動





# 特殊教育活動





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 圖書館報告



南寧



# 圖書館的服務

## 提供資訊

- 提供各種資訊的最佳場所
- 編列預算購置資料
- 協助學生及教師掌握及提升他們的資訊技巧

## 使用者的自學中心

- 舉辦圖書展覽
- 舉辦演講座談
- 提供動態的學習環境
- 利用各種科技設備，幫助使用者找尋資訊

## 營造校園閱讀氛圍

- 提供優質學習環境及設備
- 充實善用圖書館的館藏
- 培養學生廣泛閱讀的興趣

## 協同、輔助教學活動

- 支援全校的課程發展
- 提供資訊素養融入各領域的學習，增強教師的教學效能



# 布可星球專區



配合台南市政府閱讀推動計畫，特設立「布可星球」專區



# 110.10.20 好書介紹比賽

各班選出一組(個人/兩人) 3分鐘介紹一本好書



● 培養學生閱讀理解、口說表達能力、以書會友





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 新生圖書館利用教育

開學第一~二周，帶領新生認識圖書館





# 新生閱讀推廣計畫

教育部致送國中新鮮人 人手一本贈書



高中優質化

# 國際教育 講座

~今天，我想來點...Jolin的日不落與杰倫的告白氣球



增廣學生的國際視野

學習尊重多元文化





臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 高中優質化 國際教育講座



「遠方的病人與我何關？」~無國界醫生 黃知宥代表

# 沙發客來上課

(外籍生/外國旅人入班分享)



文化、議題、交流



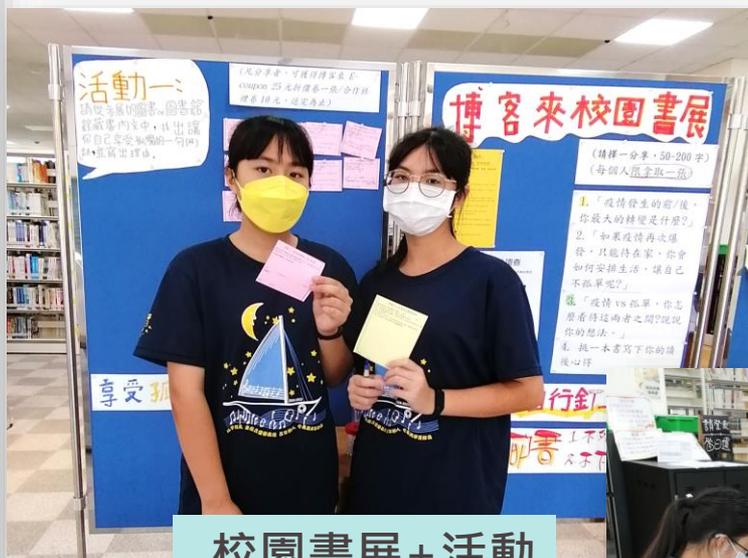
國際教育融入課程



# 豐富的 閱讀活動



閱讀k歌大賽



校園書展+活動



彈性課程





# 自主學習增能講座研習





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School



# 生生用平板。數位精進計畫



243台Chromebook提供給全校師生課堂使用





臺南市立南寧高級中學  
Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

# 補校報告



南寧



硬體優勢:班班有冷氣政策，炎炎夏日晚上學習不再揮汗如雨。

軟體特色:

- 【1】師資:任課教師均在補校任職多年，熟稔教材、經驗豐富。
- 【2】課程:除了一般國中的國、英、數、自、社基本科目外，尚增開日語課、書法課、羽球課、電腦課程等多元的課程。
- 【3】課程活潑多元，可結合社區活動彈性調整，配合班級需求辦理校外參訪相關課程。
- 【4】學員可加入學校學生平安保險。







# 臺南市立南寧高級中學

Tainan Municipal Nan-ning Senior High School

