

目 錄

一、 校長的話	1
二、 家長會長的話	2
三、 校務發展文教基金會董事長的話	3
四、 樹中校友會理事長的話-感恩與回顧	4
五、 109 學年度第 1 學期家長日實施計畫	5
六、 各處室愛的叮嚀	
(一) 教務處	6
(二) 學務處	18
(三) 總務處	19
(四) 輔導處	21
(五) 圖書館	23
七、 與學生學習相關之規定	
(一) 新北市立樹林高級中學國中生學生成績評量要點	27
(二) 新北市立樹林高中試場監考規則及違規學生處理要點	29
(三) 新北市立樹林高級中學國中部補考要點	32
(四) 新北市立樹林高級中學高中學生學習評量補充規定	34
(五) 新北市立樹林高級中學高中部學生重修及自學輔導實施要點	39
(六) 新北市立樹林高級中等學校建置學生學習歷程檔案作業補充規定	41
(七) 新北市立樹林高中 110 年度【基北區】適性入學管道	44
(八) 110 年度基北區高級中等學校免試入學	46
(九) 110 學年度大學多元入學考試招生重要日程表	47
(十) 新北市立樹林高級中學 109 年度繁星推薦成績	48
八、 宣導資料	
(一) 健康促進與防疫宣導資料	49
(二) 愛滋病防治宣導資料	53
(三) 中途離校學生資源宣導資料	57
(四) 防疫安心輔導宣導	59
(五) 家庭教育中心宣導資料	61
(六) 新北市立樹林高級中學教育儲蓄戶實施要點	62

九、 附錄

(一) 新北市立樹林高中 109 學年度第 1 學期行事簡曆-----65

(二) 學校電話與分機-----66

★ 本手冊封面圖畫為本校學生 808 吳弈賢愛在畫中參賽作品

★ 本手冊封底圖畫為本校學生 905 顏汝娜愛在畫中參賽作品

防疫安心輔導宣導

面對 covid-19（新型冠狀病毒）疫情，難免讓人擔心焦慮。開學多日，您與孩子在面對疫情時的心情如何呢？新北市政府教育局學校心理師們與您分享自我照顧與協助孩子心情穩定的小撇步，希望從心理健康的角度，帮助大家提升情緒免疫力喔！

◎家長如何自我安頓？

▲正常反應：人類為了保護自己，當遇到危及生命安全的事物時，都會有擔心、不安、睡眠受到影響、食慾下降或有點神經質，若上述情形沒有嚴重影響您的日常生活功能，這些都是自然且正常的反應喔！因此，我們可以盡量維持穩定的生活作息、規律運動，或從事能放鬆身心的活動，都能有效的調節情緒。

▲尋求協助：若您擔憂的情緒已影響日常生活功能，且持續超過兩周以上，例如上班無法專心、三餐毫無胃口、認為一定會被傳染而焦慮不安，建議您可以尋求專業的醫療或心理諮商的協助。

▲正面防疫：您可以依據中央疫情指揮中心的訊息，適度了解國內疫情現況、冠狀病毒的傳染途徑、發病後的相關症狀，同時落實居家防護、正確配戴口罩、維持生活作息等，當擁有正確的防疫知識和訊息來源，我們才不會過度焦慮，被疫情打倒！

◎如何安頓孩子？

建議您依循「清楚解釋、正向鼓勵、作法明確」等三大原則，以下列舉幾個孩子常問的問題，您可以試著這樣做：

一、家長如何跟孩子解釋這次的疫情資訊呢？

1. 清楚解釋：簡短說明這個病毒可能會有哪些症狀（如發燒、咳嗽、四肢無力）。
2. 正向鼓勵：大人小孩都要需要保護自己，也保護他人。
3. 作法明確：教導並示範如何注意個人衛生習慣（如量體溫、戴口罩與勤洗手）。

二、戴口罩、在別人面前消毒，人與人之間會不會變得疏離？

1. 清楚解釋：帶口罩是為了保護彼此，避免飛沫和病毒傳染。
2. 正向鼓勵：戴口罩或許不便，但這是善良的心意，助人也助己！我們是在乎彼此的健康才會這樣做。
3. 作法明確：正確教導洗手、使用消毒水、配戴口罩的方式。

三、班上有同學被隔離了，我可以怎麼辦？！

1. 清楚解釋：這是為了保護大家、防止更多人被病毒傳染的必要措施。同學在家隔離 14 天，且確定身體無任何不適，就可以回學校跟大家一起上課了。
2. 正向鼓勵：接納孩子對同學的擔憂，並讚揚這位同學自我負責的正確態度。
3. 作法明確：孩子如果想念被隔離的同學，可以傳訊息或打電話轉達關心。

只要給予清楚解釋、正向鼓勵，並告知明確的做法，不僅能幫助孩子在這波疫情中穩定情緒，家長也做了最好的情緒教育，教導孩子學習成為善良、對自我負責任的人。新北市政府教育局也會持續與相關單位密切合作，保護每位孩子能夠在安全健康的環境中學習。若您按照上述方法與孩子溝通後，發現孩子仍對疫情感到焦慮不安，歡迎家長與導師、輔導老師或新北市學生輔導諮商中心聯繫，讓我們一同攜手守護孩子，用心提升情緒免疫力！

作者：新北市教育局 學校心理師群

面對嚴重特殊傳染性肺炎，你(妳)可以這樣做!



01 觀察身心狀態

請關心自己的心理、生理和日常活動，是否受到疫情影響而產生改變？面對嚴重特殊傳染性肺炎的疫情，我們的心裡會感到擔心、焦慮或不安，是很正常的感受。相較於身邊的人而言，若因受到疫情影響而顯得特別憂慮不安，如：一段時間的持續失眠、長時間無法放鬆、無法進行一般生活的事務、對人生意義產生懷疑、心悸、不自主地加快呼吸或異常的身體不適等情形時，請你告知師長或尋求輔導的協助。



02 放鬆練習

面對因疫情帶來的擔心、焦慮或不安感，你可以試著～

- 試著辨別訊息的真偽，不自盲聽從沒有依據的疫情資訊，減少讓自己身處負面資訊的機會，以減低焦慮被喚起的可能。
- 從事會讓自己感到放鬆的健康活動，讓不安的情緒和不適的身體感得到舒緩。
- 試著深呼吸或進行腹式呼吸，平衡自律神經，以調節身心壓力。
- 進行想像式的放鬆練習，想像自己正處於輕鬆、愉快的環境，增加正向的情緒感受。



03 適度及正確的自我照顧

執行正確的防疫行為（如防疫期間多洗手、減少出入公共場所的機會等），給予自己防疫的安全感和信心。運用這段時間建立均衡的飲食、培養良好的睡眠品質，以提升自我的免疫力。如果產生身體不適，無需過度憂慮，請盡快尋求正確的醫療管道諮詢，讓自己成為自己的身心照顧者。


身為家長，您可以這樣陪伴孩子.....

近期嚴重特殊傳染性肺炎可能傳染的資訊，讓社會陷入不安，孩子也可能因疫情而感到擔心和焦慮。請與孩子共同接收正確的防疫資訊，並遵循正確的防疫措施。提醒孩子無需過度擔憂，以陪伴孩子度過防疫時期。為穩定孩子受疫情衝擊所帶來的身心影響，您可做的是：

- 防疫期間請提醒孩子多洗手，如近期孩子有身體不適的症狀，請尋求正確的醫療管道治療。
- 鼓勵孩子培養均衡的飲食習慣、建立良好的睡眠品質及適當運動，以健康的方式提升自身免疫力。
- 詢問及關心孩子對疫情的看法和感受，瞭解孩子受疫情影響的程度，傾聽及接納孩子的不安，並安撫孩子的焦慮情緒。
- 若孩子持續一段時間，有心理極度焦躁、精神緊繃、無法放鬆、失眠、惡夢、無法執行一般日常生活行動(如無法專心、不再從事興趣或因過度焦慮而無法出門等)情形，請適時轉知學校老師提供協助或尋求專業輔導人員的輔導。

● 心理衛生協助資訊：
 ● 衛福部24小時安心專線：1925
 ● 防疫專線：1922

嚴重特殊傳染性肺炎安心輔導小叮嚀



家庭教育中心宣導資料

新北與你
走入新課綱
和孩子一起自動好

為何需要十二年國教課綱?

成就每一個孩子~適性揚才
終身學習展現孩子生命的意義與價值

- 時代背景**
全球化 數位化 知識快速更新
- 學生未來**
獨立思辨 團隊合作 終身學習的需求
- 台灣現況**
少子化 高齡化 過度重視分數

12年國教課綱的特色 家長一定要知道!

自動自發 獨立思考
自主學習 素養導向的教學
生活要與課程結合 培養知識、能力和態度
怎麼學 怎麼用? 整合運用所學

核心素養是什麼?

簡單說：素養=知識+能力+態度，
以用來過現在和面對未來

自主行動 學生要有學習意願
溝通互動 學生要懂學習方法
社會參與 學生要能活用學習

核心素養 受用一生

根據生活的情境，展現出能解決問題的知識、能力與態度

生活情境：系統思考與解決問題、規劃執行與創新應變、行動運用與溝通表達、科技資訊與媒體素養、藝術涵養與美感素養

生活情境：身心素養與自我精進、多元文化與國際理解、人際關係與團隊合作、道德實踐與公民意識

核心素養：自主行動、溝通互動、社會參與

社會參與：積極參與、展現包容、責任承擔、國際理解

溝通互動：溝通互動、電子交友、工具應用、品味生活

課程分2種

新北市國小校訂課程的特色

校訂課程
各校訂課程
由學校選定多元課程
功能：給予學生適性發展機會

部定課程 (訂定科目)
國語、英語、社會、自然、數學、生活、藝術、體育、音樂、健康、勞作、資訊、綜合

英語轉化課程	資訊轉化課程	各校校訂課程
1節課	1節課	4節課
2節課	1節課	1節課
2節課	2節課	1節課

邁入十二年國教課綱 家長可以做的六件事

在家裡與在學校裡 我們共同關心孩子的六件事，願師生一起合作完成。

- 找到孩子的優勢能力
- 適性發展
- 多元體驗
- 培養閱讀
- 評量觀念
- 自律生活

養成負責、自律的生活態度
評量就像體檢，不是作為評價
讀文讀圖讀表 讀完更要讀懂
參與各項活動、展覽 多方嘗試增進生活體驗

新北學BAR

- 拿出你的手機
- 掃QR CODE
- 按讚追蹤分享
- 留言「我愛新課綱 @00國小」

◆ 歡迎家長上「新北市政府家庭教育中心」網站觀看家庭教育相關活動與資訊。