



國立臺北教育大學附設實驗國民小學

# 親師懇談

## 各處室報告及親職小品文

---

**02** MAR  
2024

---

---

**START**  
**09 AM**

---

112學年度第2學期  
一到六年級



## 讓孩子成為學習的主人

敬愛的家長您好：

寒假結束，很多同學開心回到學校，也有同學還想繼續放假，但我們開學了，請家長協助將孩子調整為上學模式嘍。

開學當日，陽光普照，看到孩子們開心地回到校園來，感覺學校充滿朝氣，校園裡處處可聽到孩子們的歡笑聲、看到他們的活潑身影，就是一個開心！開學第一節課便正式照表上課，感謝所有的志工們，一如往昔地在校園裡默默服務著北小的孩子。感謝交通導護、辦公室志工及圖書館志工的協助，讓同學們順利領到書本，學校開始正常運作。各位家長以身做則的行為，真的是孩子們最佳的榜樣，感謝各位關心教育，總是信任與支持學校、肯定與鼓勵老師；感謝您也盡心盡力扮演稱職父母角色，北小有您，真好！

帶好每一個孩子是北小的教育願景，有禮貌、守秩序、愛整潔、勤求學是北小的校訓，孩子們在您與老師的指導下，透過生活事件體驗學習，實踐好的行為，培養好的品格。現在的教育需要以正向的思維來推動，即是多鼓勵，多給孩子體驗學習的機會，培養孩子的自信心，讓孩子擁有健康的心理，減少負面的情緒，如此將有助於孩子情緒的穩定，對學習有正面的助益。

新的學期，期待每位孩子都能有新的學習規畫，但好習慣的養成，非常需要家長們的協助，我們重視孩子的健康，從書包減重做起，孩子的書包請控制在體重的 1/8。其次讓孩子學習時間管理，小朋友能在規定的時間內到校，養成好的作息，有充裕的時間可以完成作業繳交、抄寫聯絡簿，也能與同學一起完成打掃工作，能夠按步就班的完成老師交付的工作，心情愉快地上課，鼓勵孩子設定自己的學習目標，為自己的學習負責。北小是一所優質、具有豐厚教育文化底蘊的百年老校，讓我們攜手為小朋友建置友善的學習環境，協助孩子學會資訊設備、學習載具的使用及平台的操作，為學習做好準備。

在後疫情時代，不管社會與環境變化多麼的快速，我們要努力的是「幫助孩子們培養自主學習能力，成為學習的主人，以應對各種變化與需求。」這個重大使命是需要親師生一起攜手共同努力才能收到最大的效益與成果。

謹此 敬祝

闔家平安幸福

國立臺北教育大學附設實驗國民小學 校長祝勤捷 敬上

中華民國 113 年 2 月 19 日

A decorative border surrounds the central text, featuring stylized yellow and green leaves, small brown and green dots, and wavy lines in yellow and green.

# 各處室報告

教務、學務、研究、總務、輔導

### 一、前言…

**孩子有品質的表現~來自於老師、父母對於孩子「看似無形」的潛移默化！**

《道德經》：「上善若水，潤物細無聲」、「天下之至柔，馳騁天下之至堅」

老子以水喻有德行的人，在於水有三項特性：一是利益眾生；二是柔順；三是就下而流，低卑自處。老子所說的柔，是指出入各種名狀的自如，柔「也可理解為軟實力，言語、思想、文化生活方式都是天下之至柔，都是上善若水，潤物細無聲的。

### 二、教務工作重點

#### (一) 專業發展學校——優質的教務工作

1. 教師專業，用心帶好每個學生。
2. 教學正常化、依課表上課；實施愛的教育、重視寶貝的好品德、重視良好的學習態度。
3. 落實英語教學：本校自一年級即開始實施英語教學(每週2節)；中、高年級每週3節，以加強英文閱讀能力；進行教育部部分領域課程雙語教學專案(三年級健康、自然暨音樂、四年級體育)。
4. 將於五月中展示112學年度可供選用之各領域教科書，歡迎家長前往參閱，提供寶貴意見。依本校教科書選用辦法，將於5/22(三)下午進行校內教師教科書選用會議，5/29(三)中午進行決審會議，慎選用新學年教科書。
5. 學校母語日訂於每周二配合本土語言課程實施：鼓勵學生該日多使用個人母語和大家交談，並規劃午餐母語廣播時間，邀請師生以母語介紹多元文化。
6. 辦理各項校內、校外學藝活動：下學期校外有臺北市中小學科展送審；校內有寫字比賽(1-2年級)、作文比賽(3-6年級)、低年級說故事比賽、四年級英語讀者劇場、五年級英語戲劇比賽。新增三~五年級硬筆字比賽(臺北市多語文競賽)、資訊教育團隊辦理紙電路展覽；另外一年一度的畢業生美展於5/10(五)開幕，展期至5/24(五)，歡迎共襄盛舉。
7. 深耕閱讀教育：
  - (1)積極辦理「小小哈書人閱讀認證」和「智多星雙週有獎徵答」活動、「智多星小學堂」。上學期結合雙語辦理第六屆科普小學堂，展現學生科學素養與團隊精神。
  - (2)持續推動每週五全校寧靜閱讀「身教式持續寧靜閱讀MSSR」。除了校長、主任們持續進班邀請學生一起「聊書」外，也鼓勵家庭一起來進行(5招陪伴孩子培養閱讀習慣<https://flipedu.parenting.com.tw/article/008460>)
  - (3)提供班級共讀書本閱讀與理解策略指導，定期充實圖書設備。
  - (4)透過北小圖書館故事屋、搭配主題進行說故事、演故事等閱讀活動。
8. 定期評量方式：本學期定期評量時間為：04/16(二)、04/17(三)期中定期評量日；5/30(四)、5/31(五)畢業生期末評量；6/19(三)、6/20(四)在校生期末評量，評量範圍及注意事項會提前印發通知給家長參閱。
9. 學校作息時間：學生每天早上7時50分前到校，下午3時55分放學；低年級小朋友每週二為全天課，和中高年級一起放學；週一、三、四、五均為半天班，請家長配合寶貝放學時間接送，並妥適安排小朋友課後照顧。
10. 關心學校上學校網站：學校各處室各項重要行事、即時消息都會上網公告，請爸媽們儘量撥冗瀏覽北小網站；與學校、導師保持密切聯繫，為寶貝們營造一個適切、合宜的學習環境共同努力。(本校網址：<http://www.ntuees.tp.edu.tw>)



(二) 重視校園空間規畫，營造有利學生學習之環境

優質校園裡，圖書館閱讀空間、生態幸福農場、各專科教室，班級教室配置大屏電腦設備，並有 32 臺平板可供學生上課借用，提供學生良好的學習環境。

(三) 請認識教務處老師…歡迎有需要隨時連絡…各業務職掌請參看學校網頁

教務主任——陳美卿老師…110      教學課程組——吳雅蓁老師…111

註冊組——羅財德老師…112      資訊組——郭志弘老師…118

圖書設備組——林雨慶老師…116      圖書館管理員——吳欣鄺小姐…197

(學校總機：27356186)

三、祝福您們~



祝福家家戶戶，都能~

福運龍來，

萬事順遂！

- 一、柳丁蘋果義賣 20 週年，國語日報專刊報導，柳丁蘋果是北小親師生共同的記憶、公益行動、正向的態度。

15 專題報導 國語日報 中華民國113年1月27日/星期六




▲國北教大實小義賣蘋果與柳橙，讓愛心繼續傳承下去。  
▶國北教大實小一年一度的水果義賣活動，吸引全校學生熱烈採購，從小實際參與公益善行。

## 義賣水果捐家扶 國北教大實小傳承20年

報導／攝影／高修民

「媽媽，我今天要記得買柳丁和蘋果回家！」「水果很好吃，還能做好事。」

國立臺北教育大學附設實驗小學在每年十二月底，都會舉行義賣柳丁、蘋果的活動，至今已辦理二十年。上個月，開賣半小時即募得十八萬四千六百三十元，累計捐款已超過兩百八十二萬六千三百三十元，全數捐給臺北家扶中心作為弱勢家庭兒童生活及教育基金。

國北教大實小每年持續透過全體師生之力，分享愛心，用熱情溫暖整個冬天，創下臺北家扶中心持續最久、捐款最多的學校紀錄。

二十年前家長創善舉 歷任校長接力傳遞愛心

二十年前，一名在臺南市場工作的國北教大實小家長陳爸爸，因當時柳丁賤價，不忍農民血本無歸，自掏腰包購買數十箱柳丁到校義賣，意外開啟善的循環。

如今，這項義賣已成為國北教大實小的傳統，所得全數捐給臺北家扶中心。義賣幕後推手之一，學務主任陳建廷表示，當年義賣剛開始，已畢業，陳爸爸和主任陳建廷

國北教大實小參與水果義賣的師生：何雨霏（左起）、陳昀慈、池昀臻、紀星羽、教師李宜恩、林泰辰、陳思迪、劉桐維。

▲國北教大實小參與水果義賣的師生：何雨霏（左起）、陳昀慈、池昀臻、紀星羽、教師李宜恩、林泰辰、陳思迪、劉桐維。

還是持續舉辦活動，二十年來都不間斷，讓大家利用蘋果傳情，讓學生、家長與教師藉由活動對平時守護我們的人們致上最深的感謝。

培養學生實際做公益 積少成多傳承友善火花

北小博愛市長六年級紀星羽說：「我覺得柳丁蘋果義賣是很有意思的活動，不僅可以培養小朋友的經營觀念，還能讓大家了解積少成多，就算是我們的一點愛心，也能幫助到那些需要幫助的人，得到滿滿的溫暖，一舉數得。」

六年級何雨霏說，在柳丁蘋果義賣當天，操場上人山人海，這個場面已經見過六次，但是今年第一次當賣家，感覺新鮮又開心。

六年級陳昀慈說，幫助志工家長販售水果，一邊幫忙消費，把水果裝袋、一邊收錢，忙得手忙腳亂、滿頭大汗，從中體會到志工家長的辛苦。感謝陳爸爸二十年來提供柳丁、蘋果，持續助人行善的美德。

六年級池昀臻表示，這次是自己最後一次參加的柳丁義賣會，很高興可以協助義賣，希望這個友善的火花可以一直傳承下去。

## 二、學習自主、幸福翻轉——北小的兒童節

今年的兒童節配合臺北市教育局兒童節的規劃，本校制定了，學習自主、幸福一同翻轉北小的兒童節

- (一) 學習自主——個人學習計畫、班級及學年學習活動。
- (二) 幸福一同翻轉——兒童節摸彩活動、義賣臺東出產的天然果汁捐助臺東縣蘭嶼鄉椰油國小的小飛魚文化展演隊，去夏威夷小學進行樂舞交流及參加太



平洋藝術節活動。

(三) 時間為4月1日(一)，當天回家不會有平常的課堂作業。

三、書包減重計畫，為了顧及孩子的健康，學校會在兒童朝會及班上進行宣導及指導，敬請各位家長配合。

四、幸福保衛站：學校校長及主任們已拜訪過學校附近的便利商店。

**北臺8縣市 幸福保衛站**  
全年24H不打烊

**關懷對象**  
遭遇**急難**或有**飢餓**求助需求的18歲以下兒少。

**提供餐食**  
以每人每餐約100元為原則，自行選取主食(飯、麵、麵包等)餐點及無酒精飲料，需在店內食用完畢。

**取餐地點**  
8縣市的7-11、全家、萊爾富、OK都可以取餐喔!

臺北市教育局  
DEPARTMENT OF EDUCATION  
TAIPEI CITY GOVERNMENT



## 研究處

為迎向教育新趨勢，除教師專業社群的課程共備，研究處更藉由參與美感教育、學校本位國際教育(SIEP)、部分領域雙語教學及引進外籍教學人員等計畫的申請，引進外部資源，讓本校教師能與時俱進，精進專業知能!本學期工作重點如下：

### 一、實施部分領域雙語教學，延伸學生英語學習：

112 學年度實施部分領域雙語教學以中年級學生為主，含括三年級音樂、健康、自然領域及四年級健康與體育領域。授課教師除有外師協助進行備觀議課外，每學期還有 2 位專家學者(1 位領域專家學者及 1 位英語教學專家學者)入校輔導，確保雙語課程品質。期待在學校情境中建立語言學習情境，以符合學生學習與興趣之方式，培養北小孩子具備使用雙語學習與思考的習慣。

### 二、美感教育從心開始，創新展美力

2024「北小藝起來」中年級美展展期為 3/08-3/21，將於 3/08(五)舉辦開幕式，屆時將以現場直播方式讓更多家長可以參與!除學習成果作品聯展外，中年級美展也將延續傳統以「大手牽小手」的方式向低年級學弟妹介紹自己的作品並共同創作，在聯手創作中傳遞美感傳承的意念!此外，為了讓家長可以親自感受展場的氛圍，增加親子互動的機會，也將於 3/16(六)早上 9：00~12：00 假日開放，歡迎家長蒞臨參觀!

### 三、推動國際教育，拓展國際視野

去年 11 月在祝校長的領軍下北小國際交流活動重新啟航，這次的出訪交流學校為鹿屋市鹿屋小學校與東原小學校，兩天的入校學習與寄宿家庭體驗，兩所姊妹校師長及接待家庭的熱情款待都讓出訪師生深受感動，留下許多深刻且美好的回憶!

至於國際教育週，延續上學期主題「認識日本」，本學期將結合視覺藝術與聽覺藝術課程介紹草間彌生與久石讓兩位日本藝術家，相信有了老師們的引導與實作學習，相信孩子們必定對日本文化有更深刻的領略。

### 四、肩負師培重任，傳承教育專業

除提供師資培育機構一週見習與教學觀摩外，本學期國北教大藝社系四年級 19 位同學將於 3/4-3/22 到二、四及五年級入班進行三週實習。透過「備課、觀課、議課」中給予實習學生許多寶貴的意見與回饋；在過程中，本校教師亦能從實習學的教學中，了解最新的教學策略與媒材，透過不斷的對話相互成長與精進。

■研究主任：陳彥麟老師－學校分機-130

■研究組：蔡宜倍老師－學校分機-132

■實習組長張曉蘭老師－學校分機-131

■國際交流暨出版組：學校分機-138



## 總務處

- 一、已過的一個學期，感謝全校親愛的家長對總務處大力支持與肯定，讓我們持有滿滿的動力，堅持服務的熱忱，繼續為全校親師生付出。這股動力與熱忱無法無法無中生有，懇請各位提供源源不絕的鼓勵與意見，讓我們不斷追求更好的服務效率與品質！如有需要，歡迎與我們聯繫，感謝您！

總務主任：陳壽恩老師一分機 140		文書組長：林欣儀老師一分機 142	
出納組長：廖姻如小姐一分機 141		事務組長：吳秋敏小姐一分機 143	
幹事：趙家海先生一分機 148		事務助理：陳彥融先生一分機 149	
工友叔叔：鍾樑鑑先生一分機 146		工友阿姨：楊琇媚小姐一分機 147	
警衛一分機 190	平日早班：廖慶瑞先生		平日午班：陳熠先生
	週六全天*：林淑玲小姐		週日全天*：林淑玲小姐

\*備註：週六、週日及連續假日警衛室值班及校園開放情形，請參照本校實際調整及公告狀況。

- 二、寒假期間，總務處大力進行校園內老舊設備修繕，也依需求與規定辦理採購，期待能提供全校師生優良的教學與學習環境。各位所關心的校園工程也持續進行中：

工程項目	工程現況說明
勤學樓廁所整修工程	預計 113 年 02 月 29 日前完工。

- 三、本學期的註冊繳費預計於 03/12（二）發下，請於 03/13（三）至 03/19（二）間完成繳費並請務必將回執聯繳回予導師，以完成繳費手續。
- 四、校園內的遊戲場、廁所及公共區域的安全、環境衛生，總務處會全心全力巡視與維護，但僅憑一處之力實則有限，期盼全校親師生一起努力，共同檢視與愛惜我們的活動場所，並不吝給總務處即時的回饋。
- 五、校內公物是全校人員的公共財，每個人都有愛護、維持的責任，若孩子有蓄意破壞或因貪玩而造成損害的情形（尤其是課桌椅、廁所設備），總務處將依規定並處於教導孩子負責、謹慎的立場，請當事人負起賠償責任。
- 六、自強樓一樓東側、西側樓梯間，以及行政樓一樓學務處前，設有公用電話，其中學務處前的公用電話為最新機種，可使用電話卡、零錢、一卡通及悠遊卡（北小學生證有悠遊卡功能唷）支付費用，歡迎有需要的小朋友能多加運用。警衛室因有重要執勤任務，且分機有權限限制，原則上無法借予小朋友使用，如果遇有需要借用電話的情形，小朋友可請警衛室轉介處室，或直接洽行政處室的現場師長請求協助。
- 七、安全美好的校園，需要您我共同守護，以下事項，懇請您多多幫忙：
- （一）務請大家正視為我們守護校園安全的警衛室值班叔叔、阿姨的辛勞與感受，尊重他們的專業與奉獻——共同留意進出校園的禮節。
- （二）上學期間家長、外賓進出校門，請務必主動至警衛室配合換證，或配戴志工服務證，以確實掌握校園進出人員動向。
- （三）中午時間送便當時，請寫上孩子的班級姓名，放置在餐車，低年級餐盒會由高年級服務隊

協助送至班級。

(四)如確有必要臨時送學用品到校，請寫明孩子班級姓名，交由警衛室同仁協助轉交。

(五)上課期間，因故須接回孩子時，請先與師長聯繫，孩子需持師長所簽認之外出單，警衛室阿姨、叔叔才會讓孩子離校，也請您親自到校門口帶回，以確保孩子在校外之安全。

(六)校園平日、週日不對外開放；週六開放時間為 08:00 到 16:00，歡迎您闔家到校園來運動健身，也請協助共同愛護校園環境，勿在校內騎乘腳踏車、溜直排輪、打棒球或玩遙控飛機。(防疫期間請以最新公告為準)。

(七)112 年度本校傳達室值班時間及校園對外開放情況如下：

1. 平日：傳達室 06:00~20:00 值勤，校園不對外開放。
2. 週六：傳達室 08:00~17:30 值勤，校園 08:00~16:00 對外開放。
3. 週日：傳達室不值勤，校園不對外開放。
4. 國定假日若在平日，傳達室不值勤，校園亦不對外開放。
5. 國定假日若在週六、週日，傳達室不值勤，校園亦不對外開放。
6. 連續假日若含括週六、週日(如五、六、日，或六、日、一)，傳達室不值勤，校園亦不對外開放。
7. 寒、暑假平日：傳達室 06:00~20:00 值勤，校園不對外開放。

歡迎街坊鄰居、全校親師生利用本校對外開放時間到本校遊玩！並請遵守本校校園開放注意事項、維保校園公物與環境，切勿在校內騎乘腳踏車或溜直排輪、滑板、打棒球或玩遙控飛機，共同愛護這座美麗的校園。

**壹、前言**

一、祝大家新春愉快，心想事成，好運龍總來！

二、輔導室下學期的目標：**合作、合作再合作，溝通、溝通再溝通。**

(1) **有關諮商輔導工作：**北小所有老師都是初級輔導人才，謝謝老師們成為孩子們的光。

本校有駐校心理師及專輔的諮商，讓需要的家長、學生（家庭）能受到更多專業的協助。

(2) **有關課後班的工作：**若有任何問題，都請第一時間向課後班的行政老師、輔導室反應，我們一定立刻處理。

(3) **有關特教的工作：**感謝所有老師們對於特教的孩子們，給予更多的協助和關愛，除了例行性的工作外，下學期就是要做好校內、外學生跨學習階段轉銜的準備，量越多心越靜。

(4) **有關各項宣導工作：**很感謝許多家長及老師透過各種方式表達對輔導室活動的支持、肯定並給予建議，透過母親節的感恩週、特教宣導、輔特知能研習等活動，讓孩子們能夠多元地學習，也希望宣導活動不會流於形式更貼近學生的學習。

**貳、親資組****一、課後照顧班**

112 下學期開班數：A 時段低年級共開 6 班，中年級 5 班，高年級 4 班；B 時段共 7 班；C 時段共 2 班；合計共開 24 班，441 人次。

**2/16 開學日，課後班即開始上課**，一年級課後班老師第一天會到各班接小朋友至分配之教室上課，課後班教室分配一覽表已發至各班，由於上下學期課後班報名學生不盡相同，且顧及各班人數平均，會重新分班調整，課後老師也會有部分異動，敬請了解。

**二、親師懇談**

(一)本學期親師懇談時間訂於 **113 年 3 月 2 日(六)**辦理。

(二)實施流程：

時 間	說 明	負 責 人	地 點
09:00-09:10	<b>家長簽到</b> 各班家長至教室簽名報到	各班導師	各班教室
09:10-09:20	<b>校務說明</b> 校務說明(請事先下載預錄影片播放)	校長 主任	各班教室
09:20-10:20	<b>與老師有約</b> 1. 親師溝通：班級經營理念說明。 2. 科任老師教學理念說明。 3. 親師意見交流 4. 班親會學期事務及日程安排 5. 班級交通導護志工安排。	各班導師 科任老師 各班導師 家長代表	各班教室 註： 二年級英文體育，四五年級自然，三六年級英文，五六年級社會老師入班。
10:30-12:00	<b>親職講座</b> 講題：數位科技在學習上的應用 主講人：東吳大學跨領域國際學士班 戴凱欣助理教授	輔導室	至善樓地下室大會議室

(註 1) 1. 10:30~12:00 歡迎全校老師一起至善樓地下室大會議室聆聽講座。

(註 2) 2. 未於親師懇談會中入班說明之科任老師，請於開學時以書面資料與家長說明。



### 三、親職講座

- (一) 敬邀家長們善用此一資源，和孩子們一起學習一起成長！
- (二) 現場發放每位學生家長一張「親職講座集點卡」，家長每出席一場蓋認證章一枚，並提供「好兒童獎卡」3張給家長運用，鼓勵孩子在生活中的好表現。**凡參加五場親職講座家長可獲贈一本由校長親筆題字的好書。**
- (三) 辦理前一週會發下便利貼，請各班老師協助張貼於學生家庭聯絡簿上邀約家長參加。
- (四) 擬辦理之內容如下表所示：

場次	時間	地點	主題	講師	備註
1	113年3月2日 (六)10:30~12:00	至善樓B1 大會議室	數位科技在學習 上的應用	戴凱欣助理 教授	東吳大學跨領域 國際學士班助教
2	113年4.5月份	登月樓5樓 教學觀摩室	(邀請中)	(邀請中)	主辦單位：家長會
3	113年6月21日 (五)19:00~20:30	至善樓B1 大會議室	家有小一新鮮人	校內老師	

### 參、特教組

#### 一、112學年度第2學期資優縮修公告(一~五年級適用)

已於開學前於本校網頁公告。112學年度第2學期資賦優異學生縮短修業年限申請期間為2/16~2/23，敬請把握相關時程。

#### 二、112學年度第2學期特教宣導系列活動(第十三週 5/6~5/10 特教宣導週)

112學年度1-6年級學生特教宣導

- (一) 主題：Eyes 遇見愛
- (二) 活動辦理方式：與財團法人伊甸基金會合作，進行相關宣導活動。

活動方式	地點	時間(第12週)	參與年級	備註
音樂演奏 欣賞	至善樓 禮堂	113.05.10(五) 08:50~09:30	一、二年級	透過活動認識並接納 身心障礙者，學習他們 跨越障礙的勇氣與信 心。
		113.05.07(二) 13:30~14:10	三、四年級	
		113.05.19(四) 13:30~14:10	五、六年級	

#### 三、集中式特教班課後照顧專班

- (一) 因應集中式特教班學生需求，112學年度第2學期廣續辦理集中式特教班課後照顧專班。
- (二) 112學年度第2學期開班情形如下：
- 課後照顧時段(12:00~16:00)：週三、五時段各開2班。
  - 保育照顧時段(16:00~19:00)：週一、二、三、四時段各開1班。

### 肆、諮輔組

#### 一、112學年度第二學期國北教大實小輔導諮詢服務時間

- 諮商師駐校服務預訂於3月份開始，歡迎老師及家長來電預約，請電洽諮輔組張序莊老師。
- 註：預約諮詢個人服務次數以2次為限，滿2次者則列為候補對象。

● 預約電話：2735-6186，分機號碼詳如下表。

職稱	姓名	分機	諮詢時間	服務內容
諮商心理師	林麗文 (外聘)	152 (預約制)	週三或週五 13:30~16:30 (依心理師時間排定)	親職教養、親師溝通 *對象：家長、老師
專輔教師	王姿雅	159	與專輔教師聯繫	學生小團體、學生個別諮商 教師諮詢、家長諮詢
專輔教師	張詩涵	158	與專輔教師聯繫	學生小團體、學生個別諮商 教師諮詢、家長諮詢

註：校內資源有限，可介紹家長校外資源~臺北市兒童心智科、大安區心理諮商所一覽表。

臺北市校園醫療網絡資源網址 <https://reurl.cc/yQkj4M>

## 二、EQ 暨生命教育課程資源

家長志工入班需求於上學期期末調查，請申請 1·5·6 年級 EQ 課程或 1~6 年級生命教育課程之導師，納入班級課程計畫於親師懇談日和家長說明，依登記時間協同家長志工授課，並針對教材與授課方式等提供相關意見與回饋。

## 三、畢業生輔導活動

暫訂於 6/6(四)~6/7(五)各班排定二節課分別實施，主題：職業試探。

申請「臺北市 112 學年度第二學期國小職業試探到校服務實施計畫」資源，邀請職業達人入校上課，提供六年級學生職業試探與興趣探索之機會。

## 四、學習輔導與低年級體能活動訓練

(一) 學習輔導日期：113 年 3 月 11 日起至 113 年 6 月 14 日止(計 14 週)。

\*原則：平均配置招募到的志工人數給需求班級；學習輔導以一對一或一對二的方式進行，指導老師可視班級狀況做調整。若學生與志工之上課時間無法配對或志工人數不足，則無法接受學習輔導資源，仍由任課教師進行差異化教學與補救。

\*註：課後班時段學輔志工服務由行政秘書安排，不利用課後班午休時間；請導師勿安排課後班午休時間服務。

(二) 體能活動訓練：113 年 3 月 13 日起至 113 年 6 月 14 日止，每週三、五 7:50~8:30 實施。

註 1：此為二級輔導資源有限，請老師確實評估後再提出有需求學生名單。

註 2：下學期以一年級學生優先參加；上學期以二年級學生優先參加。

## 五、班級團體輔導實施計畫簡介

(一) 實施內容：112 學年度第二學期以「家庭教育」為主。(第 11 週)

實施日期	實施年級	課程主題	實施重點	使用教材參考
4/26 (五) 08:50   09:30	一年級	家人界線	分辨家人與親戚的界限，認識隱私權及身體界線。	1-A 不要親我
			了解尊重並學習每個人的身體界線不同，也提供具適應性的人際互動策略。	1-B 不!別亂碰我身體!
	二年級	家庭角色與情緒	家暴防治；覺察自己和家人的情緒表現，學習如何與家人和睦相處。	2-A 象爸爸著火了
			了解家庭的特質與每個人的義務與責任，並破除家事分攤的刻板印象。	2-B 朱家故事

實施日期	實施年級	課程主題	實施重點	使用教材參考
4/23 (二) 13:30   15:00	三年級	迎接家庭新成員	瞭解母親懷孕生寶寶的過程，能與家人一起分擔家事。	3-A 寶寶要出生了
			陪伴學生經驗家庭變動，從能獨立完成的生活技能中發展我能感	3-B 只有一點點
	四年級	預防家庭暴力	家暴防治；教導非暴力的正確觀念，建立自保與求助計畫	4-A 小愛的畫本(影片)
		長照宣導	讓學生了解罹患失智症的長者於日常生活中出現的症狀，以及如何關懷與照顧。	4-B 奶奶慢慢忘記我了
4/25 (四) 13:30   15:00	五年級	多元家庭	尊重多元的的家庭和文化以及別人不同生活型態的選擇。	5-A 好事成雙
			讓學生認識不同家庭結構組成，含重組、隔代家庭等，培養多元家庭素養。	5-B 一個家，一個故事
	六年級	預防家庭暴力	家暴防治；教導非暴力的正確觀念，強化學生因應壓力與負向情緒的技巧。	6-A 家暴停看聽(影片)
		家族文化	透過聚焦在家庭的慣用語、生活習慣等，提升學生熟悉家庭氛圍與文化。	6-B 我的家，你的家

## (二) 實施方式：

- 輔導室提供專輔老師設計之教學活動供導師參考，導師亦可自行擇定適合自己班級狀況的內容實施教學。
- 活動方式：依活動內容，多樣彈性而活潑生動化，可六六討論法、腦力激盪法、角色扮演法、座談會等團體方式進行。
- 教學資源下載：內含教案、PPT、學習單、參考資料及「愛在北小\_班級團體輔導手冊」…。  
(nas\share\輔導室\班級團體輔導)

## (三) 預期績效：

- 宣導正向家庭教育觀念，建立無暴力的安全家庭環境，以培養身心健康的國民。
- 認識每個人在家中扮演的角色與功能，學習與家人溝通協調的技能，以減緩親子間的衝突。
- 學生能欣賞多元的家庭型態和文化、接納差異，建立尊重不同生活型態的環境與資源。

## 六、自我傷害防治宣導

專輔老師入班團體輔導：

上學期主題：自傷(情緒)~自我傷害之覺察與篩選。三、五年級實施。

下學期主題：自傷(情緒)~心理健康之覺察與篩選。四、六年級實施。

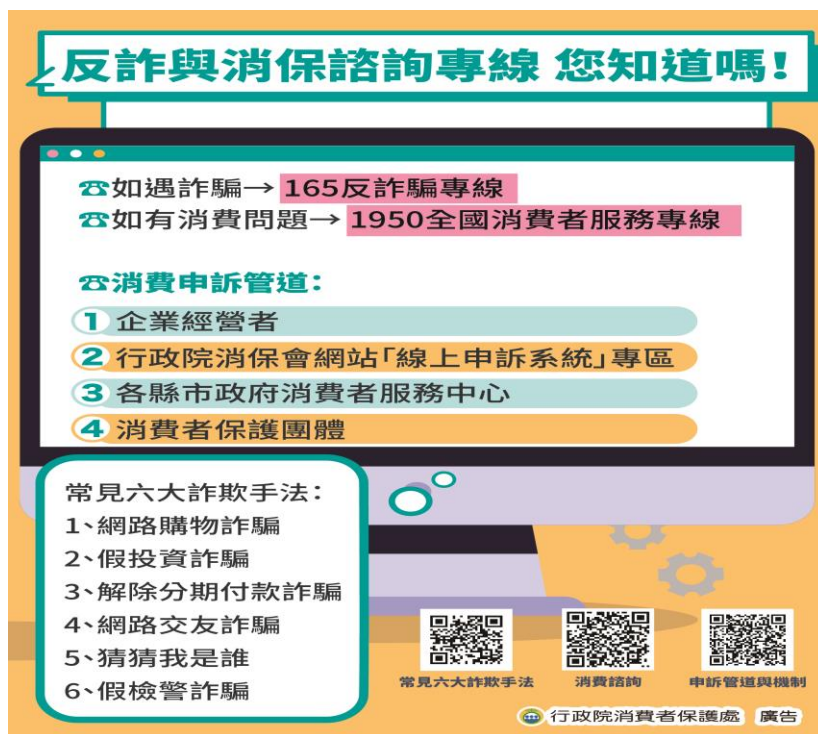
## 七、北小哈哈熊信箱簡介

- 實施目的：以電子或實體信箱方式讓學生有傾訴管道，推動發展性輔導工作，促進學生心理健康。
- 實施方式：(1) 透過 Google 表單，讓學生反應心情；由專輔老師執筆，予以適當回覆。  
(2) 宣導素材：由專輔老師蒐集班級需求輔導事件或依輔導公文要旨訂定。



## 教育宣導

1. 臺北市青少年發展暨家庭教育中心網址：<https://ydfe.gov.taipei/>  
課程與活動資源、412-8185 全國家庭諮詢專線，歡迎有需要者多加利用。
2. 行政院消費者保護會網址：<https://cpc.ey.gov.tw/>



**反詐與消保諮詢專線 您知道嗎！**

☎ 如遇詐騙→ **165反詐騙專線**  
☎ 如有消費問題→ **1950全國消費者服務專線**

**消費申訴管道：**

- 1 企業經營者
- 2 行政院消保會網站「線上申訴系統」專區
- 3 各縣市政府消費者服務中心
- 4 消費者保護團體

**常見六大詐欺手法：**

- 1、網路購物詐騙
- 2、假投資詐騙
- 3、解除分期付款詐騙
- 4、網路交友詐騙
- 5、猜猜我是誰
- 6、假檢警詐騙

常見六大詐欺手法    消費諮詢    申訴管道與機制

行政院消費者保護處 廣告

3. 臺北市政府教育局宣導：  
私立短期補習班及兒童課後照顧服務中心「租賃交通車核備標章」



臺北市府教育局  
DEPARTMENT OF EDUCATION  
TAIPEI CITY GOVERNMENT

# 守護學童乘車安全

## 認明補習班租賃交通車核備標章

**租賃交通車注意事項**

- 1 車齡不得超過10年
- 2 車輛應至少配置1名隨車人員
- 3 乘客人數不得大於行照載運人數
- 4 駕駛年齡不得超過65歲
- 5 應配置臺北市府教育局交通車核備標章

拒絕並舉發違法車輛

倘您發現疑似違規車輛，可拍照（需足以辨識車牌）並致電1999，或以單一陳情系統舉發

陳情系統

# 共同守護孩子，一起陪同飛翔

## 家長必須知道的「兒童及少年保護」資訊

孩子不僅是父母的寶貝，更是國家與社會的重要資產，值得每個人用心呵護與關懷。讓每個孩子都能平安長大，不受暴力、情色資訊的威脅與污染，是我們共同的責任。當您發現身旁的孩子疑似受到疏忽照顧、遺棄、身心虐待或性剝削，或是在網路上發現暴力、色情、血腥等不適合孩子閱讀的資訊時，請伸出溫暖的雙手，勇於檢舉通報，幫助孩子平安快樂地成長。

孩子受到之不當對待，可分為下列四種類型，以下分別說明：

身體虐待	精神虐待
照顧者對孩子施加任何非意外性之身體傷害，包含故意或一時失控，使用工具或徒手，造成孩子身體上的傷害，常見如甩巴掌、搖晃嬰兒、以皮帶或棍子抽打、用菸蒂燒燙等，導致孩子受傷、外型損毀、任何身體器官或功能損害，嚴重者甚至造成孩子死亡。	精神虐待包括言語的羞辱、孤立、控制、漠視孩子的情緒需求等。精神虐待常合併其他三種虐待的情境中，實務上單獨存在的精神虐待亦非不可能。照顧者感受到孩子的身體或心理的需求或痛苦，卻選擇漠視、拒絕回應，或充滿敵意，打垮孩子自尊心，感受到孤立及不被喜愛，導致身體發育不良、情緒或行為障礙。
嚴重疏忽	性虐待
照顧者沒有提供孩子的基本需求，如飲食、穿著、居住環境、教育、醫療照顧等，受到嚴重或長期忽視，以致危害或損害兒童健康或發展，以及將 6 歲以下或需要特別照顧的孩子單獨留在家中，或交給不適當的人照顧，進而導致發展遲緩，或影響生命安全健康。常見的疏忽譬如：營養不良、居住環境惡劣、學齡年紀卻未就學等，抑或導致孩子可能身體有異味或外表骯髒邋遢，易成為同儕嘲諷、拒絕和霸凌的對象。	一般來說，照顧者以滿足自己慾望而對孩子施加的性活動，皆具虐待的意涵，或是讓孩子長期暴露於色情環境之中。其中包含直接或間接對孩子做出與性有關的侵害或剝削行為，如性騷擾、猥褻及性侵害等。性暴力往往是權力的展示，因此任何性別都有可能成為施虐者和受害者。孩子通常會因施虐者的恐嚇或控制而保持沉默，且因通常缺乏明顯外傷，導致受虐不易被揭發，受害狀態長達數年並非罕見。

資料來源：衛生福利部 <https://www.mohw.gov.tw/cp-88-233-1-43.html>

台灣兒童暨家庭扶助基金會 <https://cp.ccf.org.tw/childprotection/type/>

## 可協助的社會資源

### 一、113 保護專線、113 線上諮詢

若您發現有兒童、少年、老人、身心障礙者遭受不當對待，或您本身有遭受家庭暴力、性侵害、性騷擾等情事，不分縣市、24 小時全天候可以手機、市話、簡訊（聽語障人士）直撥「113」，將有專業值機社工人員與您線上對談，提供您相關諮詢、通報、轉介等專業服務，113 保護專線將遵循保密原則，不會任意向第三人透漏您的個人資料，請安心撥打。

### 二、「關懷 E 起來」 網站與紙本通報 (<https://ecare.mohw.gov.tw/>)

提供民眾線上通報及諮詢有關家庭暴力、性侵害及兒少保護事項，如果發現身旁兒少疑似遭受疏忽、虐待等不當對待情形，請立即上網諮詢通報。

### 三、各直轄市、縣（市）政府家庭暴力及性侵害防治中心

直接洽當地的家庭暴力及性侵害防治中心給予協助，可以就近受理家庭暴力、疏忽、不當對待及性侵害通報事件。（臺北市家庭暴力及性侵害防治中心專線 (02)2361-5295；新北市政府家庭暴力及性侵害防治中心專線：([02](tel:0289653359))8965-3359）

## 親職教養參考資料

### ■ 好文章推薦

	文章標題	文章連結
1	99%的父母都沒發現自己每天對孩子使用的暴力	<a href="https://reurl.cc/o0d06D">https://reurl.cc/o0d06D</a>
2	反覆對孩子生氣大叫，竟會改變他的大腦結構	<a href="https://reurl.cc/WLDoy">https://reurl.cc/WLDoy</a>
3	長期遭語言暴力的小孩，腦部損傷與被撞擊一樣嚴重	<a href="https://reurl.cc/Y86851">https://reurl.cc/Y86851</a>
4	不只是肉體的傷害，受虐兒長大後可能出現 20 多種嚴重後遺症！	<a href="https://reurl.cc/b7R7b3">https://reurl.cc/b7R7b3</a>
5	父母的「言語」及「行為」讓孩子自我肯定的 4 種方法	<a href="https://reurl.cc/Nq6q89">https://reurl.cc/Nq6q89</a>
6	別只想著說服孩子！親子溝通 3 秘訣，「理解孩子」才是關鍵	<a href="https://reurl.cc/lvdvbg">https://reurl.cc/lvdvbg</a>
7	孩子對媽媽和對爸爸不一樣？	<a href="https://reurl.cc/0EOE8x">https://reurl.cc/0EOE8x</a>
8	收起對孩子的虧欠：假日父母經營親子關係，關鍵不在時間長短，而是陪伴品質	<a href="https://reurl.cc/8qngMy">https://reurl.cc/8qngMy</a>
9	教養孩子，最難的既不是養，也不是教，而是察覺孩子的心理需求	<a href="https://reurl.cc/ml9lKM">https://reurl.cc/ml9lKM</a>
10	幸福父母覺醒四部曲	<a href="https://reurl.cc/4QmQzD">https://reurl.cc/4QmQzD</a>

### ■ 專家短片推薦

	影片標題	影片連結
1	鄧惠文的關係心理學：親子篇	<a href="https://reurl.cc/Dm6mG0">https://reurl.cc/Dm6mG0</a>
2	《媽媽變成鴨》鄧醫師的情緒秘方 1【當孩子挑戰父母權威時】：如果孩子想把你變成鴨，你會怎麼辦呢？	<a href="https://reurl.cc/Dm6mNN">https://reurl.cc/Dm6mNN</a>



3	《媽媽變成鴨》鄧醫師的情緒祕方 2【當家庭出現「分邊」角力時】：每個家中，難道都註定有一個囉嗦的媽媽？	<a href="https://reurl.cc/Q43Xpb">https://reurl.cc/Q43Xpb</a>
4	《媽媽變成鴨》鄧醫師的情緒祕方 3【陪伴孩子在破壞—失落—修復中學習愛、感恩與包容】	<a href="https://reurl.cc/4QmQ2V">https://reurl.cc/4QmQ2V</a>
5	《我不想說對不起》鄧醫師的情緒祕方 #1 為什麼不說對不起	<a href="https://reurl.cc/EGzozv">https://reurl.cc/EGzozv</a>
6	《我不想說對不起》鄧醫師的情緒祕方 #2 對不起的修復力	<a href="https://reurl.cc/ZX7WQA">https://reurl.cc/ZX7WQA</a>
7	《我不想說對不起》鄧醫師的情緒祕方 #3 和孩子一起探索心理	<a href="https://reurl.cc/zAzYb0">https://reurl.cc/zAzYb0</a>

## ■ 書單推薦

1. 與孩子的情緒對焦：做個平和的父母，教出快樂的小孩（蘿拉・馬克罕著/心靈工坊）
2. 暫停情緒風暴：大人不心累，孩子不受傷，第一時間化解情緒衝突與對立（陳品皓著/禾禾文化）
3. 你的管教，能讓孩子成為更好的人：從他律到自律，小熊媽暖心而堅定的教養法
4. 媽媽的情緒練習：自我覺察，用智慧愛孩子和自己，建立正向家庭關係（楊婷湏譯/大好書屋）
5. 受傷的孩子和壞掉的大人（陳志恆著/圓神出版）
6. 擁抱刺蝟孩子：重啟連結、修復情感、給出力量的關鍵陪伴與對話（陳志恆著/圓神出版）
7. 你的父母不是你的父母
8. 最好的教養，從面對真實自我開始：法國父母最信賴的心理學家，帶你擺脫焦慮、解決親子衝突的 45 堂療癒課、23 種高成效的對話練習

### \* 輔導室溫馨提醒 \*

- 1、任何孩子的教養的問題，除了多和導師、各處室老師討論外，更歡迎您善用北小特有的針對家長教養問題諮詢的「駐校心理師」。如果你有需求，可電洽輔導室諮輔組（分機 152）。
- 2、依《兒童及少年福利與權益保障法》《兒童及少年保護通報與分級分類處理及調查辦法》規定，學校單位於執行業務時知悉兒少保事件時應立即通報表，至遲不得逾二十四小時也讓家長能夠了解學校須承擔的法律責任。

創傷知情 <https://reurl.cc/rrXjk4>

「創傷是由一次事件，一連串事件或一系列情況所造成，對經歷其間的個人而言，在肢體或情感上有傷害或是對生命具威脅性，並且對個人的功能運作，以及生理、社會、情感或靈性的狀態形成長期的不利影響。」——美國藥物濫用暨心理健康服務署，2014

每個人終其一生都在學習與壓力共處。

當受壓力的我們，不知道怎麼處理時，身邊又沒有相關的資源協助因應，這些事件將帶來痛苦與情緒，經年累月，將帶來無力感和絕望，而創傷知情是一個重新辨認創傷壓力的眼光，很多的症狀或行為，都是過去為了要存活、適應這個創傷，所形成的生存機制。

創傷知情就是從認識人因應壓力的反應開始，更去理解事件帶來的壓力，不能忽視創傷事件所造成的影響！



# 親職小品文

歡迎連結以下網址參考

## 直升機父母的 7 大特徵！小心直升機育兒的影響

親子天下 <https://www.parenting.com.tw/article/5096524>

作者：劉茵琪(親子天下媒體中心)

## 到底孩子該不該補習？關於補習的 4 點建議

親子天下 <https://www.parenting.com.tw/article/5096619>

作者：葉丙成(台大教授)

## 孩子吵著要手機怎麼辦？妥協給出手機，問題依舊在

親子天下 <https://www.parenting.com.tw/article/5091953>

作者：陳志恆(諮商心理師、作家)