

臺北市私立延平高級中學109學年度第二學期

學校日家長手冊

活動日期：110年3月12日(星期五)

活動地點：各班教室

主辦單位：學務處



目錄

「學校日」實施計畫	01
「學校日」時程表	02
校長致家長的一封信	03
家長會報告事項	04
教務處宣導事項	05
學務處	
訓育組宣導事項	08
社團活動組宣導事項	10
生輔組宣導事項	11
衛生組宣導事項	12
體育組宣導事項	14
總務處宣導事項	16
外語中心宣導事項	18
輔導室宣導事項	19
圖書館宣導事項	21
人事室報告事項	25
附表一 臺北市私立延平高級中學附設國中部服務學習說明	27
附表二 臺北市私立延平高級中學附設國中部 109 學年度第二學期校內服務學習課程	28

臺北市私立延平高級中學 109 學年度第二學期學校日實施計畫

壹、依據：

- 一、臺北市政府教育局 90 年 3 月 14 日北市教秘字第 9021856100 號函。
- 二、臺北市私立延平高級中學 109 學年度第二學期行事曆。

貳、目的：

- 一、落實教育基本法第八條「家長參與學校教育事務」精神。
- 二、展現教師教育專業能力，提昇班級教學及經營品質，推展主動創新之教學。
- 三、促進親師溝通與合作，創造優質學習環境，共創親師生三贏成果。

參、實施日期：中華民國 110 年 3 月 12 日（星期五）

肆、實施方式：

- 一、由導師主持班級座談會之進行，任課老師配合導師安排時段，對家長說明教學計畫。
- 二、各處室行政單位提出學期重要行事及參考資料彙整成冊，於學校日提供給家長。

伍、109 學年度第二學期學校日活動時程表如附件。

陸、任務編組：109 學年度第二學期學校日分工組織表。

柒、導師協助事項：109 學年度第二學期學校日導師協助工作。

捌、研究與發展：

- 一、全體教師根據學校日家長回饋意見，修正教學計畫。
- 二、學校日家長發言單所提建議，會後由學務處彙整完畢，簽請各處室研覆並分別辦理後續相關事宜，並公告於首頁及學務處網站。

玖、預期效益：家長對於學校與班級環境概況更加熟悉；親師間建立暢通的溝通管道。

拾、本活動所需經費概算表，由校內相關預算支應。

拾壹、本計劃經籌備會討論通過後，陳請 校長核定後公布實施，修正時亦同。

109 學年度第二學期「學校日」時程表

國一、國二、國三、高一、高二、高三各班時程表

活動日期：110 年 03 月 12 日（星期五）

時間	活動內容	地點	主持
18:20~18:40	報到	各班教室	導師
18:40~19:00	班級概況說明/ 班級經營分享	各班教室	導師
19:00~20:00	任課教師教學計劃說明	各班教室	導師 任課教師
20:00~21:00	班務座談會	各班教室	導師

致家長的一封信

敬愛的家長及延平學子們：

錢鼠送去，金牛迎來，新年到來象徵嶄新的學期即將開始。過去一年，飽受疫情所引發的一切紛擾，令我們的生活大大改變。所幸，在全校同仁上下一心努力，及家長、同學們的無私付出、積極配合下，延平不僅免於疾患之侵擾，且各項表現依舊傑出亮眼、引人稱羨。在此，我要向每位延平大家族的成員們，表達最誠摯的謝忱，因為有您，延平變得更好。

過去一個學期，延平學子不僅課業表現依舊亮眼，在其他各領域的競賽中同樣大放異彩，以實際的成果體現了本校創新多元、適性揚材的教育方針。升學表現方面，一類組張哲瑄同學、二類組曾民全同學分別通過頂大的特殊選才，錄取台大經濟系及清大物理系；學科競賽部分，高三邱士紘，錄取奧林匹亞生物國手選拔營，高三曹家御同學入選了國際奧林匹亞化學的國手選拔營，高二林順文，項達均入選奧林匹亞物理國手選拔營。國中部也有多位同學在全國網際網路程式設計大賽中奪得佳績；非學科競賽部分，舉凡圍棋、排球、桌球、武術，乃至於外交小尖兵、全能英語王等競賽，本校精銳盡出，各個戰果豐碩。

隨著 99 課綱進入最後一個學期，108 課綱即將全面改變高中職的教育環境。為針對教育新局做出最全面且完善的因應，本校行政同仁與全體教職人員積極參與新課綱相關之會議與研習活動。在由陽明大學、台北大學、台北醫學大學等校合辦的書審評量尺規諮詢會議中，及國立政治大學國際事務及法學院合辦之諮詢會議，本校為私立高中唯一代表，代表向各大學教授分享本校之新課綱因應對策；12 月 11 日，高教司朱俊彰司長受邀到校與高二全體師生及家長分享新課綱學習歷程檔案之相關內容，會中氣氛熱烈。上述成果，顯見本校針對新課綱因應之作為，已深獲各界之肯定。

「周雖舊邦，其命維新」，延平以悠久的歷史傳統，結合新時代的開闊視野，在教育環境變動快速的今日，仍能日新又新，更上層樓。隨著新大樓的完工，延平的歷史進入了全新的一頁，而進步的腳步不容停歇。目前，針對本大樓教學環境之改善工程，不論是新式投影器材之設置，亦或是牆面粉刷，已全面完工，希望延平學子們能在最佳的學習環境中，恣意遨遊在知識學習的殿堂。

感謝每一位延平人的付出與參與，更感謝您的信任與肯定。延平以推動社會進步之力量自許，與您一同成就更美好的未來。

校長 張漢鏞
110 年 03 月 12 日

家長會

各位親愛的延平家長您好：

新的學期即將開始，先跟大家拜個晚年，祝福大家牛年行大運！經歷了一個漫長的寒假，終於可以平安的上學了，新冠病毒的疫情變化莫測，雖然目前疫苗已經研發出來，但是病毒一直有新的變種產生，所以大家還是要小心謹慎，恪守新防疫生活準則，以策安全。

回顧上學期家長會主辦或支援學校的活動，包括「新生體檢」、「全校流感疫苗施打」、「子宮頸疫苗施打」、「學生心臟病篩檢」、「學測破百誓師活動」、「校慶親師趣味競賽」、「校慶園遊會活動」、「校慶摸彩活動」、「覺修宮考生祈福活動」、「文昌宮包高中祈福活動」、「營養午餐監廚」、「學測家長服務隊」、「學生急難救助」、「補助優良社團」、「參與學校各項會議」、「贈送國三及高三畢業禮物」、「邀請高教司朱俊彰司長分享 108 課綱之重點」……等活動，共動員志工數百人次，在此代表家長會向所有熱心的家長志工們，致上最高的敬意與謝意！

下學期即將開始，家長會規劃的工作如下：「支援輔導室擴大舉辦高三學測模擬面試及備審資料指導」、「學測一對一選填志願輔導諮詢」、「舉辦升學講座」、「協助畢業典禮規劃」、「學測成績優異獎學金核發」、「國三會考覺修宮祈福」、「國三會考服務隊」、「營養午餐監廚」、「優良社團補助」……等活動。

誠摯的歡迎您能加入我們，為孩子們貢獻出您的時間，如果您無暇參與志工，也可以贊助的方式表達對家長會的支持！您的無私付出，必能讓孩子收穫滿滿！若蒙熱心捐款，請利用下列方式：

一、匯款者請在備註欄註明(班級和家長姓名)

台北富邦銀行 仁愛分行 帳號 704120008258

戶名：台北市私立延平高級中學學生家長會蔡東螢

二、開支票請書寫抬頭：台北市私立延平高級中學學生家長會蔡東螢

三、或捐款親送至本校出納組組長收(27071478 轉 140) 」

所有捐款都屬「自由樂捐不強迫捐款」，並會開立收據，可列入年度綜合所得稅列舉扣除額申報。家長會的戶頭是聯名專戶，所有金額的收支全權委託學校專人負責，全不由家長經手，請您放心！

延平家長會會長蔡東螢敬啟

110年03月12日

教務處

教務主任：馬根善（分機 2201）

教學組長：王紹宇（分機 2202）

研究發展組長：周建勳（分機 2210）

註冊組長：簡文建（分機 2205）

設備組長：翁為宏（分機 2209）

國中部共同宣導事項

- 一、教務處各項與學生相關之公告除班級紙本公告外亦同時於班級網頁連絡簿中公告，請家長務必定時登入班級網頁連絡簿查看。
- 二、事假需事先辦理，病假需於當天致電向導師或學務處請假，並於銷假後三日內辦妥手續，逾期不准假。請假當天如遇週考、段考、競試考、期考，則應將相關證明文件交至生活輔導組，並確實填寫考試科目，否則該科目將以零分計算。
- 三、藝能學科之作業影響該科之學期成績甚鉅，請家長務必督促學生按時繳交。
- 四、12年國教之免試入學中多元學習表現的均衡學習積分採計國中學生在校健康與體育、藝術與人文、綜合活動領域之學習領域評量成績及格與否，其他在校學習領域評量成績均不採計。請家長務必督促學生認真上課，以免屆時無法取得均衡學習積分。
- 五、若因申請校外教育補助之用途，須由學校開立「在學證明書」者，請影印學生証之正反兩面(反面須事先至註冊組蓋註冊之章)，並經由註冊組核章後即可當作在學證明使用。
- 六、校內外各項補助及獎學金訊息皆會公告於本校首頁左側最新消息之獎助學金專區中，請同學與家長不定時上網瀏覽，以免自身權益受損。另若具特殊身分者(如：低收入、中低收入、原住民、新住民、軍公教遺族、特殊境遇家庭、身障人士子女)應主動告知註冊組，若有相關補助訊息，註冊組會提醒學生及家長。

國中八年級宣導事項

- 一、八年級升學說明會將於本學期辦理，說明會主要對象為學生及家長，會議當中將說明選擇直升或外考後學校的課程安排規劃，說明會時間暫定於110年5月27日(四)辦理，請家長撥冗出席與會。
- 二、為使同學認真完成八年級學業，直升成績採計將計算至期考截止，請家長協同督促孩子努力向學，不放棄每一次的考試。

國中九年級宣導事項

- 一、110 學年度國中教育會考將於 110 年 5 月 15、16 日舉辦，會考免報名費且由國中端集體報名。教務處將發放基本資料檢核表，請學生及家長務必仔細檢查，資料有誤者直接於檢核表上更正，並於規定期限內繳回以免影響自身權益。
- 二、12 年國教各項入學管道時程緊密，請務必注意學校網頁及網頁聯絡簿相關公告，各項報名時間以校內公告為準。
- 三、依教育局規定，國三模擬考每學期不能超過兩次，且模擬考成績不納入學期總成績中計算，僅供學生及家長參考。

高中部共同宣導事項

- 一、事假需事先辦理，病假需於當天致電向導師或學務處請假，並於銷假後三日內辦妥手續，逾期不准假。請假當天如遇週考、段考、競試考、期考，則應將相關證明文件交至生活輔導組，並確實填寫考試科目，否則該科目將以零分計算。
- 二、本校高中部學生學習評量辦法補充規定已公告於學校首頁→行政單位→教務處→相關辦法之頁面，請同學上網參閱。若需於週、段考時間請假者，請特別留意缺考次數累積佔比勿超過 50%。
- 三、高一下學期所修習的科目若成績不及格者，教務處統一於暑期輔導舉辦補考。
- 四、適用 108 課綱學生之畢業條件如下：下列情形者，准予畢業，並發給畢業證書：
 - (一) 修業期滿，最低畢業及格學分數為 150 學分，其中部定必修及校訂必修至少需 102 學分且成績及格，選修學分至少需 40 學分且成績及格。
 - (二) 修業期間德行評量之獎懲紀錄相抵後，未滿三大過。
- 五、修業期滿，修畢高級中等學校課程綱要所定應修課程，且取得一百二十個畢業應修學分數，而未符合前款規定者，發給修業證明書。
- 六、校內外各項補助及獎學金訊息皆會公告於本校首頁左側最新消息之獎助學金專區中，請同學與家長不定時上網瀏覽，以免自身權益受損。另若具特殊身分者（如：低收、中低收、原住民、新住民、軍公教遺族、特殊境遇家庭、身障人士子女）應主動告知註冊組，若有相關補助訊息，註冊組將個別通知學生及家長。

高中二年級宣導事項

- 一、經分組就讀後若仍然有志趣不符者，統一於本學期期末申請轉組，此為在校就讀的最後一次轉組機會，升上高三後不得再以任何理由申請轉組，請同學務必審慎考量人生規劃，把握最後轉機會。

高中三年級宣導事項

- 一、至高三上學期結束累積學分數未達 140 學分的同學，請同學務必把握補考及重修考試取得學分之機會，並籲請家長嚴格督促學生在家的學習情形，避免因學分數不足導致無法取得畢業證書。
- 二、適用舊課綱學生修業期滿，並修畢 160 個畢業應修學分數，且德行評量之獎懲紀錄相抵後未滿三大過者，始准予畢業並發給畢業證書。已修達 120 個學分數，而未符合畢業規定者，只發給修業證明書。
- 三、參加「大學個人申請入學」而錄取大學校系之考生，均應於規定期限進行網路登記就讀志願序，接受統一分發。錄取生(含正、備取生)應依其錄取校系及就讀意願辦理網路登記，由甄選委員會進行統一分發，每一錄取生至多以分發一校系為限。未依規定期間及方式登記就讀志願序者，一律視同放棄錄取資格，不予分發。
- 四、高三各項升學報名請注意校內規定之報名日期(非簡章上之報名日)，以免影響自己及同學之權益。

學務處

學務主任：彭敬淑（分機 2301）

訓育組長：張哲誌（分機 2303）

社團活動組長：蕭政宏（分機 2308）

生輔組長：陳鵬仁（分機 2305）

衛生組長：蘇明淦（分機 2310）

體育組長：簡煌億（分機 2311）

訓育組宣導事項

一、訓育組本學期重要活動

日期	活動	參加對象
02月24日	大阪府高槻高等學校視訊交流	高一、二
03月26日	優良學生代表簡介	全校
03月26-04月02日	優良學生代表選拔網路投票	全校
04月09日	校外教學淨灘行動宣導	國一
04月21日	校外教學淨灘行動	國一
04月30日	法治教育講座	高一、二
05月06日	國三6-10戶外體驗教育	國三6-10
05月06-07日	國二隔宿露營	國二
05月28日	鄉土語言演講比賽	國高中一、二
06月02日	畢業典禮	國、高三
06月04日	生命教育講座	國一、二
06月11日	性別平等講座	高一、二
06月16日	聯絡簿抽查	國中部
06月17日	週記抽查	高一、二

二、國中部服務學習時數重點說明

(一)校內服務學習課程

1. 每生必須於前五學期中至少選擇三學期，每學期做滿六小時的服務時數。
2. 學校各處室依行政事項，安排「服務學習課程」，並公告於學務處網頁，歡迎同學至各處室登記報名。
3. 任課教師若有意願指導學生「服務學習課程」，亦可提出申請時數。
4. 各班導師亦可利用非課程時段(例：中午 11:50-12:20、星期三及星期四的第九節)，安排「服務學習課程」及教室環境維護的服務學習活動。
5. 學務處於學期結束前，統計學生服務學習時數紀錄，適時提供學生參考。

6. 以上校內服務學習活動必須於活動前至學務處訓育組領取及填寫「校內服務學習活動申請表」，並將申請表交回，由學務處簽章證明與採計。

(二)校外服務學習課程

1. 同學們可以參加校外服務學習，惟需於5日前至學務處訓育組領取「校外服務學習活動申請表」，填寫完畢後至訓育組，經核予「申請核可」章之後帶回，待完成該校外服務學習活動後，請承辦此活動的負責人或是指導老師於申請表上簽章（或附上完成證明），再將申請表交回訓育組即可。
2. 臺北市政府教育局中等學校建置服務學習數位平台 <http://volunteers.tp.edu.tw/> 亦提供多項服務學習機會，歡迎同學上網參看。

(三)查詢服務學習時數

學生們可透過臺北市國中學生輔導數位化系統 <http://elife.tp.edu.tw> 來查詢自己的服務學習時數，以下為如何查詢學生服務學習時數的資訊，操作步驟如下：

- (a)上網後, 請選擇 (1)地圖 大安區 (2)學區 私立延平中學附設國中完成後出現
- (b)輸入帳號:帳號即學號 例如學號:10055001 , 則請輸入 10055001
- (c)輸入密碼:身份證字號 英文字母要大寫, 例如:A123456789
- (d)輸入驗證碼 4 碼 系統自動產生 4 碼

- (四) 國中部服務學習所需表格皆可至學務處訓育組網頁下載。

三、高中部公共服務時數說明

- (一) 每位學生於高一高二每學期需服務 8 小時，請將服務時數記錄於公共服務卡上，並留下各單位核發之相關證明文件，於學期末由導師統一收回登錄。
- (二) 希望同學們積極參與校內外服務性活動，增加社會參與經驗，體會服務付出的喜悅。
- (三) 大學推甄入學時，大學各校系得要求公共服務的經歷與時數。

四、本校國中部服務學習說明如附表一 (p. 27)。

五、本校 109 學年度第二學期國中部校內服務學習課程如附表二 (p. 28)。

社團活動組宣導事項

一、國中聯課

(一) 國中部聯課活動時間：

國一、國二為週五 13:00~13:50；除安排演講、班際球賽&隔宿露營活動之外，其餘時間均安排聯課活動課程。

(二) 聯課活動畫卡選課已於1月26日辦理。除特殊原因之外，不得申請轉班，以維持公平性。

(三) 聯課活動每學期進行重新選課，程式設計社及各類球類校隊同學可免選社。

(四) 本學期自2/26開始上課，6/25結束上課。

二、高中社團

(一) 活動時間：週五第九節 16:55-17:45。

日期	2/26	3/5	4/9	4/16	4/30	5/7	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25
上課次數	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

(二) 本學期共上課12次，日期如上表：

※如因學校其他活動而更改上課日期，將另行公告之。

(三) 高一&高二上、下學期皆必修社團課程。

(四) 缺課(含請假)達四次以上者，不授予該學期社團修習認證。

(五) 請假規定：

1. 至高中部校務行政系統完成請假手續，家長與導師簽名後交回。
2. 不論事、病假或喪假，請於三天內請畢，逾期不受理，以曠課計。
3. 公假標準：a. 校隊比賽或學校活動、b. 接獲主辦單位發予公文。

三、日後同學在國中聯課活動或高中部社團活動課程，所拿到繳費單據及各類活動報名表，若未經學務處核章者，視同未經校方同意，請勿逕自繳費或報名之。

四、高二教育旅行

本學年度高二教育旅行，暫定110年3月29日至4月1日舉行。

五、螢光晚會

本學年度螢光晚會，暫定於110年4月23日(五)，假本校新建綜合大樓活動中心舉辦之。

生輔組宣導事項

一、本校有關服儀、手機規範如次：

(一) 到校上課期間(含朝會、早自習、課間休息、午休、晚自習等)均需將手機關機並由班級或個人確實收妥，如有重要聯繫之事項，經導師同意後始得使用，違者將依校規處分並通知家長；若因多次累犯違規使用者，將取消同學攜帶手機到校之權利。

(二) 敬請家長能與學校配合共同督促同學遵守服裝儀容規範：

1. 為防止藥劑危害學生健康，避免染、燙髮為原則。
2. 需背學校制式書包(目前有側背及雙肩背書包)。
3. 勿在校內戴戒指、掛耳飾、塗抹指甲油等。
4. 學生到校均應穿著全套校服，若氣溫過低，可圍上圍巾保暖，外套拉鍊應拉上；外套內可加穿毛背心等保暖衣物，但所著制服及內襯不可外露。

二、學生上課當天早上因故不能來校上課，請家長於 07:00~07:50 打電話至學校 (27071478 分機 2305) 或導師處告知，另可利用家長即時通 APP 進行報備；學生返校上課三日內需至學校校務行政系統網頁輸出假單，並經家長、導師簽名繳交假單至學務處完成請假程序，逾時請假將以曠課論。

三、留校夜自習注意事項：

(一) 請同學於 18 時 40 分前用餐完畢並進入教室或閱覽室實施自習。

(二) 留校晚自習視同正課，期間請遵守服儀規範並禁止使用 3C 產品。

(三) 請同學勿於走廊及各場所嬉戲追逐，以免肇生意外。

(四) 自習期間請保時安靜，嚴禁未經師長允許擅入其他班級教室或留滯導師辦公室外走廊。凡違反上述規範事項者，第一次即要求改進並扣點乙次，若再違犯或累計扣點達 2 次者，將依規定暫停申請晚自習之權利。

四、學校預定於 109 年 3 月 19 日 (星期五) 配合規劃實施避難及疏散演練，針對同學避難動作、疏散位置進行模擬及練習，讓同學能即時應處，並將傷害降至最低。

五、自 109 年 2 月 25 日起，本校學生上、放學電子刷卡暨點名系統即開始運作，請督促學生於到校時至指定地點(教室或大、側門處)進行刷卡，刷卡後將回傳到校訊息(家長即時通 APP)至家長手機，以達即時告知及維護學生安全之目的。若未依規定刷卡同學，累計達 3 次將予以警告 1 次處分、累計達 5 次將予以小過 1 次處份。

六、本校每日早自習時間自早上 7 時 30 分開始，學生超過 7 時 30 分進入學校即屬遲到。故依據學生手冊規範，凡當月份 7 時 30 分至 7 時 50 分遲到遭登記 3 次者，予以警告 1 次處分，惟家住離校偏遠同學，可附證明逕向生輔組申請「遠到証」，8 時 00 分前到校將不予登記；另超過 7 時 50 分入校遭登記 4 次者，核予記過 1 次處分 (每週星期二、五早自習為本校學生自主學習時間，故不予登記遲到)。

七、請同學注意個人行為舉止，不因細故與人衝突，另避免前往網咖、舞廳、夜店等出入份子複雜的場所，除減少接觸菸、酒及違禁藥品等機會，另可避免產生人身安全問題。

八、為維護學生用餐安全，同學以自行攜帶便當方式到校使用為主，如因故無法準備，學校備有符合檢驗標準廠商準備之營養午餐。

九、學校持續推行禮貌運動，重點在於學生言詞使用、服裝穿著、生活習慣、待人接物及應對進退等，亦請家長共同關心同學平時表現。

十、詐騙集團以假綁架真詐財之方式，利用學生家長愛護子女的親情，常以電話謊稱學生在校內(外)遭到綁票、毆打，恐嚇家長馬上匯款到指定帳戶贖人。家長如接獲類似詐騙電話，請先向學務處或教官室查證【聯絡電話：學務處 (02) 27071478 轉(2302)】，避免造成無謂的錢財損失。

十一、交通安全：

(一) 同學騎乘腳踏車上、放學請戴安全帽。

(二) 因本校進出入校門為建國南路 275 號正門及官邸後側門；請各位配合學校規劃交通動線及方式入校。

(三) 煩請上、放學期間若需要接送子女，請避免將車輛停放於校門口附近(含斑馬線)，並提醒學生以步行方式進入校園。

衛生組宣導事項

- 一、為有效防止校園傳染病擴大流行維護學生健康，依據「臺北市各級學校校園疑似傳染病通報及相關防治作業」及臺北市教育局相關定，學生疑似感染下列疾病應請假在家 **並告知學校進行通報**，復課應經醫生診斷無傳染之虞。

症狀	在家自主管理天數
腸病毒	至少七天(從確診日算起，含假日)
水痘	至少七天(從確診日算起，含假日)
流感	至少五天(從確診日算起，含假日)

二、流感宣導

一般來說，流感病毒會存在於受感染動物的呼吸道飛沫顆粒及排泄物中，人類主要是透過吸入及接觸病毒顆粒或受污染的物體/環境等途徑而感染。一般民眾平時應養成良好個人衛生習慣、注意飲食均衡、適當運動及休息，維護身體健康。勤洗手，雙手避免任意碰觸眼、鼻、口等。口罩是居家常備保健物品，宜適量準備。



三、健康促進宣導——健康體位的魔術數字 85210

活力體態 生活指南

增重或瘦弱青少年健美秘笈

運動
方式：以重量訓練為主，例如仰臥起坐、伏地挺身、負重踏步、拉單槓。
強度：負荷足夠的體重，做到飽而不喘。
次數：反覆十次為1組，做1-3組，間隔1-5分鐘。
漸進：每週增加一點重量。
速度：平滑順暢的動作。
部位：先胸背再軀幹。
頻率：每週約2-3天。
時間：在1小時以下。

睡眠 把晚上11點到3點生長激素分泌的黃金時光。

飲食
吃對食物：依照衛生福利部青春期一日飲食建議量。
吃夠熱量：漸進吃對足夠熱量，一天多吃600卡路里，一週增加0.5公斤體重為限。
吃對時間：運動後二小時內先吃全穀根莖類，再吃豆魚肉蛋類。
吃五蔬果：一天至少3份蔬菜、2份水果，至少2份深色蔬菜（一份是自己拳頭大小的煮熟蔬菜、水果）。
少量多餐：分散吃完。
喝足開水：一天至少1500 cc的白開水。

年齡	13-15歲		16-18歲	
	男	女	男	女
熱量(大卡)	2800	2350	2900	2250
全穀根莖類(碗)	4.5	4	4.5	3.5
豆魚肉蛋類(份)	8	6	9	6
低脂乳品類(杯)	2	1.5	2	1.5
蔬菜類(份)	5	4	5	4
水果類(份)	4	4	4	3.5
堅果種子類(份)	1	1	1	1

青春期一日飲食建議量

健美生活秘笈

- 8 每天睡飽飽
- 5 每天至少5蔬果、適量全穀根莖、與優質蛋白
- 2 每天2份奶
- 1 1小時重量訓練、1組10次、每週加1點重量
- 0 至少喝白開水1500cc (拒絕垃圾飲料、食物)

教育部國民及學府教育署
K-12 Education Administration, Ministry of Education

四、「低碳飲食愛地球」活動

為響應環保、節能減碳愛地球，本校特將每月的第一個星期三定為學校的「蔬食日」，鼓勵全校教職員生少吃肉多吃蔬果，養成健康又環保的飲食習慣。

五、服務學習課程

衛生組提供同學利用每日中午時間(1215-1250, 0.5 小時/次)的服務學習之課程，歡迎每位國中部、高中部的同學至學務處衛生組登記報名參加。

衛生組招募衛生糾察及環保志工，分別進行衛生評分與資源回收作業，除提供志工服務時數外，表現優良學生在期末將給予敘獎。

六、非洲豬瘟由你我一同防堵

非洲豬瘟是一種可怕的豬隻傳染病，致死率可高達 100%，病毒存活時間，冷凍豬肉最長達 1000 日，冷藏豬肉可達 100 日，目前沒有藥物疫苗可以治療及預防。萬一非洲豬瘟入侵台灣，初估將造成至少 2000 億元損失。請大家遵守以下規定，一起守護國產豬：

- (一) 不要自國外攜帶肉類產品入境。
- (二) 不要自國外網購肉類產品寄送台灣。
- (三) 不要到國外畜牧場參觀。

違規者將重罰：

- (一) 違規攜帶肉類產品入境，最高將處新臺幣 100 萬元罰鍰。
- (二) 違規輸入、網購或漁船走私肉類產品，最高可處 7 年以下有期徒刑得併科新臺幣 300 萬元以下罰金。

PS. 非洲豬瘟不會傳染給人。

七、新冠病毒肺炎防疫措施：

- (一) 校園出入口處設置發燒篩檢站：凡進入校園之人員(包含行政人員、教師、學生、志工家長、學校廚房人員、廠商、洽公民眾)，體溫超過 37.5 度者，請至健康中心量測體溫，如確定發燒者，若為學生請家長帶回家休養並就診，於當日回報就診結果；教職員工等亦請勿進校園並返回就診，當日回報就診結果(非志工家長暫緩進入校園避免管控不易)。
- (二) 每日落實監測校園教職員工生體溫：教職員工生應於離家到校前自行測量體溫，並填寫在紀錄表上，未測量者學校也需補測體溫，學生由導師補測。請學校每日應監測學生體溫(請教職員工自主定期量測體溫)，如有疑似發燒之個案，立即造冊列管追蹤及通報，並通知家長立即協助學生就醫。
- (三) 加強勤洗手、呼吸道衛生與咳嗽禮節，保持個人衛生習慣(如：打噴嚏、咳嗽需掩住口、鼻，擤鼻涕後要洗手)及妥善處理口鼻分泌物等，及儘量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所，與他人應保持室內 1.5 公尺、室外 1 公尺安全社交距離，如有必要出入八大類場所(醫療照護、大眾運輸、生活消費、教育學習、觀展觀賽、休閒娛樂、宗教祭祀、洽公)，因不易與他人保持社交距離，且會近距離接觸不特定對象，請

務必佩戴口罩。。

- (四) 若發現學生或教職員工有發燒、呼吸道症狀、腹瀉、嗅味覺異常等疑似症狀者，一定請其立即就醫診治，及落實生病不上班、不上課，後續並追蹤其診治狀況，如經醫師診斷為疑似或確診案例者，立即執行校園傳染病通報程序及實施班級消毒或校園環境消毒及衛生工作等相關防疫措施。
- (五) 區隔生病之學生及教職員工：學生或教職員工如在校期間出現發燒及呼吸道症狀，須戴上口罩，並應予安置於單獨空間（健康中心），直到離校。
- (六) 健康管理作業：
 1. 學校如出現新型冠狀病毒肺炎確診病例，則與確診病例一起上課之同班同學及老師、共同參加社團或其他活動之同學及老師，均應列為確診病例接觸者，並由衛生單位開立接觸者居家隔離通知書，隔離至與確診病例最近接觸日後14天。
 2. 當學校出現確診病例時，應暫停各項大型活動，如班際活動、社團活動、運動會等，並取消以跑班方式授課。

體育組宣導事項

一、體育課注意事項

- (一) 體育課應遵從師長指示參與活動，並注意運動器材操作原則。活動當中同學應有自我保護的能力，並提升運動時的專注力，才能降低運動傷害的發生。規定上課中不得嬉戲、開玩笑、不當推擠，課程中如有身體不適應立即告知師長。
- (二) 體育課服裝一律著學校規定之體育服上課，為養成良好的衛生習慣請同學攜帶一件體育服於上完體育課後替換。
- (三) 體育課排課，每學期體育課程有安排進度上課，就目前學校現有設備排課，項目有田徑、籃球、排球、躲避球、桌球、羽球、體能、民俗體育(跳繩)等。

二、防溺水宣導

- (一) 遇人溺水，應利用周邊物品（例：空保特瓶、救生圈、樹枝）進行陸上救援。救溺五步觀念，救人先自保，「叫叫伸拋划」。
- (二) 學會陸上救援技巧（如救生圈、救生繩、救生杆的拋送技巧及簡易浮具的製作等）。相關訊息請參閱聯結

<http://www.sports.url.tw/classroom/detail/item/102>

防溺水十招

- 第一招「戲水地點需合法，要有救生設備與人員」
- 第二招「避免做出危險行為，不要跳水」
- 第三招「湖泊溪流落差變化大，戲水游泳格外小心」

- 第四招「不要落單，隨時注意同伴位置」
- 第五招「下水前先暖身，不可穿著牛仔褲下水」
- 第六招「不可在水中嬉鬧惡作劇」
- 第七招「身體勞累，狀況不佳，不要戲水游泳」
- 第八招「不要長時間浸泡在水中，小心失溫」
- 第九招「注意氣象報告，現場氣候不佳不要下水」
- 第十招「加強游泳漂浮技巧，不幸落水保持冷靜放鬆」

三、培養運動習慣

- (一) 國民身體素質是教育之根本，是國家的財富。立法院三讀修正通過的「國民體育法」第6條規定：「高級中等以下學校及專科學校五年制前三年並應安排學生在校期間，除體育課程時數外，每日參與體育活動之時間，每週應達一百五十分鐘以上。」目前學校做法為，鼓勵同學參加學校辦的體育競賽、運動代表隊及運動性社團、課餘時間、每節下課時間到教室外活動，讓眼睛得到休息，並規定國一及高一的同學進行sh150每週每月運動時數的統計紀錄，藉由此一活動期望同學能夠養成規律良好的運動習慣。
- (二) 鼓勵孩子參與運動團隊增加運動技能，調劑身心，學校目前有國、高中男子籃球隊，國、高中男女排球隊、田徑隊及桌球隊，有意願者注意甄選時間或洽體育組。如有其他特殊專長者，可至體育組登記，以利提供相關競賽資訊。

四、查詢學生歷年體適能資料

學生體適能記錄，體育組每年皆有上傳資料，身分證號為帳號，學號為密碼，登錄後可選擇列印不同年度，再到學務處蓋章，部分學校要求要體適能測驗站所測成績，也請參閱相關測站資訊。<http://www.fitness.org.tw/> 教育部體育署體適能網站

五、體育相關之其他重要行事

- (一) 1月21日寒假輔導辦理桌球比賽。
- (二) 4月份舉辦國、高中一、二年級班際球賽。
- (三) 各年級體育認知測驗參閱行事曆。
- (四) 4月辦理新生週末籃球、桌球營隊。
- (五) 6月5日(六)辦理國二、高二游泳檢測，地點:中正運動中心游泳池。
- (六) 暑假舉辦國三、高三班際球賽。
- (七) 辦理暑輔體育營隊。

總務處

總務主任：張志強（分機 2401）

庶務組長：李秉芳（分機 2402）

出納組長：莊舒琇（分機 2405）

文書組長：方含文（分機 2407）

一、可以幫孩子選擇午餐的方式：

（一）自備：學校蒸飯箱每日上午 09：30 時開啟電源至 11：30 時關閉。

（自本學年起採併班共用一台，本大樓在 3、5、6 教室，綜合大樓於東、西及北側教室中置放 1 臺）

（二）家長溫馨送達：於大門警衛室旁學生午餐補餐區設有便當架，請寫上名字置於便當架上，放置時間為 11：30—12：00 時為佳。

（三）參加團膳：

1. 團膳廠商甄選、供應方式、餐費、配合政府政策做法及繳費方式：

（1）甄選：於暑輔期間邀請榮彬食品有限公司、冠冕食品有限公司、天仁餐盒有限公司及圓理想餐盒有限公司各供應 4 天後進行評選，經午餐供應委員會決議由天仁餐盒有限公司及圓理想餐盒有限公司提供。

（2）供應方式：每週同時由 2 家分別供應國中和高中部，每兩週相互更換。各班逾 10 人以上即自成一供餐單位，未滿 10 人將和鄰近班級併班。

（3）餐費及配合政府政策：

A、餐費：每餐 70 元。

B、配合教育局政策：國中部每週三補助 8 元食用有機蔬菜，補助經費自 110 年 2 月 1 日至 12 月 31 日止，故國中部每週三餐費為 62 元，其餘 4 天為 70 元。

（4）繳費方式：以學期為單位，出納組會提供三聯單供學生以臨櫃、信用卡、超商或 ATM 轉帳方式。

（四）福利社也賣些簡單土司、麵包及牛奶等。

二、制服、運動服加做服務時間、地點、廠商電話與金額

（一）每個月 2 次（每雙週二中午 1150-1230）。

（二）地點：國中部、高二及高三本大樓 107 教室，高一：綜合大樓 710 教室。

（三）書包、雙肩背包及皮帶可於任何時間直接向福利社購買。

（四）訂購制服和運動服，建議先行電話訂購，以減少等待時間。

國中部、高二及高三制服廠商連絡電話：廖先生 0930-059-374. 02-2597-8243

國中部、高二及高三運動服廠商連絡電話：何小姐 0937-982-590、0912579948

高中部一年級廠商聯絡電話：張小姐 02-2740-3959 卓小姐 0910-011-296

(五) 國中部各項服裝費用如下：

項目	單價 (元)	項目	單價 (元)
制服長袖	350	運動服長袖	400
制服短袖	330	運動服短袖	350
制服冬褲	600	運動服冬褲	350
制服夏褲	430	運動服夏褲	350
長袖毛衣	600	夏季短袖圓領T恤	290
皮帶	200	運動外套	650
帆布反光書包	300	運動服短褲—自行選購	280
雙肩背包—自行選購	600	刷毛搖粒帽T—自行選購	550 +繡學號50
羊毛背心—自行選購	300	黑裙—自行選購	230

(六) 高中部各項服裝費用如下：

項目	單價	項目	單價
制服-西裝外套	2,400	長袖運動服	600
制服-長袖襯衫	820	短袖運動服	480
制服-短袖襯衫	760	夏季運動長褲	600
制服-夏季長褲	1,400	運動外套含背心	1,850
冬季長褲-自行選購	1,200	夏季運動短褲	480
制服裙-自行選購	900	冬季運動長褲-選購	750
毛背心-自行選購	900	皮帶	820
帆布反光書包	300	男生領帶 (女生領結)	250

三、書本短缺處理：書本如有短缺，請學生到總務處登記，學校自編教材於當日提供，其餘建議同學到合作書局自行採購。

四、冷氣開放方式與時機：

(一) 開放方式：由總務處統一開啟與關閉。

(二) 開放時機：室外溫度攝氏 27 度以上即開冷氣。

五、每個樓層都設有冷、熱水及冰水殺菌飲水機，供應同學使用。

六、國中部同學若因行動不便請到總務處庶務組辦理無障礙電梯卡，以方便上下樓梯。

七、男女無障礙廁所：本大樓設於 2 樓，新建綜合大樓分別設於 1、3、6、9 及 12 樓。

八、寒假輔導期間連續請假 3 天以上，請於開學後一個月內到出納組領取「輔導退費申請表」，經家長蓋章、學務處證明請假日數，到出納組申請退費。

外語中心

外語中心主任：蕭行恕（分機 2601）

外語中心組長：黃靖驊（分機 2602）

一、 英語會話課程

本校國一、二、國三直升班、及高一、二各班每星期皆有外師授課之英語會話課，採小班制上課，依學生單雙數座號分 A、B 班上課。此為學年制分班，下學期兩班只互換上課教室，外師維持不變。

二、 週五選修課程

選修課程中，國中部英語實驗班及第二外語班為學年制課程，下學期不須重新選修，學生應主動到課。

三、 選手培訓班

每年寒假招收高一學生，甄試後通過錄取之學生將接受英語口語、戲劇、辯論之訓練課程，結訓後發與證書，並依學生能力分派參加各項校外英語相關競賽。

四、 英語檢定考試

每學期皆於本校場地舉辦英語檢定考試。上學期規劃多益測驗、下學期為全民英檢中級以上之考試。

五、 Firefly 英語雜誌

每學期出刊，歡迎同學踴躍投稿，豐富自身學習歷程。

輔導室

輔導主任：林美珍（分機 2501）

輔導組長：鄧佳紋（分機 2502）

一、諮商輔導

(一)提醒家長在管教孩子時需掌握分寸，若有家暴情事，將依規定通報。

(二)班級責任輔導教師分配如下，歡迎來電諮詢。電話 27071478

輔導教師	分機	責任班級(國中部)	責任班級(高中部)
鄧佳紋老師	2502	國三 6. 7. 8. 9. 10	高一 5-8、高二 5-8、 高三 8-10
陳佩琪老師	2503	國一 5. 6. 7. 8. 9 國二 3. 6. 8. 11	高一 1-4、高二 1-4、 高三 1-4
丁肇蕾老師	2504	國一 1. 2. 3. 4. 10. 11 國二 1. 2. 4. 5. 7. 9. 10 國三 1. 2. 3. 4. 5	高三 5-7

二、升學輔導

(一) 國三升學講座

1. 國三適性入學宣導講座：3月18日(星期四)19:00-20:00

2. 免試入學選填志願說明會：6月17日(星期四)18:30-20:00

3. 報名方式：線上報名(請掃QRCode)



(二) 凡遇重大升學考試，學校皆會安排考生服務隊，屆時請留意輔導室公告。

1. 國中-教育會考：110年5月15-16日

2. 高中-指定科目考試：110年7月3-5日

(三) 高三申請入學各項指導活動時間如附件一，請督促貴子弟積極參與。

(四) 『生涯資訊平台』為校內自建之平台，內有書審資料、面試經驗考古題、升學簡報及影音檔案(如：學群職涯趨勢講座、書審資料準備講座、模擬面試等)

1. 路徑：延平首頁/左側 Related Links 『生涯資訊平台』

2. 帳號/密碼：學號/身份證

(五) 若家長有認識任教於大學的教授、副教授、助理教授或講師，且能於4月12-23日上課期間協助面試練習者，請於3月19日(星期五)前來電告知鄧佳紋老師(27071478轉2502)，感謝您的協助！

三、家庭教育輔導知能講座

(一)時間：5月21日(星期五)14:00-16:00

(二)講師：柯書林 臨床心理師

(三)報名：線上報名，報名方式將於講座前公告於學校首頁最新消息、班級聯絡簿、家長 Line 群組。

高三升學輔導活動

日期	時間	地點	內容	主辦單位
1/27	10:00-12:00	視聽教室	學群職涯講座(社會組科系)	輔導室
1/27	13:00-15:00	視聽教室	學群職涯講座(自然組科系)	輔導室
1/28	10:00-12:00	展演廳	備審製作講座	輔導室
2/25	12:30-13:00	視聽教室	繁星推薦校內作業說明會	註冊組
2/25	18:30-20:00	展演廳	申請入學選填志願說明會	輔導室
3/3	18:00-21:30	視聽教室	選填志願一對一諮詢	家長會
3/7	13:30-17:00	視聽教室	選填志願一對一諮詢	家長會
3/9	13:30-17:00 18:00-21:30	視聽教室	選填志願一對一諮詢	家長會
3-4月	放學後	指定場地	醫學系學長姊指導	輔導室
3-4月	放學後	指定場地	二階筆試加強課程	教務處
3/9-3/12	上課期間	指定場地	書審個別指導 Part1	輔導室
3/17-3/23	上課期間	指定場地	書審個別指導 Part2	輔導室
3/24-3/30	上課期間	指定場地	面試練習 Part1	輔導室
3/31	12:20-12:55	展演廳	通過一階科系面試練習報名、 模擬面試資料準備	輔導室
4/1	12:20-12:55	展演廳	書審重點分析、 面試準備及服儀說明	輔導室
4/10	0830-1200	指定場地	模擬面試	輔導室
4/12-4/23	上課期間	指定場地	面試練習 Part2	輔導室
7/3-7/5			指考考生服務隊	輔導室
7月中下旬		視聽教室	指考選填志願說明會	輔導室

圖書館

圖書館主任：陳啟聰（分機 2701）

資訊組長：林機賢（分機 2702）

臺北市私立延平高級中學圖書館課後使用管理辦法

108年10月15日主管會議通過後實施

109年11月10日主管會議修訂後實施

- 一、臺北市私立延平高級中學圖書館(以下簡稱本館)為維護師生課後使用圖書館空間及設備之權利，特訂定本管理辦法，以為師生使用之規範及執行之依據。
- 二、開放對象：本校學生、本校教職員工。
- 三、開放用途：學生課後自習、教職員工課後使用。
- 四、開放及刷入時間：學期中課後開放及刷入時間：星期一至星期五16：45-21：20。若第9節教務處有安排圖書館上課之用途，則開放及刷入時間為17：40-21：20。寒暑輔導課後開放及刷入時間：星期一至星期五12：00-17：00。星期六及星期日不開放，或經政府公告之放假日、補行上班上課日亦不開放。配合學校活動、工程或颱風，依狀況另行公告開放時間。
- 五、開放區域：圖書館四樓A區(136席)、B區(38席)、C區(107席)，共計281席。為節約能源，(A區+B區)預約之座位須達到80%以上，才會開放C區座位之預約。沙發區(9席)夜間不開放預約，僅保留給教職員工優先使用。
- 六、預約座位方式：
 - (一)凡課後欲使用圖書館之學生，可於任何地點透過網路或各班電子班牌自行登入「圖書館預約座位系統」進行預約。預約以週為單位，不能跨週預約，預約時間為每週的週六至下星期的週五，每人於可預約的當天只能預約1個座位；最多可預約該週有開放預約的5天座位。若想取消預約，可事前登入系統取消預約，最遲須於當天17:00以前完成取消手續。
 - (二)學生於當天自習開始刷入期間，須持數位學生證刷卡進入，離去時亦須刷卡登出。
 - (三)預約座位分為「自由劃位」與「系統指定」兩種。(1)自由劃位預約：在可預約的期間，及當天18：00以前(暑期輔導為12：30以前)，可自由選擇有開放的座位。超過18：00則當天「自由劃位」的「預約」功能即刻失效。(2)系統指定預約：未能事前自由劃位的同學，當天放學後可直接於圖書館入口處刷卡入館，由系統指定隨機產生之座位，不能自由劃位。
 - (四)凡課後欲使用圖書館之學生，最遲於當天18：40須持數位學生證刷卡進入館內使用(暑期輔導最遲為13：00)，超過時限仍可刷卡進入，但將以登記違規一次處置。
 - (五)學生可於登入「圖書館預約座位系統」後，查詢最近已完成預約之座位，及過往之刷入刷出記錄、違規記錄。凡被登記違規、停權者，請自行上網查看，不另行通知。
- 七、若違反以下規定，將登記違規之使用情形，做為後續處置依據：
 - (一)「自由劃位」預約座位後，若未經取消手續且當天未到者，登記違規一次。若有預約座

位的當天，請假未到校者，仍應上網進行取消預約座位的動作，否則仍會被登記違規一次處置。

- (二) 凡預約座位當天，未依規定於17:00以前完成取消且當天未到者(暑期輔導為12:00以前)，或於18:40以後才刷卡登入者(暑期輔導為13:00以後)，或未依規定刷卡登出者，皆登記違規一次。
- (三) 已刷卡登入，但18:40之後才入館者，登記違規一次。中途離開，逾時歸返者，登記違規一次。
- (四) 未經預約程序逕行入館使用者，或未依預約之座位就座者，或未經正門進出者，登記違規一次。
- (五) 攜帶食物、飲料入館者，登記違規一次。穿拖鞋或涼鞋入館者，登記違規一次。於圖書館外空地用餐、飲食、棄置垃圾者，登記違規一次。
- (六) 聊天或討論功課或吵鬧喧嘩或隨便走動者，登記違規一次。使用手機者，登記違規一次。
- (七) 其他未符合圖書館使用規定者，登記違規一次。
- (八) 累計違規次數達2次者，自違規達2次之隔日起算，停權15天(含假日)，系統並自動取消停權期間之預約。
- (九) 學生課後使用圖書館需帶數位學生證親自刷卡進出，不得使用他人證件，一旦查獲冒用他人證件，冒用者自隔日起停權30天，並提報學務處依校規處分。

八、圖書館使用規定：

- (一) 學生使用圖書館應著本校校服或體育服(勿穿拖鞋或涼鞋)，保持服裝儀容整齊。
- (二) 不得以任何形式佔用他人預約之座位。
- (三) 離開圖書館時應將個人座位物品攜走，未攜走之物品，管理人員得逕行將物品移至暫存置物區，且不負保管責任。離開時應將使用區域恢復原狀，如破壞館內設備應照價賠償。
- (四) 應保持座位周遭與桌面環境之整齊與清潔。
- (五) 為維護讀者閱讀品質，館內應避免發出聲響等干擾他人閱讀之行為。
- (六) 館內不提供插座充電，行動電話須關機，以維持寧靜。
- (七) 停權期間學生禁止借用圖書館座位、書籍、設備、空間之權利。

九、本管理辦法經主管會議通過後實施，修訂時亦同。

臺北市私立延平高級中學「電子書」借閱須知

- 一、電子書申請帳號暨會員登入位置：本校中文首頁→行政單位→圖書館→電子書專區。
- 二、首次須在學校 IP 範圍內申請華藝中文電子書帳號，申請帳號後即可在學校或家裡登入華藝中文電子書平台使用。平台上的書籍皆有開放試閱服務，可以閱讀該本書籍的前 10%，如果圖書館有購買此本書，您就可以輕鬆閱讀已採購的整本電子書。
- 三、每一本書因每學年採購方式各不相同，故可借閱下載人數及借閱天數也各有差異。
- 四、自申請帳號起，若一年內未在學校 IP 範圍內登入華藝中文電子書平台，則帳號暫時失效，若再回到學校 IP 範圍內重新登入平台，即可繼續使用原帳號。
- 五、線上閱讀：不需下載軟體，可直接從瀏覽器開啟書籍。若關掉視窗，即自動歸還書籍。
- 六、離線閱讀：支援各式載具(PC/NB/平板)，須先下載[華藝 iRead eBook 閱讀軟體](#)並安裝完成，在網站上完成借書後，於借閱期限內開啟軟體並下載書籍，下載完成後，即使沒有網路連線也可進行閱讀。

臺北市私立延平高級中學「電子書」閱讀心得寫作實施要點

101年12月18日行政主管會議修正通過

- 一、實施目的：為推廣電子書之使用，並透過閱讀啟發學生思考並擴大知識領域，增強語文表達能力，以豐富生活內涵。培養「讀好書、書讀好、好讀書」的風氣，進而建立書香校園。
- 二、實施對象：本校學生均可參加。分為國中組、高中組兩組競賽。
- 三、實施期間：每學期舉辦一次「電子書」閱讀心得寫作競賽。每學期的第12週週末為投稿截止日期。
- 四、實施辦法：
 - (一) 由學生至圖書館索取閱讀心得寫作稿紙，並於投稿截止日期前將某一本電子書的讀後心得或所獲啟示繳交至圖書館。
 - (二) 閱讀心得書寫方式：
 1. 心得寫作字數：摘要、佳句約150字左右，感想、啟示約450字左右，合計600字為限。內容須有創見，要能與自己的生活經驗相結合，產生感染人心的力量。
 2. 學生可自由選讀書寫閱讀心得，並註明書名、作者。但非本館館藏或華藝電子書平台所提供之電子書、未註明書名，則該筆投稿資料不予採計。
 - (三) 由圖書館聘請國文教師，針對投稿作品之摘要、佳句、感想、啟示予以評分，並選出優良作品。
 - (四) 獎勵方式：
 1. 每組第一名：由學校頒發獎狀乙張及圖書禮券400元。
 2. 每組第二名：由學校頒發獎狀乙張及圖書禮券300元。
 3. 每組第三名：由學校頒發獎狀乙張及圖書禮券200元。
 4. 每組佳作：取若干名，由學校頒發獎狀乙張。
- 五、評分費用及得獎圖書禮券由圖書館預算支應。

臺北市私立延平高級中學圖書館捐書實施要點

102年5月7日行政主管會議通過

- 一、實施目的：為鼓勵各界踴躍捐贈書刊資料，以豐富本校圖書館館藏資源，提供全校教職員生閱覽，並建立師生資源分享利用觀念。
- 二、捐書對象：本校全體教職員生及社會人士。
- 三、捐書時間：不限時間，隨時歡迎捐贈。
- 四、捐書原則：
 - (一) 凡有益教學、學習、及身心陶冶之書籍，有聲圖書、錄影帶、錄音帶、CD、LD、VCD、DVD均歡迎捐贈。
 - (二) 下列情形，本校得婉拒捐贈之：
 1. 不具學術及參考價值者。
 2. 違法、查禁、盜版或有違反著作權法規定之虞者。
 3. 破損不堪使用，筆記眉批劃線嚴重或殘缺不全者。
 4. 內容有害身心健康，言論違反善良風俗者。
 5. 中小學教科書、參考書。
 6. 零星之單期雜誌、報紙。

7. 本校圖書館已有館藏 2 冊以上者。

8. 其他本館認為不適宜者。

(三) 捐贈之書刊若遇有難以取捨或爭議時，提請本校圖書館委員會選書小組討論後決定之。

五、捐書作業流程：捐贈者將欲致贈書刊，交至本校圖書館並填寫捐書單(如附件)。本館依照所填資料彙整及審核通過後始得登錄上架或陳列流通。

六、捐贈書刊處理方式：

(一) 審核通過並符合登錄的書刊，由本校圖書館分類編目，上架流通，該書刊列入本校圖書館財產。不符合登錄者，另設專櫃陳列流通，原捐贈者亦可具名領回。

(二) 本館有權決定捐贈書刊資料之典藏地點及陳列、淘汰或轉贈等處理方式，捐贈者不得指定。

七、感謝及獎勵：

(一) 本館接受捐贈書刊資料後，如納入館藏，本館將於每冊(件)書刊資料上加註捐贈人姓名，以為永久紀念。並公布捐贈資料於本校圖書館網頁中，以資徵信。

(二) 捐贈書籍累積滿 20 本或價值累積滿 6,000 元(依版權頁上定價計算，無定價者不計)以上者，除致贈感謝狀外，並刊登捐贈資料於延平雙月刊上。

八、本實施要點經行政主管會議通過，校長核定後實施，修訂時亦同。

九、臺北市私立延平高級中學
圖書館誠徵家長志工

~歡迎具有主動、奉獻及服務熱忱的家長們擔任圖書館志工~

協助項目：圖書館館藏流通業務(含借還書服務)、館藏圖書上架整理作業、圖書館環境維持、諮詢服務、報章雜誌整理、新書介紹

服務時間及人數：(7 位，如下時段)

服務時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
中午午休 (1 小時) 12:00 ~ 13:00	缺一位	缺一位	缺一位		缺一位
	中午午休時段搭配學生志工				
下午 (3 小時) 14:00 ~ 17:00	缺一位			缺一位	缺一位

歡迎有興趣的家長協助圖書館志工工作，報名請洽圖書館或來信

library-yphs@tp.edu.tw，請註明「報名家長志工」及留下您的聯

絡方式)，並告知可服務的時段，謝謝。(※如遇額滿，將另行公告於學校網頁。)

★☆☆敬邀您一起來享受閱讀與服務的樂趣☆☆★

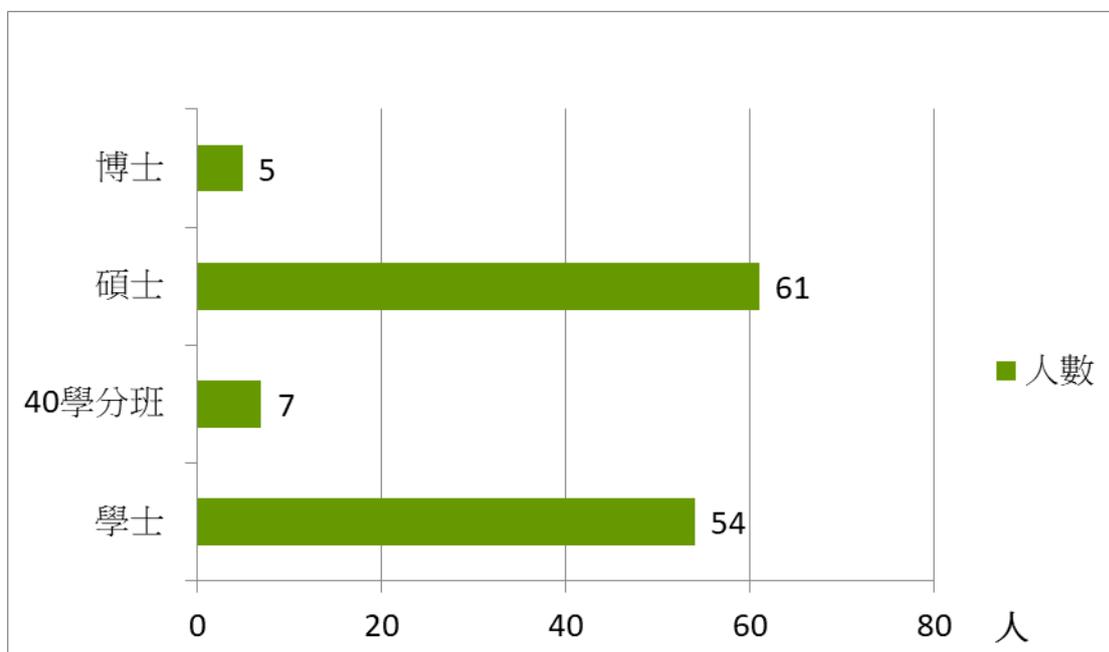
人事室

人事室主任：吳宗修（分機 2801）

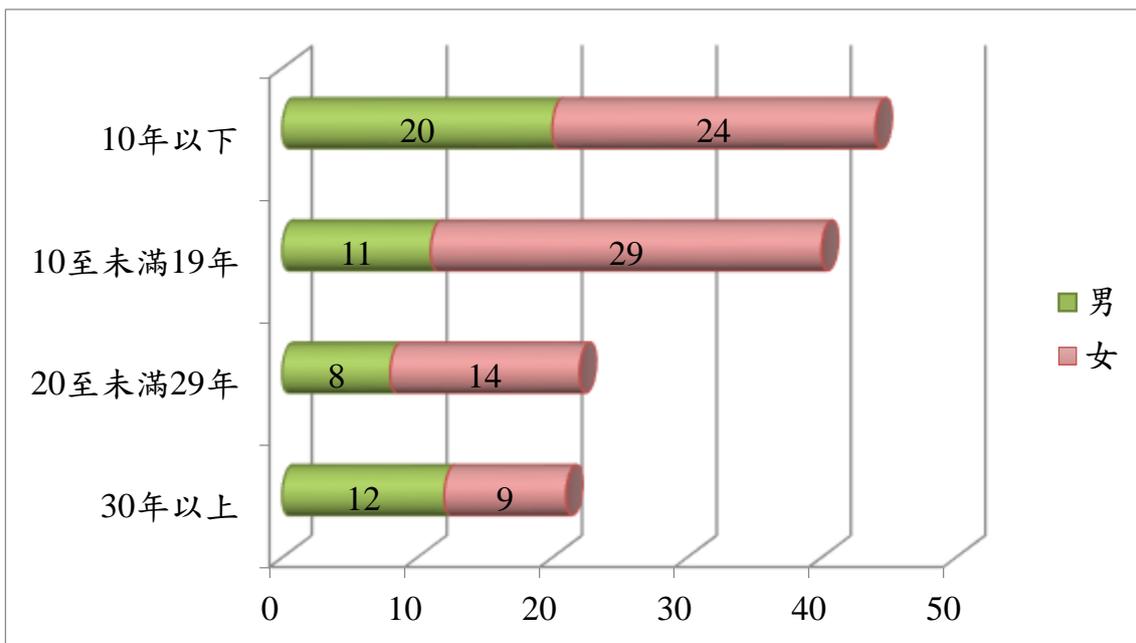
一、本校教職員工概況

類別	人數	備註
教師	127	含校長，專任 110 人(87%)、代理 17 人(13%) 〔研究所以上(含 40 學分班)73 人〕
教官	3	
職員	25	
工友等	5	含技工、工友、工讀生等
合計	160	

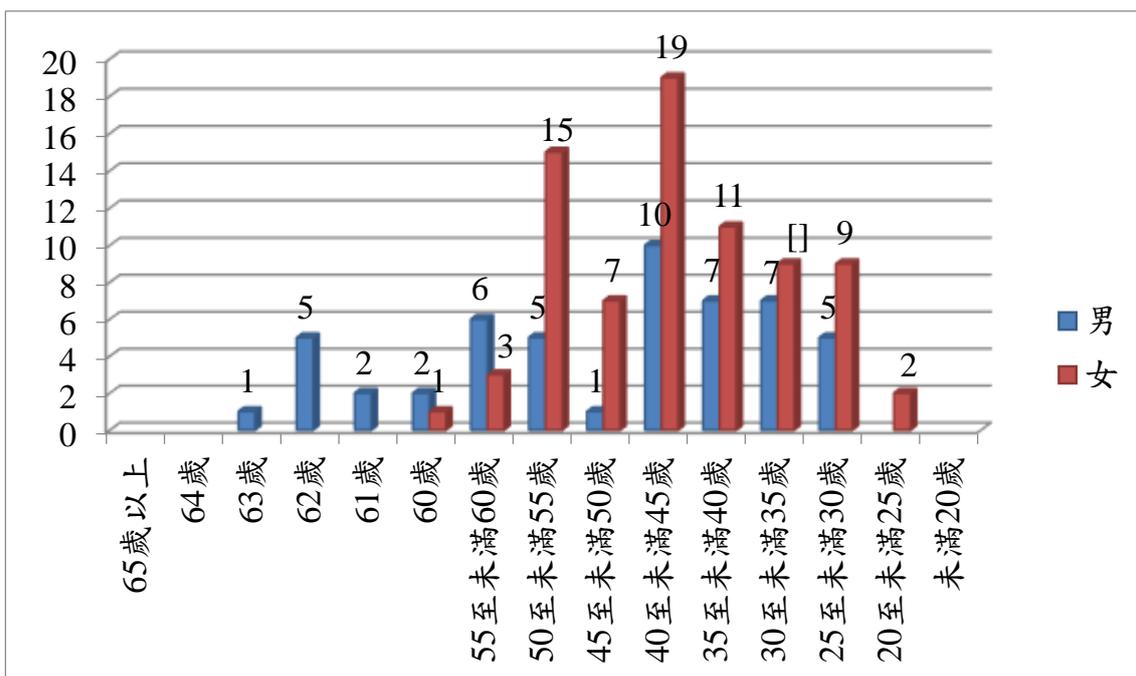
二、本校教師學歷分布狀況：



三、本校教師教學年資狀況



四、本校教師年齡分布狀況



五、本校教師均具專業合格教師證書，合格率 100%。

臺北市私立延平高級中學附設國中部服務學習說明

一、服務學習採計時間：

- 上學期 8 月 1 日至 1 月 31 日止
- 下學期 2 月 1 日至 7 月 31 日止

二、依據基北區免試入學作業要點，高級中等學校免試入學超額比序項目中「服務學習」部分，學生每學期服務滿 6 小時以上得 5 分，由國中前 5 學期採計 3 學期，上限 15 分。

***學期的時數不會累加，新學期開始，時數將會重新計算！**

三、可從事服務學習活動：(可至臺北市政府教育局服務學習平台查詢)

校內：各處室提供校內服務學習活動可至學務處訓育組網頁查詢。

校外：圖書館、醫院、警察局、消防局、動物園、天文館、博物館、社區服務等非營利單位。

***依據臺北市教育局規定，若是在社區鄰里打掃，須有里長及區公所兩個章，才能獲得認證，但新北市未有明確規定，建議於新北市者，勿選擇此類服務活動，避免引響自身權益。本校依臺北市教育局規定，未同時獲得里長及區公所認證章者，不予認證。**

***請至學務處訓育組蓋過申請核可章後，再去做校外服務，避免同學所服務的活動，不符合時數認證的規範。**

四、校內、校外服務申請表格可至學務處領取，或至學務處訓育組網頁下載。

五、從事校外服務學習的同學，務必將申請表格確實填寫完成，認證章務必蓋在認證欄位！



服務學習平台
臺北市政府教育局

附表二

臺北市私立延平高級中學附設國中部109學年度第二學期校內服務學習課程

處室名稱	活動日期	活動名稱	服務時間	人數	服務時數	負責人員
圖書館	本學期	圖書館志工	12:20-12:55	20人	8時	張淑婷
外語中心	本學期	外語中心志工	12:20-12:55	2-3人	0.5時/天	黃靖驊
輔導室	本學期	輔導室志工	每週30分鐘(午休或第五節下課時間)	35人	6時以上	丁肇蕾
體育組	4月9日	班際球賽志工	11:30-13:00	6人	9時	簡煌億
衛生組	本學期	衛生糾察(早自習)	07:30-08:00	20人	10時	蘇明淦
		衛生糾察(放學後)	17:50-18:00	10人	10時	蘇明淦
		環保糾察	12:20-12:55	20人	10時	蘇明淦
		環保志工	12:20-12:55	10人	0.5時/天	蘇明淦
訓育組	本學期	訓育組志工	平日上午或下午下課時間	30人	6時	張哲誌
	3月12日	學校日志工(班上)	18:00-21:00	各班導師安排	3時	各班導師
	3月12日	學校日志工(學校)	18:00-21:00	學校安排	3時	張文斌
學務處	每天	班級教室環境 衛生維護	1. 11:50-12:20 2. 每節下課時間10分鐘 3. 星期三、四第九節 4. 放學時間	各班導師安排	各班導師安排	各班導師

