

66



南光高級中學

114 學年度
國中部家長日手冊

114 年 10 月 17 日

輔導室謹製



臺南市私立南光中學
114 學年度國中部家長日
活動流程

日期：2025/10/17(五)

國一、國二年段 時間：19:10-20:40

時間		活動項目	主持人/主講人	地點	參加對象
19:00-19:10		報到	各班導師	各班 教室	家長、導師、 任課教師、 學校行政人員
19:10 20:40	19:10-19:40	一、導師班級經營說明	各班導師		
	19:40-19:45	二、校長的話	校長		
	19:45-20:20	三、各科教學計畫說明	班級家長代表		
	20:20-20:40	四、親師交流	各班導師		

國三年段 時間：19:10-20:40

時間		活動項目	主持人/主講人	地點	參加對象
19:00-19:10		報到	各班導師	各班 教室	家長、導師、 任課教師、 學校行政人員
19:10 20:10	19:10-19:40	一、導師班級經營說明	各班導師		
	19:40-19:45	二、校長的話	校長		
	19:45-20:10	三、各科教學計畫說明	班級家長代表		
20:15-20:40		四、校務說明暨 適性輔導宣導	校長	群賢 館	家長、導師



辦學理念

一、前言

教育的可貴在於生命素質的彰顯。

因此，我們必須將學生學習的精進卓越，建基在生命長大的磐石上。教育工作者，堅持教育初衷，樂在工作，生命有盼望，喜樂滿懷。教育工作者，一顆心，愉悅；一個器皿，沒有己，只盛裝教育愛與生命情懷。

成長中的青少年，有時候雖然走不出眼前外在的黑暗，但卻可以在我們親師精緻優質、適性關懷、與創新永續的引領下走出一片海闊天空。

二、我們都在同一個身體裏

校務經營是一種身體生活的實行，我們都在同一個身體裏，董事會、親、師、生、社區是一個身體，缺一不可，且彼此互為肢體，相互扶持。

例如：同仁是我的右手，右手受傷了就是我在痛；學生是我的左手，左手萎縮了，身體的功能也會漸漸不完整。教師是我的右腳，右腳茁壯了，就是我茁壯；家長會也是我身體的一部分，我必須扶持他。身體的每一個部分，都需要彼此扶持與建造，學校經營與人生發展亦同，我們都在同一個身體裏，彼此扶持、相互激勵，是我生命深處的體會，也是我辦學理念的根基。

三、同心合意的學校領導

在教育愛裏，親師生同心合作與分享，教育生命活水湧流，極其超越，且永不止息。與教師、家長、董事會充分融合，以智慧、真理和生命，發揮校長領導的功能。

同時重視並激發出教師與家長的智慧，支持、帶進教師與家長領導，讓校園組織氛圍更加祥和、豐碩與圓滿。

智慧與生命得彰顯，就會展現出優質的校長領導；智慧與生命盡功用，教師、家長領導就蓬勃發展；智慧與生命尋求擴增，董事會領導就會支持。

同心合意、合一的學校領導，是我重要的辦學理念。而其實施策略都是正向的，意即校長領導與教師家長領導，相互支持與供應；教師、家長領導，相互產生與扶持；校長領導與董事會領導相互帶進與完成。



四、有愛、有光、有義的行政服務



愛是學校行政領導與服務的動機和條件。我們學校行政工作者的心是慈愛的，愛心同著能力，愛教育、愛學校、愛親師生。但是，手是公義的，因此政策推動執行以公義為依歸，我們自己行在光中，透明可受檢視，大而智、公而仁，積極貫徹。

而行政服務的口是信實的，真誠服務，心甘情願為教育奉獻。個人對行政的內涵與運作有深刻的領會：行政服務者對法令規章（如人之身）當然要熟悉，對校務領導的動態歷程（如人之心）也應掌握。但是，徒法不足以自行，只有理論也還不夠，這歷程中都必須要有內心深處生命的成熟（靈）才能統合。

我有信心，具備統整的人格與成熟的靈性，展現領導力、決策力、國際視野力，帶領南光團隊尊重、包容、親和也抗壓，將行政領導與服務的生命情懷，朝向身心靈三合一的圓融境地邁進。

五、精進成長的卓越教育

學校教育與經營要與時俱進，學校進步與發展要精進。我會掌握，並確實化為經營的策略與行動方案。學校教育內涵有身心靈三大層面，意即生活素養、生涯發展與生命價值三方面。

- (一) 身要促進：親師生的健康要促進。
- (二) 心要精進：同學課業要精進、教師專業要精進、行政服務效能要精進、親職教育也精進。
- (三) 靈要長進：親師生的生命要長進。落實辦理人格統整、靈性發展與生活教育，讓身體的健康促進與知能的精進，更趨統合在內心深處的靈性裏，帶領親師生卓越成長。

六、謙卑反省的績效創值



校務經營、師生互動、親師溝通、教師教學、學生學習、專業發展與資源統整等各方面，如人生之經營。學校教育與人生必需要反省才會進步，我會帶領親師生掌握以下三步：

在原地之踏步走時要感恩謙卑：計畫、溝通階段，能同理、能定義學校教育各種問題之所在。在起步走時要正向穩定：校務經營歷程中必須發想，把所有可以解決問題、滿足教師教學與學生學習需求的點子都呈現出來，而且正向思考，不否定任何點子。在跑步走時要勇往直前：學校經營與教師專業發展必須找出最可行的幾個點子，勇敢地實作、測試並檢討是否切合校務發展之需。



在學校教育與人生的道路上，我會帶領親師生勇往直前地學習與反省。而南光適性、優質、創意與全球視野之教育發展的每一作為，都是以學生為核心，以是否有進步、能反省為依歸，並堅定持續地推動。

七、永續經營的南光榮耀

在瞬變與應變的時代中，學校教育精緻與創新、關懷與永續的經營，必須建基在生命長大的磐石上，必須植基於適性教育的實踐上。教育工作者秉持不能朽壞的生命與性情，堅定不能玷污的生命與光景，更新不能衰殘的生命與彰顯，就不會在人云亦云的世界裏迷失。

凡我「南光」教育人，在高感度與高體會中，發展與創新適性、最少限制環境的學校教育，感知學生的需要，樂與引導和分享。在辦學理念的發想與校務經營的實際作為裏，帶領親師生用心、共同成長，創發「南光」教育與生命交集且永續經營之適性的南光、全人的南光、國際的南光、創意的南光、榮耀的南光。

八、結語

我會以發自心靈深處的生命省視自己，秉持愛與犧牲奉獻的精神，謙卑為懷，服務他人，影響並帶領學校成員彼此同心合意、共同建造的服務領導為基礎，實踐辦學理念。身為校長，對自我有期許，對社會有責任，對親師生與董事會有承諾。校長的英文是 PRINCIPAL，我會以 PRINCIPAL 檢視自己，做一個有創造力的、有效的、優秀的以及堅持教育本質、有所為、有所不為的校長：

P arents	如父母般的無怨無悔
R esponsibility.....	負責盡職，遵守法令規章
I nnovation	不斷的創新、革新，提昇競爭力
N egotiation.....	運籌帷幄，有效協商溝通
C apability	具能力、專業，讓親師生有信心
I ntegrity.....	力行誠實、正直、廉潔
P assion	熱情擁抱生命、擁抱教育，服務親師生
A ppreciation	尊重教師專業，同心合意，彼此欣賞
L ove	愛以悅納生命，愛以悅納親師生

校長 張添唐 114/10/17

辦學特色

本校在過去的數年已逐步厚植教育根基，也獲得下列的成果：

- 一、 繼 100 年之後，105 年再度榮獲教育部學校評鑑總成績「優等」(最高等第) 為台南市私中第一。
- 二、 優質化獎勵：自 98-114 年，連續 17 年榮獲優質化獎勵，104 年起教育部入選「特色領航」學校，原南縣私中唯一。自 105 學年度起，聚焦於新課綱之銜接與轉化，漸進式銜接新課綱的課程發展與實踐。
- 三、 精進卓越：
 - (一) 核定國際教育精進計畫－學校國際化。
 - (二) 核定國際教育精進計畫－國際交流。
 - (三) 核定國外校際合作推動線上教學實施計畫。
 - (四) 核定科技輔助自主學習推動計畫。
 - (五) 核定英語文課程全英語授課計畫。
 - (六) 核定擴增高級中等學校雙語實驗班實施計畫。
 - (七) 核定部分領域課程雙語教學實施計畫。
 - (八) 核定高優輔助方案。
 - (九) 核定實施「半導體」課程計畫。
 - (十) 核定職前與在職教師 AIPACK 課程推動與教學能力提升計畫-研究基地。
 - (十一) 南光高中與台糖公司簽署「產學合作協議」，113 至 115 學年度連續 3 屆，建立產學合作關係。
 - (十二) 獲國教署肯定，執行戶外教育課程研發計畫有成-高一多元選修課程「農牧探索」，深根在地觀念。
 - (十三) 推展國際教育課程及定期澳洲及日本學校視訊主題研討交流。
 - (十四) 獲選教育部十二年國民基本教育課程綱要前導學校。
- 四、 升學績效：
 - (一) 114 年大學學測成績亮麗：
各科考生最高 57 級分，「五選四」各科組合 50 級分以上人數 52 人。國文、英文、數學 A、數學 B、社會、自然等科目頂標以上人次達 174 人。
 - (二) 114 年大學「繁星推薦」雙料冠軍(總錄取人數、國立大學錄取人數)：
 1. 總錄人數 57 人，國立暨醫學大學錄取人數 36 人。
 2. 96-114 年大學繁星推薦錄取總人數及國立大學錄取人數十九度蟬聯大新營區公私立高中之冠。
 - (三) 114 年大學「繁星推薦」「申請入學」「考試分發入學」成果亮麗：
高雄醫學大學醫學系 1 人，台大、陽明交通、清大、成大、政大等頂尖國立大學共 140 人次。另國防及軍警院校 28 名。
 - (四) 114 年國中教育會考成績表現亮眼：
 1. 5A9+頂尖表現：3 位，5A 積分大放異彩：35 位，其中數學精熟比例：超越全國平均，實力堅強！
 2. 五科各科達 A++ 等級共 51 人次，A+ 等級共 72 人次，達 A 等級共 116 人次，作文 5 級分 17 位文采飛揚。
 - (五) 114 學年度國中部直升本校高中，佔國三畢業生人數近 8 成，辦學績效獲家長肯定。

教務處業務報告

壹、學校介紹(班級概況)

年級	班數	人數	總計
國一	7 班	342	906
國二	7 班	335	
國三	6 班	229	

貳、升學概況

一、南光高中 114 年特殊選才錄取榜單

姓名	學校名稱	學系(組)名稱
劉晉佑	國立嘉義大學	機械與能源工程學系
李品勳	國立宜蘭大學	生物機電工程學系
黃靖閔	臺北市立大學	數學系
李品勳	中原大學	生物醫學工程學系
李昱錚	義守大學	資訊工程學系
朱冠穎	朝陽科技大學	飛行與民航人員技術系
江仁凱	南臺科技大學	流行音樂產業系

二、南光高中 114 年繁星推薦榜單

114 年南光高中大學繁星推薦金榜

總錄取人數 57 人 國立暨醫學大學錄取人數 36 人

姓名	學校	科系
鄭澤閔	高雄醫學大學	醫學系
王亭喬	國立臺灣大學	心理學系
蔡安棋	國立陽明交通大學	電機工程學系甲組
林澤楷	國立陽明交通大學	運輸與物流管理學系
陳穩任	國立清華大學	工學院學士班
邱家皇	國立清華大學	動力機械工程學系
王譽儒	國立清華大學	教育與學習科技學系
黃竑睿	國立成功大學	電機工程學系
黃郁傑	國立成功大學	系統及船舶機電工程學系
闕俐榕	國立政治大學	歐洲語文學系西班牙文組
張詠瑜	國立政治大學	企業管理學系
余承叡	國立臺灣師範大學	電機工程學系
蔡勝全	國立高雄師範大學	數學系應用數學組
周采穎	國立彰化師範大學	輔導與諮商學系
陳奕豪	國立中央大學	電機工程學系
鄭靖懷	國立中央大學	數學系數學科學組
丁煜倫	國立臺北大學	企業管理學系
林筠婷	國立臺北大學	資訊工程學系
林苡安	國立中興大學	生物科技學士學位學程
張巍立	國立中正大學	法律學系法學組
沈昀潔	國立暨南國際大學	護理學系
黃姑蘭	國立臺灣海洋大學	食品科學系
陳伊璿	國立臺灣體育運動大學	體育學系
周俊達	國立高雄大學	資訊工程學系
陳政頊	國立臺南大學	生態暨環境資源學系
郭芯汝	國立嘉義大學	資訊管理學系
陳彥甄	國立嘉義大學	農藝學系
湯可銘	國立東華大學	電機工程學系智慧系統組
廖祐安	國立屏東大學	英語學系

姓名	學校	科系
陳昀睿	國立宜蘭大學	外國語文學系
林睦恒	國立宜蘭大學	土木工程學系
洪筠雅	國立臺東大學	生命科學系
王文凡	國立金門大學	海洋與邊境管理學系
方詠雋	臺北市立大學	資訊科學系
賴沛瑜	長庚大學	護理學系
賴佳佳	中山醫學大學	物理治療學系
徐婉瑜	中國醫藥大學	公共衛生學院大一不分系
曾柏翰	輔仁大學	化學系
郭颯愉	輔仁大學	餐旅管理學系
莊采臻	東海大學	國際經營與貿易學系
陳姿璇	東海大學	中國文學系
林欣桐	東吳大學	日本語文學系
洪誼蓁	淡江大學	資訊管理學系
劉曉伊	淡江大學	公共行政學系
蔡婷貽	大同大學	電機工程學系
康家蜜	中原大學	生物醫學工程學系
林昀萱	逢甲大學	材料科學與工程學系
陳彥禎	元智大學	工業工程與管理學系
吳聿蓁	中國文化大學	法律學系
林香瑩	靜宜大學	化粧品科學系
郭廷祐	銘傳大學	資訊管理學系
張祐慈	實踐大學	財務金融學系
許馨心	實踐大學	會計學系
鄭雅竹	世新大學	廣播電視電影學系
康珈瑀	義守大學	職能治療學系
洪劭岳	義守大學	電機工程學系
郭宇政	亞洲大學	數位媒體設計學系

114 年南光中學大學金榜

姓名	學校	科系
鄭澤閔	高雄醫學大學	醫 學 系
王亭喬	國立臺灣大學	心 理 學 系
林澤楷	國立陽明交通大學	運輸與物流管理學系
蔡安棋	國立陽明交通大學	電機工程學系甲組(電資國際組)
蔡尚穎	國立陽明交通大學	外國語文學系乙組(語言科學組)
邱家皇	國立清華大學	動力機械工程學系
陳穩任	國立清華大學	工 學 院 學 士 班
王譽儒	國立清華大學	教育與學習科技學系
吳昌銘	國立清華大學	教育與學習科技學系
黃竑睿	國立成功大學	電 機 工 程 學 系
黃郁傑	國立成功大學	系統及船舶機電工程學系
張詠瑜	國立政治大學	企 業 管 理 學 系
關俐榕	國立政治大學	歐洲語文學系西班牙文組
余承歡	國立臺灣師範大學	電 機 工 程 學 系
吳昌銘	國立臺灣師範大學	公民教育與活動領導學系
連翊宏	國立高雄師範大學	生 物 科 技 系
蔡勝全	國立高雄師範大學	數學系應用數學組
蘇芷瑩	國立高雄師範大學	化 學 系
楊舒涵	國立高雄師範大學	地 理 學 系
陳政瑋	國立彰化師範大學	物理學系光電組
吳昌銘	國立彰化師範大學	地 理 學 系
周采穎	國立彰化師範大學	輔導與諮商學系社區輔導與諮商組
蔡皓丞	國立彰化師範大學	會 計 學 系
陳奕豪	國立中央大學	電 機 工 程 學 系
劉恩愷	國立中央大學	資 訊 管 理 學 系
鄭靖懷	國立中央大學	數學系數學科學組
丁煜倫	國立臺北大學	企 業 管 理 學 系
顏可芯	國立臺北大學	不動產與城鄉環境學系甲組
林筠婷	國立臺北大學	資 訊 工 程 學 系
陳宥勛	國立臺北大學	經 濟 學 系
林苡安	國立中興大學	生物科技學士學位學程

姓名	學校	科系
張宸豪	國立中興大學	土壤環境科學系
曾庠穎	國立中興大學	食品暨應用生物科技學系
周庭葳	國立中正大學	經 濟 學 系
陳郁緯	國立中正大學	地球與環境科學系
劉家銘	國立中正大學	數 學 系
鄭澤閔	國立中正大學	電 機 工 程 學 系
張巍立	國立中正大學	法律學系法學組
曾郁喬	國立中正大學	成人及繼續教育學系
沈昀潔	國立暨南國際大學	護 理 學 系
張宸豪	國立臺灣海洋大學	生命科學暨生物科技學系
陳鈞浩	國立臺灣海洋大學	水產養殖學系
黃姁蘭	國立臺灣海洋大學	食 品 科 學 系
曾庠穎	國立臺灣海洋大學	食 品 科 學 系
楊立綸	國立臺南藝術大學	藝 術 史 學 系
陳伊璿	國立臺灣體育運動大學	體 育 學 系
吳昌銘	國立臺北教育大學	語文與創作學系語文師資組
吳昌銘	國立臺中教育大學	諮商與應用心理學系(公費生)
曾郁喬	國立臺中教育大學	幼 兒 教 育 學 系
周俊達	國立高雄大學	資 訊 工 程 學 系
劉欣雅	國立高雄大學	資 訊 工 程 學 系
郭品姪	國立高雄大學	電 機 工 程 學 系
黃冠禎	國立高雄大學	土木與環境工程學系土木工程組
沈向妍	國立高雄大學	亞太工商管理學系企業管理組
陳政頌	國立臺南大學	生態暨環境資源學系
陳昀孜	國立臺南大學	幼 兒 教 育 學 系
莊欣頤	國立臺南大學	行 政 管 理 學 系
蔡宗恩	國立臺南大學	教 育 學 系
劉冠廷	國立嘉義大學	電 子 物 理 學 系
郭芯汝	國立嘉義大學	資 訊 管 理 學 系
陳彥甄	國立嘉義大學	農 藝 學 系
陳鈞浩	國立嘉義大學	水生生物科學系

114 年南光中學大學金榜

姓名	學校	科系
姜沅呈	國立嘉義大學	生物資源學系
劉晉佑	國立嘉義大學	機械與能源工程學系
潘芊涵	國立嘉義大學	幼兒教育學系
王詩涵	國立嘉義大學	數位學習設計與管理學系
姚函妤	國立嘉義大學	行銷與觀光管理學系
蔡皓丞	國立嘉義大學	企業管理學系
湯可銘	國立東華大學	電機工程學系智慧系統組
劉冠頡	國立東華大學	材料科學與工程學系
楊舒涵	國立東華大學	社會學系
楊舒涵	國立東華大學	公共行政學系
吳國鼎	國立聯合大學	化學工程學系
李詠翔	國立聯合大學	材料科學工程學系
陳侑廷	國立聯合大學	建築學系
賴宥廷	國立聯合大學	化學工程學系
周靖閔	國立聯合大學	臺灣語文與傳播學系
潘芊涵	國立屏東大學	幼兒教育學系
廖祐安	國立屏東大學	英語學系
蔡宗恩	國立屏東大學	教育學系
李品勳	國立宜蘭大學	生物機電工程學系
林睦恒	國立宜蘭大學	土木工程學系
陳昀睿	國立宜蘭大學	外國語文學系
羅耀宗	國立宜蘭大學	化學工程與材料工程學系
吳國鼎	國立臺東大學	應用科學系化學及奈米科學組
劉又榛	國立臺東大學	幼兒教育學系
吳帛勵	國立臺東大學	生命科學系
姜沅呈	國立臺東大學	應用科學系化學及奈米科學組
洪筠雅	國立臺東大學	生命科學系
楊程鈞	國立臺東大學	生命科學系
羅耀宗	國立臺東大學	應用科學系化學及奈米科學組
陳侑廷	國立金門大學	建築學系
陳秉硯	國立金門大學	資訊工程學系
蔡和憲	國立金門大學	食品科學系
王文凡	國立金門大學	海洋與邊境管理學系

姓名	學校	科系
劉丞軒	國立金門大學	建築學系
方詠雋	臺北市立大學	資訊科學系
黃靖閔	臺北市立大學	數學系
劉思愷	國立臺灣科技大學	化學工程系
鄭澤閔	國立臺灣科技大學	材料科學與工程系
顏可芯	國立臺灣科技大學	建築系
蔡洧翔	國立雲林科技大學	工程科技菁英班
蔡洧翔	國立高雄科技大學	電子工程系電子組(建工校區)
陳妍孜	國立高雄科技大學	漁業科技與管理系
黃冠禎	國立高雄科技大學	土木工程系
蔡旭翔	國立高雄科技大學	電子工程系電子組(建工校區)
李詠翔	國立高雄科技大學	水產養殖系
陳鈞浩	國立屏東科技大學	水產養殖系
蔡騏鴻	國立屏東科技大學	農園生產系
蕭御廷	國立屏東科技大學	農園生產系
羅耀宗	國立屏東科技大學	材料工程系
羅耀宗	國立澎湖科技大學	資訊工程系

尚有私立大學暨科大共計 203 人次

114 年南光中學軍警校金榜

姓名	學校	科系
翁宸浩	國防大學管理學院	資 訊 管 理 學 系
顏子強	國防大學理工學院	化學及材料工程學系
陳宥蓉	陸軍軍官學校	運 動 科 學 系
林冠佑	海軍軍官學校	不 分 系
洪傳馭	海軍軍官學校	不 分 系
連冠智	海軍軍官學校	補 給 科
沈宜蓁	海軍軍官學校	(國 培 班)
黃奕翔	空軍軍官學校	不 分 系
林義祥	空軍軍官學校	不 分 系
洪劭岳	臺灣警察專科學校	
余翔荏	臺灣警察專科學校	
郭昱霆	臺灣警察專科學校	
曾柏翰	臺灣警察專科學校	
蔡和憲	臺灣警察專科學校	
周靖閔	臺灣警察專科學校	
林峻毅	臺灣警察專科學校	
施育宏	臺灣警察專科學校	
翁翊愷	臺灣警察專科學校	
曾庠穎	臺灣警察專科學校	
洪傳馭	臺灣警察專科學校	
許尹鉸	臺灣警察專科學校	
黃宥善	臺灣警察專科學校	
蔡旻翰	臺灣警察專科學校	
劉丞軒	臺灣警察專科學校	
洪劭岳	臺灣警察專科學校	

尚有私立大學暨科大共計 203 人次

參、113 學年度各項榮譽

一、國中部校外競賽成績-語文類

編號	競賽項目	項目	獎項	班級	姓名
1	113 年度臺南市語文競賽預賽	寫字	第二名	國一禮	賴品宜
2	113 年度臺南市語文競賽預賽	臺灣台語朗讀	第二名	國一愛	蔡喬勳
3	113 年度臺南市語文競賽預賽	臺灣台語朗讀	第三名	國二誠	沈品好
4	113 年度臺南市語文競賽預賽	臺灣台語情境式演說	第三名	國三勤	張博鈞
5	113 年度臺南市語文競賽預賽	國語字音字形	優勝	國三勤	林侑德
6	113 年度臺南市語文競賽預賽	作文	優勝	國三勤	楊育瑄
7	113 年度臺南市語文競賽預賽	國語朗讀	優勝	國三義	劉益鴻
8	113 年度臺南市語文競賽決賽	客語字音字形	第一名	國一義	蕭奕晨
9	113 年度臺南市語文競賽決賽	寫字	第三名	國一禮	賴品宜
10	113 年度臺南市語文競賽決賽	臺灣台語朗讀	優勝	國一愛	蔡喬勳
11	113 年度臺南市語文競賽決賽	臺灣台語朗讀	優勝	國二誠	沈品好
12	113 年度臺南市語文競賽決賽	臺灣台語情境式演說	優勝	國三勤	張博鈞
13	113 年度臺南市語文競賽決賽	國語字音字形	優勝	國三勤	林侑德
14	113 年度臺南市語文競賽決賽	作文	優勝	國三勤	楊育瑄
15	113 年度臺南市語文競賽決賽	國語朗讀	優勝	國三義	劉益鴻
16	113 年度臺南市語文競賽決賽	臺灣台語朗讀	優勝	國一忠	蘇品睿
17	114 年度市長盃語文競賽	臺灣客語字音字形	第一名	國一義	蕭奕晨
18	114 年度市長盃語文競賽	臺灣台語朗讀	第三名	國一愛	蔡喬勳
19	114 年度市長盃語文競賽	作文	優勝	國三義	許韶恩
20	2025 臺南文學季創意朗讀競賽		第一名	國二誠	范欣瑜
21	2025 臺南文學季創意朗讀競賽		第一名	國二誠	陳又安
22	2025 臺南文學季創意朗讀競賽		第一名	國二誠	周栢毅
23	2025 臺南文學季創意朗讀競賽		第一名	國二誠	曾子嘉
24	2025 臺南文學季創意朗讀競賽		第一名	國二誠	洪睿澤

25	2025 臺南文學季創意朗讀競賽		第二名	國一愛	蔡喬勳
26	2025 臺南文學季創意朗讀競賽		第五名	國二誠	楊琄威
27	2025 臺南文學季創意朗讀競賽		第五名	國二誠	張峰瑞
28	113 學年度推動本土教育-「小小網紅遊臺南」競賽	國中英語組	第三名	國一禮	李曜均
29	113 學年度推動本土教育-「小小網紅遊臺南」競賽	國中英語組	第三名	國一誠	張馨之
30	113 學年度推動本土教育-「小小網紅遊臺南」競賽	國中英語組	第三名	國一忠	葉愷翹
31	113 學年度國中英語文競賽	英語說故事 A 組	特優	國一禮	李曜均
32	113 學年度國中英語文競賽	英語團唱 A1 組	表現優良	國三忠	湯宜臻
33	113 學年度國中英語文競賽	英語團唱 A1 組	表現優良	國三愛	歐陽沛岑
34	113 學年度國中英語文競賽	英語團唱 A1 組	表現優良	國二忠	黃苡璇
35	113 學年度國中英語文競賽	英語團唱 A1 組	表現優良	國二忠	郭依庭
36	113 學年度國中英語文競賽	英語團唱 A1 組	表現優良	國一愛	許馨予
37	113 學年度國中英語文競賽	英語讀者劇場 A1 組	表現優良	國二愛	謝采恩
38	113 學年度國中英語文競賽	英語讀者劇場 A1 組	表現優良	國二愛	龔郁涵
39	113 學年度國中英語文競賽	英語讀者劇場 A1 組	表現優良	國二愛	蘇詠淳
40	113 學年度國中英語文競賽	英語讀者劇場 A1 組	表現優良	國二愛	卓妍彤
41	113 學年度國中英語文競賽	英語讀者劇場 A1 組	表現優良	國二愛	邱婉婷
42	113 學年度國中英語文競賽	英語讀者劇場 A1 組	表現優良	國二忠	李佳睿
43	113 學年度國中英語文競賽	英語讀者劇場 A1 組	表現優良	國二忠	蘇瑀晴
44	第 20 屆國家地理知識大競賽 全國決賽	環境觀察暨手繪地圖組	入選	國二誠	范欣瑜
45	第 20 屆國家地理知識大競賽 全國決賽	環境觀察暨手繪地圖組	入選	國二義	鄒宜瑾

國中部校外競賽成績-數理類

編號	競賽項目	項目	獎項	班級	姓名
1	2024 年第 20 屆 IMC 國際數學競賽		銀牌獎	國一忠	王一亦
2	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區初賽	壹等獎	國三愛	黃振傑
3	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區初賽	貳等獎	國一誠	陳睿霆
4	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區初賽	優等獎	國一勤	蔡睿軒
5	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區初賽	優等獎	國一忠	蔡君幃
6	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區初賽	優等獎	國一忠	曾子晴
7	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區初賽	優等獎	國一忠	葉澧翹
8	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區初賽	優等獎	國一忠	王一亦
9	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區複賽	金牌獎	國三愛	黃振傑
10	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區複賽	銀牌獎	國一忠	王一亦
11	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區複賽	銀牌獎	國一誠	陳睿霆
12	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區複賽	銅牌獎	國一勤	蔡睿軒
13	113 年公私立國民中學數學競賽	一般組	佳作	國三愛	黃振傑
14	113 年度智慧城市-AI 機器人創意賽暨全國冠軍盃	國中組	第三名	國三愛	黃振傑
15	113 年度智慧城市-AI 機器人創意賽暨全國冠軍盃	國中組	第三名	國二誠	沈品妤
16	113 年度智慧城市-AI 機器人創意賽暨全國冠軍盃	國中組	第三名	國一愛	劉文文
17	113 年度智慧城市-AI 機器人創意賽暨全國冠軍盃	國中組	佳作	國二忠	蔡易儒
18	113 年度智慧城市-AI 機器人創意賽暨全國冠軍盃	國中組	佳作	國二義	顏于硯
19	2024-2025 機器人臺灣選拔賽	FTC 機器人組	佳作獎	國三愛	黃振傑
20	2024-2025 機器人臺灣選拔賽	FTC 機器人組	佳作獎	國二誠	沈品妤
21	2024-2025 機器人臺灣選拔賽	FTC 機器人組	佳作獎	國二愛	蘇詠淳
22	2024-2025 機器人臺灣選拔賽	FTC 機器人組	佳作獎	國二仁	沈品妍
23	2024-2025 機器人臺灣選拔賽	FTC 機器人組	佳作獎	國一勤	黃邦智
24	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	a-MAZE-ing 國民中學組	第 4 名	國三勤	李祐丞
25	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	a-MAZE-ing 國民中學組	第 4 名	國三勤	翁銘澤
26	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	a-MAZE-ing 國民中學組	第 4 名	國三勤	謝沅臻

編號	競賽項目	項目	獎項	班級	姓名
27	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	a-MAZE-ing 國民中學組	第 4 名	國三勤	張茗正
28	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	a-MAZE-ing 國民中學組	第 8 名	國二誠	洪惟晉
29	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	a-MAZE-ing 國民中學組	第 8 名	國二誠	江炫霖
30	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	a-MAZE-ing 國民中學組	第 8 名	國二義	顏于硯
31	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	Line following 高級中學組	第 6 名	國三忠	李杰峯

二、高中部校外競賽成績-語文類

編號	競賽項目	項目	獎項	班級	姓名
1	113 年度臺南市語文競賽預賽	國語字音字形	第一名	高三忠	蔡勝全
2	113 年度臺南市語文競賽決賽	國語字音字形	第二名	高三忠	蔡勝全
3	113 年度臺南市語文競賽預賽	國語字音字形	第三名	高二忠	陳妍蓁
4	113 年度臺南市語文競賽決賽	國語字音字形	優勝	高二忠	陳妍蓁
5	113 年度臺南市語文競賽預賽	台語朗讀	第一名	高二忠	楊子葶
6	113 年度臺南市語文競賽決賽	台語朗讀	第三名	高二忠	楊子葶
7	113 年度臺南市語文競賽預賽	國語朗讀	第二名	高一禮	王芷宥
8	113 年度臺南市語文競賽決賽	國語朗讀	優勝	高一禮	王芷宥
9	113 年度臺南市語文競賽預賽	臺灣台語朗讀	第三名	高三仁	周勁宇
10	113 年度臺南市語文競賽決賽	臺灣台語朗讀	優勝	高三仁	周勁宇
11	113 年度臺南市語文競賽預賽	作文	優勝	高一忠	王語欣
12	113 年度臺南市語文競賽決賽	作文	優勝	高一忠	王語欣
13	113 年度臺南市語文競賽預賽	作文	優勝	高二忠	嚴珮綺
14	113 年度臺南市語文競賽決賽	作文	優勝	高二忠	嚴珮綺
15	113 年度臺南市語文競賽預賽	寫字	優勝	高二誠	施詠得
16	113 年度臺南市語文競賽決賽	寫字	優勝	高二誠	施詠得
17	113 年度臺南市語文競賽決賽	臺灣台語情境式演說	優勝	高一義	陳宥蓁
18	114 年度市長盃語文競賽	臺灣台語朗讀	第一名	高二忠	楊子葶
19	全國高級中等學校英語辯論比賽		最佳辯士及辯士成就獎	高三禮	張巍立

編號	競賽項目	項目	獎項	班級	姓名
20	2025 全國高中職台灣景點英文導覽解說簡報競賽		第三名	高一禮	賴昕妘
21	2025 全國高中職台灣景點英文導覽解說簡報競賽		第三名	高一禮	黃芊詠
22	2025 全國高中職台灣景點英文導覽解說簡報競賽		第三名	高一禮	張惟甯
23	2024 第五屆科學與科普專業英文(ESP)能力大賽區賽	人工智慧	冠軍	高二忠	陳柏丞
24	2024 第五屆科學與科普專業英文(ESP)能力大賽區賽	物理	冠軍	高三勤	翁采妤
25	2024 第五屆科學與科普專業英文(ESP)能力大賽區賽	生物科學	亞軍	高二忠	吳羿嫻
26	2024 第五屆科學與科普專業英文(ESP)能力大賽區賽	生物科學	季軍	高二忠	陳妍蓁
27	2024 第五屆科學與科普專業英文(ESP)能力大賽區賽	生物科學	金腦獎	高二忠	王怡涵
28	2024 第五屆科學與科普專業英文(ESP)能力大賽區賽	化學	冠軍	高二忠	馮品壹
29	2024 第五屆科學與科普專業英文(ESP)能力大賽總決賽	物理	亞軍	高三勤	翁采妤
30	2024 第五屆科學與科普專業英文(ESP)能力大賽總決賽	化學	金腦獎	高二忠	馮品壹
31	113 學年度高級中等學校英文單字比賽		三等獎	高三忠	鄭澤閔
32	113 學年度高級中等學校英文單字比賽		三等獎	高二忠	陳柏丞
33	113 學年度高級中等學校英文單字比賽		佳作	高三忠	林澤楷
34	113 年度外交小尖兵-英語種籽隊選拔	南區初賽	表現優良	高二忠	吳欣頤
35	113 年度外交小尖兵-英語種籽隊選拔	南區初賽	表現優良	高二義	柯品妍
36	113 年度外交小尖兵-英語種籽隊選拔	南區初賽	表現優良	高二義	陳怡方
37	113 年度外交小尖兵-英語種籽隊選拔	南區初賽	表現優良	高一忠	王品涵
38	113 年度外交小尖兵-英語種籽隊選拔	南區初賽	表現優良	高一忠	沈嵩鈞
39	113 年度外交小尖兵-英語種籽隊選拔	南區初賽	表現優良	高一禮	黃芊詠
40	113 年度外交小尖兵-英語種籽隊選拔	南區初賽	表現優良	高一禮	張惟甯
41	113 年度外交小尖兵-英語種籽隊選拔	南區初賽	表現優良	高一禮	賴昕妘

高中部校外競賽成績-數理類

編號	競賽項目	項目	獎項	班級	姓名
1	113 學年度普通型高級中等學校數理及資訊學科能力競賽	生物科	第一名	高三忠	余承歡
2	113 學年度普通型高級中等學校數理及資訊學科能力競賽	數學科	佳作	高二忠	沈宗歡
3	113 學年度普通型高級中等學校數理及資訊學科能力競賽	資訊科	佳作	高二忠	蔡品騄
4	第 65 屆國立暨縣(市)公私立高級中等學校第 5 分區科學展覽會	植物學科	優等	高二忠	連政維
5	第 65 屆國立暨縣(市)公私立高級中等學校第 5 分區科學展覽會	植物學科	優等	高二忠	王承毅
6	第 65 屆國立暨縣(市)公私立高級中等學校第 5 分區科學展覽會	植物學科	優等	高二忠	唐子家
7	第 65 屆國立暨縣(市)公私立高級中等學校第 5 分區科學展覽會	電腦與資訊學科	佳作	高二忠	魏家澤
8	第 65 屆國立暨縣(市)公私立高級中等學校第 5 分區科學展覽會	電腦與資訊學科	佳作	高二忠	蔡品騄
9	2025 年亞洲及國際物理奧林匹亞競賽國家代表	國家代表初選	錄取	高二忠	沈宗歡
10	2025 年第 36 屆國際生物奧林匹亞競賽選訓及參賽計畫	國手選拔初賽	錄取	高三忠	余承歡
11	2025 年第 18 屆國際地球科學奧林匹亞競賽	選訓決賽營	表現優異	高二忠	馮品壹
12	GMEC 全球數學菁英賽		銀牌獎	高三誠	黃靖閔
13	GMEC 全球數學菁英賽		銅牌獎	高三誠	黃靖閔
14	2024 WMI 世界數學邀請賽		銅牌獎	高三誠	黃靖閔
15	2024 年第 20 屆 IMC 國際數學競賽		金牌獎	高二忠	沈宗歡
16	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區初賽	壹等獎	高二忠	沈宗歡
17	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區初賽	貳等獎	高一忠	蔡宜呈
18	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區複賽	金牌獎	高二忠	沈宗歡
19	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區複賽	金牌獎	高一忠	蔡宜呈
20	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區複賽	銅牌獎	高一忠	陳勁元
21	第 21 屆 IMC 國際數學競賽	台灣區複賽	優等獎	高一忠	何秉謙

編號	競賽項目	項目	獎項	班級	姓名
22	113 年臺南市環境知識競賽	高中職	優勝	高三忠	黃竑睿
23	113 資訊月資訊應用技能競賽全國	程式語言 Python 組	第 1 名	高二忠	沈宗歡
24	113 資訊月資訊應用技能競賽南區	程式語言 Python 組	第 1 名	高二忠	沈宗歡
25	113 資訊月資訊應用技能競賽南區	程式語言 C/C++ 組	優勝	高二忠	蔡品皜
26	113 年度智慧城市-AI 機器人創意賽暨全國冠軍盃	高中職組	第二名	高一忠	李倬毅
27	2024-2025 機器人臺灣選拔賽	FTC 機器人組	佳作獎	高二誠	施博彥
28	2024-2025 機器人臺灣選拔賽	FTC 機器人組	佳作獎	高二勤	黃品程
29	113 學年度豐泰文教盃機器人年賽	全國高中職組創意表達	第二名	高一仁	王永瑞
30	113 學年度豐泰文教盃機器人年賽	全國高中職組創意表達	第二名	高一禮	陶芊秀
31	113 學年度豐泰文教盃機器人年賽	全國高中職組創意表達	第二名	高二愛	許祐禎
32	113 學年度豐泰文教盃機器人年賽	全國高中職組創意表達	第二名	高三勤	李品勳
33	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	Line following 高級中學組	第 6 名	高一忠	李倬毅
34	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	Line following 高級中學組	第 7 名	高二忠	姜振揚
35	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	Line following 高級中學組	第 7 名	高二誠	林莉臻
36	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	Line following 高級中學組	第 7 名	高二勤	翁語婕
37	113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器人競賽	Line following 高級中學組	第 7 名	高二愛	許祐禎

三、全民英檢通過獎學金

國中部

編號	項目	班級	姓名	編號	項目	班級	姓名
1	中高級	國三誠	邱皓謙	30	初級	國二愛	許智閔
2	中級	國三忠	馮紹齊	31	初級	國二愛	蔡品宥
3	中級	國三愛	林以澈	32	初級	國二愛	蘇詠淳
4	初級	國一忠	王一亦	33	初級	國二仁	沈品妍
5	初級	國一忠	宋亮菽	34	初級	國二仁	林意娟
6	初級	國一忠	宋昱潔	35	初級	國二仁	黃昱誠
7	初級	國一忠	翁旭承	36	初級	國二仁	廖喬郁
8	初級	國一忠	陳俐仁	37	初級	國二義	郭芊秀
9	初級	國一忠	葉澧翹	38	初級	國二義	蔡岷恩
10	初級	國一誠	張馨之	39	初級	國三忠	張茗傑
11	初級	國一勤	毛佳濡	40	初級	國三誠	吳媛菁
12	初級	國一勤	曾誠	41	初級	國三誠	陳采妤
13	初級	國一愛	許家禎	42	初級	國三勤	李冠緯
14	初級	國一仁	邱奕翔	43	初級	國三勤	張岑琳
15	初級	國一仁	邱語樂	44	初級	國三勤	陳妍甯
16	初級	國一仁	陳采葳	45	初級	國三勤	楊育瑄
17	初級	國一仁	黃永杰	46	初級	國三勤	賴泓羽
18	初級	國一仁	楊承義	47	初級	國三勤	謝沅臻
19	初級	國一仁	蔡孟玹	48	初級	國三愛	蔡孟軒
20	初級	國一義	陳芮沄	49	初級	國三仁	沈意玲
21	初級	國一義	陳璿安	50	初級	國三仁	孫堉程
22	初級	國一義	黃晴筠	51	初級	國三仁	翁蕙涵
23	初級	國一義	董千溢	52	初級	國三義	王承歆
24	初級	國一義	鄧常智	53	初級	國三義	吳玟琦
25	初級	國一義	藍子昕	54	初級	國三義	連紘遠
26	初級	國一禮	李佳祐	55	初級	國三義	陳宇揚
27	初級	國一禮	賴品宜	56	初級	國三義	黃如平
28	初級	國二忠	謝耶僕	57	初級	國三義	詹士弘
29	初級	國二誠	沈品妤				

高中部

編號	項目	班級	姓名	編號	項目	班級	姓名
1	中高級	高三忠	蔡尚穎	19	初級	高一忠	蔡佩辰
2	中級	高一忠	張祐維	20	初級	高一忠	蔡葳民
3	中級	高一誠	蔡佩君	21	初級	高一誠	黃子耘
4	中級	高一禮	閔沛綺	22	初級	高一誠	蕭為展
5	中級	高二忠	陳妍蓁	23	初級	高一勤	許智恩
6	中級	高二義	柯品妍	24	初級	高一仁	林青娟
7	中級	高二義	翁啓睿	25	初級	高一仁	施宥安
8	中級	高二義	劉育宏	26	初級	高一義	方亭云
9	中級	高二義	蔡雨璇	27	初級	高二義	毛楷甄
10	中級	高二義	龔玚軒	28	初級	高三勤	陳侑廷
11	中級	高三忠	蔡洵翔	29	初級	高三愛	方詩婷
12	中級	高三誠	周政儒	41	初級	高三愛	陳宥蓉
13	中級	高三誠	康家蜜	42	初級	高三愛	曾庠穎
14	中級	高三誠	郭宇政	43	初級	高三仁	郭姿琳
15	中級	高三愛	曾庠穎				
16	中級	高三禮	王譽儒				
17	中級	高三禮	林欣桐				
18	中級	高三禮	夏晴萱				

南光中學全民英檢通過獎勵辦法

- 全民英檢，共分 5 級：初級、中級、中高級、高級、優級。
- 考試分初試（聽力、閱讀）及複試（寫作(中翻英、作文)、口說），通過後即可獲得證書。
- 國中部：

國一開始嘗試初級，預計在國三畢業前通過初級，也鼓勵挑戰中級、中高級。

臺南區免試入學超額比序「多元學習表現」採語言認證。
- 高中部：

建議在高二通過中級，若要選讀英文科系，更鼓勵學生通過中高級、高級。

大學個人申請入學部分學系要求檢附全民英檢中級或同等級以上之證明採計。

英檢通過：初級	獎金
國一上	300元
國一下	300元
國二上	300元
國二下	200元
國三上	200元
國三下	100元

英檢通過：中級	獎金
國一	800元
國二	600元
國三	400元
高一	300元
高二上	300元
高二下	200元
高三上	200元
高三下	100元

英檢通過：高級	獎金
國一	1200元
國二	1000元
國三	800元
高一	1000元
高二	800元
高三	500元

英檢通過：中高級	獎金
國一	1000元
國二	800元
國三	500元
高一	1000元
高二	800元
高三	500元

- 申請方式：英檢通過後將證書繳交給教務處郭俞伶小姐影印。
- 多益分數對照英檢等級：

初級：225分（聽力110/閱讀115） 中級：550分（聽力275/閱讀275）
 中高級：785分（聽力400/閱讀385） 高級：945分（聽力490/閱讀455）



2024 WMI 世界數學邀請賽
GMEC 全球數學菁英賽



113 學年度高級中等學校英文單字比
賽



113 學年度推動本土教育-「小小網紅
遊臺南」競賽



113 學年度國中英語文競賽



113 學年度普通型高級中等學校數理
及資訊學科能力競賽



2025 全國高中職台灣景點英文導覽解
說簡報競賽



第 21 屆 IMC 國際數學競賽-台灣區初
賽



113 年度智慧城市-AI 機器人創意賽
暨全國冠軍盃



2024 第五屆科學與科普專業英文
(ESP)能力大賽總決賽



2024-2025 機器人臺灣選拔賽



2025 年第 18 屆國際地球科學奧林匹
亞競賽



114 年度市長盃語文競賽



全國高級中等學校英語辯論比賽



2025 臺南文學季創意朗讀競賽



2025 臺南文學季創意朗讀競賽



113 年臺南市環境知識競賽



113 年度臺南市語文競賽



多益滿分 990 分



2024 年第 20 屆 IMC 國際數學競賽



113 學年度普通型高級中等學校數理
及資訊學科能力競賽-第四分區賽



113 學年度豐泰文教盃機器人年賽



113 學年度日本 RoboRAVE 國際機器
人競賽



第 20 屆國家地理知識大競賽



113 年公私立國民中學數學競賽



2025 年亞洲及國際物理奧林匹亞競賽
國家代表初選考試



2025 年第 36 屆國際生物奧林匹亞競賽選訓及參賽計畫



113 資訊月資訊應用技能競賽



2024 第五屆科學與科普專業英文
(ESP)能力大賽



113 年度外交小尖兵-英語種籽隊選拔

肆、114 學年度重要評量時程

一、段考時段及範圍

年級	考試名稱	日期	考試範圍	備註
全年級	第一次段考	10/13(一)-10/15(三)	自訂範圍	自行命題
全年級	第二次段考	12/1(一)-12/3(三)	自訂範圍	自行命題
國一-高二	第三次段考	1/15(四)-1/20(二)	自訂範圍	自行命題

二、複習考時段及範圍

年級	考試名稱	日期	考試範圍	備註
國三	複習考	10/30(四)-10/31(五)	B1-B3	會考方式
國三	複習考	12/23(二)-12/24(三)	B1-B4	會考方式

伍、114 學年度重要升學資訊

臺南區免試入學超額比序項目積分對照表

同分比序順序依序比較之：(1)總積分 (2)志願序 (3)多元學習表現總積分 (4)國中教育會考總積分 (5)會考加註標示(含總標示及國、英、數、自、社分科標示) (6)志願序內之學校序及科別序。

比序項目		積分換算					最高分數	備註
1.	志願序	第1志願序 學校	第2志願序 學校	第3志願序 學校	第4志願序 學校	第5志願序 學校	12分	學生參考國中學生生涯輔導紀錄手冊之生涯發展規劃書，選填志願。 1.每一志願序至多可選填 3 校為一群組，其志願序積分相同。 2.同一志願序學校如有多科別，選填時視為同一志願序，其志願序積分相同。 3.同一學校第 2 次選填，視為不同志願序。 4.第 6 志願序 (含) 後志願選填以單科為單位，以 7 分計。
	志願序	12分	11分	10分	9分	8分		

比序項目		積分換算				最高分數	備註
2. 多元學習表現	競賽成績	國際第一名 10 分	國際第二名 9 分	國際第三名 8 分	國際第四至八名 7 分	最高採計 50 分	1.限國中階段（七上至九上五學期）獲得之成績始採計。 2.競賽項目：科學展覽、各學科能力競賽、語文類競賽、藝能類競賽、運動類競賽。 3.同一性質或同一項目之競賽，僅擇優計分一次。 4.本項最高10分。
		全國第一名 7 分	全國第二名 6 分	全國第三名 5 分	全國第四至八名 4 分		由國中依學生表現以原始分數計算之。 1.獎勵紀錄最高採計 15 分。 2.服務學習最高採計 15 分。 3.社團參與最高採計 15 分。 4.體適能最高採計 10 分。 5.語言認證採計 5 分。 ● 「閩南語、客家語、原住民族語」獲基礎級以上者;「英語」採計標準參照 CEF 架構相當 A2 級以上者。 ● 國中學生於報名該學年度免試入學，其提出之認證資料如非國中教育階段取得者，亦予採計 5 分。
		縣市第一名 4 分	縣市第二名 3 分	縣市第三名 2 分	縣市第四至八名 1 分		
	獎勵紀錄	1. 嘉獎每次加 0.5 分，警告每次扣 0.5 分 (功過可相抵;基本分為 3 分) 2. 採計國中在學階段(自七上開學日起至九下開學前一日止)服務學習時數，每小時以 0.3 分計，總時數以 50 小時為上限。 3. 參加學校實施之社團，每學期滿 16 小時以上者計 3 分 4. 體適能檢測: 仰臥起坐.坐姿體前彎.立定跳遠.心肺耐力:女 800 男 1600 同一次檢測四項均無(或僅一項)達門檻者，得 4 分。 同一次檢測任二項成績達門檻者，得 6 分。 同一次檢測任二項成績達百分等級 50 以上者，得 8 分。 同一次檢測任二項成績達百分等級 75 以上者，得 9 分。 同一次檢測任二項成績達百分等級 85 以上者，得 10 分。 5. 語言認證(含英語、本土語(閩南語、客家語、原住民族語))					
	幹部任期						
服務學習							
社團參與							
	體適能						
3.就近入學		符合10分		不符0分		10分	
4.國中教育會考		會考分數五科加上寫作測驗總積分為 36 分。 每一科 A++(7 分)、A+(6 分)、A(5 分)、B++(4 分)、B+(3 分)、B(2 分)、C(1 分)，五科最高 35 分。 寫作測驗 6 級分 1 分、5 級分 0.8 分、4 級分 0.6 分、3 級分 0.4 分、2 級分 0.2 分、1 級分 0.1 分、0 級分 0 分。				36分	
參考總分						108分	

備註：

- 一、競賽成績、獎勵紀錄、社團參與、服務學習及語言認證等項，不得因同一事由重複採計加分。
- 二、多元學習表現各項目採計依照「臺南區十二年國民基本教育免試入學比序項目多元學習表現採計原則」辦理。
- 三、本區與共同就學區及變更免試就學區之學生，在就近入學項目其計分標準一致。
- 四、本區國中教育會考加註標示比序方式如次：

(一)同為會考精熟級(1>2>3>.....>15)：

- 1.五科 A++ 2.四科 A++一科 A+ 3.四科 A++
- 4.三科 A++二科 A+ 5.三科 A++一科 A+
- 6.三科 A++ 7.二科 A++三科 A+ 8.二科 A++二科 A+
- 9.二科 A++一科 A+ 10.二科 A++
- 11.一科 A++四科 A+ 12.一科 A++三科 A+ 13.一科 A++二科 A+
- 14.一科 A++一科 A+ 15.一科 A++

(二)同為會考基礎級(1>2>3>.....>15):

- 1.五科 B++ 2.四科 B++一科 B+ 3.四科 B++ 4.三科 B++二科 B+
- 5.三科 B++一科 B+
- 6.三科 B++ 7.二科 B++三科 B+ 8.二科 B++二科 B+
- 9.二科 B++一科 B+ 10.二科 B++
- 11.一科 B++四科 B+ 12.一科 B++三科 B+ 13.一科 B++二科 B+
- 14.一科 B++一科 B+ 15.一科 B++

(三)若為部分科目精熟級、部分科目基礎級：

- 1.仍依前開比序順序進行比序。
- 2.A++> A+>A> B++> B+> B> C。

(四)會考加註標示(總標示):A++> A+>A> B++> B+> B> C。

(五)會考分科標示(依序國文、英語、數學、自然、社會):A++> A+>A> B++> B+>B>C。

- 五、志願序內之學校序及科別序。例:第一志願序內之第一間學校之第一科別。
- 六、為保障經濟弱勢學生，同分比序順序當總積分相同，以經濟弱勢學生(低收入戶子女)優先錄取。

學務處業務報告

壹、工作團隊:學務主任:莊雅淇主任。

訓育組長:江清鴻組長。

生活輔導組長:史榮聰組長。

生活輔導副組長:陳中平副組長。

體衛組長:陳孟聰組長。

貳、配合十二年國教「自發、互動、共好」的理念，規劃多元智能活動及社團課程，透過定期活動展演，引導學生自主學習、成為他自己、成為一個願意承擔責任的公民。

參、定期辦理學生健康檢查，充實自身衛生保健觀念，以奠定學生健康習慣及掌握學生身心狀態資料。落實體育課程和體適能活動，提升學生身心健康的素質。

肆、重視學生事務管理，建立校園安全秩序及師生良好關係的校園文化。

伍、推動三好校園實踐學校。



陸、推動 SEL 社會情緒學習。



SEL社會情緒學習 Social Emotional Learning

自我覺察 Self awareness

認識自我情緒想法・保持正向心態

自我管理 Self management

調節情緒壓力・堅持目標持續努力

社會覺察 Social awareness

同理傾聽他人・理解多元社會規範

人際技巧 Relationship skills

建立正向關係・有效溝通合作解決

負責任的決定 Responsible decision-making

考量後果影響・做出負責任選擇

柒、學務處工作願景圖：



臺南市私立南光高級中學

學務處工作願景

落實全人教育 培育優質公民

學務工作目標

- 1 營造優質學習環境 塑造和諧校園文化
- 2 維護學生安全及身心健康
- 3 實踐社會關懷 培養良好品格的社會公民
- 4 促進學生適性揚才 創造未來發展希望
- 5 提升學生事務工作品質與績效



捌、學務處工作策略方針：



臺南市私立南光高級中學

學務處工作策略方針

1 營造優質學習環境 塑造和諧校園文化

- 陶冶人文藝術素養
- 推動多元文化教育，促進校園平等、包容、尊重
- 建立支持性環境，鼓勵師生正向互動，建立互助支持的校園文化

2 維護學生安全及身心健康

- 推廣體育活動與運動
- 加強衛生教育
- 宣導營養均衡飲食
- 加強校園安全教育
- 落實性別平等教育、反霸凌教育及網路安全教育

3 實踐社會關懷 培養良好品格的社會公民

- 情感教育和培養同理心
- 培養團隊合作力
- 組織學生參與校內志願服務、校外社區服務
- 建立與培養南光人優質性格

4 促進學生適性揚才 創造未來發展希望

- 支持多元社團活動
- 支持學生自治組織
- 鼓勵學生參加各類校內外競賽
- 表彰與獎勵各類競賽獲獎學生，激勵學生持續努力

5 提升學生事務工作品質與績效

- 建立有效的管理體系
- 建立多種溝通渠道
- 學務處、導師、家長同心合意合作

玖、推行南光人的優質性格。

南光人的優質性格

第一組：真、準、緊

真：

真的對面是假。裝作的人，謂之不真。真是人之本、人之底。不真的人無底，不能受重大付託。凡能為別人犧牲者，都是性格真的人。做人誠實還不夠，必須是真的人。作人不真，在初時可能也受人歡迎，但久就不行。惟獨真，乃能越久而越得人心。

準：

人多是馬馬虎虎的，實在能準的人不太多。時間準的人作事不累，話語準的人得人信靠，作事準的人得人信任。完全準的人，難能可貴。

緊：

真和緊，加起來是準，而實行出來，乃是緊。若是鬆，就不準了。所有能準的人，都是緊的。赴會時間能準的人，祕訣就在乎緊。惟能緊，纔能真，纔能準。

第二組：勤、大、細

勤：

勤，不懶惰。勤的人很少，人多是好逸惡勞的。人一懶惰，甚麼事都完了。事物都在時間裏，能把時間抓來的，就是成功的人。要贖回光陰，把失喪的光陰贖回來。懶惰可恨，因為你把自己浪費掉了。懶惰吞喫你的光陰，最後吞喫了你的一生。養成勤的性格，作事越勤，越叫你謙卑、腳踏實地、不粗心、沒有脾氣、沒有血氣。

大：

從大處着眼。廣大的心，如同海沙。我們的心像海沙一樣大，海沙圍海，比海還大。人的大小，和其一生的事業大有關係。注意大的事，對人大一點。小的人，絕不能成就大的事。

細：

不粗心、不疏忽。不細，便有漏洞；不細難免受虧。「大」卻不要粗，「細」而不要小。

第三組：穩、忍、深

穩：

穩是穩定，不容易被動，不慌不忙，更不著急。但是穩與慢卻不同：慢，是有了時間而不作事；穩，是讓時間來作事。穩的人不隨便輕易定規事情，不隨便稱讚別人，也不隨便定罪別人。凡不十分清楚的事，總是停在那裏，不隨便說話，也不輕易發表意見。

忍：

這不是指忍耐的忍，乃是指忍等的忍。如，農夫忍耐等候地裏寶貴的出產。忍與慢不同，慢是有機會，而失去了機會；「忍」是機會還沒到，而在那裏等待機會。

深：

不膚淺、不表面，這就是深。一切都要有根有據，絕不是憑表面而斷事。深，不是囉嗦、找麻煩，乃是認真。深，卻不要盤結。

第四組：純、正、靜

純：

單純而不攪雜。就是動機單純，作事不帶副作用。

正：

正乃指不偏不倚說的。凡事都要適乎中。即如信人好，得有度數；看人壞，也當有分寸。因好中難免有壞處，壞中也常有好處。我們處事要正，就是不偏重哪一面，並且是絕對的注意到各方面，又從各方面來看，把人或事情放在剛剛好的地位上。

靜：

人的心多是整天在翻騰。處理大事的時候，心思、情感、意志，都要靜。不靜的人經不起刺激，受不住影響。操練靜的方法乃是：一，不可快動；二，不必太信外間傳說，致受激動。

第五組：專、公、敞

專：專一不散漫，與純、正、靜有關係。事情不作則已，要作就要專一的作。無論讀書、治家、作事，在作的時候都要專。專則力量集中，自然成績就會好。不專的人，管他作什麼事，必作得不好。

公：公是不單獨、不自私、不孤僻。專的人，要有公的性格來平衡他。

敞：敞開的人，能得心靈的幫助。誰最敞開，誰就最能得人幫助，也最能幫助人。敞開的性格，在優秀青年中是何其重要。但不是天然的敞開，甚麼都敞開；乃是要有門窗，能開也能關，並且開關靈活。凡絕對是個人的私事，與人無干的，就不要敞開。把私事告訴人，彼此都不得益處。凡你無需別人幫助的，或你不能幫助別人的，也都不必敞開。



南光人的優質性格



第六組：親、熱、就

親：

有親近、親愛的意思。但更注意的，是關心、同情、親切的意思。沒有親切關心的人，很難作團體負責的人。

熱：

熱比親更進一步。親，關切在心內；熱則行動出來，非幫助人成功不可。熱，是有熱力，帶著力量的。

就：

要救人（幫助人），就得就人。能就人的人，才能夠親近人。特別是對待晚輩，或低下的人，你若不能「就」他們，你就很難帶他們。

第七組：剛、柔、順

剛：

剛是剛強，不是剛硬，要強，卻不要硬。要意志剛強，不要心地剛硬。

柔：

「剛」需要「柔」來配合才好。所謂「剛柔相濟」，就是這意思。有剛而無柔，這是剛硬，必要債事。有柔而無剛，變成軟，也是無用。鐘錶的發條，是又剛又柔，能屈能伸的。

順：

就是順從、順服。有的人只能教別人順服他的命令，他卻不能順服別人。要知道最會聽命的人，才是最會發令的人。

第八組：苦、低、貧

苦：

苦是無窮的法寶。有的事，非喫苦是過不去的。越能喫苦的人，越是有用的人。不能喫苦的人，不能成就大事。古話說得好：「喫得苦中苦，方為人上人。」

低：

志向要高，行動要低。「要俯就卑微的人。」要居低位，才能幫助人。縱使你受人尊敬，別人看你很高，而你卻應自居甚低。這不是說要虛假裝作謙卑，乃是要真的從心裏說，沒有甚麼可誇。

貧：

貧有其用處，也有其樂處。但這不是說懶惰不作工，把自己弄貧了。若是這種的貧，就不值錢，沒有用。乃是說你能富足，又有機會來富足，但為生命的緣故，肯不富足。

第九組：恆、難、壓

恆：

恆是持久的意思，越是好的東西，越是留在最後面。凡容易生長的，也容易凋謝。沒有一個深的、重的、超人一等的，可以在短暫時間內，僥倖的來的。特別是生命的價值，更沒有捷徑。

難：

這是指受難為說的。不是難為別人，乃是受別人難為。青少年不可避難就易，倒該甘心受難為。越難的功課，越是高深美好的。

壓：

這是指受壓說的。結實堅固的東西，都須經過壓。金剛鑽乃是經過極高度的壓而成的。隨意長的，都不能長得好看。但不要太叫人來壓，乃是要自己壓自己。苦、低、貧，和恆、難，這五項合起來就是壓。

第十組：明、厚、重

明：不是指光明而說，乃是指明白而說。人常是不明、不白、不清、不楚，糊里糊塗，而不自知。人要有自知之明，也要有知人之明。

厚：「厚」與「大」畧同，大是寬大，厚是不刻薄。待人以親，以熱、以就，還要加上以厚。沒有厚的性格，難有愛仇敵的生命。刻薄的人必妒忌，厚的人能寬恕。對人說厲害的話可以，卻不可說苛刻的話。但是也不要作一個濫好人。

重：莊重、不輕浮。重的人，作事才有分量。事無大小，其分量、輕重如何，全看是落在何人手中。落在莊重的人手中，雖是小事也能叫人看為重；落在輕浮的人手中，雖是小事也能被人看為輕。要學作重的人：不隨便發表意見、不隨便說是非，評好壞、說話要慢而準確。

拾、多元學習表現採計方式

【多元學習表現採計方式】

獎勵紀錄 (上限 15 分)	功過相抵後，無懲處紀錄者，給予基本分 3 分 1. 嘉獎 0.5 分、小功 1.5 分、大功 4.5 分 2. 警告-0.5 分、小過-1.5、大過-4.5 分	負責單位： 生輔組沈怡均老師 6335408 分機 122
服務學習 (上限 15 分)	1. 普通高中 每小時 0.5 分計，最高採計 30 小時，採計至國三上學期最後一天。 2. 五專聯合免試： 最高採計 28 小時。(五專滿 4 小時得 1 分，幹部 1 學期得 1 分，合計最高 7 分。 3. 五專優先免試採計最高 30 小時。(五專優先免試滿 1 小時得 0.5 分，最高採計 15 分，競賽最高 7 分，班級幹部、小老師、社團幹部每滿 1 學期得 2 分，合計最高 15 分，採計至 113 年 5 月 14 日(含)止。	負責單位： 訓育組陳孟儀老師 6335408 分機 121
社團參與 (上限 15 分)	每學期滿 16 小時，每學期 3 分；共採計五學期。	負責單位： 訓育組陳孟儀老師 6335408 分機 121
體適能 (上限 10 分)	肌耐力(捲腹仰臥起坐)、柔軟度(坐姿體前彎)、瞬發力(立定跳遠)、心肺耐力(600/1800 公尺) 1. 同一次檢測四項均無(或僅一項)達門檻者，得4分。 2. 同一次檢測任二項檢測成績達門檻者，得6分。 3. 同一次檢測任二項檢測成績達百分等級50以上者，得8分。 4. 同一次檢測任二項檢測成績達百分等級75以上者，得9分。 5. 同一次檢測任二項檢測成績達百分等級85以上者，得10分。 備註:身心障礙學生、重大傷病及體弱學生之計分方式： 持有各級主管機關特殊教育學生鑑定及就學輔導會鑑定為身心障礙學生之證明，或領有身心障礙手冊(證明)者，或持有公立醫院證明為重大傷病、體弱學生，考量學生身心發展差異及就學權益，以6分計。	負責單位： 體衛組陳孟聰老師 6335408 分機 123
競賽成績 (上限 10 分)	★由教育局審查直接上傳積分。 獎狀國三下學期 3 月份由訓育組於收件，送件至承辦單位，等待教育局計算成績，並由教育局直接上傳積分。	負責單位： 訓育組江清鴻組長 6335408 分機 120
語言認證 (上限 5 分) 此項是唯一採計到國小階段的项目	★由教育局審查直接上傳積分。 5 分或 0 分，如非國中階段取得者，亦採計 5 分 閩南語採計項目：閩南語語言能力認證考試、中小學生臺語認證、全民臺語認證(專業版)。 客家語採計項目：客家語能力認證考試。原住民族語採計項目：原住民族語言能力認證測驗。 英語採計項目：全民英檢(GEPT)、托福 Junior 測驗(TOEFL Junior)、托福紙筆型態測驗(TOEFL ITP)、托福網路型態測驗(TOEFL iBT)、多益測驗(TOEIC)、劍橋國際英語認證(Cambridge Main Suite)、外語能力測驗(FLPT)、雅思國際英語測驗(IELTS)	負責單位： 訓育組江清鴻組長 6335408 分機 120

拾壹、台南市南光高級中學 114 學年度導師名單

國一 7 班		國二 7 班		國三 6 班	
班級	導師姓名	班級	導師姓名	班級	導師姓名
國一忠	鐘心好	國二忠	林和坤	國三忠	方 岑
國一誠	林子琦	國二誠	蔡金樺	國三誠	陳文興
國一勤	賴妙君	國二勤	利云棠	國三勤	周珏華
國一愛	尤彥翔	國二愛	王秀如	國三愛	李奕青
國一仁	楊佳寧	國二仁	林宜潔	國三仁	耿念萱
國一義	陳人慈	國二義	洪俐璟	國三義	黃博志
國一禮	王詠萱	國二禮	魏荷芸		
高一 6 班		高二 7 班		高三 6 班	
班級	導師姓名	班級	導師姓名	班級	導師姓名
高一忠	戴 逸	高二忠	高華灼	高三忠	林美祝
高一誠	陳增從	高二誠	方靜怡	高三誠	林國材
高一勤	王瑞君	高二勤	陳文賢	高三勤	姜志遠
高一愛	戴明芳	高二愛	蔡萬泰	高三愛	陳彥伯
高一仁	莊明華	高二仁	杜志彬	高三仁	施超棠
高一義	張明玉	高二義	李其學	高三義	蔡佳伶
		高二禮	譚淑玟		

合計：國中部 20 班、高中部 19 班，全校共 39 班。

研究發展暨國際教育處業務報告



日本國際教育旅行，訪問學校仙台城南高等學校 114/02/09-02/14



日本國際教育旅行，訪問學校智辯学園中学校・高等学校 114/06/02-07



澳洲國際教育旅行，訪問學校 Murrumbidgee State Secondary College 114/08/09-25



本校機器人團隊 FRC8805 榮獲 2025 臺灣新北區域賽聯盟賽第三名



高一二科學班及雙語班參訪雲科大、故宮南院 114/05/01



高一二雙語班參訪國立臺南大學 114/07/28



高二雙語班澳洲視訊交流-Murrumba State Secondary College
 (1) 03/12 (三) 澳洲教師授課，主題: Traditional industries and sustainable management
 (2) 04/30 (三) 台澳學生報告，主題: Traditional industries and sustainable management
 (3) 05/7 (三) 澳洲教師授課，主題: Green economy, sustainable consumption, production models
 (4) 05/28 (三) 台澳學生報告，主題: Green economy, sustainable consumption, production models



高一雙語班澳洲視訊交流-Murrumba State Secondary College
 (1) 04/29 (二) 主題: Animals and conservation
 (2) 05/06 (二) 主題: Food and Drink
 (3) 05/20 (二) 主題: School Life



與澳洲教師視訊共備會議



與澳洲教師視訊共備會議



參訪科學園區探索館、清華大學 113/10/28



參訪半導體研究中心臺南基地 114/03/17

總務處業務報告

收費	本學期午餐費、輔材費由午餐服務處製單收費，以劃撥、轉帳等方式收取。 僅活動費用(含戶外教學)、晚自習餐費由導師以現金方式代收以外，其餘費用由出納組製單以劃撥、轉帳等方式收取。
修繕	班級設備若有毀損，由導師或班級幹部填寫線上報修單後提交總務處安排維修，若非自然損壞可歸責於特定人員者，須由該員負賠償責任。
本學 年度 預計 改善 設施	1. 仁愛樓、忠誠樓走廊油漆工程(已完成)。 2. 仁愛樓吊扇、燈具更新。 3. 採購光學讀卡機。 4. 介壽樓3樓西側男生廁所整修(已完成) 5. 介壽樓2樓西側女生廁所整修(已完成) 6. 進行汙水排水系統工程。 7. 停車場整地，改善排水系統。 8. 學生腳踏車棚整地，改善排水系統。 9. 圖書館左側走道排水改善。 10. 部分教室老舊投影機更換。 11. 忠誠樓一樓電腦教室電腦加裝固態硬碟、更換還原卡，提升效能(已完成) 12. 持續汰換效能不佳冷氣，本年度以實驗室、FRC 教室為優先。 13. 部分教室裝設嵌入式電子白板。 14. 校門右側 LED 看板更新。

輔導室業務報告

相關委員會

召開與推動

輔導業務工作簡介

- (一) **輔導工作委員會**：訂定年度輔導工作計畫與委員會組織章程，辦理學年度輔導工作推展事宜。
- (二) **特殊教育推行委員會**：訂定年度學生特殊教育推行計畫與委員會組織章程，辦理各項特殊教育推展事宜。
- (三) **生涯發展教育委員會**：訂定年度生涯發展教育實施計畫，辦理學生生涯發展教育推展項目。
- (四) **家庭教育委員會**：訂定年度家庭教育實施計畫，辦理親職暨家庭教育推展項目。

(一)輔導工作之推動

1. 學生資料之建立與應用。
2. 個別輔導及班級輔導。
3. 教師輔導知能研習。
4. 心理測驗實施與運用。
5. 辦理各項輔導講座。
6. 提供輔導資源。
7. 追蹤輔導。

(二)特殊教育之推行

1. 依法訂定特殊教育推行委員會組織章程，成立特殊教育推行委員會，辦理特殊教育推行事宜。
2. 辦理個別化教育計畫(IEP)及個別輔導計畫(IGP)。
3. 各教育階段轉銜會議。
4. 辦理身心障礙學生鑑定與再安置特教工作。
5. 辦理特教知能研習。
6. 申請特殊教育服務與資源。

(三)生涯發展教育之推動

1. 幫助學生認識自己的能力、興趣、人格特質與價值觀。
2. 提供學生選組、選校選系及升學之輔導，並認識未來升學與就業之路。
3. 蒐集升學與就業資訊。
4. 生涯議題融入各領域課程。

(四)生命教育之推動

1. 規劃生命教育課程，透過實踐、反思與分享，將生命教育遷移與應用於日常生活。
2. 辦理生命教育講座。
3. 生命教育與憂鬱自傷防治工作。

(五)學生輔導轉介機制之建立

1. 推動三級輔導機制，由班級導師→生活輔導組→輔導教師。
2. 成立教師認輔工作團隊，鼓勵教師志願輔導適應困難學生、行為偏差學生。
3. 個別或團體輔導與諮商，協助學生情緒管理、人際關係及社會技巧。

(六)學生家長親職教育之實施

1. 舉辦家長日活動。
2. 國中部十二年國教適性入學家長說明會。
3. 國中部升學進路暨生涯發展親師座談會。
4. 高中部多元升學管道家長說明會。
5. 辦理家庭教育講座。



國中部各年級與親師生

重點業務工作



國一



1. 生涯輔導紀錄手冊、生涯檔案建置。
2. 家長職業達人講座。
3. 在地產業參訪活動。
4. 賴式人格心理測驗。
5. 12 年國教「技職教育宣導」活動。



國二

1. 高級中等學校專業群科參訪。
2. 國二教育旅行參觀觀光工廠。
3. 認識在地產業參訪活動。
4. 職業達人入班講座。
5. 適性化生涯性向測驗
6. 情境式生涯興趣測驗。
7. 生涯輔導紀錄手冊、生涯檔案建置。

國三



1. 國三免試入學志願選填說明與線上操作輔導。
2. 12 年國教適性入學宣導。
3. 我喜歡做的事心理測驗。
4. 生涯輔導紀錄手冊、生涯檔案建置。



特教



1. 執行學校特殊教育年度工作計畫。
2. 辦理特殊教育學生轉介、鑑定與安置。
3. 審議個別化教育計畫、個別輔導計畫、特殊教育方案。
4. 辦理特殊教育學生之轉銜、升學輔導與畢業生追蹤輔導。
5. 推廣特殊教育理念，辦理特教宣導相關活動。
6. 申請特殊教育服務與資源。



家長



1. 國中部家長日：
12 年國民基本教育宣導。
12 年國教適性入學宣導。
家長生涯發展教育手冊宣導。
2. 國三升學進路暨生涯發展親師座談。



教師

1. 生涯教育研習。
2. 家庭教育研習。
3. 生涯輔導記錄手冊研習。
4. 教師輔導與管教知能工作坊。
5. 12 年國教暨適性入學宣導。
6. 國中生志願選填試探與輔導知能研習。
7. 家長日親師座談。

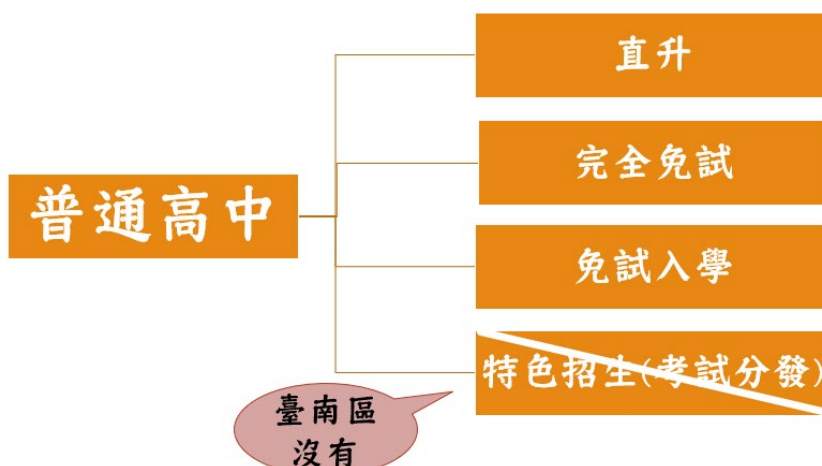


國三升學進路說明

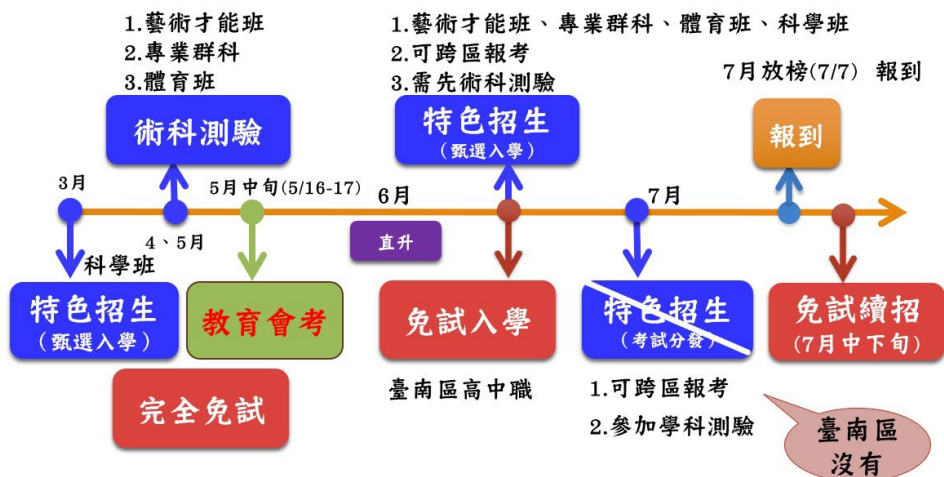
一、12 年國教入學管道(高級中等學校)

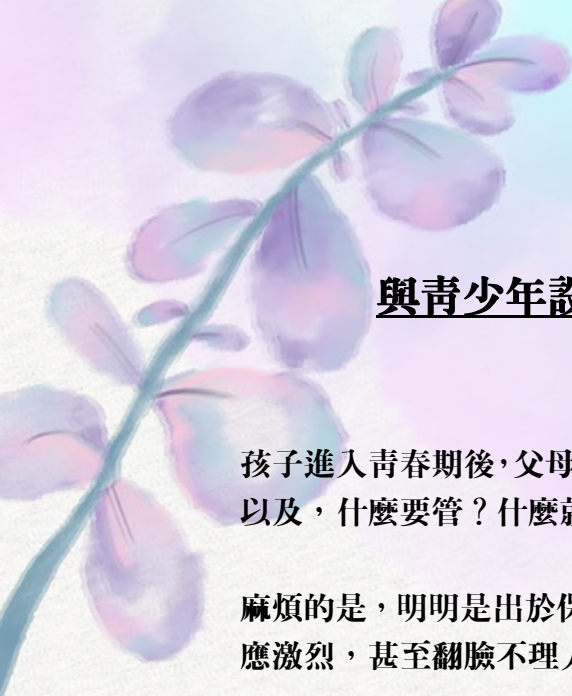
身心障礙適性輔導安置	免試入學				特色招生				其他							
	學習區完全免試	校內直升	就學區免試含產特及進修學校	技優甄審	單獨招生含園區生及進修學校	甄選入學				考試分發入學	實用技能班學程	建教合作班	體育績優			未受獎補助私校單獨招生
						科學班	藝術才能班	職業類群科	體育班				獨招	甄試	甄審	

二、升學管道-普通高中



三、臺南區高中職多元入學重要日程表





親子文章分享 1

與青少年設定界線：在收與放之間，該如何拿捏？

撰文者：陳志恆 諮商心理師 2025-08-07

孩子進入青春期後，父母常感到不知所措，究竟是管多一點好，還是管少一點好？以及，什麼要管？什麼就別再管了？

麻煩的是，明明是出於保護，孩子卻說你不信任他；明明是好意提醒，孩子卻反應激烈，甚至翻臉不理人。

對青少年的父母而言，最大的教養挑戰之一，就是管教的寬鬆程度。因為，你總是會擔心：「放手太多會不會是縱容？」而「收得太緊是否影響親子關係？」

把握三層次規範原則

青春期的孩子逐漸長出獨立意識、自我判斷與價值觀的階段，即使如此，該有的界線與規範，依然不能少。然而，這時候的界線，不再只是父母單方面的規規定，而是一次又一次，親子之間「磨合」與「協商」的過程。

你不需要什麼都放，也不必什麼都管，但你可以把握以下三個層次的規範原則，明確區分：什麼該管？什麼可談？什麼要放？

我們把與青少年有關的規範，分成三個層次，包括：該管的「底線」、可談的「原則」，以及要放的「自由」。

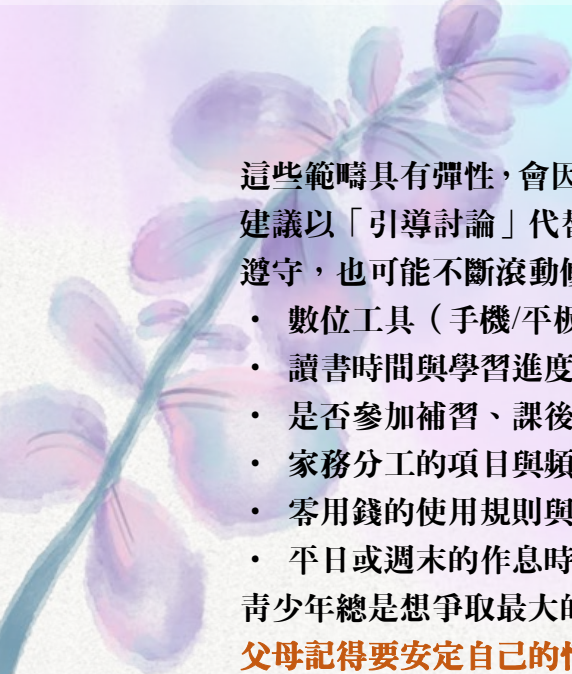
第一層：該管的底線

這一層的規範關乎人身安全、法律與基本責任，是父母不可妥協的底線。父母有責任明確表態並堅守原則。常見的包括：

- 晚上的門禁時間；
- 出外需告知去處與同行者；
- 禁止飲酒、吸菸、吸毒，或進入高風險場域；
- 網路活動的安全守則；
- 未經允許不可離家出走或夜不歸營；
- 不得無故缺曠課或不寫作業；

這些規則是需要被孩子理解的「安全防線」，沒有討論的空間。你可以溫和地說明原因，堅定地表明你不會讓步，但不需要為底線感到抱歉。

第二層：可談的原則



這些範疇具有彈性，會因孩子的年齡、自我管理能力，與家庭情境，而有所不同。建議以「引導討論」代替「單向命令」，很多時候是需要互相協商後，再來共同遵守，也可能不斷滾動修正。常見的包括：

- 數位工具（手機/平板）的使用時機、時間與地點；
- 讀書時間與學習進度的安排規劃；
- 是否參加補習、課後社團或營隊活動；
- 家務分工的項目與頻率；
- 零用錢的使用規則與用途；
- 平日或週末的作息時間。

青少年總是想爭取最大的自由空間，因此，討論與協商的過程難免有些火藥味。

父母記得要安定自己的情緒，方能充分聆聽孩子的心聲，同理孩子的感受，也誠懇地表達自己的想法。最終，在雙方的期待間取得共識。

第三層：要放的自由

青少年正是探索與豎立個人價值觀、行事風格與個人喜好的時期，大人應留給他們足夠自我探索的空間。

有時候，孩子的選擇可能會讓你皺眉與不解，甚至看不下去；如果不牽涉安全或法律，不傷害自己或他人，父母就睜一隻眼、閉一隻眼吧！

常見的包括：

- 髮型與穿著穿搭風格
- 喜歡的音樂或追隨的偶像
- 興趣選擇
- 對時事、信仰、性別議題的觀點
- 對未來方向的選擇

你不必認同他喜歡的東西，但你可以選擇不干涉。

規範的分類並非絕對，應彈性調整

以上三層分類，並非絕對。每個家庭的界線會因為孩子的能力、父母的價值觀與整體文化而有所不同。

有的家庭願意讓孩子在深夜創作，因為信任他自律；有的家庭嚴格限制手機用途，因為發現孩子一滑就失控。

就算是對同一生活議題，其中涉及的規範，也可能分布在不同層次上。舉例而言，對於孩子的課業學習：

- 一、該管的底線：每天去上學，不可無故缺課，回家作業必須完成。
- 二、可談的原則：研讀時段的安排，補習與否的決定。
- 三、要放的自由：選擇何種讀書方法，讀書計畫的擬定。



重要的是，既然是底線，就不可以輕易妥協，但要說清楚「爲什麼」；原則的部分，要用對話取代命令，學會與孩子來回協商；在自由的層次，父母必須學會放手，哪怕你實在不喜歡。

拿捏規範鬆緊的三個原則

一、規範是爲了引導孩子學會自律

你可以這樣說：「我不是要控制你，而是希望你學會自己照顧自己，這是未來你自由的基礎。」以及「在你無法完全自律之前，我必須設定這些來保護你與幫助你，希望你能遵守。」

試著讓孩子知道，設定界線的目的是「教他長出能力」，不是要剝奪自由。

二、透過對話找到共識，而非直接命令

對青少年直接下命令要求，肯定會獲得極大反彈。也許，你可以在某些規範項目上，問問青少年的想法：

「你自己覺得幾點回家是安全的？」

「你怎麼看自己最近使用手機的狀況？」

「我擔心你太晚睡，會影響健康，你有什麼想法？」

這些問題，比起直接說「手機收起來」、「早點回家」或「不可以熬夜」，更能開啟溝通，也幫助孩子練習思辨與自我覺察。

三、放手，不代表放任

有些事，你不干涉，不代表不關心。你可以說：「這件事我決定尊重你的選擇，不過我還是會觀察，若有需要，我會再介入。」或是「你現在嘗試做自己的主人，我很欣賞；但如果你發現卡住了，記得隨時找我討論。」

讓孩子感受到，你不是緊抓著他不放，而是，讓他自己走，但也願意在身旁陪行。請記得，放手，不代表放生；設界線，不代表不信任。

青少年需要空間，也需要方向；需要自由，也需要提醒。

文章來源：

<https://listenpsy.com/110389>

親子文章分享 2

會考前焦慮怎麼辦？父母與孩子如何一起面對這場心理戰？

by 親子天下社群中心 2025-05-14

國中會考將至，許多孩子正面臨人生第一場重要升學考試，但不只孩子焦慮，父母也陷入無形壓力中。焦慮若未被正視與處理，不只影響考試表現，甚至危及身心健康。本文將深入探討考前焦慮的根源與應對策略，協助家庭建立。

會考前焦慮，是孩子內心的壓力警報器

《親子天下》就曾指出，面對國中會考，許多家長可能比孩子還要焦慮，但孩子的壓力往往更隱晦、不易被察覺。許多青少年即使表面冷靜，內心卻正在承受極大壓力，可能出現失眠、胃口變差、情緒起伏大等反應，這些都是焦慮的具體表現。

心理師黃之盈提醒，青春期的孩子如同「情緒刺蝟」，即便面對備考壓力，也可能選擇沉默，不願表達。家長若只看見「表面不焦慮」而誤以為孩子不在意，反而會忽略了孩子真實的情緒需求。

孩子焦慮的三大心理來源

1. 過高期待壓力

來自父母、老師，甚至孩子對自己的高標準，讓他們內化「失敗就不被愛」的信念。

2. 負面經驗陰影

曾在考試中失利或被責備，留下心理創傷，進一步放大災難性想像。

3. 同儕比較焦慮

總被拿來與成績好的同學比較，孩子很難建立自我價值感，逐漸陷入「我不夠好」的自我否定。

有學者的研究發現，當個體長期陷於過度比較與自我批判中，容易發展出考試焦慮症（Test Anxiety Syndrome），影響學業表現與自尊發展。

家長情緒也會「傳染」給孩子

《親子天下》與心理師黃之盈提醒：「焦慮是會傳染的。」許多家長其實比孩子更緊張，這種情緒若未覺察，會在日常言語中以「這次一定要考好」、「不要再玩了」等形式無意間壓迫孩子。

心理師蔡宜芳指出，有些父母把對過去失敗的恐懼或成功經驗投射到孩子身上，導致期待過高、不願接受孩子的學習風格，也容易讓孩子陷入「我要符合爸媽期待」的焦慮循環。

專家教你 4 步驟，陪孩子穩住焦慮情緒

1. 傾聽與同理：讓孩子安心表達情緒

新竹身心醫學診所兒童青少年專科醫師鄭佳益指出，父母應避免說出「想開一點」、「不要想太多」這類帶有否定意味的語句。相反地，應以開放式問題與同理語氣對話，如：「你是不是覺得這次壓力很大？」幫助孩子釋放情緒，感受到被理解與接納。

2. 聚焦可控面：打破災難性想像

鄭佳益醫師也建議，當孩子陷入「我一定會考砸」的負面預期時，家長可協助孩子思考：「最壞的情況會是什麼？如果真的發生，我們怎麼處理？」這樣能幫助孩子把焦點從「結果」轉向「過程」與「可掌握的行動」，像是安排複習時程、優化作息等。

3. 練習正念技巧：讓焦慮降溫

臨床心理師王意中建議透過「微距觀察法」與「散步呼吸法」等正念練習技巧，幫助孩子轉移對壓力來源的專注，將注意力帶回當下。他也鼓勵家長與孩子一起練習，提升身心覺察力，協助孩子調節呼吸、穩定情緒。

4. 建立現實目標：讓成績變成浮球

王意中心理師以「浮球」為比喻，建議家長與孩子一起設定符合能力範圍的現實目標，避免落入「考不好就完了」的全有全無思維。他提醒，適度提升 5%~10% 的目標可以激勵努力，但若設定過高，反而容易成為焦慮的來源。

會考只是人生的一站，不是終點

在《一碰就碎的青春》中，心理諮商師李麗剖析優等生丁黎成績驟跌的案例，指出焦慮不僅源自分數壓力，更是對未來不確定性的恐懼。當孩子將自我價值全綁在分數上，每次考試都如同一次「人格審判」。

我們要教孩子：「考試不是評價你是誰，而是測量你準備到哪。」這樣的思維改變，能協助孩子與壓力和平共處，也避免焦慮情緒無限擴張。

給父母的心理建議：先穩住自己，才能穩住孩子

心理師黃之盈建議家長練習「課題分離」：孩子有他的人生，我們只能陪伴，不能替他走路。

給自己幾個緩衝方法：

- 情緒停格 90 秒：當發現自己焦躁時，深呼吸 8 次再說話。
- 正向自我對話：我能穩住自己，就是對孩子最好的支持。
- 信任的靜默陪伴：孩子沉默時，不是抗拒，而是還沒準備好說出來。

【實用工具】免費下載：考試焦慮自測表

透過李麗心理師設計的《考試焦慮自測表》，幫助孩子快速評估自己的焦慮程度，並依照得分選擇對應的情緒調節方式

編號	題目	回答
1	當一次重大考試就要來臨時，我總是在想別人比我聰明得多	
2	如果我將要做一次智力測驗，在做之前我會非常焦慮	
3	*如果我知道將會有一次智力測驗，在此之前我感到很自信、很輕鬆	
4	參加重大考試時，我會出很多汗	
5	考試期間，我發現自己總是在想一些和考試內容無關的事	
6	當一次突然襲擊式的考試來到時，我感到很害怕	
7	考試期間我經常想到會失敗	
8	重大考試後，我經常感到緊張，以致於腸胃不舒服	
9	我對考試和期末考試之類的事總感到畏縮	
10	在一次考試中取得好成績，似乎不能增加我在第二次考試中的信心	
11	在重大考試期間，我有時感到心跳很快	
12	考試完畢後我總是覺得可以比實際上做得更好	
13	考試完畢後我總是感到很憂鬱	
14	每次期末考試之前，我總有一種緊張不安的感覺	
15	*考試時，我的情緒反應不會干擾考試	
16	考試期間，我經常很緊張，以至於本來知道的東西也忘了	
17	複習重要的考試對我來說似乎是一個很大的挑戰	
18	對某一科考試，我越努力複習越感到困惑	
19	某科考試一結束，我試圖停止有關擔憂，但做不到	
20	考試期間，我有時會想我是否能完成學業	
21	我寧願寫一篇論文，而不是參加一次考試，作為某科課程的成績	
22	我真希望考試不要那麼煩人	
23	我相信，如果我單獨參加考試而且沒有時間限制的話，我會考得更好	

24	想著我在考試中能得多少分影響了我的複習和考試	
25	如果考試能廢除的話，我想我能學得更多	
26	*我對考試抱這樣的態度：「雖然我現在不懂，但我並不擔心」	
27	*我真不明白為什麼有些人對考試那麼緊張	
28	我很差勁的想法會干擾我在考試中的表現	
29	*我複習期末考並不比複習平時考試更賣力	
30	儘管我對某科考試複習很好，但我仍然感到焦慮	
31	在重大考試之前，我食之無味	
32	在重大考試前，我發現我的手臂會顫抖	
33	*在考試前，我很少有「臨時抱佛腳」的需要	
34	校方應該要理解有些學生對考試較為焦慮，而這會影響他們的考試成績	
35	我認為，考試期間似乎不應該弄得那麼緊張	
36	一接觸到發下的考卷，我就覺得很不自在	
37	我討厭老師喜歡臨時考試	

「是」記1分，「否」記0分，但其中第3、15、26、27、29、33題6個項目為反向記分，即「是」記0分，「否」記1分。

該測驗是以總分的形式來評定焦慮程度的，12分以下考試焦慮程度較低；12至20分屬於中等程度的考試焦慮；20分以上屬於考試焦慮較高程度。

孩子需要的，不是一百分，而是一個懂他的你

當我們把焦點從「考幾分」轉向「孩子的心理健康」，才能真正幫助他走得更穩更遠。國中會考，只是人生中的一站，但親子的關係，是一輩子的旅程。讓我們陪孩子，一起用平穩、溫柔又堅定的步伐走過。

文章來源：

<https://premium.parenting.com.tw/article/6000772>

圖書館業務報告

一、圖書借閱

(一) 本校圖書館：

1. 學生憑學生證辦理借書，借書手續需本人親自辦理，不得委託他人代借（新生尚未取得學生證，可憑學號借書）。
2. 平日：學生限借 5 冊，借期 14 天。可續借一次，惟須於借期屆滿前辦理。續借手續持所借圖書及學生證到館辦理續借。
3. 段考前：為使學生專注於課業，段考前一週暫停借閱。
4. 所借圖書不論到期與否，均須於每學期學期結束前歸還。
5. 學生休學、轉學、畢業，均應歸還所借圖書，始得以離校。
6. 所借圖書、平板如遺失、毀損等，須照價賠償。

(二) 國家公共資訊圖書館數位借閱證：

由本校圖書館幫學生集體申辦。114 學年度國一新生及轉學生申辦同意書已收回條，提出申請待國資圖審核通過後，會將使用說明email到學生的學校信箱。

【說明】：國資圖提供近百個豐富多元的數位資源，整合服務於公共圖書館數位資源入口網站（簡稱「數位資源入口網站」），包含熱門中、英文電子書、本館自建數位學習資源，以及兒童繪本、語言學習、電子雜誌與報紙、自然及社會科學類、藝術、休閒、影音資源等不同主題之資料庫，只要擁有國資圖借閱證（含實體及數位借閱證）即可免費登入使用，您可依照個人興趣選擇想用的資源，全家人都可找到適合的電子資料庫，讓您在家輕鬆享受數位閱讀的樂趣，體驗圖書館跨越時空的超便捷服務！

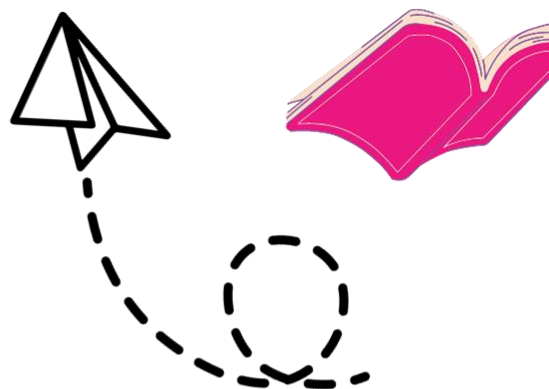
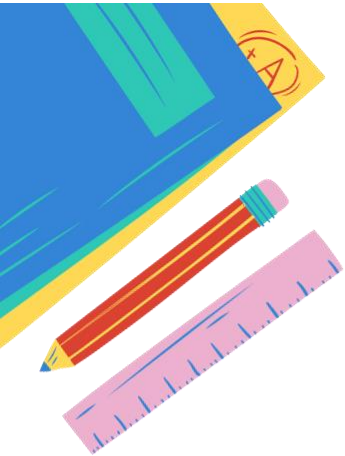
二、閱讀推廣

(一) 推動班級讀書會：

1. 國中部上國文閱讀課程時，全班至圖書館閱讀館藏圖書，拓展學生的閱讀視野。
2. 推動學生閱讀護照實施計畫
 - (1)國中部一、二年級各班組成讀書會小組，教室內設置書箱，由國文科老師們推薦，每班提供 45 本適合國中生閱讀的圖書，並由該班國文老師指導，每學期閱讀 3 本以上優良課外讀物。
 - (2)各班同學於閱讀護照填寫書名、出版社、佳句及心得，每學期至少須完成 3 篇閱讀心得，由該班國文老師認證並挑選寫作認真者予以嘉獎乙次。

(二) 國一新生歲末贈書活動：配合教育部 114 年國民中小學新生閱讀推廣計畫，於歲末一週舉辦贈書活動。

(三) 寒假主題書展：將於輔導課期間辦理。



謝謝閱讀

THANKS FOR READING



臺南市私立南光高級中學

TAINAN NANKWANG SENIOR HIGH SCHOOL

“

孩子的成長

是你我共同的心願

