

實施家庭教育自我檢核表基本資料：

校名： 南投縣私立均頭國中	班級數： 國中部 6 班； 國小部 6 班	學生人數：278 人	教職員工數：47 人
承辦人/職務： 陳佳昕/輔導組長	單位主管： 何坤峰 輔導主任	校長： 胡金枝 校長	填表日期： 114/6/10

(一)填表說明：本檢核表請各校針對家庭教育課程及活動之方式、內容與效益作自我檢核，**建置後請放學校網頁**，以作為校內修正家庭教育實施計畫之依據，並提供本縣推動家庭教育之參考。

(二)學校自我檢核表

南投縣 113 學年度學校實施家庭教育自我檢核表				
指標	檢核項目與重點	具體事實及現況擇要說明/ 佐證資料電子檔連結	自評 分數	訪視 委員
一、教師面向：行政 組織與運作(30%) 本案依據家庭教育 法第 9 條「學校之 推展家庭教育工作 人員，每年應接受 四小時以上家庭教 育專業研習時數」， 督導並檢視所有學 校皆達成。	1. 擬定推展家庭教育實施計畫，定期召開相關會議，活動列入學校行事曆，並標註「家庭教育」。(5)	1. 家庭教育實施計畫。 【佐證資料】 2. 於每學期期初召開家庭教育推行委員會。 【佐證資料】 3. 家庭教育活動列入學校行事曆。【佐證資料】	5	
	2. 每學年度學校之教師、專業輔導人員、行政人員參加「家庭教育」專業進修 4 小時之比率(達成人數之占比)。(註一) 5 分:50%、8 分:80% 9 分:90%、10 分:100% (依此類推)(10)	1. 參加家教中心辦理之實體或線上課程 <u>1</u> 人。 2. 學校自辦研習 <u>32</u> 人 3. 自行參訓 <u>0</u> 人 4. 編制教師總人數： <u>32</u> 人(含校長及長期代理教師) 5. 達成比例： <u>100</u> % 【佐證資料】	10	
	3. 學校派員參加家庭教育中心之研習培訓，並返校推廣宣導(10) 0 分:未派員 5 分:提供派員資料 10 分:提供返校推廣宣導佐證資料	1. 提供研習證明 【佐證資料】 2. 返校推廣情形請提供書面佐證資料(如範例)。 【佐證資料】	10	

	4 自編家庭教育教材或設計教學活動。(5)	請檢附各年級自編教材並檢附教學成果【佐證資料】	4	
二、學生面向：家庭教育課程與活動之執行(20%)	1. 檢視正式課程外，每學年外加之 4 小時家庭教育課程並運用相關補充教材或學習單 (10)	1. 辦理全校性宣導與講座，增進學生家庭教育知能。【佐證資料】 (1)三好故事屋-讚美的力量：學習尊重、欣賞他人，讓善循環在生活中啟動。 (2)講座-從電玩看正當休閒：善用網路、AI 資源，有助於個人與家庭的發展。 (3)音樂劇《成為祝福》：藉由音樂劇，向學生們傳遞團體中互助、感恩的重要價值。 (4)講座-行三好生活，創造幸福人生：在生活中練習正向語言的表達，有助於增進自己的人際互動。 (5)宿舍家庭日：由生活導師及各區學長姊們示範及帶領學弟妹們進行宿舍內務整理，培養學生成為「生活高手」。	9	
	2. 學生參與家庭教育活動並檢附成效分析 (10)	2. 將家庭教育議題融入課程，引導學生認識家庭教育之內涵，並嘗試於生活中實踐。【佐證資料】 (1)國小部低年級美術課-我畫我同學 (2)國小部低年級三好行旅-感恩的心	9	

		<p>(3)國小部高年級童軍活動-戶外炊事</p> <p>(4)國小部高年級綜合課-多元文化認識:電影賞析《可可夜總會》</p> <p>(5)國中部視覺藝術課-一百種說愛的方法</p> <p>(6)國中部輔導課-情緒大解密</p> <p>(7)國中部輔導課-國中生戀愛學分</p>		
三、家長面向：辦理親職教育課程或活動（20%）	<p>1. 辦理親職教育活動(含家庭教育10大議題)親師座談(12)(註二) 0分:未辦、4分:1場、12分:3場</p>	<p>1. 本校113學年度共辦理3場親師座談會、1場親職講座。 【佐證資料】</p> <p>(1)113/10/12 113-1家長日暨親師座談會</p> <p>(2)114/02/14 九年級升學座談會</p> <p>(3)114/03/29 113-2家長日暨親師座談會</p> <p>(4)114/03/29 親職教育講座</p> <p>(5)宿舍家庭日</p>	12	
	<p>2. 多管道進行親師聯繫(如運用通訊軟體、社群平台…等)。(4)</p>	<p>2-1. 每學期家長日發行親職手冊,摘錄各處室重要活動、宣達事項與親職教育文章等。【佐證資料】</p> <p>2-2. 每學期發行均頭心語,蒐集各項活動與課堂成果、學生作品,並廣邀親師生投稿。【佐證資料】</p> <p>2-3. 運用校網、臉書粉絲專頁、班級Line群組等平台,即時公告重要事項,並與家長分享學生在校生活。 【佐證資料】</p>	3	

	3. 落實家庭訪視功能 (4)	3. 主要以電訪、訊息、到校會談等形式與家長保持聯繫。【佐證資料】	3	
四、高關懷家庭面向：提供相關家庭教育諮商或服務 (20%)	1. 結合社區資源，建置學校及社區輔導資源網絡，共同推展教育活動。(10)	1-1 本校校內外推動家庭教育與輔導之資源網絡表。 【佐證資料】 1-2 推動好苗子獎助學金與校內獎學金申請辦法，幫助弱勢與優秀學子穩定就學。【佐證資料】 1-3 帶領學生參與社區活動，將三好精神落實於生活中，並與社區建立良好互動關係。【佐證資料】 (1)家扶中心義賣活動 (2)歲末祝福致贈臘八粥	8	
	2. 依優先接受家庭教育服務之對象及推動措施之方式辦理。(10) (註三)	2-1 依學生情況，不定期邀請各處室、導師、家長或專家召開個案討論會。 【佐證資料】 2-2 辦理情緒人際小團體、轉學生座談會。 【佐證資料】	8	
五、其他特色 (10%)	1. 於學校首頁連結南投縣家庭教育中心網址或推廣家庭教育相關活動(例如:podcast、FB)(3)	於輔導室網站中設置家庭教育區，放置家庭教育相關資訊。【佐證資料】	3	
	2. 學校其他有關家庭教育推動特色 (7)	2-1 幸福家庭兌換卷：鼓勵學生在家協助家庭事務，並將過程以照片記錄下來。 【佐證資料】	6	

		<p>2-2 閱讀教育：圖書館定期推動班級書箱、讀報、報活動，並鼓勵學生閱讀多元議題的書籍，包含家庭、人際、環保等，藉由閱讀增廣視野。【佐證資料】</p> <p>2-3 三好故事屋：以三好四給的精神為主軸，結合各項議題包含家庭教育、生命教育、品德教育等，鼓勵學生從生活中行三好，培養正向思維。【佐證資料】</p> <p>2-4 第565期均頭心語徵稿活動「我最親愛的寶貝」：邀請家長分享想對孩子說的話、在均頭的學習、成長與蛻變。【佐證資料】</p> <p>2-5 幸福午餐活動：由家長會與學校合作推動，目的在於鼓勵各班段考表現優秀的學生。許多家長委員們當天會出席活動，陪同孩子一起用餐，並鼓勵他們持續在學習中精進。【佐證資料】</p> <p>2-6 我騎車你隨喜，送愛到泰北【佐證資料】【佐證</p> <p>2-7 母親節感恩活動【佐證資料】</p>		
總分		90		
承辦人：陳佳昕	單位主管：何坤峰	校長：胡金枝		

南投縣私立均頭國中 113 學年度家庭教育實施計畫

一、依據：

- (一)家庭教育法。
- (二)家庭教育法施行細則。
- (三)南投縣高級中等以下學校推展 4 小時家庭教育課程及活動實施計畫。

二、目標：

- (一)落實學校推展家庭教育課程及活動之實施，以發揮學校與家庭教育之功能。
- (二)提升親師生家庭生活知能，強化其正確家庭價值觀，培養其經營良好家庭生活之能力，以提升國民與家庭的生活品質。
- (三)增進本校教師對家庭教育之重視，提升教師之家庭教育專業知能，以促進家庭教育課程發展與推動。

三、實施對象：本校全體親師生。

四、實施原則：

(一)自主原則

融入相關領域，由學校課程發展委員會根據學校不同需求及辦學特色，討論選擇施行之課程主題及進行方式，以學生經驗為出發點，因應學生身心發展、家庭狀況、學校人力、物力規劃主題，設計適宜的教材。

(二)循序漸進

課程及活動短期目標在增強學生對家庭教育的認識，長期目標在培養學生對家人的關心、了解及溝通互動的能力，以具備建立健康家庭的能力。

(三)善用資源

善用學生家長會、家長義工團、社區或社會教育機構等社會資源，有效推展家庭教育課程及活動。

(四)親師合作

結合家長會推展親職教育，鼓勵家長踴躍參加班級親師會、親職教育講座、母親節慶祝會、歲末感恩會、校慶、畢業典禮等各種活動，以同步推展家庭終身學習的概念，確實提昇家庭教育課程及活動之成效。

五、依據家庭教育法指出，係指具有增進家人關係與家庭功能之各種教育活動，其範圍如：

- (一)親職教育。
- (二)子職教育。
- (三)性別教育。
- (四)婚姻教育。
- (五)倫理教育。

(六)家庭資源與管理教育。

(七)其他家庭教育事項。

六、辦理方式：

以融入課程教學為主，辦理相關活動為輔，採多元、彈性、符合終身學習之方式，依其對象及實際需要辦理。

(一)融入各領域教學

年級	融入學習領域	課程內容
國小部	語文、社會、健康與體育、綜合活動(輔導活動、生命教育)、藝術與人文、自然與生活科技	親職教育、家庭關係、倫理教育、家庭生活經營與管理、家庭資源與管理、性別教育。
國中部	語文、社會、健康與體育、綜合活動(童軍、家政、輔導活動)、藝術與人文、自然與生活科技	

(二)辦理多元化活動

1. 班級親師會：辦理專題講座、班級親師座談會、教學及社團成果展、分送親職教育相關宣傳資料。
2. 親職講座：邀請家庭教育領域學者專家蒞校演講或由校內專長教師擔任。
3. 家長座談會：探討有關家庭教育相關議題、深度對話及經驗分享等。
4. 聯誼活動：邀請家長參加親師生聯誼活動，如母親節慶祝會、歲末感恩會、校慶親子活動等。
5. 學藝活動：配合節慶(如母親節、父親節、祖父母節、教師節)舉辦作文、卡片、海報製作等學藝活動。
6. 社團活動：開設烹飪社、美勞社，加強家政能力、生活管理能力。
7. 專題講座及宣導活動：舉辦家庭教育、性別平等教育講座及宣導活動。
8. 高中職技職教育參訪：藉由技職教育參訪，認識餐飲、家政、設計、長期照護類科，以利未來生涯抉擇及家庭資源與管理教育學習。
9. 家庭教育諮商或服務：運用學校及社區輔導資源網絡，推動高風險、弱勢家庭、低學習成就、偏差行為等學生之辨識與輔導機制及推動認輔制度、單親學生高關懷輔導、高風險家庭學生輔導。採取個別輔導、團體輔導及電話諮商輔導方式。
10. 辦理弱勢家庭子女教育活動：提供校內外各類清寒獎學金申請。舉辦語文、數理補救教學課程協助低學習成就學生。
11. 教師研習活動：辦理教師家庭教育知能研習、教師輔導知能研習、性別平等教育。

研習活動。

12. 家庭訪視：利用親師座談會、家庭訪問與家長聯繫。

13. 家庭聯絡：利用電話、聯絡簿、Line 等功能與家長聯繫。

14. 提供家庭教育相關資訊：利用均頭國中全球資訊網、均頭國中臉書、Line，提供宣導家庭教育相關資訊，強化家庭教育的重要性，以提升家庭功能。

七、113 學年度家庭教育活動

活動名稱	日期	對象	課程與活動內容
家長日	10 月 3 月	全校親師生	校務報告、親職教育講座
親師座談會		全校親師	班級經營與親師座談會
家長會、 家長委員會		家長委員 各處室主管	選舉家長委員、副會長與會長
校慶	12 月	全校教職員工 全校學生、家長	親師生聯誼、親子趣味競賽親子運動會、園遊會、升學博覽會。
教孝月系列活動	5 月	全校學生、家長	舉辦母親節慶祝活動：徵文、卡片與海報製作等學藝活動。
畢業典禮	6 月	全校師生 畢業生家長	親師生活動。
家庭教育課程	全學年	全校師生	結合課程，運用相關家庭教育教材：文本、視聽媒體、體驗活動等，宣導家庭教育觀念。
週會時間 家庭教育專題講座與 宣導	全學年	全校教職員工 全校學生	結合社區資源辦理生活教育、生命教育、家庭教育專題、家庭暴力防治、性別平等教育、性騷擾與性侵害防治、憂鬱與自傷防治等講座與宣導。
學藝活動	全學年	全校學生	配合節慶（如祖父母節、母親節、父親節、教師節）舉辦作文、卡片、海報製作等學藝活動。
幸福家庭兌換卷	全學年	全校學生	鼓勵學生在家協助與參與家庭事務。
家庭訪問與親師溝通	全學年	全校親師生	電話聯繫、聯絡簿、Line、均頭心語、高風險家庭關懷。

家庭教育諮詢	全學年	全校學生、家長	採個別輔導、團體輔導及電話諮商輔導方式。
教師研習活動	全學年	全校教職員工	辦理教師家庭教育知能研習、教師輔導知能研習、性別平等教育等研習。

八、學生學習評量方式：

- (一)以學習單、作品等方式評量：瞭解學生對家庭教育課程及活動的學習成果。
- (二)追蹤評量與輔導：活動結束後，以預擬項目觀察學生的行為表現，或家長提供其子女之行為表現，以供後續輔導參考。
- (三)其他多元評量。

九、本計畫呈校長核可後公布實施，修正時亦同。

南投縣私立均頭國中 113 學年度家庭教育推行委員會組織成員

序	職稱	負責人	姓名	執掌
1	召集人	校長	胡金枝	督導家庭教育推動及相關會議主持
2	執行秘書	輔導主任	何坤峰	策畫課程及活動實施
3	行政組	學務主任	蔡文慶	1. 計劃與執行進度控管 2. 協助相關行政業務
4		總務主任	李韃美	
5		會計主任	陳綉藝	
6		家長會會長	李麗秋	
7	活動組	生教組長	林浚明	規劃與執行家庭教育活動
8		訓育組長	蔡易峻	
9		輔導組長	陳佳昕	
10		資料組長	林劭宇	
11	教學組	教學組長	林家駿	推動家庭教育融入課程
12		國中部導師	周一慧	
13		國小部導師	張金城	

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度

第一學期期初學校輔導工作委員會暨家庭教育推行委員會 會議記錄

一、時間：113 年 8 月 29 日(四)13：00

二、地點：雲端教室

三、主席：胡金枝 校長

紀錄：輔導組 陳佳昕

四、出席人員：詳如簽到表

五、主席致詞：新的一學年請各位教職同仁共同協助輔導工作的推動與關心學生在校適應狀況。

六、報告事項：

(一)113 學年度第一學期輔導室重點工作與期程

重點工作	內容	日期/時程
學生輔導	推動三級輔導工作	全學期
	國中部小團體課程	113 年 9 月-114 年 1 月
家庭教育	家長日暨親師座談會	10 月 12 日
	第 564 期均頭心語出刊	12 月 28 日
生命教育	三好故事屋、三好智慧小語	9 月 23 日、10 月 28 日
	生命教育十堂課講座	11 月 25 日(國中部) 12 月 23 日(國小部)
	生命教育音樂劇	12 月 20 日(國小部)
技職教育	九年級技藝教育課程	113 年 9 月-114 年 1 月 每週三 1-3 節
生涯輔導	心理測驗-八年級性向測驗	113 年 11 月
	生涯教育參訪- 八年級-埔里高工、廣興紙寮	11 月 12 日

(二)學生輔導資料 AB 表填寫說明。

(三)輔導室個案輔導轉介流程說明。

(四)113 學年度家長日暨親師座談會

1. 日期：113 年 10 月 12 日(六)

2. 辦理方式：親子野餐、親師座談會

3. 導師注意事項：

(1)請抽空與家長互動聯繫，了解家庭狀況。

(2)宣傳活動訊息，邀請家長踴躍參加。

(3)準備親師座談會簡報資料。

七、臨時動議：無。

八、散會。

紀錄者：

單位主管：

校長：

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度

第二學期期初學校輔導工作委員會暨家庭教育推行委員會 會議記錄

一、時間：114 年 2 月 7 日(四)14：00

二、地點：雲端教室

三、主席：胡金枝 校長

紀錄：輔導組 陳佳昕

四、出席人員：詳如簽到表

五、主席致詞：新的一學期請各位教職同仁共同協助輔導工作的推動與關心學生在校適應狀況。

六、報告事項：

(一)113 學年度第一學期輔導室重點工作與期程

重點工作項目	內容	日期/時程
學生輔導	推動三級輔導工作	全學期
生涯輔導	九年級升學宣導	114 年 6 月 4 日、6 月 6 日
家庭教育	家長日暨親師座談會	114 年 3 月 29 日
	親職教育講座	114 年 3 月 29 日
	親職教育刊物-均頭心語	114 年 6 月
生命教育	三好故事屋	114 年 3 月 24 日
	慶祝青年節-「秀出我的青春」	114 年 3 月 29 日
	生命教育十堂課	114 年 5 月 26 日
技職教育	技藝教育課程	114 年 2 月-5 月 每週三 1-3 節

(二)113 學年度第二學期家長日暨親師座談會

1. 日期：114 年 3 月 29 日(六)

2. 辦理方式：親子野餐、親師座談會

3. 導師注意事項：

(1)請抽空與家長互動聯繫，了解家庭狀況。

(2)宣傳活動訊息，邀請家長踴躍參加。

(3)準備親師座談會簡報資料。

(三)教師責任通報宣導：請各位教職同仁，若有發現疑似以下情況，請於知悉後 24 小時內向學校或相關單位通報：1. 自殺或自傷；2. 性別事件：性侵、性騷、性霸凌；3. 學生本身遭受或目睹家暴行為或事件；4. 兒少保或高風險家庭。

七、臨時動議：無。

八、散會。

紀錄者：

單位主管：

校長：

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度第一學期學校行事曆

各處室行事摘要

113.08.20

月	週	一	二	三	四	五	六	日	
八月	暑	12	13	14	15	16	17	18	8/12 主管會報 8/14-8/16 教職同仁共識營
	暑	19	20	21	22	23	24	25	8/19 主管會報 8/20 三時繫念法會(暫定) 8/21 山林暨環保活動場勘(學務處) 8/25 祖父母節
	一	26	27	28	29	30	31	1	8/26 主管會報 8/27 國中小校長會議 8/29 13:00 期初校務會議、課發會暨教學研究會、 113-1 期初學校輔導工作委員會暨家庭教育推行委員會 、113-1 期初生涯教育推行委員會、 性平教育研習 8/30 開學日、(第二節)開學典禮/服儀檢查/友善校園宣導 8/31 技藝課程說明會(早自習) 8/31 導師會議(國中、小) 【8/31、9/1 全校留校(8/31 補 114/1/20 上班上課, 9/1 督班留校)】 9/1 二十週年校慶系列活動-山林暨環保教育活動場勘(學務處)
九月	二	2	3	4	5	6	7	8	9/2 佛光山海外法師到校參訪、 國小部轉學生座談 9/3 晨光閱讀、 國中部轉學生座談 、社團說明會 9/3 住校生生活常規及安全研習暨防震(災)疏散演練(晚上) 9/4 技藝教育課程 1 9/4 下午-9/5 全天 九年級模考; 八年級複習考(國中部前一學期學科不及格補考) 9/5 國中小教務主任會議 9/6 第四節幹部訓練、期初特教推行委員會議 【週五研習】9/6 洪蘭老師講座: 大腦說明書
	三	9	10	11	12	13	14	15	9/9 主管會報、地震防災演練(預演)、生日祈福 9/9 公布社團名單 9/10 晨光閱讀、社團抽籤 9/10 導師會議 9/10 日間社團開始上課 9/11 技藝教育課程 2、各班認輔學生暨特殊需求學生名單調查 9/12-9/13 語文競賽縣決賽(本土語)
	四	16	17	18	19	20	21	22	9/16 調整放假, 補 9/17 中秋節休假 9/17 依照週一課程上課、主管會報、生導會議、晨光閱讀、檢核學生 A 表 9/17 夜間社團開始上課 9/18 技藝教育課程 3、期初認輔會議、 9/19 語文競賽縣決賽(國語) 9/20 地震防災演練
	五	23	24	25	26	27	28	29	9/23 三好故事屋-讚美的力量 9/24 導師會報 9/24 行政會報 9/24 晨光閱讀 9/25 技藝教育課程 4 9/27 第四節敬師活動
	六	30	1	2	3	4	5	6	9/30 主管會報 9/30 晨會-健康衛教宣導、服儀檢查 9/30-10/25 體適能測驗月開始 10/1 晨光閱讀 10/1 導師會議 10/1 二十週年校慶系列活動-自行車驗證一(鯉魚潭) 10/2 技藝教育課程 5 10/3(暫定)1. 4. 7 年級蟻蟲及尿液檢查
十月	七	7	8	9	10	11	12	13	10/7 調整放假, 補 10/10 雙十節休假 10/8 主管會報 10/10 補 10/7(週一) 課程 10/9(暫定)1. 4. 7 年級全身健檢 10/9 技藝教育課程 6 10/11 臺灣女孩日 10/11 國中考作文(班會) 【10/12-10/13 段考留校】 10/12 家長日暨親師座談會-20 周年校慶系列活動(親職野餐暨親師座談會) 10/13 二十週年校慶系列活動-自行車驗證活動二(國姓)
	八	14	15	16	17	18	19	20	10/14 主管會報 10/14 生日祈福 10/15 導師會議 10/15 生導會議 10/16-10/17 第一次段考(低年級不考) 10/17 宿舍家庭日 7 年級賴氏人格測驗 【週五研習會議安排】10/18 消防自衛編組研習、教師正向管教研習
	九	21	22	23	24	25	26	27	10/21 三好故事媽媽說故事 10/22 導師會報 10/22 行政會報 10/22-10/24 校內國語文競賽 10/23 技藝教育課程 7 10/24 二十週年校慶系列活動-山林暨環保教育活動(四、六、八年級) 10/25(暫定)流感疫苗施打
	十	28	29	30	31	1	2	3	10/28 主管會報 10/28 三好故事屋 10/29 晨光閱讀 10/29 導師會報 10/30 技藝教育課程 8 10/31 三好燈塔學校-七年級日月潭自力造筏活動(鄰近小學-育英及其林國小高年級) 11/1 二十週年校慶系列活動-7-9 年級班際 3 對 3 籃球賽(預賽)

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度第一學期學校行事曆

各處室行事摘要									113.08.20
月	週	一	二	三	四	五	六	日	
十一月	十一	4	5	6	7	8	9	10	11/4 主管會報 11/4 服儀檢查 11/4 規劃寒輔預算 11/4-11/29 水域安全教育-實施游泳課程 11/5 晨光閱讀 11/5 導師會報 11/6 技藝教育課程 9 11/7 二十週年校慶系列活動-回山之旅 11/8 二十週年校慶系列活動-7-9 年級班際 3 對 3 籃球賽(決賽)
	十二	11	12	13	14	15	16	17	11/11 主管會報 11/11 晨會-健康衛教宣導、生日祈福 11/12 晨光閱讀 11/12 生導會議 11/12 導師會報 11/12 八年級生涯參訪與體驗活動 11/13 技藝教育課程 10 【週五研習會議安排】11/15 教師輔導知能研習-情緒紓壓與自我照顧【家庭教育】 / 教學研究會、課發會 8 年級適性化職涯性向測驗
	十三	18	19	20	21	22	23	24	11/18 規劃 113-2 註冊預算 11/19 行政會報 11/19 晨光閱讀 11/19-11/21 六、九年級畢業旅行 8 年級適性化職涯性向測驗
	十四	25	26	27	28	29	30	1	11/25 主管會報 11/25 聯絡簿抽查 11/25 三好故事屋-生命教育十堂課「從電玩看正當休閒」 11/26 導師會報 11/27 技藝教育課程 11 11/28 南投縣性平輔導教師研習 11/29 國中考作文(班會) 【11/30-12/1 段考留校】 11/30 二十週年校慶系列活動-自行車驗證三(草屯)
十二月	十五	2	3	4	5	6	7	8	12/2 主管會報 12/3-12/4 第二次段考 12/4 宿舍家庭日 12/5 二十週年校慶系列活動開幕(預定) 12/6 十二月份導報 12/6 繳交寒輔預算 12/6-8 二十週年校慶系列活動-送愛到泰北自行車募款活動(佛光山)(預定)
	十六	9	10	11	12	13	14	15	12/9 主管會報 12/9 服儀檢查、生日祈福 12/10 晨光閱讀 12/10 導師會報 12/11 技藝教育課程 12 國中部生涯手冊抽查 12/13 八年級創作聯展&學生個展以及九年級策展學實踐課程的開幕聯合茶會 【12/14-12/15 九年級留校】
	十七	16	17	18	19	20	21	22	12/17 行政會報 12/17 導師會報(國中小) 12/17 生導會議 12/17 晨光閱讀 12/18 技藝教育課程 13、新加坡學校來訪 12/18-12/19 作業抽查 12/19-12/20 九年級模擬考 12/20 發寒輔註冊單 12/21 佛光盃轉學考
	十八	23	24	25	26	27	28	29	12/23 主管會報 12/23 三好故事屋-生命教育十堂課「行三好生活，創造幸福人生」 12/24 晨光閱讀 12/24 導師會報 12/25 技藝教育課程 14 12/27 二十週年校慶系列活動-全校路跑活動 12/28 二十週年校慶 12/28 第 564 期均頭心語出刊 12/29 督班留校
一月	十九	30	31	1	2	3	4	5	12/30 主管會報 12/30 國中藝能科筆試(週會時間) 12/30 模範生發表(週會)/服儀檢查 12/31 拍畢業照 12/31 晨光閱讀 1/1 補 1/3 (五) 上午課程，下午補 1/2 (四) 下午課程 1/2 繳交 113-2 註冊預算 1/3 調整放假，補 1/1 元旦休假

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度第二學期行事曆

各處室行事摘要

114.01.13

月	週	一	二	三	四	五	六	日	
一月	二十一	13	14	15	16	17	18	19	1/13 主管會報、113-1 特教推行委員會 1/14 生導會議 113-1 技藝教育遴薦輔導委員會 1/15-1/16 第三次段考 1/16 宿舍家庭日 1/17 休業式、發 113-2 註冊單、期末校務會議、113-1 期末學校輔導工作委員會、113-1 期末生涯教育委員會
	寒 1	20	21	22	23	24	25	26	1/20 原定學期最後一天，調整至 8/31 上班、上課 1/21 主管會報
	寒 2	27	28	29	30	31	1	2	1/28 除夕、1/29 農曆新年
二月	寒 3	3	4	5	6	7	8	9	2/3 主管會報 2/3-2/7 寒假輔導一週 2/4 國中部轉學生座談會 2/5 國小部轉學生座談會 2/7 期初校務會議、導師會議、113-2 期初生涯教育工作委員會、 113-2 期初家庭教育推行委員會 、113-2 期初學校輔導工作委員轉學生座談輔導會議 2/8 行政補班(補 1/27)
	一	10	11	12	13	14	15	16	2/10 開學，6/30(一)課程調整至 2/10(一)上(部定開學日 2/11)、主管會報、國中社團選社 九年級第一次模擬志願選填結果公告與說明 2/11-2/18 身障學生適性安置網路報名 2/12 國小社團選社、技藝班開訓典禮、技藝教育課程 1 2/14 班級幹部訓練講習、班級模範生推舉 2/15-2/16 九年級留校(1) ◎九年級升學會議
	二	17	18	19	20	21	22	23	2/17 生日祈福、國中夜間社團開始上課 2/17-2/24 新北市身心障礙學生適性輔導安置報名 2/18 行政會議 2/18 日間社團開始上課、身障學生適性安置送件 2/19 國小夜間社團開始上課 2/19-2/20 九年級模擬考(1-5冊)；七(第1冊)、八年級(第3冊)複習考
三月	三	24	25	26	27	28	1	2	2/24 主管會報 2/26 技藝教育課程 2、雲水書車到校服務 2/25-3/10 新北市身心障礙學生適性輔導安置報名資料郵寄 2/28 放假，2/27(四)下午課程於 3/28(五)下午補課
	四	3	4	5	6	7	8	9	◎國際少兒環保公益繪畫大賽徵件(4/30截止) 3/3 主管會報 3/4 第五節九年級國中教育會考寫作測驗預試 3/5 技藝教育課程 3 3/6-3/8 國中教育會考報名 3/7 導師會議
	五	10	11	12	13	14	15	16	3/10 生日祈福 3/10-3/14 特招專業群科甄選入學報名 3/11 行政會議 3/12 技藝教育課程 4 3/14 全國學生音樂比賽
三月	六	17	18	19	20	21	22	23	3/17 主管會報 ◎九年級第二次模擬志願選填說明 3/18 九年級仁愛高農參訪 3/19 技藝教育課程 5 3/21 九年級完全免試入學宣導(第三-四節)、 教師輔導知能研習-「親師溝通-用圖文搭起互動橋樑」 ◎3/22 佛光盃檢測(1)
	七	24	25	26	27	28	29	30	3/24 主管會報、 三好故事屋-健康生活與健康飲食 3/24-4/11 九年級第二次試模擬志願選填 3/26 技藝教育課程 6 3/28 九年級五專入學宣導說明會 3/28(五)下午補 2/27(四)下午課程 3/29 班親會暨親職教育講座 ，3/29-3/30 全體留校 3/30(日)上午補 4/2(三)下午課程；3/30(日)下午補 5/29(四)下午課程 ◎三好兒童說故事比賽
四月	八	31	1	2	3	4	5	6	社團暫停 3/31 主管會報 3/31-4/1 第一次段考 4/2 兒童節活動(國小部)、4/2 技藝教育課程 7 4/2(三)下午課程於 3/30(日)上午補課 4/2 雲水書車到校服務 4/3-4/4 清明、兒童節放假
	九	7	8	9	10	11	12	13	4/7 主管會報、生日祈福 4/8 聯絡簿抽查 4/9 技藝教育課程 8、台北市身障學生 12 年就學安置公告 4/11 教師知能研習(1)電機、化工技藝競賽、導師會議、第四節 7-9 年級班際羽球賽預賽、寄發國中教育會考准考證 4/12-4/14 藝才班(音樂、舞蹈)術科測驗 4/12-4/13 九年級留校(2)
	十	14	15	16	17	18	19	20	4/15 行政會議 4/16 技藝教育課程 9、台北市身障學生 12 年就學安置新生報到 4/17 8 年級 HPV-2 疫苗(暫定) 4/17-4/18 九年級模擬考(1-6冊) 4/19-4/20 藝才班(美術、戲劇)術科測驗
	十一	21	22	23	24	25	26	27	4/21 主管會報 ◎八年級賴氏人格測驗 4/21-4/25 游泳課程(4-9 年級一週，補上學期游泳課程) 4/23 技藝教育課程 10 4/25 第四節 7-9 年級班際羽球賽決賽 ◎4/25-5/2 免試入學變更就學區申請

	十二	28	29	30	1	2	3	4	4/28 主管會報 4/28-4/30 體育班、運動績優生(獨招學校)術科測驗報名 4/30 技藝教育課程 11 5/1-5/7 五專完全免試入學報名 5/2 全校校園路跑、自衛消防編組、導師會議 5/3 體育班、運動績優生(獨招學校)術科測驗
五月	十三	5	6	7	8	9	10	11	◎浴佛法會暨九年級會考祈福法會 5/5 主管會報 5/5 體育班、運動績優生(獨招學校)放榜 5/6-5/7 投一區完全免試入學報名 5/6-5/7 九年級第二次段考 5/7 雲水書車到校服務 5/9 母親節活動、課發會(1)
	十四	12	13	14	15	16	17	18	佛光山開山 59 周年紀念全球同步抄寫心經 社團暫停 5/12 生日祈福 5/13 行政會議 5/14 技藝教育課程 12 5/14-5/15 一~八年級第二次段考 5/15 投一區完全免試入學放榜、五專完免錄取公告 5/16 15:00 九年級看考場 5/17-5/18 九年級留校(3) 5/17-5/18 九年級教育會考
	十五	19	20	21	22	23	24	25	5/19 主管會報 5/19 畢業成績審查會議 5/19 特招專業群科甄選入學術科成績公告、變更就學區審查結果通知截止日 5/19-5/23 五專優免入學報名 5/21 技藝教育課程 13 5/22 技優甄審報名、實用技能學程報名 5/23 新北市身障學生適性輔導安置公告結果、教師知能研習(2) 5/24 佛光盃檢測(2)
	十六	26	27	28	29	30	31	1	5/26 主管會報、三好故事屋-生命教育十堂課「從人際看和諧人間」 5/28 技藝教育課程 14、國小部一到五年級和國中部七、八年級作業抽查 5/29 (四) 下午課程於 3/30 (日) 下午補課 5/30-5/31 端午節放假
六月	十七	2	3	4	5	6	7	8	能源教育週 6/2 主管會報 6/3 身障學生適性安置公告結果 6/4 九年級升學宣導活動(1-3 節) 6/6 導師會議、寄發國中教育會考成績通知單並開放網路查詢 6/6-6/12 藝才班分發報名
	十八	9	10	11	12	13	14	15	6/9 生日祈福(6、7、8 月) 6/10 行政會議 6/11 九年級升學宣導活動(1-3 節)、雲水書車到校服務 6/12 均頭藝術季 6/13 畢業典禮、五專優免放榜、特招專業群科甄選入學放榜、五專完全免試入學報到截止日
	十九	16	17	18	19	20	21	22	社團最後一週上課 6/16 主管會報、投一區完全免試、特招專業群科甄選入學報到 6/17 五專優免入學報到截止日 6/18-6/20 特招考試入學分發學科 測驗報名 6/19-6/29 五專聯免入學報名 6/20 課發會(2) 就學區公告實際招生名額、開放個人序位查詢及志願選填、113-2 特教推行委員會(暫)、113-2 技藝教育遴薦輔導委員會(暫) 6/22 特招考試分發入學學科測驗
	二十	23	24	25	26	27	28	29	八年級校外教學 6/23 主管會報 6/23-6/27 藝才班志願選填 6/24-6/25 第三次段考 6/26 志願選填截止日 6/27 休業式、期末校務會議、113-2 期末學校輔導工作委員會、113-2 期末生涯教育委員會
七月	暑 1	30	1	2	3	4	5	6	(6/30 部定休業式) 6/30 課程調整至 2/10 (一) 上 7/1 主管會報 7/1 免試入學、特招考試分發入學 報名截止日
	暑 2	7	8	9	10	11	12	13	7/7-8/8 暑期輔導(五週) 7/7 主管會報 7/8 免試入學及特招考試分發入學放榜、藝才班分發放榜 7/9 五專聯免現場登記分發報到、藝才班報到、特招專業群科續招學校簡章公告 7/9-7/10 身障學生適性安置報到 7/10 免試入學及特招考試分發入學報到、體育班、運動績優生報到截止日、新北市身障學生適性輔導安置報到
	暑 3	14	15	16	17	18	19	20	7/14 主管會報
	暑 4	21	22	23	24	25	26	27	7/21 主管會報
	暑 5	28	29	30	31	1	2	3	7/28 主管會報 7/29 免試入學續招學校簡章公告
八月	暑 6	4	5	6	7	8	9	10	8/4 主管會報 8/8 暑輔結束 三時繫念法會
	暑 7	11	12	13	14	15	16	17	8/11 主管會報
	暑 8	18	19	20	21	22	23	24	8/18 主管會報
	暑 9	25	26	27	28	29	30	31	8/25 主管會報 8/27-29 教職同仁共識營 8/29 期初校務會議
	一	1	2	3	4	5	6	7	9/1 開學日(暫)

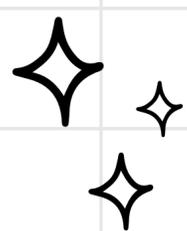
南投縣私立均頭國民中學 113 學年度第一學期學校行事曆

各處室行事摘要

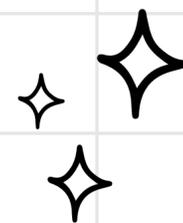
113.08.20

月	週	一	二	三	四	五	六	日	
	二十	6	7	8	9	10	11	12	1/6 主管會報 1/6 生日祈福 1/7 導師會報(國中小) 1/8 技藝教育課程 15 1/9 期末認輔會議 1/10 選舉優秀模範生代表 1/10 第四節考作文(國中) 1/10 下午國中健體及藝文筆試 【1/11-1/12 段考留校】
	二十一	13	14	15	16	17	18	19	1/13 主管會報 1/14 生導會議 1/15-1/16 第三次段考 1/16 宿舍家庭日 1/17 休業式 1/17 發 113-2 註冊單 1/17 期末校務會議 1/17 113-1 期末學校輔導工作委員會 1/17 113-1 期末生涯教育委員會
	寒	20	21	22	23	24	25	26	1/20 原定學期最後一天，調整至 8/31 上班、上課 1/21 主管會報
	寒	27	28	29	30	31	1	2	1/28 除夕、1/29 農曆新年
二月	寒	3	4	5	6	7	8	9	2/3 主管會報 2/3-2/7 寒假輔導一週 2/7 期初校務會議 轉學生座談選輔會議 2/8 行政補班(補 1/27)
	一	10	11	12	13	14	15	16	2/10 第二學期開學日 2/10 主管會報

113學年度輔導室系列活動花絮



教師輔導知能研習- 情緒覺察與自我照顧



113.11.15(五)輔導室辦理教師輔導知能研習，分享與討論在實務工作中如何引導學生覺察自己的情緒與適當的表達，以及分享自殺守門員的概念。



沙畫曼陀羅體驗活動：藉由藝術創作為媒介，覺察、反思與討論個人情緒，並分享日常生活中的自我照顧方法，藉以延伸至教學實務的應用。



113學年度教師輔導知能研習 親師溝通-用圖文搭起互動橋樑



114.03.21(五)

114.03.21(五) 輔導室邀請廖育賢老師到校分享帶領學生製作班刊的經驗，以及如何運用班刊與家長互動，創造與家長互動的多元管道。



育賢老師除了分享個人經驗外，也邀請與會的老師們一同腦力激盪，發想適合均頭校園的特色主題。

well done!



113學年度輔導室系列活動花絮

113學年度(家庭教育)親職教育講座 如何不吼叫，讓孩子主動學習



114.03.29(六)

114.03.29(六) 輔導室邀請葉家齊老師與老師、家長分享主題「如何不吼叫，讓孩子主動學習」以實例引導與會者分析形成主動學習的動力因素。



除分析主動學習的動力因素外，也分享幾個正向鼓勵的方法，包含溝通模式與讚美公式，都讓與會者受益良多。



全國教師在職進修資訊網 教師個人研習記錄

教師姓名： 陳佳昕

服務單位： 南投縣 私立均頭國中(小)

性別： 女

身分證統一編號：

此表研習記錄期間： 2024-08-01 至 2025-06-16

編號	研習名稱	資料來源	研習類型	依據文號	時數/ 學分	開始日期	結束日期	研習學校	實得 時數
10	南投縣114年度國民中小學生命教育工作人員及行政人員生命教育課程活動增能研習暨自殺守門員防治培訓實施計畫-行政人員場	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[委託辦理]114.03.04南投縣政府府教輔特字第1140053032號	6.0	2025/04/22	2025/04/22	縣立宏仁國中	6.0
11	融合教育-班級經營案例分析	全國教師在職進修資訊網	非學分班 (校本研習)	[自主辦理]114.1.13府教學字第1140016151號	3.0	2025/04/25	2025/04/25	私立均頭國中(小)	3.0
12	南投縣114年高關懷學生轉銜輔導機制暨實務運作教育訓練	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[自主辦理]114.3.31.府教輔特字第1140078227號	4.0	2025/05/06	2025/05/06	南投縣學生輔導諮商中心	4.0
13	[家庭教育]學校家庭教育種子教師培訓研習線上課程	全國教師在職進修資訊網	非學分班 (種子研習)	[委託辦理]114.05.15南投縣政府教育處家教字第1140000883號	4.0	2025/05/26	2025/05/26	縣立嘉和國小	4.0
14	[素養導向]南投縣114年度國民中小學教師生命教育議題教學實務增能研習實施計畫	全國教師在職進修資訊網	非學分班	[委託辦理]114.3.2南投縣政府教育處府教輔特字第1140050893號	6.0	2025/05/29	2025/05/29	縣立北港國小	6.0

合計： 57.0

教師簽章：

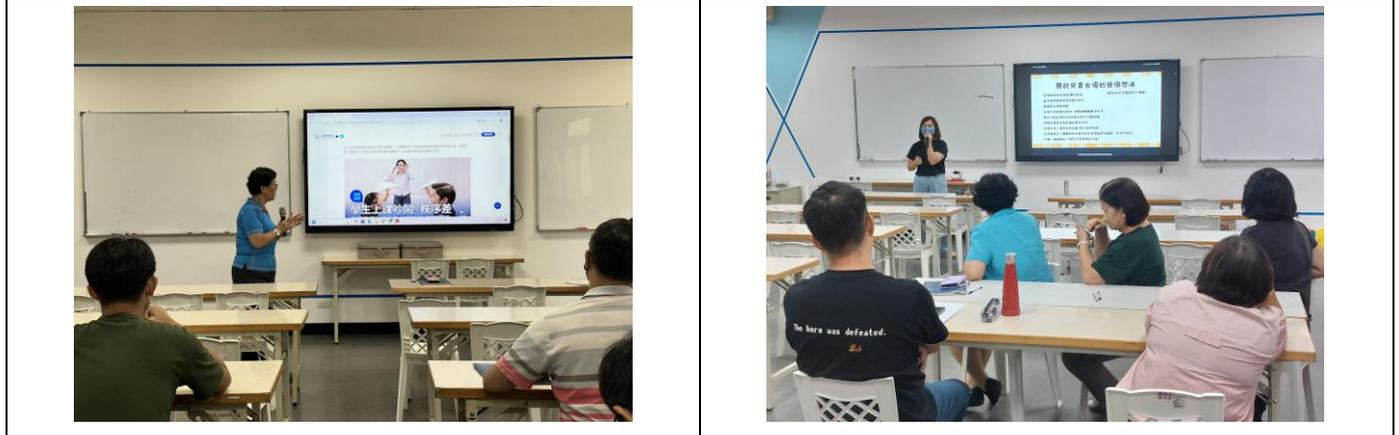
人事或教務主管簽章：

校長簽章：

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標一：教師面向
內容	邀請參與家庭教育研習之教師，運用全校會議時間向教職員們分享研習重點，並討論未來可以如何融入於教學中。

成果照片



我畫我同學



201

今天，我們在美術課上做了一件很好玩的事——畫同學！老師先教我們怎麼觀察別人的五官和表情，然後一人選一位同學當模特兒，用色筆慢慢地畫下來。

大家都畫得很認真，有的人畫出同學的笑臉，有的人畫出可愛的辮子，還有人畫上皇冠和漂亮的髮飾。畫完之後，老師讓我們互相欣賞彼此的作品，教我們怎麼用鼓勵的話讚美別人。

這堂課讓我學會了怎麼仔細觀察，也覺得畫畫可以讓人更了解朋友。我很開心，也希望下次還能再畫別人！



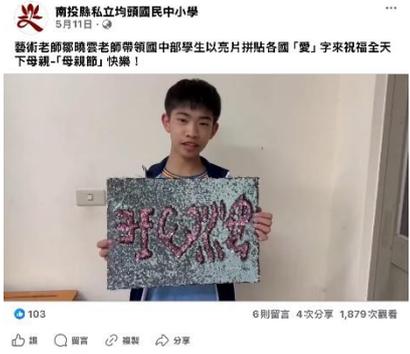
南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	教師、指標二 學生面向
課程名稱	低年級三好行旅課程
說明	配合母親節活動，邀請學生們以圖文的方式表達出對家人的感謝與祝福。

成果照片



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	教師、二學生	
課程名稱	國中部-視覺藝術課 愛的	
說明	<p>視覺藝術課老師帶領國中部學生以亮片拼貼為媒材，創作各國語言「愛」的表達方式，並透過影音的方式向身邊的人表達愛意與祝福。</p> <p>影音連結：https://fb.watch/AhYbz7HPuR/?</p>	
成果照片		
		
		

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	教師、指標二 學生面向
課程名稱	國小部童軍活動-戶外野炊
說明	<ol style="list-style-type: none"> 1. 老師帶領同學認識校園植物，引導學生思考如何將生活中常見的植物、資源運用於生活中。 2. 老師介紹校園中常見的大花咸豐草，引導同學思考大花咸豐草的運用，並實際帶領同學們以大花咸豐草煎蛋。

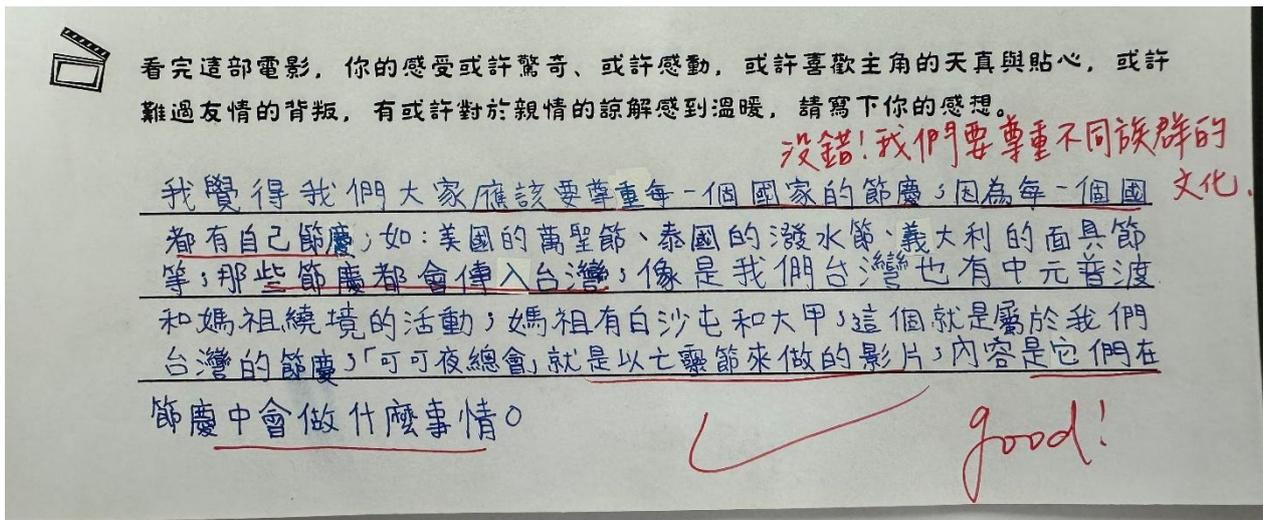
成果照片



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	教師、指標二 學生面向
課程名稱	國小部高年級綜合課：多元文化認識-電影賞析《可可夜總會》
說明	<ol style="list-style-type: none"> 1. 以飲食、生活環境、服裝、節慶等不同面向，引導學生認識與尊重不同國家的文化。 2. 以電影《可可夜總會》引導學生反思在家庭中如何尊重不同家庭成員的聲音與差異。

成果照片



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	教師、指標二 學生面向
課程名稱	輔導-情緒大解密
課程對象	國中部八年級學生
課程說明	從電影《腦筋急轉彎》出發，引導學生認識、覺察出現在自己生活中的情緒事件，進而討論在面對情緒事件時的因應策略及日常自我照顧方法。

成果照片

你好，我的情緒怪獸！

班級： 座號： 姓名： A

每種情緒就像一隻隻長相奇怪的怪獸，牠們喜歡當不速之客，總是在毫無防備時突然出現，有時還會成群結隊，練習與牠們和平共處，讓牠們成為生活中的助力而非阻力。

情緒	開心	傷心	生氣	討厭	害怕
請用一個顏色形容	金色	藍色	紅色	綠色	黑色
情境	跟朋友見面的時候	考試0分	被罵的時候	有人做出很惡心的事	做錯事的時候

請從下列的情緒中，用螢光筆標示出3-5種自己最近常出現的情緒

在你挑選的情緒中，哪些是你喜歡的情緒？原因是？

開心：跟好朋友見面，驕傲：很老師都稱讚我。 good!

在你挑選的情緒中，哪些是你不喜歡的情緒？原因是？

受傷：聽到同學說我聽話。
有壓力：回家一直被罵。
焦慮：很回家變成隱形人。

你好，我的情緒怪獸！

班級： 座號： 姓名： A

每種情緒就像一隻隻長相奇怪的怪獸，牠們喜歡當不速之客，總是在毫無防備時突然出現，有時還會成群結隊，練習與牠們和平共處，讓牠們成為生活中的助力而非阻力。

情緒	開心	沮喪	生氣	討厭	不安
請用一個顏色形容	藍色	藍色	灰色	灰色	黑色
情境	聽到很好笑的笑話	被罵	翻白眼	不想吃	考室考不好

請從下列的情緒中，用螢光筆標示出3-5種自己最近常出現的情緒

在你挑選的情緒中，哪些是你喜歡的情緒？原因是？

方夕鬆，因為我很喜歡放鬆。

在你挑選的情緒中，哪些是你不喜歡的情緒？原因是？

緊張，因為心在跳會跳很大。

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	教師、指標二 學生面向
課程名稱	輔導-國中生的戀愛學
課程對象	國中部八年級學生
課程說明	從活動「愛的手搖杯」中以飲料作比喻，引導學生討論與反思自己的理想愛情樣貌；再者，引導學生探索自己的戀愛價值觀，發現與反思對自己重要的因素。

成果照片

愛的手搖杯

班級: _____ 座號: _____ 姓名: _____

成分	含量	會這樣調配是因為...
熱情/吸引	3/10	欣賞不是喜歡
承諾/責任	10/10	我愛神奇,但不是我沒關係
親密感/了解	8/10	一起行動,相互配合的真情才配長久穩定
其他	3/10	起男生的角

你對這種愛情滿意嗎? 為什麼?
滿意,理由:可感情能長久

愛的手搖杯

班級: _____ 座號: _____ 姓名: _____

成分	含量	會這樣調配是因為...
熱情/吸引	2/10	慕虛偽-個人的時候大部份都是自外而吸引
承諾/責任	2/10	第一打數很重要!
親密感/了解	6/10	要有責任感,也要能到飲到
其他	1/10	甜味的每一口都是為了甜,甜就是幸福,咖啡酸酸也是苦的,酸酸!

你對這種愛情滿意嗎? 為什麼?
其實有改善,承諾不單是重要的,是在每一天的對天與對自己的心,不是,靠近了一點。

B B A A A 理想愛情競標賽!

班級: _____ 座號: _____ 姓名: _____

重要程度 1-5分	類別	「我理想的愛情要有...」	得標/成交價
3	親密感	心靈交流: 我們會關心彼此的生活,願意聽對方說心事	
5		了解: 我們非常了解彼此的個性、喜好及各種大小事	
4		陪伴: 我們會花很多時間相處,一起做有興趣的休閒活動	
5	承諾/責任	頻率: 我們一直都有話聊,就像很好的朋友一樣!	
5		專一: 他不會腳踏多條船,他只愛我一個人	
5		付出: 他認真對待這段感情,遇到困難時他可以和我一起度過難關	
3	熱情/心動	堅定: 我們的感情很堅固,不會因為一點小事而動搖	
3		承諾: 我們都想要一起經營長久且穩定的關係	150
3		外表: 他的外貌是我的菜! 他的價值和身材深深吸引著我	
4	親密感	肢體接觸: 我和他經常有親密肢體接觸或很靠近的舉動	150
1		表達愛意: 我們會經常表達出彼此濃濃的喜歡和愛意 (例如: 說情話、放閃)	150
5		心動: 見到對方時都會有怦然心動、臉紅心跳的感覺!	150

你還要什麼樣的戀愛度? 還是整體一點,或許我可以幫你找找看!

你理想中的戀愛就是... 你理想中的條件就是... 你理想中的戀愛就是... 你理想中的條件就是... 你理想中的戀愛就是... 你理想中的條件就是...

A B A A A 理想愛情競標賽!

班級: _____ 座號: _____ 姓名: _____

重要程度 1-5分	類別	「我理想的愛情要有...」	得標/成交價
5	親密感	心靈交流: 我們會關心彼此的生活,願意聽對方說心事	1050
5		了解: 我們非常了解彼此的個性、喜好及各種大小事	1050
5		陪伴: 我們會花很多時間相處,一起做有興趣的休閒活動	1050
3	承諾/責任	頻率: 我們一直都有話聊,就像很好的朋友一樣!	1050
5		專一: 他不會腳踏多條船,他只愛我一個人	1050
5		付出: 他認真對待這段感情,遇到困難時他可以和我一起度過難關	1050
5	熱情/心動	堅定: 我們的感情很堅固,不會因為一點小事而動搖	1050
5		承諾: 我們都想要一起經營長久且穩定的關係	1050
3		外表: 他的外貌是我的菜! 他的價值和身材深深吸引著我	1050
1	親密感	肢體接觸: 我和他經常有親密肢體接觸或很靠近的舉動	1050
3		表達愛意: 我們會經常表達出彼此濃濃的喜歡和愛意 (例如: 說情話、放閃)	1050
3		心動: 見到對方時都會有怦然心動、臉紅心跳的感覺!	1050

你還要什麼樣的戀愛度? 還是整體一點,或許我可以幫你找找看!

你理想中的戀愛就是... 你理想中的條件就是... 你理想中的戀愛就是... 你理想中的條件就是... 你理想中的戀愛就是... 你理想中的條件就是...

113學年度輔導室系列活動花絮

三好故事屋-讚美的力量

113.09.23(-)

何坤峰 輔導主任



9月三好故事屋活動由輔導室何坤峰主任主講。坤峰主任與大家分享「讚美」在生活中、人際互動中帶來的正向力量。

此外，發起「讚美大聲說」活動，邀請學生上台分享想要讚美的人，讓善的循環在生活中轉動。



生命教育十堂課 從電玩看正當休閒

113.11.25(一)

陳璿宇 檀講師



邀請國際佛光會世界總會陳璿宇檀講師到本校與國中部學生分享「從電玩看正當休閒」。

陳璿宇檀講師以自身經驗與學生們分享正當休閒活動對身心、生涯發展、人際互動等方面的重要性，並鼓勵學生們能多探索以增廣見聞。



三好校園

做好事 Do Good Deeds
說好話 Speak Good Words
存好心 Think Good Thought

生命教育、家庭教育活動-

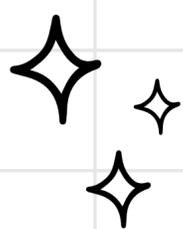
音樂劇《成為祝福》

114.12.20 邀請彩虹愛家生命教育協會南投埔里草屯團隊到校演出，為學生們帶來精彩感人的音樂劇《成為祝福》，劇中看見了族人們相互支持，每個人都勇敢承擔挑戰，最後成功拯救家園的感人故事。



在音樂劇中，向孩子們傳遞了互助、勇氣、感恩、堅強、面對挫折等重要價值。





生命教育十堂課 行三好生活 創造幸福人生



113.12.23(一)

江峰平 檀講師



輔導室邀請國際佛光會世界總會 江峰平檀講師到本校與國小部學生分享「行三好生活 創造幸福人生」。

江峰平檀講師以經典故事、新聞案例與同學分享在生活中行三好所帶來的正向力量與循環，期望大家都能在生活中行三好，創造自己的幸福人生！！

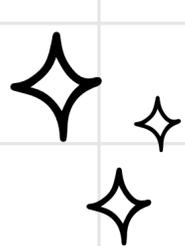


南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

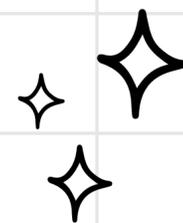
評鑑指標	指標二：學生面向
內容	學務處於段考後規劃宿舍家庭日，目的在於凝聚宿舍團體氛圍、培養學生內務整理、自我照顧能力，由生活導師及各區學長姐們示範與帶領學弟妹們進行宿舍內務整理，培養學生成為「生活高手」。

成果照片





113學年度第一學期 家長日暨親師座談會



113.10.12(六)

輔導室與學務處合力規劃一系列的親師生活動，以增進彼此的交流。



親子野餐活動，邀請家長與學生、老師一同在校園中野餐，共度歡樂的親師生時光。



親師座談會，首先由校長向家長說明新學年校務重點，接著再由導師與家長的交流孩子的在校情況。



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標三-家長面向：辦理親職教育課程或活動。
活動名稱	113 學年度九年級升學座談會
活動時間	114/2/14(五) 14:00-15:00

成果照片

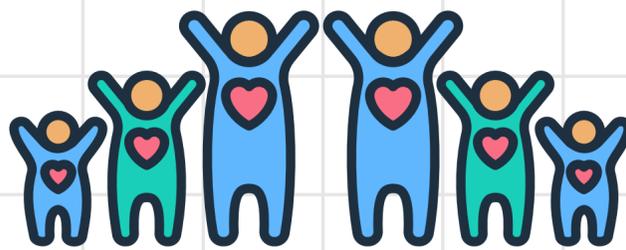


圖說：邀請九年級導師與家長共同針對學生的複習進度、升學進路規劃、升學相關資源提供等進行對話，了解學生現階段的狀況，並針對學生個別狀況進行討論與資源協助。

113學年度輔導室系列活動花絮

113學年度第二學期 家長日暨親師座談會

114.3.29(六)



★ **親師座談會**，首先由校長向家長說明新學年校務重點，接著再由導師與家長的交流孩子的在校情況。



★ **親職教育講座**，邀請葉家齊老師分享主題：如何不吼不叫，讓孩子主動學習，講師分享主動學習的動機、正向溝通與讚美對培養孩子主動力的效益。



113學年度輔導室系列活動花絮

113學年度(家庭教育)親職教育講座 如何不吼叫，讓孩子主動學習



114.03.29(六)

114.03.29(六) 輔導室邀請葉家齊老師與老師、家長分享主題「如何不吼叫，讓孩子主動學習」以實例引導與會者分析形成主動學習的動力因素。



除分析主動學習的動力因素外，也分享幾個正向鼓勵的方法，包含溝通模式與讚美公式，都讓與會者受益良多。

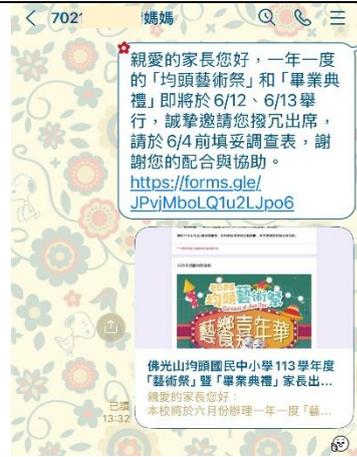


南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標 指標三-家長面向：多管道進行親師聯繫。

成果照片

1. 導師運用班級群組、LINE 與家長保持聯繫，即時性與個別化的將重要訊息與家長聯絡、討論。



2. 除以電話、訊息的方式轉知家長學校重要訊息、學生學習活動成果外，也利用臉書粉絲專頁同步公告，與家長建立多元的溝通管道。

開學前夕，與家長分享協助孩子收心的五步驟



邀請家長一同參與 2025 年藝術季活動



與家長分享學生在校的學習成果



以徵稿的方式，邀請家長寫一封給孩子的信



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標三-家長面向：落實家庭訪視功能
------	-------------------

成果照片

1. 導師運用班級群組、LINE 與家長保持聯繫，即時性與個別化的將重要訊息與家長聯絡、討論。



2. 定期以電訪方式與家長聯絡，交流孩子在校學習狀況。

八年級(113學年2學期) 訪談對象： 姑姑 電話 訪談日期：114-03-20 紀錄者： 114-05-08 14:47更新 修改 1 次

輔導內容要點：導師告知姑姑此狀況；尋求同步教育；如遇到衝突；該要請師長協助調整；學習控制情緒。

聯絡事項：
附件檔案：

四年級(113學年1學期) 訪談對象：爸爸 電話 訪談日期：114-01-11 紀錄者： 114-01-20 13:48更新 修改 1 次

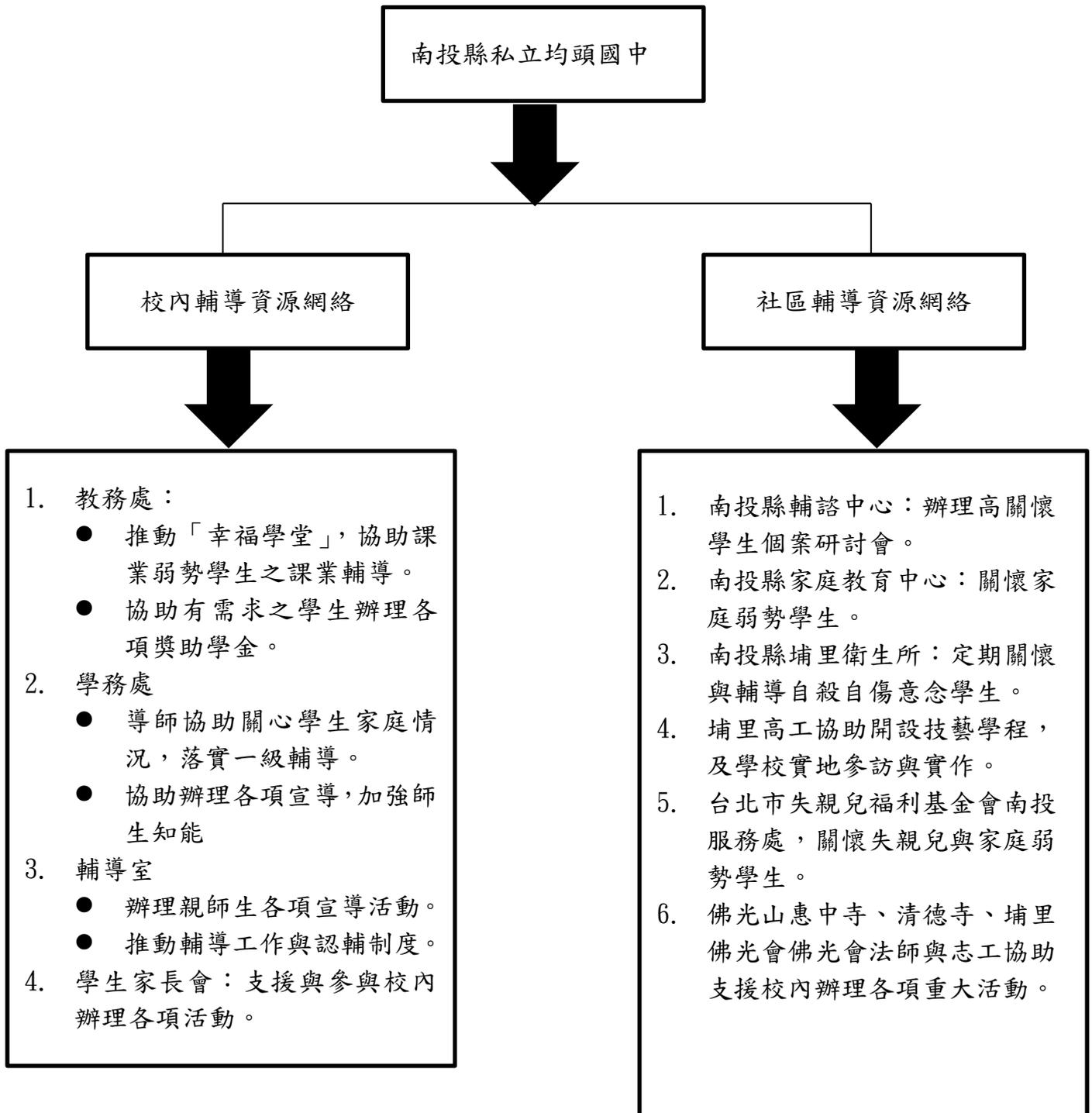
輔導內容要點：本學期孩子擔任學藝股長表現良好，無特殊事項發生，另獎勵孩子作業上及擔任幹部皆認真負責，故於期末聯絡家長告知並給予獎勵，於段考留校時與共同表現良好的同學帶出校外用餐。

聯絡事項：
附件檔案：

3. 善用親師座談會、校慶、畢業典禮等家長出席學校活動之時間，與家長交流、關心、討論學生在校與在家的狀況。



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度社區輔導資源網絡



南投縣私立均頭國民中小學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標 4 高關懷家庭面向：提供相關家庭教育諮商或服務。
項目	獎助學金：好苗子獎助學金、學優入學獎學金
內容	<p>1. 好苗子獎助學金：公益信託星雲大師教育基金基於「以教育培養人才」之宗旨，鼓勵偏鄉、清寒、弱勢之優秀學生順利就學，以培養優秀人才。</p> <p>2. 學優入學獎學金：為鼓勵資優學生來校就讀，以培育優秀人才。</p>
申請辦法與內容	
<p>1. 好苗子獎助學金： 申請連結：http://fbce.fgs.org.tw/plan/gsp</p> <p style="text-align: center;">好苗子人才扶植計畫獎助學金申請要點</p> <p>一、公益信託星雲大師教育基金基於「以教育培養人才」之宗旨，鼓勵偏鄉、清寒、弱勢之優秀學生順利就學，為台灣社會培育優秀人才，訂定本要點。</p> <p>二、本獎助學金申請者委由財團法人佛光山文教基金會承辦(以下簡稱本會)進行書面審查並實施家訪，由委員會審查核定錄取獎助名單，本會保留錄取名額決定權。</p> <p>三、申請資格及獎勵金額：中南部家境清寒的優秀學生為先。人數分別為國中 30 名，每學年給予獎助學金 15 萬元；高中 30 名，每學年給予獎助學金 10 萬元；大學 20 名，每學年給予獎助學金 20 萬元，此獎助學金分上下學期直接發給學生繳交就學相關費用。</p> <p>四、申請資格：</p> <p>(一)清寒家庭的審核標準為以下兩者之一：</p> <p>A. 具有鄉鎮區公所以上政府單位開立之中、低收入戶證明者。</p> <p>B. 家庭突然遭遇變故或其他情形致生活陷於困難者，可經鄉鎮區公所出具證明。</p> <p>(二)請領獎助學金優秀學生的標準(續領同)：</p> <p>前一學年學業成績總平均達八十分以上，且操行成績達八十分以上者，即可提出申請。</p> <p>(三)申請學生者，應為應屆畢業生；轉學或插班學生不受理申請。</p> <p>五、申請期限及申請表：由各校初審填具申請表檢附表列文件於每年 3 月 25 日前送達。 承辦單位：財團法人佛光山文教基金會（84049 高雄市大樹區興田路 153 號），聯絡電話：07-6561921 轉分機 1120~3，個別寄送者以郵戳為憑。</p> <p>六、審核資料：(請參考申請表附件)</p> <p>(一)申請表：</p> <p>1. 應檢附證明文件是否齊全。</p> <p>2. 申請表填列內容無遺漏。</p> <p>3. 申請表填列內容經比對應與檢附證明文件一致。</p> <p>(二)全戶戶籍謄本(含記事)。</p> <p>(三)低收入戶卡/清寒證明書影本/其他足以證明家境清寒之文件/其他佐證資料</p> <p>(四)上學年度各領域成績單正本一份。(需學校用印)</p> <p>(五)自傳、推薦函、其他(特殊才藝或活動者，請附上比賽得獎或證明影本)。</p>	

- 七、撥款：本會每學期註冊時，辦理獎助學金直撥請領學生，應由獲獎人本人領取獎助學金並簽領獎金領據，獎助學金之發放，相關賦稅問題，概由獲獎人自行處理。
- 八、本要點經承辦單位財團法人佛光山文教基金會修改，經主辦單位核定後實施，修正時亦同。

2. 學優入學獎學金

南投縣私立均頭國民中小學【學優入學】獎學金申請辦法

- 一、為鼓勵資優學生來校就讀，為台灣社會培育優秀人才，訂定本辦法。
- 二、本獎學金由專案補助七至九年級學生，每年 10 位學優名額，給予獎學金 15 萬元（每學期 7.5 萬元）。
- 三、申請本獎學金者，須參加佛光盃基礎學科能力檢測及書面審查，由學校審查核定錄取名單。
- 四、申請資格及條件：
- (一)申請學生應為國小應屆畢業生，申讀本校國中部七年級；轉學或插班學生不受理申請。
- (二)請領獎學金優秀學生條件：(需符合下列條件二項以上)
1. 小學階段參與由政府單位主辦之縣級以上競賽(包含國語文競賽、英語文競賽、科展、運動競賽等)表現優秀，獲得前三名者。
 2. 採計五上、五下、六上成績平均 90 分以上，其中國語文、英語文、數學、自然科學成績均需達 90 分以上，且日常生活表現優良者。
 3. 參加本校佛光盃基礎學科能力檢測，且成績優異者。
- (三)續領資格為前一學期在校成績平均達 85 分以上，其中國語文、英語文、數學、自然科學、社會成績均需達 85 分以上，且日常生活表現優良者。
- 五、申請期間：
- (一)本獎學金於每學年二至六月份，七年級入學前辦理第一次申請，申請日期依本校每學年度公告日期為準。申請通過學生，於在學期間之每學期開學前進行複審，複審合格者即繼續發放獎學金。
- (二)本獎學金各項申請文件、填寫資料、證明等不全者，皆視同資格不符處理。經審查後 不論錄取與否概不退件，亦不得要求補件，申請人不得提出異議。
- (三)核定本項獎學金補助之學生，不另行補助本校佛光盃基礎學力學科檢測獎金。
- 六、領取本項獎學金之學優學生，需在本校續讀三年並遵守本校相關規定。

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標四-高關懷家庭面向：提供相關家庭教育諮商或服務
內容	帶領學生參與社區活動，將三好精神落實於生活中，並與社區建立良好互動。

成果照片



圖說：參加 113 年度家扶中心義賣活動。



圖說：結合農曆 12 月 8 日佛陀成道紀念法寶節，本校烹煮了近 2500 份臘八粥，由校長、董事會秘書、行政團隊與好苗子學生代表，贈予埔里鎮機關團體、廠商、診所及鄰里居民，除敦親睦鄰外，也感謝他們平日對本校師生的照顧與協助。

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標四-高關懷家庭面向：提供相關家庭教育諮商或服務
內容	於學期間落實三級輔導工作，是學生狀況辦理個案討論會，藉由系統會談強化親師生間的合作。

成果照片



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標四-高關懷家庭面向：提供相關家庭教育諮商或服務
內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 開設以情緒覺察、人際互動為主題的小團體，藉以培養學生情緒覺察、表達與人際互動之能力。 2. 以藝術創作為媒介，在過程中引導成員探索自己的情緒狀態，並透過共同創作、討論培養成員的情緒表達與人際互動。

成果照片



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標四-高關懷家庭面向：提供相關家庭教育諮商或服務
內容	每學期初針對轉學生辦理轉學生座談，藉由座談會中的團體互動與分享，協助轉學生認識同儕與校園，並了解其在生活適應的情況，適時的給予協助。

成果照片



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標五-其他特色
內容	於輔導室網站中設置家庭教育區，放置家庭教育相關資訊
網站連結	<ol style="list-style-type: none"> 校內親子刊物：均頭心語 https://www.jtjhs.ntct.edu.tw/ischool/publish_page/7/?cid=2532 家庭教育專區：家庭教育實施成果、家庭教育諮詢專線、家長日親職教育手冊 https://www.jtjhs.ntct.edu.tw/ischool/publish_page/7/?cid=2584 網站資源連結 https://www.jtjhs.ntct.edu.tw/ischool/publish_page/7/?cid=2742

成果照片



- ▣ 最新消息
- ▣ 組織成員與工作職掌
- ▣ 資料組
- ▣ 特教組
- ▣ 輔導組
- ▣ 均頭心語
- ▣ 三好故事屋
- ▣ 表單下載
- ▣ 升學專區

輔導組 / 家庭教育 / 家庭教育諮詢專線





家庭教育諮詢專線412-8185

南投縣家庭教育中心 關心您 廣告

夫妻相處 / 子女教養 / 親子溝通 / 人際關係 / 自我調適 / 性別交往 / 家庭問題



- ▣ 最新消息
- ▣ 組織成員與工作職掌
- ▣ 資料組
- ▣ 特教組
- ▣ 輔導組
 - 學生輔導工作
 - 家庭教育
 - **網站資源連結**
- ▣ 均頭心語
- ▣ 三好故事屋
- ▣ 表單下載
- ▣ 升學專區

輔導組 / 網站資源連結

◆ 心理衛生專區

[勵馨社會福利專業基金會](#)

[張老師全球資訊網](#)

[台灣心理諮商資訊網](#)

[董氏基金會心理衛生組](#)

◆ 生命教育專區

[生命教育全球資訊網](#)

[生命教育資訊網](#)

[健康久久網站之青少年好漾館](#)

◆ 性別平等專區

[教育部國民及學前教育署性別平等教育資訊網](#)

[行政院性別平等會](#)

◆ 家庭教育專區

[教育部家庭教育資源網](#)

[南投縣家庭教育網](#)

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標五-其他特色
活動名稱	幸福家庭兌換卷
活動內容	推動幸福家庭兌換卷，鼓勵學生於假日返家時多參與及協助家庭事務，為自己的小家盡一份心力。

成果照片



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標五-其他特色
內容	閱讀教育，圖書館推動多元的閱讀活動，包含班級書香、讀報、剪報等，並鼓勵學生閱讀多元議題的書籍，以增廣見聞。

成果照片



2025世界閱讀日

分享閱讀趣

書名: 老厝阿嬷 80-38 黃麗姿

這本書在講述的並不真正是「老厝阿嬷」,而是在講述這位到台北的老房子,而繪本中門牌79號的房子就是書中的主角,因為當初以為老房子要拆掉所以寫了一封告別信,也正是因為這封告別信,促使這本書的誕生,但最令我驚奇的是這一棟老房子並不是單單是老房子,而是一棟現代少見的日式建築,然而這樣建築了滿屋在屋的各種回憶,相信「老厝阿嬷」是相當的意義非凡。



主辦單位: 國立編譯館 合辦單位: 財團法人國家圖書館

2025世界閱讀日

分享閱讀趣

書名: 邊境 90- 葉晴芬

我能同情文化差異的孤獨感,在邊緣不完全屬於某個群體。也喜歡她給中華描述與大家的互動,以及與外婆的感情。讓開頭的身份認同掙扎,到長大後的平衡點,找到自己的位子完美切合。我回味無窮!



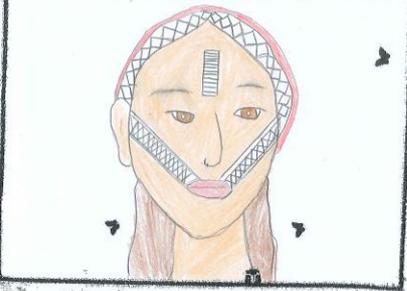
主辦單位: 國立編譯館 合辦單位: 財團法人國家圖書館

2025世界閱讀日

分享閱讀趣

書名: 神奇的小水 202-33 江欣瑛

內容提及到泰雅族的小水、jaya、德種祭的儀式,還展現了泰雅族特有且重要的傳統文化,這本書本能更進一步了解泰雅族的禮儀和生態智慧,且也有族語讓更多人認識,檢查外意義是藉由長輩對現代小孩的語法教學,讓他們在成長過程中學習到泰雅傳統生活知識與技能,若族人過世的時候,就是一個生靈在打斷,沒地,經過一段時間,才能轉成 jaya!



主辦單位: 國立編譯館 合辦單位: 財團法人國家圖書館

2025世界閱讀日

分享閱讀趣

書名: 如果你迷路 802 吳永新

人們總是在許多地方迷路,不見得是實質的,可是在黑暗中在時間中,我是在從谷底走出的路中,而在這些時候,我希望有人能在身邊給我幫助,在黑暗中給我一盞燈,在時間中給我一面鏡子,在谷底中能給我一張椅子,對我來說只有一種人能如此照顧我,那就是家人,所以啊,關懷和陪伴是必需的。



主辦單位: 國立編譯館 合辦單位: 財團法人國家圖書館

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標五-其他特色
活動名稱	第 565 期均頭心語徵稿：「我最親愛的寶貝」
活動內容	<ol style="list-style-type: none"> 1. 邀請家長以「我最親愛的寶貝」為主題，分享想對孩子說的話、祝福、支持，或是觀察其在學校的學習、成長與蛻變，徵得之稿件將刊載於第 565 期均頭心語上。 2. 輔導主任特將每一封家長寫給孩子的信印下來，以信件的方式交予學生，讓孩子看見家長溫馨的心裡話。

成果照片

南投縣私立均頭國民中小學
4月15日 · 0

第 565 期均頭心語徵稿活動「我最親愛的寶貝」....
輔導室已經收到兩位家長的投稿囉....
想到孩子到時候在心語出刊後看到爸媽寫給自己的鼓勵、肯定與愛....我想「親子關係」一定會瞬間大加分的....
親愛的爸媽們....快快快，版面有限，把握機會，勇敢說出你的愛！

第 565 期均頭心語徵稿
我最親愛的寶貝

邀請您與我們分享您的感動

徵稿主題 我最親愛的寶貝

徵稿內容 1. 邀請家長與我們分享孩子在均頭的學習、成長與蛻變。
2. 邀請家長用文字寫下對孩子的肯定、支持、讚美與祝福等 (字數：限200字以內)

交稿方式 1. 書面稿--請交由學生送至輔導室
2. 電子檔--請傳送至
jt112006@jtjhs.ntct.edu.tw

收稿時間 即日起開始收件，5月10日截止

注意事項 1. 所有稿件一律不退稿，經錄取刊登之稿件，本校有權進行必要之編修
2. 未刊載於565期均頭心語上之投稿將另刊載於本校FB臉書專頁。
2. 請附上一張清晰的親子合照照片一張

均頭師師生是一家人 讓我們用愛一同陪伴孩子成長！

43 2則留言

南投縣私立均頭國民中小學
4月28日 · 0

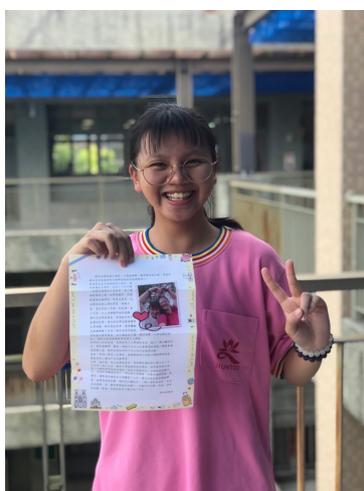
明明心裡滿滿的是開心...是愛
但話講出來卻總變成是指責和數落.....
甚至....已經沒話好說了！
試著用寫的吧....

https://www.post.gov.tw/post/FileCenter/post_ww2/Bulletin_File/files/1513296906483/E755873E-0E8C-45B9-B100-5D..... 查看更多

提筆說愛
寫給孩子的一封信

即日起開始收件，5月10日截止

57 2則留言 1次分享



我最親愛的寶貝 - 來自家長的一封信

親愛的芊芊，還記得送你上學的第一天，嘴上叮嚀你要勇敢加油，但爸爸卻忍不住哽咽。直到後來，每次送你返校時，你笑著揮手說再見、我們互道愛你的那一刻，我知道，送你來均頭是正確的決定。均頭讓我的寶貝，成長為勇敢、有禮、懂感恩、懂尊重、有責任感的好孩子。爸爸為你感到驕傲，也要謝謝所有師長們的教導與守護。爸爸愛你。



101 杜芊芊與爸爸

法乘從一開始的無所適從和逃避，到如今情緒穩定、認真學習，都是因為有了適合他的環境與師長的愛與關懷。

記得他一年級剛入學搭校車回校時總是情緒低落，甚至哭鬧不休。有一天貓頭鷹校長見他哭鬧給了他一個愛的抱抱，告訴他「均頭國小有愛你的媽媽」，讓他感到安全。從那時起，他的情緒有了大逆轉，不再焦慮，而是開始專心學習，慢慢適應這個充滿愛的環境。



201 申法乘與奶奶

宥淇在均頭已近兩年，每天上學路上是我們最開心的親子時光，聽他分享學校點滴，感到欣慰。當初選擇均頭也曾猶豫，幸好有家駿主任、美萍老師的陪伴與教導，讓宥淇逐步適應、成長、懂事。很慶幸當初的選擇，感謝均頭所有師長們，給孩子這麼溫暖又美好的學習環境，讓宥淇快樂成長。



201 巫宥淇與奶奶

在均頭的日子，見證著你的成長。在足球場上，你刻苦訓練，面對強敵也永不放棄。學習中，你獨立思考，面對難題勇敢解決，提出獨特見解。生活中，你自理能力強，整理內務、準備學習用品，事事有條理，回家後還會主動分擔家務。你善良又溫暖，未來的路，媽媽永遠是你最堅強的後盾。願你在这片充滿愛的土地上繼續茁壯成長，媽媽永遠愛你，永遠支持你。



401 詹喻棋與爸媽



701 胡桓嘉與姑姑

你成長的不只是身高，更讓我看見你默默書寫著屬於自己的成長詩。從曾經不擅長生活自理，到如今能獨立打理起居，每一個轉變，都讓我滿心感動。你開始主動洗衣、整理房間、幫忙做家事，對長輩總是充滿禮貌，也細心關心奶奶；在校園裡，你積極參與社團，與同學們相處融洽，這些點點滴滴，都見證了你的蛻變。感謝導師周一慧老師與所有師長的陪伴與包容，因為有您們的溫暖守護，桓嘉才能這麼穩定踏實地往前走。親愛的孩子，願你繼續保持這份自律與溫柔，勇敢前行。你正用行動，一步步成為那個讓我們驕傲的少年，而那份溫柔與努力，就是屬於你最美的光。

曾經的你害羞膽怯、遇事想退縮，讓我們好擔心。

但如今，在均頭的你一步步成長，變得獨立、自信又勇敢，每次看到你突破自己，我們都好驕傲。謝謝你一直努力，未來也請帶著這份勇氣與善良，勇敢追夢，成為那道溫暖自己也照亮別人的光。我們會一直在，永遠愛你的爸媽。



801 袁子甯與爸媽

我最親愛的寶貝 - 來自家長的一封信

禹程小四時陪著哥哥來到均頭，全家也從彰化搬到埔里，展開全新的生活。在這個溫暖的校園裡，他不只學習知識，更在「三好四給」的薰陶下，學會同理與付出。感謝師長的用心，讓原本內斂的他，蛻變成一個溫暖、懂得關懷的人。這份成長，是我們最踏實、最珍貴的幸福。



801 陳禹程全家福

因為在住宿型學校，璿安變得更獨立，也樂於助人。在寧晏老師的鼓勵下，勇敢參加戰鼓隊、合唱團，並代表南投縣參加全國合唱比賽獲得優等，找回自信。



801 黃璿安與爸爸

最讓我感動的是他參與「我騎車，你隨喜」募款活動，250公里的挑戰，不只鍛鍊體力與意志，也學會「施比受更有福」的精神。

學習是條長路，期盼璿安在均頭持續成長，帶著這份堅持與善良走得更遠。

我是俞潔與彥成的媽媽，想向均頭國中所有辛苦付出的教職員們深深說聲謝謝！特別感謝貓頭鷹校長的暖心陪伴，還有總校長親自帶隊陪孩子們騎自行車回佛光山，這些溫暖與關愛，深深烙印在孩子們心中。



802 陳俞潔、陳彥成與媽媽

還記得孩子剛升七年級時，我滿心擔憂，擔心他們無法適應住宿生活，撐不到一個學期。但如今，孩子們不僅學會獨立、情緒穩定，還能勇敢面對挑戰，在全校師生前表達自己，甚至學會面對壓力不逃避。我驚喜地發現，他們真的長大了！這要特別感恩導師張靜云老師的教導。

謝謝均頭這個充滿愛的環境，謝謝所有師長們的陪伴與引導，讓孩子們一步步蛻變茁壯。感恩有您們！

看到這次徵稿，內心很激動，想分享智惠的努力和對均頭師長的感謝。

智惠來自台中神岡，國中前適應不良，雖然她努力不懈，但成績總不見起色，看著她疲憊不堪，我們決定帶她轉學到埔里均頭。感謝學校給予機會，讓智惠擁有全新的開始。

來到均頭後，她變得快樂、自信，雖然步伐不快，但穩穩向前。我相信，她一定能找到屬於自己的天空。



802 羅智惠與媽媽

回想芸瑄剛入校那段日子，每晚電話裡都是想家的情緒與對新環境的不安。然而，在住校生活的歷練下，瑄瑄變得更懂得表達自己，做事更有條理，也展現出陽光、愛家的溫暖模樣。寶貝，這段準備會考的日子辛苦了！媽咪最希望你健康成長，然後帶著這份勇氣和溫柔，繼續朝夢想邁進。Sa'icelen！（阿美語，加油！）



902 李芸瑄與媽媽

親愛的孩子，從你極度抗拒回學校，到現在愉快地跳著步伐回校，六年時間匆匆過去。在這2000多天裡，媽媽從最初的擔心、緊張，到如今的放心、安心，看著你從一個情緒容易波動的孩子，變得更加沉穩。即將畢業，離開均頭這個安全的堡壘，媽媽希望你能謹記師長的教誨，勇敢邁向人生的新旅程。祝福你未來的每一步都精彩踏實，媽媽永遠愛你並全力支持你。



902 藍雋亞與媽媽

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標五-其他特色
活動名稱	幸福午餐
活動內容	由家長會與學校合作推動，目的在於鼓勵各班段考表現優秀的學生。許多家長委員們當天會出席活動，陪同孩子一起用餐，關心他們的在校生活、適應狀況，並鼓勵他們持續在學習中精進。

成果照片



幸福午餐

今年度於雲端教室溫馨舉辦了三次「幸福午餐」活動，獎勵各班前三名及進步獎的品行優良學子。活動中，感謝家長會麗秋會長、安君副會長、玉萍副會長伉儷、彥迪副會長伉儷，以及惠玲、玫瑰委員熱情參與，為孩子們帶來滿滿的肯定與鼓勵。

特別值得一提的是，麗秋會長為了嘉勉連續三次月考成績達標的同學，特別準備每人 200 元紅包，為孩子們注入滿滿的動力，期許大家持續努力、向夢想邁進。

校長胡金枝感謝家長會持續挹注「幸福午餐」的經費，更感恩麗秋會長的溫馨送暖與家委們的全力支持，讓均頭校園處處洋溢著幸福與感恩，真是揪甘心欸！



南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標五-其他特色
活動名稱	我騎車你隨喜，送愛到泰北
活動內容	<p>為慶祝創校 20 周年與向創辦人 星雲大師致敬，發起「我騎車你隨喜，送愛到泰北」活動，由學生騎乘自行車從埔里出發前往高雄佛光山，家長隨喜贊助，募款捐贈泰北聖心中學。</p> <p>該活動可謂為親師生共同合力完成，一路上除了師生互相的照應外，還有一路上佛光山各道場的支援，以及許多自發性隨隊的家長，提供了許多物資與心靈上的支持，一同見證孩子們的成長。</p>

成果照片





佛光山均頭中小學 歡慶創校 20 周年

本校為慶祝創校 20 周年與向創辦人～佛光山開山祖師星雲大師致敬，12 月 6 日由總校長吳榕峯領軍，率領國中部 43 位學生及陪同照顧的師長共 70 人，展開全程 250 公里的「我騎車—你隨喜—送愛到泰北」活動，由學生騎乘自行車從埔里出發前往高雄佛光山，家長隨喜贊助，募款捐助泰北聖心中學。校長胡金枝勉勵學生「千里之行，始於足下」，要學習星雲大師，實踐四給的精神。

此次活動以本年度成立的自行車社七、八年級學生為主要成員，再從中挑選狀況較佳的學生擔任小隊輔，賦予帶隊領騎、路口指引與帶動士氣的責任。250 公里的路程，對於學生的體力與毅力而言，都是一大考驗，但也在這群孩子心中種下一顆「善」的種子，讓他們有勇氣與信心，完成神聖的使命。

三天旅途中特別要感恩佛光山雲林講堂與南台別院師父與義工們的溫馨接待，讓師生一行能獲得完善的休息。另外也要感謝許多自發性隨隊的家長，除了提供許多實質物資的資助外，更感人的是親眼見證了孩子們的堅強與毅力。





901 白景文

雖然這一趟騎行是要實踐「給」的精神，但是我卻充滿了「得」。因為這一路我就只負責騎車，但從行前師長們的規劃與訓練，到騎乘上路後，一路的安全維護、來自雲林講堂與南台別院師父們的溫馨接待、一路上隨行支援的家長與最重要一路相互支持鼓勵的夥伴們，我從他們身上得到了更多的溫暖、鼓勵與陪伴。

901 許翔恩

離佛光山越近，我越放慢自己的速度，因為這一趟旅程，我最大的目標並不是騎到目的地，而是享受與夥伴們一起騎乘自行車的快樂。一路上大家相互提醒、鼓勵、安慰，讓我好感動... 我好想再騎回均頭喔！

802 李沛蓉

第一晚我們抵達雲林講堂時，看到我爸媽在門口舉著布條鼓勵我，這讓我相當驚喜，我很謝謝他們支持我完成這一次的挑戰，而且還放下手邊的工作來為我加油。那時候爸爸有誇我很厲害... 其實我也覺得自己很厲害。

801 蘇傳尹

除了完成了250公里的艱難挑戰外，這趟旅程又能募款幫助泰北的孩子，讓我覺得很有榮譽感。另外這一趟騎程，讓我印象最深刻的一件事，就是團隊的合作，因為我知道要完成這項挑戰，有賴很多人為我們默默的辛苦付出。

701 黃奕翔

第一天開始時有好幾段很陡的上坡路，讓我累得想放棄，但中午休息時看到爸爸特定放下手邊的工作趕來為我加油，他告訴我他以為我榮，他相信我一定辦的到。當下我的疲累就完全煙消雲散，我很謝謝爸爸給我的鼓勵和支持。

701 黃贊文

有一段上坡路，因為大家速度突然變很慢，我差點因此跌倒。還好黃孟棠學長在後面推我一把，還很暖心的要我加油。另外在我們快抵達佛陀紀念館時，學長們突然帶大家一起唱起校歌，我們越唱越HIGH，越唱越有力。這兩段小故事，讓我深深感受到～我們是一個團結的團隊。

南投縣私立均頭國民中學 113 學年度家庭教育成果

評鑑指標	指標五-其他特色
活動名稱	母親節感恩卡比賽
活動內容	學務處於 5 月辦理母親節感恩卡活動，邀請學生將自己對於母親、家人的感謝與祝福以圖文的方式表達。

成果照片

