



新北市立金山高級中學第17期

發行人：林美真

總編輯：李清波

文字編輯：

賴雅琦、張嘉雯、洪秉泓、
翁筱涵、洪婉郡、蘇翊涵

發行日期：104年11月2日

本期主題：生涯發展教育

(高中部)

健康、關懷、多元

準備學測小叮嚀



學測倒數在即，時間規劃與複習方向很重要，針對救不起來或搶救成效不大的科目，要果斷的取捨！複習方向可依據**未來校系**會採計的科目做最後的加強。

至於**如何準備學測**呢？以下幾點建議供同學參考：

1. 課本優於參考書：學測考大觀念，要以課本為主。
2. 先了解概念再做題目：概念沒搞清楚就做題目，結果會比沒做題目更慘！
3. 考古題很重要：考古題提供考試方向，但別做太多，以免淪為背解答。
4. 整理筆記：各科筆記儘量整理在同一本，下次複習才不會漏掉。
5. 製作隨身背書本：利用瑣碎時間，特別加入自己背不起來或容易搞混的概念。
6. 不要過度補習：勿讓補習竊佔太多消化吸收上課知識的時間。
7. 培養運動的好習慣：運動能增強體力與紓壓，周末一定要抽出時間做運動。
8. 該玩的還是要玩：念不下、心情煩躁時，放鬆心情是絕對必要的。
9. 有效時間規劃：建議跟著老師安排的進度學習，偶而沒跟到就儘量補上。

這是一場耐力賽，無論你進步的多緩慢，最重要的是絕不停下腳步！

高輔中心 11-12 月活動預告

1. 11/11-11/23 高一時空膠囊(下圖為去年活動照片)



2. 11/18 高二「MY-幸福地圖」生涯小團體開跑~

3. 發行 2015 金中升大學指南

4. 12/10 前進大學

-德明財經科技大學入校宣導

5. 職涯講座(自然學程、餐飲學程)

6. 11/19 高二學習輔導講座-關鍵字學習法



編者的話

大學學測是高中升大學的重要關卡，學測成績對大學「繁星推薦、個人申請」有著重大的影響！因此，高輔中心特別提供「準備學測小叮嚀」，希望同學們把握時間衝刺，考得理想成績。Fighting!!

高中輔導中心在學期中會辦理各項跟同學們學習、升學、生涯相關的講座及活動，希望同學們能用心參與，讓高中生活順心如意哦!!

輔導主任 李清波
104.11.2

從 104 金中高一性向測驗 看社區高中的教學困境

性向是指個人在某方面的學習潛能，本年度高一性向測驗選用中國行為科學社「新編多元性向測驗」，其中包含八個分測驗，所測結果如下：

(總測驗人數:186人)

分測驗	1. 語文推理	2. 數字推理	3. 圖形推理	4. 機械推理	5. 空間關係	6. 中文詞語	7. 英文詞語	8. 知覺速度與確度
平均 PR 值	18	11	36	26	30	16	21	34
PR 值 >50	18人	9人	60人	30人	58人	10人	17人	45人
PR 值 <5	69人	104人	11人	36人	34人	56人	32人	10人
Q: 什麼是 PR 值?	PR 值即百分等級，將該測驗所有考生的量尺總分排序後，依照人數均分成一百等分。最大 99，最小 0，若 PR 值 80 則表示測驗結果 100 個人中贏過 80 人。							

由上述結果可看出本校高一新生在**圖形推理**及**知覺速度與確度**方面有較佳的天賦及學習潛能。但**語文推理**及**數字推理**的學習潛能則呈現極大的差距，同一班級內有 PR 值 80 分以上的學生，亦有超過不少人的 PR 值在 5 以下。

這樣的結果在政府廣推社區高中，並加重大學繁星入學比重的政策下不難想見，面臨最大挑戰的是 PR 值在前端的學生以及身處教學現場的老師。

PR 值前端的同學如何自學、保持競爭力，讓自己不迷失在「前幾名」的光環中；而教學現場的老師如何兼顧兩群學習潛能極端的同學，並順利進行教學，達成學習目標，是目前急需大家正視的問題。

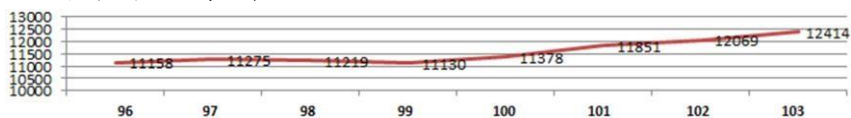
活動快訊

- 11/8(三) 工作世界宣導-高一
- 11/24(二) 親職講座2
- 11/25(三) 特教宣導:生命鬥士·輪轉校園
- 1/22-23 大學學測

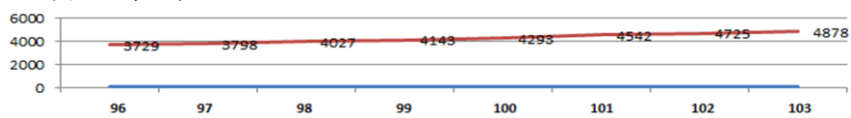
HOT 熱門科系在哪裡?

讓數據告訴你!透過持續上升的大一新生人數，可以知道近年來的熱門科系在以下四個學群裡。

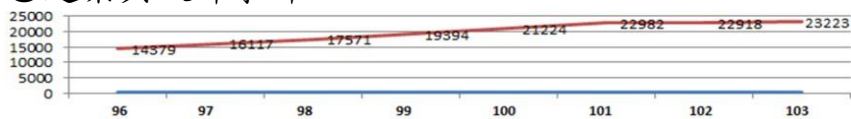
① 醫藥衛生學群



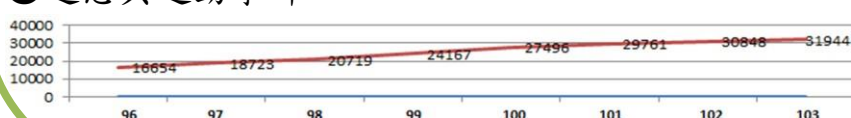
② 藝術學群



③ 建築與設計學群



④ 遊憩與運動學群



104 學年第一學期家長日

本學期的家長日，感謝所有處室、老師與同學的協助，有熱情同學的引導、導師用心的與家長說明班親會事項，建立良好互動，輔導處也在國、高中部家長日辦理親職議題相關生涯輔導講座資訊，增進家長的知能，來看看當天的盛況吧。



導師用心的說明班級理念與溝通



同學們蓄勢待發迎接家長到來



輔導處團隊親切與家長溝通引導



校長和家長進行座談與分享

性別教育系列講座

9 月份邀請學校社工師與性諮商心理學會，辦理性別教育講座，過程中與同學良好的互動，增進同學對於性別觀念的重要認識。



社工師與同學分享常見性別的迷思與觀念



青春達人，學習如何愛人與愛自己



同學參與課程進行活動討論

生命教育月系列活動-『凌華教育基金會，混障綜藝團送溫情』

10 月為生命教育推動活動，特別邀請混障綜藝團來校進行生命教育的分享與演出，同學看得目不轉睛，也和老師們有很棒的互動體驗，記得老師的提醒，永遠別小看了自己，努力去創造自己生命的價值吧。



聽障表演講師，進行精彩的歌舞表演



混障綜藝團全體與同學分享



同學認真參與講座



講師邀請同學上台互動

特教宣導

嗚~老師王小陸又來弄我了，把我桌子撞了一下東西都撒出來，他今天作業又沒交上課還一直搗蛋……

班上是不是常有這樣的同學呢，同學都會說他是過動症，真的是這樣嗎？也許他們還有許多我們不了解的地方~

什麼是注意力缺陷過動症？

注意力缺陷過動症 (Attention - deficit Hyperactivity Disorders, 簡稱 ADHD) 俗稱過動症，主要的症狀為不專注、過動、衝動。

注意力差

- 無法注意細節、粗心
- 無法持續注意在一件事物或逃避要花心力的事
- 聽話時會出現好像不注意聽或不遵守指示
- 做事沒有條理, 容易受外界刺激干擾

過動

- 手腳或身體上的動作很多
- 跑來跑去、離開座位
- 難以安靜在一個活動上或給人靜不下來的感覺
- 話多

衝動

- 無法等待、輪流
- 會干擾或打斷別人的說話
- 難以遵守例行性的規定

只要是出現不專注、過動、衝動徵狀的學生，就是 ADHD 嗎？

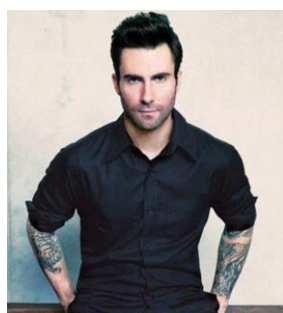
不是有上面的情況就是過動症唷，他們其實很需要大家的關心喔！因為他們可能在其他地方需要老師和同學的幫助，有些時候他們也不願意或無法控制，或是有下面的困難…

- 學不會，課堂上都聽不懂
- 身體上有其他不舒服
- 因為生病讓他的注意力不好

他們有很多優點 ~

- 他們頭腦不錯，甚至還有些是資優生呢！
- 很熱心、願意幫助別人
- 喜怒哀樂明顯，很容易觀察到他們的好惡
也許在他們快要坐不住時安排他擦黑板、發本子的任務；表演會時為他安排需要活力四射的角色；在討論活動中可借重他的創意來嘗試或驗證可以讓他們表現地更好喔！
- 極具創造力和想像力，充滿新奇點子，勇於探索和冒險，容易在感興趣的領域發揮潛能

有很多名人也被 ADHD 困擾 ~



亞當李維 (maroon5 魔力紅 主唱)

我常常無法整理思緒，想事情會卡住，無法專心。

可能腦袋有 30 個點子，卻因為無法歸類，導致好歌就這麼流逝了…



菲爾普斯 (奧運游泳好手)



比爾蓋茲 (微軟創辦人)