心書～新生家長指引



發　行 人：林桂鳳校長
編輯單位：國立新竹女中輔導室
出版日期：中華民國115年9月

校長的話

親師攜手成就自信的竹女人

當初秋的微風吹過校園的綠蔭，看著孩子穿上制服、邁著輕盈卻略帶沉思的步伐跨進校門，那一刻，相信您心中充滿了欣喜，也夾雜著一份對未來的溫柔牽掛。

作爲校長，我常站在穿堂凝望這群年輕的生命。高中三年，是一段極其特殊的黃金歲月——它不單是一段爲了進入理想大學而鋪設的履歷，更是一場深邃的自我覺察與生命探索。我們深信，教育的本質，不是填滿一個容器，而是點燃一把火。我們最深切的盼望，是陪伴孩子在三年的光陰裡，逐漸體悟並回答那個屬於她一生的生命課題：「我是誰、我喜歡什麼、我擅長什麼，以及我想成爲怎樣的人。」

探索、深化與定向，養成自主與實踐力

高中課程的豐富性與彈性遠勝過往，這正提供了孩子練習「生命選擇」的絕佳場域。學校爲孩子建構了多元適性的環境，陪伴她走過三個關鍵階段：首先，高一「從探索出發」： 這是拓寬生命視野的時期。透過必修與多元選修，我們鼓勵孩子勇敢踏出舒適圈，接觸不同領域。在這一年，請容許孩子有摸索與試錯的空間，那是她建立自省能力與學習風格的必經之路。高二「向專業深化」： 在釐清興趣與生涯方向後，孩子將進行選群，並在加深加廣與特色課程中扎根。

這不只是知識的累積，更是培養專注、研究精神與建立個人專業自信的黃金期。高三「向未來定向」：整合三年的自主學習與多元成果，孩子將透過繁星、申請、分發等管道走向適合的校系。這是她將過往積累轉化爲未來抱負的時刻。

教育的智慧在於讓責任回歸學生。高中採用學分制，修課並不等於取得學分，學生必須達到及格標準。若孩子遭遇學習瓶頸，我們期待她不是逃避或依賴，而是學會「適時求助」與「爲自己的選擇承擔責任」——這本身就是極具價值的品格教育。眞正的自由，來自於高度的自律與對他人的尊重。學務處的出缺勤與生活規範、圖書館溫馨充實的自習空間，其目的並非約束，而是爲了提供一個秩序與溫度並存的孵育場域。

做孩子生命中的智慧同行者

面對這座連結青春與未來的橋樑，我想以一位教育者的視角，與各位家長分享三點親職陪伴的思考：第一、看重「學習的過程」超越單一分數的得失：高中學術深度顯著提升，挫折是常態，更是成長的養分。成績是學習狀態的儀表板，而非評斷個人價值與未來的唯一標準。當孩子面對起伏時，請陪伴她分析原因、調整策略，培養她面對挫折的心理韌性。第二、傾聽孩子的聲音將決定權還給生命的主人：時代變局迅速，未來的職涯樣貌早已突破我們過去的經驗。過早爲孩子設定標準答案，反而限制了她的可能性。試著做一個傾聽者，陪他討論、分析，鼓勵她勇於探索，並在選擇後勇敢前行。第三、親師共舞築起最堅實的教育防護網：家庭是愛的港灣，學校是成長的基地。無論是選課規劃、學習歷程建立或情緒調適，輔導室每學期均舉辦家長說明會與教育講座。當孩子需要支持時，學校隨時是您與孩子最堅定的後盾。

我們期待三年後從竹女走出去的，是一位擁有包容力、創造力、思辨力與實踐力的自信女性。高中這三年是一場長跑，不需要每一次都完美無瑕，但需要持續學習、適時求助，並深刻體驗成長的每一個瞬間。讓我們以愛爲基底，以尊重爲引領，親師攜手，陪伴這群優雅而勇敢的竹女人，點亮心中的明燈，翱翔於屬於她們的廣闊藍天。祝福您與孩子在竹女收穫深刻、豐碩且溫暖的成長歲月！

教務處 在竹女，高中三年怎麼學？

一、從探索出發，走向適性發展

高中三年，不只是準備升學，更是學生逐步認識自己、發展能力、探索未來的重要階段。

竹女以「建構多元適性的學習環境，培養自信竹女人」為學校願景，透過部定必修、校訂必修、多元選修、加深加廣選修、彈性學習及自主學習等課程，提供學生多元而豐富的學習機會。

我們期待孩子在高中三年中，逐步完成：

高一 探索	高二 深化	高三 定向
● 建立高中各學科基礎能力 ● 接觸不同領域與多元課程 ● 認識自己的興趣、能力與學習方式 ● 為未來選群與課程選擇做好準備	● 依興趣及生涯方向進行選群 ● 修習加深加廣與特色課程 ● 發展個人學科興趣與專長 ● 累積有意義的課程學習成果	● 整合高中三年的學習經驗 ● 依個人目標準備升學 ● 透過多元入學管道選擇適合的校系 ● 為大學及未來生涯做好準備

教務處　在竹女，高中三年怎麼學？

二、如何進一步了解竹女課程？

竹女每學年度均公告課程計畫及相關學習資源，
學生與家長可透過：

1. 學校課程計畫
2. 選課輔導手冊
3. 教學資訊公告

了解各年級必修、選修及特色課程。



學校課程計畫

選課輔導手冊

給家長的小提醒

高中課程選擇比國中更加多元。與其急著幫孩子決定未來，不妨先陪她認識自己的興趣與優勢，鼓勵她勇於嘗試，也為自己的選擇負責。

教務處

我們希望孩子三年後成為怎樣的竹女人？

一、竹女人的四項核心能力

竹女的教育不只重視學科知識，也希望學生在學習與生活中逐步發展四項核心能力：

學生圖像	內涵
包容力	懂得正向溝通、尊重差異、關懷他人，並能與不同的人合作共好。
創造力	保持好奇與學習熱情，善用科技與新知，勇於嘗試不同方法解決問題。
思辨力	能蒐集資訊、分析問題、理性判斷，不盲從，也願意反思自己的想法。
實踐力	能設定目標、規劃行動、與團隊合作，並持續自我精進，把想法眞正付諸行動。

我們期待每位學生在竹女三年中，都能逐步找到自己的方向，成為具有包容力、創造力、思辨力與實踐力的自信竹女人。

二、高中採學分制

教務處

1.普通班	應修習總學分爲182學分，畢業最低須有150學分成績及格；其中部定必修及校訂必修至少102學分及格，選修學分至少須修習並及格40學分。
2.數理資優班、語文資優班	應修習總學分爲182學分，畢業最低須有150學分成績及格；其中部定必修一般科目至少須有80%及格，校訂必修特殊需求領域科目至少85%及格，選修科目學分至少70%及格。
3.美術資優班	應修習總學分爲182學分，畢業最低須有150學分成績及格；其中部定必修及校訂必修至少128學分及格，選修學分至少須修習並及格 14學分。

家長請特別注意：「有修課」不等於「有取得學分」。

高中採學分制，學生須達到各科及格標準才能取得學分。若孩子出現學習困難、缺課過多或學分不足等情形，建議及早與任課教師、導師及教務處聯繫，共同協助孩子調整學習。

高中三年是一場長期累積，不需要每一次都完美，但需要持續學習、適時求助，也要爲自己的學習負責。

教務處

多元升學，找到適合自己的道路

一、升大學不只有一條路

現行大學多元入學制度提供不同升學管道。115學年度本校三大主要升學管道合計錄取588人，其中三大管道如下；另有特殊選才、獨立招生、國外大學等多元升學選擇。

主要管道	115年錄取	管道特色
繁星推薦	20人	重視高中在校學習表現
申請入學	320人	以學測、學習歷程及甄試展現個人特色
考試分發	248人	依考試成績選擇適合的大學校系

二、115學年度升學成果亮點

本年度整體升學表現穩健成長。588錄取人數中，國立大學443人，占75.3%；私立大學145人，占24.7%；臺大、清大、陽明交大、成大、政大五校合計247人，占42.0%。

總錄取人次	國立大學	私立大學	臺清陽交成政五校
588	443（75.3%）	145（24.7%）	247（42.0%）

與114學年度相比，國立大學由418增至443（+25），五校錄取由217增至247（+30）；國立大學占比由73.6%提升至75.3%，五校占比由38.2%提升至42.0%。

註：以上統計爲繁星推薦、申請入學及考試分發入學三大升學管道之錄取結果，不含美術班獨立招生、國外大學、身心障礙學生升學甄試等其他升學管道。

三、給家長的三個陪伴提醒

教務處

1. 重視學習，不只看一次考試的分數

高中課程難度提高，孩子需要時間找到適合自己的學習方法。成績是重要資訊，但不是衡量能力與未來的唯一標準。

2. 陪孩子探索，不急著替孩子決定答案

科系與職涯持續改變，讓孩子有機會嘗試、思考與選擇，比過早設定唯一道路更重要。

3. 遇到問題，越早與學校合作越好

無論是學習困難、選課、學分、選群或升學問題，都歡迎主動與導師、任課教師及教務處聯繫。

竹女期待與每一位家長成為孩子成長路上的夥伴。

高中三年，我們不只期待孩子進入理想的大學，更希望她逐漸知道：

我是誰、我喜歡什麼、我擅長什麼，以及我想成為怎樣的人。

學務處提醒小高一的幾件事



一、遵守校規：

為保障學生學習品質與應有權益，希望每位學生能詳讀學生手冊，了解相關規定及與自身有關之權利義務，也請家長配合下列注意事項，與學校共同維護校園優質文化：

（一）準時進教室。於上課5分鐘後未進教室登記遲到，上課超過20分鐘後未進教室會登記曠課，請每位同學準時進班上課。

（二）請依規定穿著學校核可之服裝服到校，並注意場合穿著適當服裝，重要集會請穿著制服，在校園勿穿拖鞋；假日到校活動或自習可穿著便服，請主動出示學生證，方便警衛識別，並注意整齊清潔、勿穿拖鞋之原則。

（三）攜帶行動電話到校，請遵守學校校園行動載具使用規範之規定。上課期間，家長若有急事欲聯繫學生，可電洽本校學務處生輔組（03-5456603）轉知學生。

（四）家長若於上課期間須進入校園，請事先與師長約定時間，進校前請告知校園警衛並向導師或學務處確認後，於來賓登記簿上完成登記，方可入校。

（五）若家長以機車接送學生或是學生自行騎腳踏車，請督促貴子女務必戴安全帽，以維安全。

（六）上、放學時，前、後校門口均不開放停車，請同學與家長不要約在校門口等車，以免影響車輛進出及造成回堵。

（七）市警局於每日夜間10:00至隔日早上06:00實施「春風專案」，請勿在外遊蕩及涉足不當場所。

學務處提醒小高一的幾件事



二、請假方式及出缺席規定：

（一）學生確因重大事故或疾病不能上課或無法出席各種集會時，請家長於當日上午8:30前向生輔組及導師電話聯繫，並於事後三日內持請假證明（如就診收據、或家長證明等）補辦請假手續。

（二）學生請假須於線上系統填寫請假申請單，經家長核可後，依准假權限由導師、生輔組長及學務主任審核，並經生輔組登錄後始完成請假程序。除病假外，其餘假別應事先完成請假手續。

（三）上課期間，如因特殊事故急需外出，應到生輔組，請組長或學創人員以電話聯絡家長無誤後，同時填寫外出簿及領取外出證，至校門口交警衛室驗明，方可出校。

（四）獲准請假之同學，請離校就醫或返家休息，不得於學校內各處逗留。

（五）未經准假擅自缺席或缺課者，以曠課論。

（六）因特別事故，不能來校請假或續假者，得由家長於當日以電話先行報備請假，每學期缺課（含病、事、喪、娩、生理假或特殊事故）達教學總時數二分之一或曠課累積達42節者，應依法令規定進行適性輔導及適性教育處置。

註：各相關規定請參閱學生手冊(見學校首頁，各相關規定請參閱學生手冊。)

學生手冊

若學生曠課及事假之缺課節數合計達該科目全學期總修習節數三分之一者，該科目學期學業成績以零分計算。

☆☆ 認識利用活的圖書館 ☆☆

圖書館是學生自學的樂園，也是延續學習的場所，校圖書館位於校園中心，地理環境適中，方便師生到館利用。館舍共有三層樓：一樓為開架式書庫，館藏豐富；二樓為參考書暨期刊室；三樓有自習室，自主學習教室，提供學生自主學習及課後自修。各樓層開放時間如下表：

時間	周一 ~ 周五	周休、假日	寒暑假
一、二樓	08：00~17：00	不開放	另行公告
三樓	16：00~21：00	08：00~16：30	另行公告

- 如遇學校教學、活動安排、假日或特殊情況而不開放，將另行公告。
- 二樓閉館前 10 分鐘開始離館並停止服務（借閱、辦證、取書、影印...等）。
- 開放時間視人力安排狀況提供服務。
- 竹女圖書館利用說明請參看Qrcode 簡報。

自主學習

＃自主學習是什麼？

「自主學習」是108課綱的重要內涵，高中課程每週多有規劃「彈性學習時間」，讓學生自訂主題學習。

新課綱「自主學習」的精神是讓學生自己決定有興趣的領域或主題，規劃學習進度。

配合升學所需的學習歷程，學生每學期要提交一份有主題的自主學習計畫書，而這也是首次在體制內教育中，學生可以自己決定要學習的主題，依照自己想要的進度和方式學習。

自主學習即是「學習」如何學習，學生將要為自己規劃學習目標、學習方式，並運用資源，逐步落實自己所訂定的學習計畫。 在計畫執行過程中，去培養「發現問題」、「尋找資源」、「解決問題」等能力。

＃自主學習的目的

協助學生妥善運用彈性時間，掌握彈性學習時段進行自主學習。

輔導學生依興趣、生涯發展需求，提出自主學習計畫，豐富學習歷程檔案。

建立學校彈性時間自學機制，培養學生自主學習及成果發表能力。

＃為什麼要自主學習？

「一技在身，終生受用無窮」的時代已過去，隨時再學習新的知識技能是人類，面對「多變」、「不可知」的未來所必須具備的能力。

從高中開始規畫「自主學習計畫」，自主安排學習活動，除了能培養學生自主學習能力之外，及早探索自己的學習興趣與能力、建立明確的目標，對於進入大學時選填志願很有幫助，未來的人生更是受用無窮。

＃自主學習計畫該怎麼寫？

自主學習計劃並無規定的格式，只要架構能清楚展現學習主題、學習目標、學習內容、學習時數、學習方法即可。

至於主題以自己有興趣的領域為主，若對於如何規劃或是主題沒有想法，可以透過簡單的性向測驗先篩選有興趣的領域，或是參照志願校系的備審指引，從中找到方向。

＃自主學習計畫失敗怎麼辦？

自主學習的成果雖然重要，但重點還是自我探索的過程。若有失敗或缺失，只要能清楚說明你從中看出有哪些問題，或如何改進，誠實面對並提出反思，就是一個完整的自主學習歷程了。

自主學習

國立新竹女子高級中學
學生自主學習實施計畫

壹、依據

一、教育部103年11月28日臺教授國部字第1030135678A號令發布之「十二年國民基本教育課程綱要總綱」

二、教育部112年6月8日臺教授國部字第1120064831A號令修正發布之「高級中等學校課程規劃及實施要點」

貳、實施規定　依據「高級中等學校課程規劃及實施要點」第七條第一項第三款，「普通型學校、綜合型學校及單科型學校，學生於修業年限內，其自主學習合計應至少十八節，並應安排於一學期或各學年內實施」。

參、目的　為培養學生自我學習與管理能力，特訂定此自主學習規範，說明自主學習實施、管理與輔導相關事宜。



高級中等學校
自主學習資源網











心靈花園 輔導室



各年級活動介紹

輔導室以生涯輔導、生命教育與性別平等三大主軸推展學生輔導，並辦理家庭教育，期能結合親師力量提供更好的教育環境。以下就學生輔導及家庭教育兩部分扼要說明輔導室辦理的活動，提供家長參考，並歡迎家長踴躍參與家庭教育活動!

一、學生輔導：

(一)各年級推廣生涯輔導、生命教育、家庭性平與情感教育。

(二)生涯輔導：（詳見各年級生涯輔導工作一覽表）

（1）高一：辦理定向輔導、學習輔導、生涯規劃課程搭配性向測驗、興趣量表施測與解釋，大學校系宣導講座、認識多元入學制度，選群輔導等。

（2）高二：選群/轉群輔導、大學校系宣導講座、學姊大學甄選入學分享會等。

（3）高三：上學期辦理校友返校升學輔導座談會、大學學系探索量表施測及解釋、學習檔案及備審資料製作說明會、國內外大學招生宣導等；下學期辦理大學甄選入學輔導、面試須知說明會、各階段模擬面試安排、考試分發入學選填志願輔導等。

(三)生命教育：生命教育課程、生命教育講座及相關活動。

(四)家庭性平與情感教育：性平週、性別平等講座、性平刊物「竹女向前走」及其他相關活動等。

心靈花園 輔導室

二、家庭教育：

出版刊物「心書」-新生家長指引(電子版)、「親情」(電子版)；另有講座如下，歡迎家長踴躍報名參加，期以親師合作共同，陪伴學生成長。

（一）家長讀書會：外聘講師帶領（每學期辦理）。

（二）家庭教育講座：邀請相關領域專家學者主講（每學期辦理）。

（三）家長說明會：由校內輔導老師及相關業務負責教師主講。

1.高一上：高一新生家庭教育講座

2.高一下：高一選群家長說明會

3.高二下：大學多元入學管道家長說明會

4.高三上：大學多元入學管道暨繁星推薦家長說明會

5.七月下旬：大學考試分發入學志願選填說明會

（四）更多相關資訊歡迎參考：

親職刊物	好文分享	家庭教育網站

本校網址：WWW.HGSH.HC.EDU.TW

本校連絡電話：03-5456611