

109學年度和北科附工及成功工商合作，九年級開設3個技藝教育課程，上、下學期分別是A班(餐旅群/家政群)、B班(餐旅群/商業管理群)、C班(機械群/機械群)，配合升學的科別如右表：

技藝教育課程

餐旅群

群別	現有科別(109學年度適用)
餐旅群	觀光事業科、餐飲管理科
家政群	家政科、服裝科、幼兒保育科、美容科、時尚模特兒科、流行服飾科、時尚造型科
商業管理群	商業經營科、國際貿易科、會計事務科、資料處理科、文書事務科、不動產事務科、電子商務科、流通管理科、農產行銷科、水產經營科、航運管理科
機械群	機械科、鑄造科、板金科、機械木模科、配管科、模具科、機電科、製圖科、生物產業機電科、電腦機械製圖科

商管群

家政群

機械群

寒假技藝教育營

為了讓學生能透過實際操作來瞭解餐旅群，本校利用寒假期間和成功工商合作辦理「幸福美莓法式草莓布丁派」的技藝教育營，參加人數30人。



中華民國110年4月10日
發行人：莊文凱校長
總編輯：翁幸宜主任
編輯群：輔導室
校址：桃園市龜山區中興路100巷20號
電話：(03) 3298992
網址：http://www.hfjh.tyc.edu.tw

幸福至

教養孩子是藝術，請用欣賞的眼光看待你的孩子

校長莊文凱

西諺「教養孩子是藝術，不是科學」，因為科學講究重複性，同樣的實驗步驟，會得到同樣的結果；但是藝術是有個性的，在藝術上找不到兩件一模一樣的作品，就算同一個創作者做的，也會有些微的不同。孩子也是一樣，就算是同卵雙胞胎，基因已經都一樣了，但是個性、想法、嗜好……等，也會有所不同。

教養孩子過程中，「最重要的是親子溝通」。只要孩子肯問父母，父母的經驗和知識就能傳給他。最怕的是孩子不來問父母而去問他的同學，同學與他同樣年齡與經驗，出的都是餽主意，很多小錯變大錯就是因為如此。所以，只要能維持良好的親子溝通，就不會有青春風暴。只要孩子知道，不論發生了什麼事，一旦告訴父母，父母就會與他一起面對，他就會取讀。而且這種有人可依靠是一種非常好的安全感，這種安全感使孩子長大後敢去探索新奇的環境，敢去陌生領域創業。

要做到這一步不難，「只要不一直潑孩子冷水就行」。我們都不喜歡跟唱反調的人說話，就算孩子說得對，也要先耐著性子，等他把話說完再糾正他。假如我們自己話沒有說完就被別人打斷說「你不懂」、「你不對」，我們也會覺得很挫折。

更重要的是拒絕孩子要求時一定要講理由，因為國中生智慧已開，有自己的想法，若不能說服使他心悅誠服，我們很難改變他的行為。如果你不肯，而他想要的動機很強，他就會偷偷做，開始騙騙父母後，他會盡量不跟父母講話，因為言多必失，他怕不小心會說漏了嘴，親子關係就生疏了。所以不能讓孩子開始騙騙父母，而這個關鍵其實是父母，也就是說，當孩子跟你講話時，先讓他講完；在拒絕他時，除了講理由，也要幫他找其他可行的替代方案。

國中是很困難的階段，因為性荷爾蒙大量分泌使身體改變，情竇初開又易情緒不穩，加上課業壓力重，若無宣洩管道，這段日子會很難捱。此時，盡量讓孩子交志同道合的好朋友，父母也要盡量擠出時間帶孩子去爬山運動，增加親子的感情。最重要的是肯定他，他是你生的，理論上來說，壞不到哪裡去。父母只要記得蜜糖捕捉到更多的蒼蠅就好了，不要讓孩子怕你。

【節錄改編自：洪蘭《理直氣平》】

師生榮譽榜

榮譽事蹟	參賽人員	指導教師	榮譽事蹟	參賽人員	指導教師
桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-64公斤級 第二名 (獲選桃園市代表隊)			桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-64公斤級 第二名 (獲選桃園市代表隊)	簡佳樂	蔡宜亭教練
109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中女子黑帶一段F組 第三名			109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中女子黑帶一段F組 第三名	林紅鳳	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中女子黑帶一段B組 第一名			109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中女子黑帶一段B組 第一名	徐慧甄	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中女子高色帶C組(1-4級) 第三名			109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中女子高色帶C組(1-4級) 第三名	黃御芯	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中男子低色帶C組(5-8級) 第三名			109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中男子低色帶C組(5-8級) 第三名	廖伯鑫	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中男子低色帶B組(5-8級) 第一名			109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中男子低色帶B組(5-8級) 第一名	涂竣澄	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中男子黑帶一段H組 第四名			109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-國中男子黑帶一段H組 第四名	張華城	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-團體三人國中女子黑帶C組 第三名			109年第十二屆全國跆拳道品勢錦標賽-團體三人國中女子黑帶C組 第三名	林紅鳳、徐慧甄、陳雅欣	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-女團第一名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-女團第一名	林紅鳳、陳雅欣、徐慧甄	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-團體第三名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-團體第三名	張華城、林智樂、鄭偉傑	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-團體第三名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-團體第三名	邱亞雯、林庭仔、許佩珊	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶一段組 第一名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶一段組 第一名	林紅鳳	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶三段組 第二名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶三段組 第二名	陳雅欣	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶二段組 第三名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶二段組 第三名	鄭偉傑	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶一段組 第三名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶一段組 第三名	林庭仔	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶一段組 第三名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黑帶一段組 第三名	張華城	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黃帶組第一名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人黃帶組第一名	廖伯鑫	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人紅帶組第一名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人紅帶組第一名	黃御芯	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人紅帶組第三名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人紅帶組第三名	涂竣澄	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人紅帶組第一名			109年全國諸羅山盃錦標賽品勢組-個人紅帶組第一名	涂竣澄	蔡宜亭教練 侯羽婷教練
109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中男子黑帶組78公斤級 第二名			109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中男子黑帶組78公斤級 第二名	林冠庭	蔡宜亭教練
109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中男子黑帶組78公斤級以上 第二名			109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中男子黑帶組78公斤級以上 第二名	黃兆駒	蔡宜亭教練
109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中女子黑帶組55公斤級 第二名			109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中女子黑帶組55公斤級 第二名	潘晏妃	蔡宜亭教練
109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中女子黑帶組59公斤級 第三名			109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中女子黑帶組59公斤級 第三名	林語恩	蔡宜亭教練
109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中女子黑帶組63公斤級 第三名			109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中女子黑帶組63公斤級 第三名	簡佳樂	蔡宜亭教練
109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中女子黑帶組68公斤級 第三名			109年全國諸羅山盃跆拳道錦標賽對練組-國中女子黑帶組68公斤級 第三名	石怡均	蔡宜亭教練
109年全國中學校際籃球賽團體組 第一名	女籃隊	吳俊瑩教練	109年全國中學校際籃球賽團體組 第一名	女籃隊	吳俊瑩教練
109年全國中學校際籃球賽 女團組 第一名	女籃隊	吳俊瑩教練	109年全國中學校際籃球賽 女團組 第一名	女籃隊	吳俊瑩教練
109乙級籃球聯賽 桃園市乙級 第二名	女籃隊	吳俊瑩教練	109乙級籃球聯賽 桃園市乙級 第二名	女籃隊	吳俊瑩教練
109年全國風城盃籃球賽 第二名	女籃隊	吳俊瑩教練	109年全國風城盃籃球賽 第二名	女籃隊	吳俊瑩教練
109年市長盃籃球賽 第三名	女籃隊	吳俊瑩教練	109年市長盃籃球賽 第三名	女籃隊	吳俊瑩教練
109年教育部體育署室內拔河比賽 500公斤 第三名	拔河隊	林吳俊瑩教練	109年教育部體育署室內拔河比賽 500公斤 第三名	拔河隊	林吳俊瑩教練
2020世界青少年跆拳道錦標賽中華國家代表隊國手選拔賽(初選) 42公斤級 第三名	邱忠蓓	蔡宜亭教練	2020世界青少年跆拳道錦標賽中華國家代表隊國手選拔賽(初選) 42公斤級 第三名	邱忠蓓	蔡宜亭教練
桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-44公斤級 第二名 (榮獲桃園市代表隊)	林昀嫻	蔡宜亭教練	桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-44公斤級 第二名 (榮獲桃園市代表隊)	林昀嫻	蔡宜亭教練
桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-78公斤級 第二名 (榮獲桃園市代表隊)	林冠庭	蔡宜亭教練	桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-78公斤級 第二名 (榮獲桃園市代表隊)	林冠庭	蔡宜亭教練
桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-78公斤級以上 第二名 (榮獲桃園市代表隊)	黃兆駒	蔡宜亭教練	桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-78公斤級以上 第二名 (榮獲桃園市代表隊)	黃兆駒	蔡宜亭教練
桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-55公斤級 第三名	潘晏妃	蔡宜亭教練	桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-55公斤級 第三名	潘晏妃	蔡宜亭教練
桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-68公斤級 第三名	康湘琪	蔡宜亭教練	桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-68公斤級 第三名	康湘琪	蔡宜亭教練
桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-46公斤級 第一名 (獲選宜蘭縣代表隊)	蕭又慈	蔡宜亭教練	桃園市市長盃全國青少年跆拳道錦標賽桃園市代表隊選拔-46公斤級 第一名 (獲選宜蘭縣代表隊)	蕭又慈	蔡宜亭教練





校園楷模

本校 9 年 3 班黃文龍同學家境為低收入戶，國一時，爸爸還中風癱瘓，媽媽只能離職照顧爸爸，頓失工作收入，讓原就清寒的生活雪上加霜。為了減輕媽媽照顧病人的辛苦，在家的時間，文龍會幫爸爸按摩、陪爸爸復健還要安撫父母的情緒，文龍的孝行堪為全校學生的楷模，學校推薦文龍參加 109 年桃園市龜山區孝行獎、小太陽普仁獎、2021 年總統教育獎，希望文龍不被挫折打倒的精神，能被看見。

兒童權利公約內容
兒童權利公約的核心價值，保障兒童在公民、經濟、政治、文化和社會中的權利。

兒童權利公約四大指導原則

- (一) 禁止歧視原則：
不因兒童、父母或法定監護人之種族、膚色、性別、語言、宗教、政治或其他主張、國籍、族裔或社會背景、財產、身心障礙、出生或其他身分地位之不同而有所歧視。
- (二) 兒童最佳利益：
所有關係兒童之事務，無論是由公私社會福利機構、法院、行政機關或立法機關決定，均應以兒童最佳利益為優先考量。
- (三) 兒童生存及發展權：
應盡最大可能確保兒童之生存及發展。
- (四) 兒童表意權：
確保有形成其自己意見能力之兒童，有權就影響其本身之所有事物，自由表示其意見。



高中職博覽會

桃園市高中職博覽會於110年3月6日至7日在桃園巨蛋登場，今年以「探究實作、適性揚才」為活動主題，邀桃園市公私立各高中職、專科學校及馬祖高中、中正預校等39所學校設攤，供升學適性選擇的相關資訊。

桃園市長鄭文燦說，多元學習能有效降低高中升學考試壓力，希望學子都能適性揚才找到自己人生的興趣，博覽會現場集結各校招生訊息與特色，都可做為未來選校、選科及職涯發展規畫參考依據。

教育局長林明裕說，今年靜態展示以校為單位，增加12個職群展示攤位，多元介紹各群科特色、課程、學生屬性、相關大學科系及畢業後就業等資訊，桃園市110年度高中職網路博覽會<http://expo.tyc.edu.tw>已經上線，增加技職群科試探系統。



挫折中看見希望

七年級時，奶奶突然過世，不到幾個月，爸爸也突然中風，連奶奶的百日也沒辦法到場。一到醫院就被送進加護病房，還要動手術，讓我不知如何是好。手術後，爸爸變得十分虛弱，由於我們家本來就是低收入戶，沒錢請看護照顧爸爸，媽媽只好把工作辭掉，專心在醫院照顧爸爸，而姊姊因就讀大學在外地居住，所以有整整一年的時間，都只有我一個人住在家裡。

爸爸剛中風時，因為正好是寒假，所以我跟媽媽就一起住在醫院照顧爸爸，而爸爸又會一直把鼻胃管拔出來，所以我們在那幾天都沒怎麼休息，需要時時看著爸爸，幫他重新把鼻胃管插進去。爸爸當時看起來真的很痛苦，也令我和媽媽很心疼。

開學後，我平日上學，獨立照顧自己的生活起居，假日時，換我到醫院照顧爸爸，讓媽媽回來休息。但爸爸住了幾個月後，被檢查出有憂鬱症，常常會胡思亂想，脾氣也變暴躁，媽媽那陣子都要承受爸爸突如其來的憤怒，這一切讓我更加不知所措，只能陪著媽媽，希望媽媽不要做傻事。

今年，爸爸因住院滿一年，無法繼續住院，所以爸爸就回家裡住。沒想到爸爸回來後，脾氣變得越來越糟糕，媽媽差點有了想把爸爸趕走的想法，而我也只能盡量讓他們倆保持距離。

國中會考將至，我想努力把心思放在讀書上，卻還是時常擔心爸爸、媽媽是否會在我不在家時，做出什麼傻事。還好，學校的老師們常常安慰我，並給予我許多協助，讓我能安心讀書之外，還提供很多機會，讓我能挑戰自己、突破自己，例如：指導我參加全市國語文競賽，讓我建立自信心；提名我參加桃園市孝悌獎，讓我能有機會與市長合照，並鼓勵更多和我一樣的人，將孝悌的精神傳承下去……

在這段期間，有許多人幫助了我，不管是金錢，還是精神方面，都給予我很大的支持。我要感謝的人，真的太多、太多了，所以我希望未來，在我有能力的時候，可以用自己的力量回報給社會，把大家給我的溫暖繼續延續下去。

903 黃文龍

生涯發展-職業試探

109(上) 規劃永平工商與北科附工的職群實作體驗活動，讓學生藉由學習的過程中試探自己的能力、興趣，以了解自己適合何種職業及工作，對未來生涯規劃有幫助。



組裝汽車



製作潛艇堡



製作肥皂



飲料調製



製作蛋捲



焊接聲控板



製作蛋捲