

壹、

週次	日期	活動內容	討論題綱與內容	
			討論題綱	討論內容與活動要項
7	3 月 28 日	週會	藝文講座	1. 對於本次講座內容，印象最深刻的是什麼？ 2. 這次講座的感想與啟示？
8	4 月 04 日	清明節放假一天		
9	4 月 11 日	班會	人權教育	1. 在不傷害子女身心的原則下，父母是否有處罰孩子的權力？為何？ 2. 父母是否有義務將財產留給孩子？為何？

貳、宣 導 事 項：

一、教 學 組：

(一)、3 月 24 ~ 26 日為第 1 次期中考，請同學提早作好準備，切勿抱持僥倖心態，應事先作好複習並準時到校考試，希望各位同學都能順利拿到好成績。

(二)、段考期間注意事項：

甲、個人物品必須放置於教室前後或無人座位，桌面與抽屜只可置放考試所需文具，其餘個人物品皆不可置放於個人座位，違者扣該科成績 10 分。

乙、手機及其他電子產品務必關機且放在包包裡，應試期間時不得拿出，亦不得發出聲響或影響試場秩序，違者扣該科成績 10 分。

丙、每節考試開始 10 分鐘後才進入教室者，仍可參加考試但不予記分；第二節（含）以後節次，鐘聲響後未就位且未逾 10 分鐘者，扣該科成績 5 分。考試 30 分鐘後，始可交卷離開教室，並保持安靜，勿停留在走廊喧嘩。

丁、考試結束後，務必將所有題目卷、答案卷、答案卡交給監考老師。

戊、各班考試結束且監考老師離開教室後，才可開始進行打掃工作。

己、答案卡劃記請特別注意個人資料之完整，若因個人疏忽導致電腦無法判讀而需人工閱卷者，則扣該科總分 10 分。

庚、請各位同學務必詳讀段考試場規則，違反規定者，依校規處理。

(三)、段考期間請同學提早到校準備以及吃晚餐，考試中請勿用餐。若來不及用餐，待交卷後到適當場合用餐，切勿影響考試中的同學。

(四)、4 月 3~4 日清明連假。

(五)、4 月 8 日~ 9 日為第五次模擬考，請高三同學提前作好應考準備。提醒同學：

1. 請依座號依序入座應試，依考試鈴聲統一上、下課，考試 30 分鐘後方可交卷。交卷後必須在教室內安靜自習，以免影響其他班級考試、上課。

2. 未參加模擬考的同學請在原班級自習，上下課時間比照應試同學，不可影響班級考試或至操場活動。

3. 請自行準備 2B 鉛筆、橡皮擦、修正液或修正帶。國文「寫作測驗」需用黑色墨水筆書寫以確保掃描之清晰度（建議筆尖粗約 0.5mm~0.7mm）。可攜帶直尺、三角板、圓規、量角器，但禁止攜帶使用書籍、紙張、計算器及具記憶功能之各類器材入場應試。考試期間，不得向同學借用文具。

(六)、請各位同學妥善保管置物櫃鑰匙並愛護公物，若有破損或遺失，應照價賠償。另外，平日應將置物櫃上鎖，若未上鎖者，財物遺失請自行負責。

(七)、校內的特殊教室一律禁止攜帶食物、飲料，請同學遵守規定。

(八)、各位同學若有任何學籍資料的異動或錯誤(例如居住地址、電話)，請至進修部辦公室找美珍小姐修改，務必確保資料正確無誤，以免影響個人權益。

二、學 務 組：

(一)、03/28(五)18:30~20:30 於行政大樓<第一會議室>舉行藝文講座，主題為<天然植物擴香杯>；第一節課提前至 18:20 下課，活動結束後，進行打掃，並請同學(至少 5 人)將此次講座回饋感想書寫在班會紀錄本上。

【背面尚有資料】

三、教 官 室：

(一)、防制學生藥物濫用-喪屍煙彈宣導：

喪屍煙彈是一種新興毒品，主要成分為依托咪酯(Etomidate)，是一種麻醉藥品，在醫療上被用作靜脈麻醉劑，但當被不法分子濫用時，會被製成電子煙彈，並以其麻醉效果吸食。這種毒品的使用會導致使用者出現意識混亂、昏迷及肌肉痙攣等症狀，甚至可能造成呼吸衰竭及死亡。



(二)、交通安全宣導：

大型車輛視野死角較多且轉彎時內輪差範圍較大，許多用路人因為不清楚這一項資訊，常有發生機車、自行車被絆倒捲入大型車輪下之事故，造成嚴重傷亡。透過內輪差及視野死角圖片來宣導遠離大型車。



(三)、防制詐騙宣導：

依據內政部警政署統計，當今最常發生的詐騙態樣為假投資詐騙，請同學謹記「防詐騙三不三要」原則：

(A)三不：(1)不聽：來源不明資訊。(2)不加：陌生投資群組。(3)不用：保證獲利 APP、投資平臺。

(B)三要：(1)要警覺：對任何鼓吹加入投資群組、勸誘買股投資訊息提高警覺。(2)要查證：向合法期貨商、合法投信投顧業者、合法證券商或 165 反詐騙專線查證。(3)要報警：向治安單位或檢單位檢舉（或撥 165 反詐騙專線）。

(四)、犯罪手法宣導：

利用各種名義誘導民眾轉帳詐財-

詐騙集團利用各機關為民服務之名義（如退稅、sars 補助金、老人年金等）或是藉中獎必須預付稅款，並設計虛擬機關情境（如錄製該機關總機語音系統）取信於民，更有偽稱其係受國稅局委託或經過律師事務所認證，使民眾難以辨認其真偽。

運用科技產品犯罪-

歹徒利用手機傳送中獎簡訊或退稅通知，運用自動提款機操作以騙取被害人密碼，進而以密碼設計輸入轉帳金額。或是以網路之虛擬情境販售商品，運用網路輸入信用卡帳號方式騙取被害人存款。

組織企業化-

犯罪集團不斷吸收新成員，並有計劃組訓成員，組織層級與分工精細，僅以「人頭」電話與「下線」聯繫，下線無從得知其使用之車輛、住所、出入場所。

多重電話轉接-

歹徒將提款及接聽電話地點移至大陸沿海廈門等地，造成警方查緝盲點，難以溯源追查。

四、衛教工作：

(一)、請各班服務股長確實了解自己班上公區打掃區域，並請安排適當人數負責打掃，每天都會由衛生糾察至各班公區及教室內做評分，每週整潔週成績排名，會張貼於導師室公佈欄。

另外如有掃除用具不夠或對打掃區域有不清楚的部分，請向護理師詢問。

(二)、在學期間如需申請學生平安保險，請向護理師詢問。

(三)、每天打掃時間，請同學動作迅速完成打掃工作，垃圾一律拿至一樓穿堂聽從衛生糾察指示傾倒，並做好垃圾分類，回收類垃圾請先沖洗後再丟棄，也請大家維持好日校及進修部共用教室的良好關係，互相尊重，放學時不要留垃圾在教室桌上或垃圾桶內。

(四)、需要口罩及臨時生理期需要衛生棉都可向護理師借用。

五、輔導室：

【生涯資訊】學習準備建議方向查詢系統

歡迎同學運用圖片的網站查詢技專校院科系所需的學習準備建議，協助同學提早做生涯規劃，了解各科系之需求並銜接未來升學，也可直接於 Google 搜尋「技專校院學習準備建議方向」。



【背面尚有資料】

【情緒覺察】掌中情緒

繼上次提供大家用「情緒量表」讓大家去釐清情緒迷霧，這次想再提供另一個工具，讓你從不同面向、更細緻的覺察自己在情緒當下的反應，幫助你成為情緒的主人，這個方法是「掌中情緒」，是陳志恆心理師所提出的方法。



1. 大拇指—情境：「發生了什麼事」

是引發我們情緒波動的刺激來源，可能是聽聞發生了某事、親身經歷了某事，或者回想起某事，可能是內在，可能是外在。

2. 食指—身體：「我出現哪些生理反應」

當我們興奮或恐懼時，心跳會加速、呼吸會急促、肌肉會緊繃；當我們擔心或憂慮時，會感到心頭沉重、呼吸困難或胃腸翻攪……每個人的生理反應不盡相同。

3. 中指—情感：「我會用什麼情緒形容詞說明此刻的狀態」

這時候可以利用上次的「情緒量表」幫自己的情緒標上座標，所以你的情感可能是「焦慮」、「擔心」、「憤怒」、「委屈」、「失落」、「滿足」、「開心」等等。

4. 無名指—想法/念頭：「我腦袋出現什麼想法或念頭」

是此刻在你腦中立即浮現的自我對話：「我真蠢！」、「真是倒楣！」、「我是個失敗者」、「這世界太不公平了！」……等，負面情緒常會引發一系列自我批判或自我責備的念頭。

5. 小指—行動：「我做了什麼」或「我打算做什麼」

當情緒出現時，我們往往會立刻、不假思索採取某些行動，而且每次遇到相同的情境，便會出現相同的行為，而形成固定的行為模式。

六、導師的話：