

一、訓育組：好醜心太明，則物不契；賢愚心太明，則人不親。

(一)班會討論議題請各班進行討論，班會紀錄本也請確實紀錄並請導師簽名確認後繳回。

(二)班會討論議題

1. 3/7 (五)

(1)第五節：家庭教育(輔導室專題)

討論內容：請觀賞影片，並討論問題：<https://www.youtube.com/watch?v=mSiMIEV5V-Q>

影片導讀：

微電影帶出在人際關係中「一致性溝通」的重要性，尤其是親子關係，常常用錯誤的表達方式，讓對方接收不到話語中愛的訊息，破壞雙方的關係。

影片中爸爸出自對孩子的愛，而擔憂孩子使用 3C 成癮的狀況，但不知道如何與孩子溝通，用指責、強制沒收的方式表達，但激烈的方式卻讓青少年時期的孩子更大的反抗；

媽媽與孩子溝通中，媽媽先「傾聽」與「同理」孩子的感覺，讓孩子接受到「被愛」的訊息，卸下防備，聽媽媽的勸告，…影片的最後，阿珮也跟爸爸道歉，並用愛的言語說出了自己的感受、想法與希望。爸爸也給予了愛的回應，雖然爸爸總是用權威的方式表達對孩子們的愛，但內心裡是需要跟孩子們多一點親密的連結。

討論內容：

現實生活中有許多溝通衝突來自於誤解，特別是家庭關係中更是如此，影片中的親子衝突方式如果發生在自己身上，會如何避免誤解以化解衝突？

(2)第六、七節：社團(2)。

2. 3/14 (五)

(1)第五節：月會+衛生組宣導健康促進【口腔保健-潔牙衛教宣導】

討論內容：請觀賞下列影片，並完成表單(可掃描 QR CODE)。

<https://forms.gle/MhM4ZCMR6QSoCs5M7>



※於 3/31(一)前完成表單填答者，將抽出 10 位同學贈送精美小禮品，並在本校網站公告得獎名單。

影片連結：

1. 口腔保健牙線衛教動畫影片 <https://www.youtube.com/watch?v=XavzHsjWIAg&t=130s>

2. 牙周病預防-2 分鐘 <https://www.youtube.com/watch?v=1g7zSvXUi0U>

3. 正確用牙線 蛀牙說再見 <https://www.youtube.com/watch?v=b8FDQ3uR9Ro>

【牙齒是守護人體健康的第一道關卡，讓我們一起來口腔潔牙】

(2)第六、七節：高一：交通安全+反毒宣誓／營養學講座。高二彈性學習時間 2

3. 3/21 (五)

(1)第五節：班級活動

討論主題：環境教育

討論內容：回收救不了我們！探索最大的垃圾 <https://www.youtube.com/watch?v=x5zSEzjoL9k>

回答問題：

A. 桃園市垃圾回收共有幾類？請問廚餘及寶麗龍有無回收？相關條件是什麼？

B. 為什麼這支影片說回收無效？那重點該是什麼呢？請寫下影片提供方式外，加入自己的實用性建議。

(2)第六、七節：高一彈性學習(2)、高二彈性學習(3)。

(三)海報出刊日期，請學藝股長準時繳交：

編號	出刊日期	特刊主題	班級	班級
1	3/19 (三)	「如何善用 AI」 科技、資訊教育特刊	高一 3	高二 3
			高一 4	高二 4
2	4/2 (三)	「慎終追遠：祖先溯源」 國際教育海報特刊：文化傳承與尋根	資一 1	資二 1
			資一 2	資二 2

備註：

1. 指導老師請貴班導師擔任。
2. 請各班學藝負責該班海報製作幹事，得選聘班級 1~2 人協助。
3. 海報製作優良者，公服時數 4 小時，逾時未交或品質太差者，記警告乙次。
4. 海報格式為半開，創作形式不拘，海報背面右下角須冠上班級及製作同學姓名、座號、學號（含學藝至多三名）。
5. 可至學務處訓育組請領海報紙。
6. 最後請填表單 113-2 班級海報上傳，完成表單即可。（表單置於[學藝股長LINE群]記事本中）

(四) 高一公民訓練晚會活動順序預計段考完後由各班抽籤（交表演單及音樂時即可抽），尚未繳交音樂及表演單的班級請在 3/10(一)前送至訓育組。

(五) 兒童權利公約宣導：

兒童四大基本權利包括：

- (1) 生存權：每個兒童均有生存及發展的權利。
- (2) 受保護權：兒童有權受到保護，遠離毒品，並免遭拐賣、經濟和性剝削。
- (3) 發展權：兒童有受教育的權利，以充分發展其個性、才智和身心能力，培養對人權、他人及自然環境的尊重及責任感。
- (4) 參與權：兒童應有自由發表言論的權利，包括取得和分享各種信息和思想的自由。

(六) 信錦企業股份有限公司陳秋郎董事長本學期提供二十萬元急難獎助學金，請導師協助有此需求的學生於 3/7(五)前提出申請：行政單位/學務處/訓育組/陳秋郎先生獎助學金申請表。

1. 申請流程：上校網填寫申請表單-->表單送出後由訓育組紙本匯出給導師-->導師於「紙本核章」+手寫「導師意見」-->送回訓育組。
2. 導師手寫「導師意見」可分 2 部份：(1) 申請學生之家庭狀況概述 (2) 申請學生之在校表現。若無其他意見請直接核章即可。
3. 請導師事先提醒申請學生，依據上學期委員會決議，請申請家庭在概述內容上若可以提供相關證明文件者，請提供，如：低收入證明/中低收入證明/里長清寒證明/身障證明/醫療證明/醫療收據/入監服刑證明...等，請導師在收繳後釘於申請單，併於核章後送交訓育組以利審查。
4. 若有填寫疑問，請電洽訓育組，分機 1310（王巧巧小姐）。



陳秋郎先生
急難獎助學金申請表

二、社團活動組：

- (一) 3/3(二) 12:40~13:00 於第一會議室舉辦第二次社長大會，請各社長準時出席。
- (二) 3/15-16(六、日) 親善大使、勁舞社、韓研社等三個社團參加「113 學年度桃園市高中職博覽會」，感謝親善大使、勁舞社、韓研社辛勤的練習，請給予參加的學生支持和鼓勵。
- (三) 3/7(五)、3/28(五) 為第二、三次社團活動課，請同學於社課時間準時到上課地點集合！請各社提醒負責的幹部確實點名，課程日誌請指導老師簽名，課後將社團資料夾放回社團專用櫃。
(113-2 社團日期為：2/21、3/7、3/28、5/2、6/6、6/13 (五) 共 6 次。
- (四) 高三每周五第六節社團課(高三綜職除外)，社團線上點名請各班班長務必填寫出缺勤狀況，並請指導老師回存，請班長上課前至活動組領取「高三社團老師簽到簿」，課後請繳回原位。

三、校安中心暨生輔組：當我們都能善待別人一些，這個世界就更溫暖一點。

- (一) 欲騎乘機車、微型電動二輪車及腳踏車同學將，尚未完成申請者，請依規定完成申請；另依校規未滿 18 歲的同學不可騎機車上、放學(大過處分)，18 歲且具有駕照同學需騎機車通勤者，請主動向生輔組申請，未申請而騎車者依校規處分。

- (二)掃地及午休時間請勿於游藝館、崇清村、操場等處逗留及打球(認真打掃、好好休息!)
- (三)學校為全面禁菸場所，請同學務必遵守，違反規定者依校規懲處並通知家長協同輔導並須接受戒菸教育。
- (四)搭乘大眾交通工具者，請發揚壟商優良校風，主動讓坐、不喧譁、勿插隊；並請同學上車後盡量往後方移動，方便其他搭乘者上車。
- (五)教室區為共用場所，請同學盡量將個人物品帶回家以免遺失。離開教室上外堂課請安全股長確實將門窗關鎖好，以免遭人入侵或物品遺失，未關鎖門窗者將記警告處分。貴重物品可至教官室申請寄物櫃暫放，大筆代收現金可借放至總務處出納組。
- (六)重申請勿進入校園安全死角規定：頂樓(含樓梯)、地下室、資源回收場及變電箱為本校安全死角，且易造成危安事件，請同學勿無故逗留，經查獲者，依校規議處。
- (七)防範一氧化碳中毒宣導：
1. 使用瓦斯器具時保持居家環境通風，以避免一氧化碳中毒。
 2. 瓦斯熱水器應僱用合格技術士之承裝業安裝，切勿裝置於室內以免發生危險。
- (八)3/24(一)-26(三)為第 1 次段考，請注意下列事項：
1. 3/17(一)-3/21(五)為考前衝刺週，當週「游藝館」中午及放學後不開放同學使用、「社團活動」全部暫停，段考結束後才開放。
 2. 考試期間請同學確依考試時間作息，提早交卷時間仍為上課時間，非下課時間禁止於走廊、廁所喧鬧、操場打球影響其它同學考試權益，違者依校規處分。
 3. 書包及非考試用品，請集中放置於教室前、後方，勿放置於教室外以免遭竊。
- (九)凡學生到校後，未完成臨時外出程序者，不得離開校園，以維護學生到校後安全。(例如：早上到校後，自行外出買早餐、自行到校外超商取包裹、回家拿東西等等之類行為，皆不可以)。
- (十)同學若因公車、火車誤點或公車過站不停等狀況，導致無法準時到校，請務必於當天中午 12 點以前至校安中心填寫上學遲到註銷登記簿，生輔組長將於每日 16 時前完成審核，請同學務必親自到教官室填寫並了解審核狀況(填寫注意事項請洽校安中心)。
- (十一)友善校園宣教：
1. 反毒宣教：
新興毒品不斷翻新，結合各種花樣的包裝，如偽裝成巧克力、糖果、咖啡包、梅錠等零食，甚至用 3C 產品 LOGO 或流行話題設計包裝圖案，請記得來路不明、成分不明的東西千萬不要碰，一不留意就有可能被誘騙染，請同學做到以下幾點：
(1)不接受朋友事先為你開封或調製好的飲料，同時不讓飲料離開視線。
(2)不吃來路不明或標榜「神奇效果」的產品或藥品或飲料。
(3)不接受陌生人免費試用或兜售的即溶包及飲料等。
(4)要注意即溶包封口是否有撕開、切割(剪)再重新加熱封裝或膠帶黏貼等情形。
 2. 反詐騙宣導-高風險賣場(平臺)
(1)接到賣場或銀行客服電話，說要操作自動櫃員機(ATM)、自動存款機(CDM)、提領現金、購買遊戲點數，就是詐騙！
(2)來電顯示含「+」號，就是境外來電，小心有詐！
(3)看見臉書貼文活動限定 iPhone 一支只要 5000、10000 元，就是詐騙。
 3. 性別平等教育宣導：
(1)常見的性騷擾行為：
A. 身體的接觸：不必要的接觸或撫摸他人的身體、故意擦撞、強行搭肩膀或臂、故意緊貼他人等。
B. 言語的接觸：不必要而故意談論有關性的話題、詢問個人的性隱私、性生活、對別人的衣著、外表和身材給予有關性方面的評語，故意講述色情笑話、故事。
C. 非言語的行為故意吹口哨或發出接吻的聲調、身體或手的動作具有性的暗示、用曖昧的眼光打量他人、展示與性有關的物件，如色情書刊、海報等。
D. 以性作為賄賂或要脅的行為以同意性服務作為藉口，來換取一些利益，甚至以威脅的手段，強迫進行性行為。
(2)如何避免成為性騷擾行為人？
A. 尊重他人，檢視自己對性別的刻板印象，建立平等的性別觀念。
B. 注意自己的言詞和態度。

- C. 尊重他人身體的自主權。
- D. 避免以輕薄的言行舉止調侃別人。

4. 校園安全：

- (1) 因應近期刊事案件，教育部為防範校園肇生重大校安事件，重申強化校園安全檢核機制，落實各項校安應變措施，並特別注意外籍生校內外之安全，完善校園整體安全維護相關事宜及宣導事項如下，亦請各位同學配合辦理。
- (2) 請同學上學勿單獨太早到校，放學不要太晚離開校園，務必儘量結伴同行或由家人陪同，絕不行經漆黑小巷或人煙罕至的地方及進出危險場所。
- (3) 同學應配合學校作息時間，課餘時避免單獨留在教室，不單獨上廁所，避免單獨到校園偏僻的死角，確保自身安全。
- (4) 課後社團及課後照顧班或自習班級之教室應集中配置，減少放學後樓層出入口動線，便於加強管控人員出入，在校遇陌生人或可疑人物，應立即通知師長。
- (5) 遇陌生人問路，可熱心告知，但不必親自引導前往，應隨時注意自身安全，切勿聽信他人的要求，交金錢或隨同離校。
- (6) 在校外發現陌生人跟隨，應快速跑至較多人的地方或周邊最近愛心(便利)商店，並大聲喊叫，吸引其他人的注意，尋求協助。

四、衛生組：我們只有一個地球。舉手做環保是行善積福——希望同學確實做好垃圾減量、分類工作。

【宣達事項】

- (一) 請各班務必將內外掃區環境整理乾淨；若遇雨天，各室外掃區務必要派人清除人為垃圾。打掃好可自行拍照，並標註日期，以避免分數爭議。
- (二) 配合政府推動「限塑令」及積極做好環保，請確切落實垃圾減量。
 - 1. 打掃時間＝資收室、子車開放時間
 - 2. 內外掃區域的垃圾分類工作請各負責班級平時即先做好（遇處室分類未足，衛生組將協助提醒）。包括餐盒&容器清洗、移除吸管及塑膠膜等，鋁箔包、紙餐盒與寶特瓶等踩扁，以加快傾倒速度。
 - 3. 廁所禁丟回收垃圾及廚餘，並禁止丟棄打包好的垃圾，面紙及衛生棉請勿丟至便斗馬桶以免阻塞。洗手台常有頭髮將導致阻塞，請同學使用完洗手台後隨手清理乾淨，並丟進垃圾桶內。
- (三) 打掃評分及細目：，每日 16:00 由綠化股長進行整潔評分，請各班綠化股長負起宣導職責，讓同學確認了解評分細目及內容。衛生及服務股長需清楚各班內、外掃區項目內容。除各掃區地面垃圾外，請落實配合蜘蛛網清除、廚餘桶、垃圾桶的刷洗、各班的大門與門框等將依期視為衛生稽查重點。班級與外掃區之廚餘桶、垃圾桶請指派同學定期傾倒並刷洗(廚餘桶建議每天刷，垃圾桶至少一週一次以上)，垃圾請每日傾倒，垃圾及回收未倒將造成班級教室環境髒亂及蚊蟲孳生，亦有害身體健康。班級回收區及垃圾桶本學期列入重點督察項目。
- (四) 廚餘區（含各班水槽前瀝水籃）所設僅為簡易殘渣過濾設備，各班級請發揮公德心，先倒廚餘桶、再以少許清水移除倒不盡之殘渣，之後再進行刷洗。瀝水籃非廚餘桶，請勿傾倒大量廚餘！
- (五) 掃具的領取及更換時間為校網行事曆學期單數週五中午 12:35-13:00 間，請按時領取，勿於非領取時間領用。
- (六) 洗拖把時請至拖把槽清洗，勿在一般洗手台清洗，以免阻塞，並請使用後將洗手台、拖把槽洗淨，隨時保持乾淨。
- (七) 高三學生公共服務時數（僅登錄統計至高三上學期末），分別超過滿 100、150、200 小時之高三學生另製銅質、銀質、金質服務獎狀，獎狀已製作完成並放置於各班班級櫃，目前已悉數領回，若有任何問題請洽衛生組護理師。
- (八) 請各班不要在各樓層外牆拍打板擦，清潔板擦請使用板擦機！若有需要拍打請於各班垃圾桶內拍打，避免粉塵飛揚造成樓下班級及路過行人嚴重不適。

【注意空氣品質宣導】

- (一) 配合空氣品質防護政策辦理，學務處門口張貼當日空氣品質狀態，一日兩次，遇超標現象，請視自身狀況配戴口罩；遇紫爆應盡量避免室外活動。

(二)同學可自行下載 APP 或上空品網站查詢，做好自我防護工作。

【各型流感、腹瀉、腸病毒、非洲豬瘟、新冠防疫等宣導】

高峰期學校強化處理作為及防治措施如下：

- (一)請做好個人自主健康管理，隨時觀察自身狀況，如有類流感症狀，請即刻戴口罩及就醫。如有生病情形，不要勉強到校；請假在家休養時應記得戴口罩及勤洗手，以免傳染。
- (二)每日自備瓶罐至學務處裝填漂白水，針對經常接觸的物品，如鍵盤、滑鼠、麥克風、課桌椅、門把、公共區域的公共用品、廁所、洗手檯、電梯、樓梯扶手、電燈開關、教具、體育器材、空調設備、飲水機等，於使用完畢後進行清潔及消毒作業。
- (三)病毒性腸胃炎的病原為諾羅病毒及輪狀病毒，具高傳染性，主經由攝食受汙染之水、食物而傳染，或與病人密切接觸或吸入含有病毒之嘔吐物飛沫而感染。落實生病不上課，有疑似症狀者建議佩戴口罩儘速就醫，於家中休息至症狀解除 48 小時後，再行返校上學，以降低傳播風險；若無法請假，也應請其配戴口罩，避免接觸傳染，並正確洗手、避免以手碰觸口鼻等衛生習慣。
- (四)避免接觸禽鳥類，尤其切勿用手直接撿拾禽鳥屍體；食用雞、鴨、鵝及蛋類要熟食。
- (五)請日常生活應勤洗手、重衛生。同時注意環境的衛生清潔及通風。
- (六)若有多名同學同時生病發燒或感冒，應視狀況進行班級消毒。
- (七)凡有出國者，禁帶各類豬肉製品入海關，以免受罰。
- (八)請各班服務股長每月初到校安中心班級櫃領取「班級清潔配合事項檢核表」。並於月底週五班會時請導師簽名，14:10 前送繳至學務處。

【國家登革熱防疫措施】

- (一)戶外課與打掃戶外同學，請特別注意自身防護措施。衛生組有防蚊液提供，請依班級需求領用(有花園等外掃區的班級優先)，並需依使用規定塗抹(噴灑)，愛惜使用。
- (二)台灣登革熱疫情嚴峻，而登革熱尚無有效的疫苗或治療藥物，清除病媒蚊孳生源是最有效的防治措施。國教署與衛生局會派人來校督導，若發現積水區域愛與容器並經檢測有孑孓蹤跡，將立即開罰。目前已知廁所與辦公室內的植栽擺設、池塘水溝、樹洞、室外未清除乾淨之免洗碗與塑膠袋、回收區域廚餘等為檢查重點，請各班自有植栽擺設者請勤於換水，班級掃區有相關項目者，請同學加強巡視清理，有發現請立即通報衛生組。
- (三)請清除內外掃區有積水區域與容器，並請通報。如發現孑孓孳生區域，請通報衛生組進行了解與處理，防患於未然。
- (四)配合國家登革熱防疫措施，請衛生股長以班級為單位，每個月上網填寫登革熱自我檢核表至少二次。
網址為：學校網頁/行政單位/學務處/衛生組/登革熱防疫自我檢核表(學生用)點選鏈結。並定期巡檢環境環境，提醒同學確實執行「巡、倒、清、刷」，如有積水情形應立即清除，不必要之容器減量等，以阻絕登革熱病媒蚊孳生，以維護大家之健康。

【預防食品中毒五要原則宣導】

- 要洗手--調理時，手部要清潔，傷口要包紮。
- 要新鮮--食材要新鮮，用水要衛生。
- 要生熟食分開--生熟食器具應分開，避免交叉污染。
- 要徹底加熱--食品中心溫度應超過 70 度 C。
- 要注意保存溫度--保存低於 7 度 C，室溫不宜久置。

【團膳宣導】

- (一)各班菜餚如有發現非菜單所載內容物，如：昆蟲、刷毛、頭髮、逾零點五公分長度之菜蟲，請將異物送到學務處團膳窗口，以便交給團膳廠商，讓他們可以提供異物給食材供應商，改善食材處理流程，加強品管作業，提升更加的服務品質。
- (二)中午打餐時，請同學保持社交距離，並配戴口罩，落實打餐不說話，快速打餐。
- (三)團膳相關事項請至學校網頁下 行政單位\學務處\衛生組\學生團膳專區下查詢，有收費說明、每日菜單等文件，有任何疑問請於工作日早上 9:00~12:30 洽學務處團膳窗口。

五、體育組：

- (一)本學期預定之體育競賽活動，已公告於課程進度分配表中，並請體育股長張貼於公佈欄。
1. 3/4(二)-3/6(四)高一班際 3 對 3 籃球錦標賽(2/27 抽籤)。
 2. 4/7(一)-4/10(四)高二班際籃球錦標賽(3/20 抽籤)。
 3. 4/21(一)綜職科班際足球錦標賽。
 4. 5/15(四)-5/16(五)水上運動會，(5/15 上午高三、下午高一、5/16 上午高二)。
 5. 5/19(一)-5/21(三)高三班際排球錦標賽。
- (二)各社團(隊)活動需使用游藝館或校內運動設施，請依規定申請辦理，使用場地必須有指導老師在場負責，使用場地後請勿遺留飲料、垃圾於場館及鄰近廁所。
- (三)請珍惜運動設施及器材，尤其羽球拍不要敲地上；桌球拍不要敲桌面；籃球、排球不要拿來坐，若設施損壞請立刻告知授課老師。
- (四)請勿私自在非體育課時段至體育器材室拿取器材，違者校規論處。
- (五)請勿在打掃時間於游藝館及操場球場打球，違者校規論處。
- (六)各班教室內若有印製中壢高商字樣的球或是器材，請盡速歸還器材室。
- (七)本學期游泳補課開放時間:3/3(一)-6/25(三)，請各位同學盡早完成補課。