

天主教聖心女子高級中學 112 學年度第 1 學期第 3 週校務通報 112.9.11

Sacred Heart High School for Girls Weekly Announcements and Reminders (11201-3)

祈禱 prayer

親愛的天主，早安！

聖保祿宗徒曾說：你們在主內應當常常喜樂，我再說：你們應當喜樂！天主，感謝您幫助我們帶著喜樂的心，在聖心校園裡快樂踏實地學習。

賀 Congratulations！

校長室 Principal's Office

- 一、王熾蘋主任於 9/14(週四)以線上視訊方式參加「112 學年度高級中等學校課程輔導諮詢暨學生學習歷程檔案工作研習」。
- 二、尹祉甯老師於 9/14(週四)下午赴華僑高中參加「112 學年度高級中等學校英語文競賽報名系統操作說明會」。

教務處 Office of Academic Affairs

教學組 Curriculum Section：

- 一、第三週「台灣母語日」活動——一枝草，一點露。
拼音: Tsit ki tsháu, tsit tiám lōo.
義近: 有草就有露水滋潤它。比喻天無絕人之路，只要努力，自有生路；也指天生我才必有用。
- 二、9/11（週一）中午 12:00 於一樓會議室召開「高三教務會議」，敬備午餐，請相關老師準時出席。
- 三、9/12（週二）中午 12：00 於一樓會議室召開「優質化計畫 PLC」，敬備午餐，請相關老師準時出席。
- 四、9/13(週三) 11：05 至 13：00 於二樓會議室召開「高中課程發展委員會會議」，敬備午餐，請相關老師準時出席。
- 五、請同學依任課老師指導繳交各項暑假作業，並請任課老師批閱後，於 9/13（週三）前，將暑假優良作業名單送至教務處。
- 六、心靈有約：9/14（週四）高二忠；9/21（下週四）高二孝，當日課程暫停一次。
- 七、請欲申請退書的同學請於 9/22（週五）前攜帶自己購買的教材至教務處辦理退書手續，逾期恕不受理。
- 八、2023 年第四屆科學與科普專業英文能力大賽校內初選報名已開始，請託導師將報名表傳達至高中部各班，敬邀高一至高三學生符合條件者踴躍報名參加校內初賽，亦請副班長於 9/22(週五)前將報名表繳回至教務處。
- 九、「新北市 112 學年度全國學生美術比賽(西區)」比賽報名與學校收件日期的截止日為 9/25（週一），請有興趣參加的同學留意收件時間並於限期內將完成作品繳交至美術教室吳秀倫老師處，作品背面請註明班級、姓名、座號。詳細辦法已公佈於學校首頁，逾時不候。
- 十、第一週教室日誌填寫、繳交情況優良班級如下：高三仁、高二忠、孝、高一全、國三和、國二全、國一全。請高三孝、國三孝學藝股長務必填寫教室日誌並按時繳交至教務處。
- 十一、本學期校內小論文競賽辦法已發至國三忠和、高中部各班，請國三忠和、高中部學生踴躍投稿小論文，截止日期為 12/8(週五)。
- 十二、學期高一、高二閱讀認證實施時間及書目如下，請同學及早準備！

次數	實施時間/高一書目及作者	實施時間/高二書目及作者
第一次	第四週/討海人（廖鴻基）	第四週/永遠的山（陳列）
第二次	第十八週文經典 100 句世說新語（翁淑玲等人）	第十八週/台北人(白先勇)

- 十三、「高中部寒假短期留學暨文化交流活動」報名日期為 9/18(週一)~9/23(週六)，有意願的學生請至教務處索取報名表。
- 十四、9/22(週五)晚上 8:00 舉行「113 學年度入學七年級新生線上招生說明會—聖心小學場」，歡迎家中有聖小 6 年級女同學的家長上線聆聽。

註冊組 Registrar's Section :

- 十五、學籍異動：轉出高二仁 24 張渝婕。
- 十六、請各班副班長依所列時間（國二 9/12 週二、國三 9/14 週四、高二高三 9/15 週五）早自習收齊該班學生證（依照座號排序）並於 7:55 下課前繳交至註冊組核蓋註冊章，並於當天第七節下課至註冊組領回。若學生證已遺失請儘速申請補發（至總務處繳費 200 元，並攜繳費收據至教務處辦理）。
- 十七、112 學年度第 1 學期校友會提供之教職員子女獎學金開始接受申請，有需要申請者請到註冊組索取申請表，填寫後附上學期成績證明，並於 9/15（週五）前繳回註冊組。
- 十八、112 學年度第 1 學期生活助學金申請日期至 10/2（週一），請有符合申請資格的同學至註冊組領取申請表格。
- 十九、最新獎助學金資訊，詳情請至網路上查詢，路徑：學校首頁→教務處→註冊組→獎學金資訊→校外獎學金→112 學年度第一學期。

資訊組 IT Section :

- 二十、住宿部電腦室於 9/11（週一）開放申請使用，欲使用電腦或手機請至資訊室門口索取申請單。索菲電腦室義工尚未招募完全，歡迎具熱忱有興趣的同學至資訊室索取報名表，並於 9/13（週三）放學前交繳至資訊室。
- 廿一、111 學年度高一、高二學生學習歷程相關時程如下，請留意學校首頁>108 課綱>學習歷程檔案專區公告：

任務	111 學年度高一、高二
學生勾選學習歷程	9/1(週五)~9/17(週日)
發下及回收學生上傳及勾選確認單	9/22(週五)~9/25(週一)
學校提交學習歷程	10/9(週一)~10/12(週四)
學生確認收訖明細	10/13(週五)~10/22(週日)
學校完成學習歷程提交	10/27(週五)

學務處 Office of Student Affairs

生輔組 Discipline Section :

- 一、本週中心德目：謙虛有禮（humility and courtesy）
- 二、9/11（週一）高一及國一同學請於上午 8:00 前至恩德堂就位，第一節課將實施「犯罪預防暨強化識毒拒毒知能」宣導。
- 三、112 學年度「國家防災日」演練注意事項：
 - （一）請同學利用時間將「地震防災頭套」準備好並放置在自己的座位，以利演練或真實發生地震時保護頭頸部，教官會擇期檢查各班防震頭套準備情形。
 - （二）9/13（週三）7:40 舉行「防災演練線上說明暨影片宣導」，請各班資訊股長協助開啟資訊設備；結束後，請各班班長至學務處外集合，實施預演排練。（同時發放「疏散路線表及集合位置圖」、「演練流程及注意事項」等資料。）
 - （三）9/19（週二）7:40~8:00 實施「防災演練」。
- 四、9/15（週五）「加強教育人員反毒增能研習」併入導師會議實施，採簡報宣導。
- 五、重申學生請假注意事項：
 - （一）因應學年轉換，請同學更新假本封面年級、班級資料，避免發生誤登情形。
 - （二）事假：應附證明**事先**辦妥請假手續；臨時事假於事後**3 日內**完成銷假。
 - （三）病假（含生理假）：
 - 1. 返校後**3 日內**持家長及導師簽名之假本至學務處，完成請假手續。
 - 2. 請病假**3 日以上**者，須持醫院證明；**5 日以上**者，須附醫師**診斷證明**，否則不准假。
- 六、學生生活教育宣導：
 - （一）重申嚴禁在規定之地點（沿快樂坊、大團輔室、聖堂外圍座位區）以外地方飲食或攜帶食物進入教室，違者依校規記警告乙次。

(二)穿著裙子長度須及膝(不可短於膝上 3 指幅高度)，裙襬必須維持原狀，白襪長度為腳踝以上至膝蓋以下，可搭配黑皮鞋或白球鞋；另穿著體育服應搭配運動鞋，且勿穿著體育服進出校門。

(三)請同學談吐文雅，勿口出穢言，若「穿著制服有不雅之言行」，依校規記警告乙次。

七、學生安全教育：

校網→行政單位→學務處→宣導專區：「防制藥物濫用」、「防詐騙」、「防制校園霸凌」、「性別平等教育」、「交通安全」、「電子煙防制」等，持續更新宣導資料，請同學不定時上網瀏覽。

訓育組 Student Activities Section：

八、新北市 112 學年度學生舞蹈比賽：

報名時間為 9/4 (週一) 至 9/11 (週一) 至「全國學生舞蹈比賽資訊網」

網址：<https://studentdance.perdc.ntnu.edu.tw/> 登錄報名資料完畢後，線上列印紙本報名表(含參賽者名冊)一式 3 份，團體組加蓋學校印信、個人組蓋註冊組戳章或職章後，將其中 2 份逕寄(送)板橋區中山國小(220096 新北市板橋區大觀路二段 59 巷 31 號學務處體育組邱郁哲組長收)，郵戳為憑，請務必依限完成報名；另 1 份由報名者自留，參加市賽及獲選參加全國決賽時，皆須攜帶該資料至比賽現場進行報到及檢錄。詳細比賽辦法見學務處公佈欄，或洽訓育組洪老師。

九、新北市 112 學年度學生音樂比賽：

報名時間為 9/14 (週四) 至 9/28 (週四) 24 時止，逾時不受理。(一律上網報名，未上網報名者不得參賽)，報名表列印日期為 9/29 (週五) 日至 10/6 (週五)，將報名表列印後，送就讀學校核章並留校備查。報名網址(<https://contest.ntpc.edu.tw>)，詳細比賽辦法見學務處公佈欄，或洽訓育組洪老師。

十、9/12 (週二) 中午 12:30 辦理「仁愛園遊會班級總 PM 培訓」，並將抽選各攤位布置之國家，請一、二年級及國三忠、和每班兩位總 PM 攜帶紙筆，準時至二樓會議室集合。

十一、高國中幹部賦能訓練：於 9/15 (週五) 朝會舉行，請各班幹部準時依指定地點集合參加。

十二、高國三畢冊美編編輯暨製作課程：

(一)高三、國三畢冊美編名單(每班 4-6 人)請於 9/13 (週三) 繳至訓育組。

(二)高三、國三畢冊美編編輯暨製作課程：9/15 (週五) 第六節，地點：墨華齋。

請高、國三各班畢冊美編請攜帶紙筆準時至墨華齋集合。

(三)10/20 (週五) 午休畢冊第一張完稿紙收件(二樓會議室)。

(四)11/10 (週五) 午休畢冊完成所有完稿紙收件(二樓會議室)。

十三、112(上)各班都須有教室佈置，提醒各班教室佈置截止日為 9/28 (週四)

體衛組 PE & Hygiene Section：

十四、本週餐廳打掃班級：國二仁。

餐廳打掃注意事項：請負責打掃班級的服務股長到學務處領取餐廳整潔紀錄表，協助登錄各桌打掃狀況，確實督促大家作好餐後整理工作。

十五、【體衛組溫馨提醒】

(一)請全校師生遵守重大傳染病規定，勤洗手，不共食，身體不適者請配戴口罩到健康中心量測體溫，掃地時間進行環境整理工作，如有身體不適應在家休養。

(二)自治會活動宣導

1. 課間操活動：

於 9/26 (週一) 起第一節下課開始進行，請導師鼓勵同學把握時間上山運動。各班同學持自己的《領導力生活手冊》，運用第一節下課時間到 9:00 前到達操場(請準時進教室上第二節課)。

2. 生活秩序競賽：

依本校生活秩序競賽與環保公約提醒同學注意生活環境、秩序、環保精神的重要，要點提醒如下表，詳細內容請參考辦法，邀請大家一起協助維護學習品質！

秩序部分		評分標準
團隊紀律表現 90%	班級上課綜合表現	1. 點名板上各班教師評分。 2. 巡堂表現班級當堂課記違規一次，該堂課分數為 88 分，違規兩次當堂課分數 85 分。
	朝會秩序	1. 聽講態度：40% 2. 集合速度：30% 3. 服裝儀容：30%
	午休秩序	1. 午休情形（是否安靜、是否趴睡、有無人走動等）70% 2. 黑板上缺曠紀錄 15%（請務必確實，隨時由導師掌握） 3. 服裝儀容 15%
	寧靜分數 (7:30~7:40) 早自習	教室保持安靜、 <u>門窗打開</u> 、在教室的同學須 <u>在自己座位上看書</u> ，不得走動講話。
其他自律表現 ±10	班級活動	學務處生輔組依據各班不定時不定點之表現，對班級秩序總分得加減 1.5 分。
	食品規定	食品未依規定寄放早餐櫃或違規，每人扣班級秩序總分 0.5 分，最多加減總分 1 分。
	整體巡堂	整體巡堂，最多加減總分 1 分。

整潔部分	打掃時間	檢查時間及方式
班級教室	每天掃地時間	1. 早上檢查：廁所每日早上。 2. 掃地時間：下課後 5 分鐘開始評分。 3. 平時維持：由巡堂老師不定時前往各班巡視，外堂課須將電燈、電扇、冷氣等電源關閉，衣物摺疊整齊。 4. 放學檢查：教室於 16：55。
廁所區域	每天掃地時間 依班級週次分配	
放學後整理	每天放學後	
外堂課巡堂	每節課下課	
外掃區域	每天掃地時間	
分組區域	每天掃地時間	
午餐整理	每天用餐時間	

十六、衛福部人類乳突病毒疫苗接種，國二第一劑訂於 9/14（週四）上午 8:20~10:20 於小禮堂施打，請同學前一日不可熬夜，在教室等候通知後，攜帶水瓶至圖書館穿廊集合。

十七、9/15（週五）舉行教職員工體檢與學生健康檢查補檢，暑期末完成體檢同學：國中部第三節、高中部第四節，請至小禮堂完成檢查。

輔導處 Counselors' Office

一、9/14（週四）中午在大團輔室召開「國一 IEP 會議」，請收到開會通知的老師準時與會。

總務處 Office of General Affairs

一、營養小知識：黑木耳白木耳營養好處各不同！

黑木耳與白木耳是不同屬的真菌，但不管是黑木耳和白木耳的脂肪含量都不高、是水分含量高的低熱量食物，且都含有人體所需的胺基酸、膳食纖維跟膠質，是很好的保健食品。

黑木耳

有素中之葷的美譽，因為黑木耳含有豐富的營養素，可與動物性食物相媲美。而且黑木耳的含鐵量是豬肝的 5 倍，可以說是最佳的天然補血好食。

(一)營養成分：膠質、蛋白質、膳食纖維、鐵、鉀等。

(二)養生功效：可以調解血脂肪、促進腸胃蠕動、改善缺鐵性貧血、保護心血管。

(三)這樣挑選：選耳片肉厚、形體結實碩大、無黏稠、無異味的黑木耳。

白木耳（銀耳）

有菌中之冠的美譽，因為含有十七種胺基酸和多種維生素等營養素，而且含有天然的膠質可以潤膚美容。

(一)營養成分：銀耳膠質、膳食纖維、維生素 B、微量元素等。

(二)養生功效：有抗氧化、增強抵抗力、養顏美容、滋陰潤肺、養胃生津的效果。

(三)這樣挑選：選耳片濕潤、白中帶微黃、有清香、無黏膩感的白木耳。

資料來源：Heho 健康

二、接待室徵求需服務時數義工，請有服務熱忱及學習興趣的同學至接待室李雪琴老師報名。

圖書館 Library

一、悅讀佈告欄—圖書館本週介紹《30 堂帶來幸福的思辨課》、《療癒孤寂》、《心理醫師的傷心急救手冊》三本書。電子檔公佈於本校網站/圖書館/圖書館活動/悅讀佈告欄，書籍於圖書館展示。