

天主教聖心女子高級中學 112 學年度第 1 學期第 6 週校務通報 112.10.2

Sacred Heart High School for Girls Weekly Announcements and Reminders (11201-6)

祈禱 prayer

親愛的天主，早安！

聖經上說：天主所賜給我們的，並非怯懦之神，而是大能、愛德和慎重之神。天主，請幫助我們謙卑但不怯懦，賜給我們智慧大能、充滿愛德，並且能謹慎莊重。

賀 Congratulations！感謝張惠蕙老師指導高三孝涂萱恩同學參加「112 學年度新北市國語文競賽」國語演說高中組榮獲市賽第三名佳績！

賀 Congratulations！感謝鐘明媛主任指導高二仁尤品涵同學參加「112 學年度新北市國語文競賽」國語朗讀高中組榮獲市賽優勝佳績！

賀 Congratulations！112 學年度第一學期高三全國高中學科能力測驗第一次模擬考自然組成績優良名單：達校際頂標 忠 林書荷 忠 陳照穎 忠 杜昀馨

達校際前標 忠 李欣儒 忠 李培安

賀 Congratulations！112 學年度第一學期高三全國高中學科能力測驗第一次模擬考社會組成績優良名單：達校際頂標 忠 陳照穎 仁 陳昱瑾 忠 李欣儒 忠 杜昀馨 仁 絲佑琳

仁 謝欣恩 仁 邱筠芯 仁 吳品萱 孝 涂萱恩 仁 林思妘

仁 馮瑞蓮 忠 李培安

達校際前標 仁 鄭瑾又 仁 葉昕芮 仁 林秉祈 仁 林欣穎 仁 潘思錡

忠 胡詠甯 仁 李欣晏 忠 王偲宇 仁 李莉庭 仁 林 嫻

孝 李 恩

賀 Congratulations！112 學年度第一學期高二全國高中學科能力測驗第一次模擬考自然組成績優良名單：達校際前標 忠 吳丞好

賀 Congratulations！112 學年度第一學期高二全國高中學科能力測驗第一次模擬考社會組成績優良名單：達校際頂標 忠 吳丞好

達校際前標 忠 林羿嫻 忠 葉芯伶 忠 朱鑲庭

校長室 Principal's Office

一、張兆鴻老師於 10/2~10/6（週一~週五）赴台南協助「全民運動會龍舟裁判工作」。

二、黃國書老師於 10/2（週一）下午赴大考中心參加「112 學年度學分科測驗試題(地理)研討會」。

三、葉兆祥老師於 10/2（週一）下午赴大考中心參加「112 學年度學分科測驗試題(物理)研討會」。

四、林恭凱老師於 10/2（週一）下午以線上視訊方式參加「社會領域探究與實作—基隆飲食文化探討 1」。

五、林祐璋老師於 10/3（週二）下午赴大考中心參加「112 學年度學分科測驗試題(化學)研討會」。

六、許雲婷老師於 10/3（週二）下午赴蘆洲國中送件「科技領域分區輔導增能研習」。

七、洪翠妙老師於 10/4(週三)赴永和國中參加「新北市國民中學訓育組長培力研習」。

八、張育聞老師於 10/4(週三)赴蘆洲國小參加「校園憂鬱自殺防治教師增能研習」。(共 8 小時)

九、林恭凱老師於 10/4（週三）上午赴南湖高中參加「歷史教學學會教案分享工作坊研討會」。

十、林恭凱老師於 10/4（週三）下午赴臺北文創參加「親子天下教育創新國際年會下午場論壇：從學到問 AI 世代生涯探索新挑戰」。

十一、尹祉甯老師於 10/4（週三）下午赴泰山國小「112 學年度全國學生美術比賽」送件。

十二、張嘉真老師於 10/5（週四）下午赴大考中心參加「112 學年度學分科測驗試題(歷史)研討會」。

十三、林恭凱老師於 10/5（週四）上午以線上視訊方式參加「社會領域探究與實作—基隆飲食文化探討 2」。

十四、歐陽萱老師於 10/6（週五）下午赴大考中心參加「112 學年度學分科測驗試題(公民與社會)研討會」。

- 十五、林子傑老師於 10/6 (週五) 赴海山高中參加「新北市 112 年度友善校園學生事務與輔導工作「校園性別事件行政業務研習」。
- 十六、王嫻蘋主任於 10/6 (週五) 下午以線上視訊方式參加「112 學年度教育部高中優質化輔助方案-交通安全課程推動說明會」。
- 十七、張育聞老師於 10/6(週五)赴蘆洲國小參加「校園憂鬱自殺防治教師增能研習」。(共 8 小時)

教務處 Office of Academic Affairs

教學組 Curriculum Section :

一、第六週「台灣母語日」活動—互相落氣，求進步。

拼音：Hōo-siong lāu-khui, kiū tsin-pōo.

義近：相互挑出對方之短處，來追求進步。意思是一來一往檢討雙方各自的缺點，是一種求取進步的方法。

二、「第 17 屆聯合盃全國作文大賽-新北市區賽」，競賽日期為：11/5(週日)，請欲報名的同學於 10/4 (週三) 放學前至教學組報名。詳細資訊敬請關注作文大賽官網最新資訊。

三、10/11、10/12 (下週三、四) 將舉行第一次定期考，老師相關注意事項如下：

(一)定期考**命題**須知：

1. 請於試題卷上註明以下抬頭

☐中部

聖心女中 112 學年度第一學期

☐年級 ☐科 第一次定期考 試題

☐中部

命題教師☐ 次數 21 科目代號☐

2. 試題至少含兩種題型，並盡量融入素養導向命題，以評量學生記憶、思考、整合、分析、判斷等能力。

(二)定期考**監考**須知：

1. 監考教師於預備鐘鈴響前請至教務處領取試卷。

2. 英聽播放注意事項及 USB 會網綁於電腦卡上放入試卷袋中，請擔任英聽之監考老師提早至教務處領取並詳讀。

3. 進入教室後應先瞭解學生出缺席狀況，並指導學生將書本、書包整齊放置教室前後或走廊。

4. 第二次鐘聲響起將考卷發下，指導學生核對試題卷、答案卷張數、有無電腦卡。

5. 考試時請注意學生應試態度，避免學生有投機取巧之行為。並請提醒學生須待命題老師巡視後方可繳卷。

6. 如有學生欲提早繳卷，請等待出題老師巡視後再繳卷，並指導學生將答案卷及電腦卡親自交至講桌或監考老師手中。

7. 考試結束時，請最後一位同學收回答案卷及電腦卡。請監考老師清點份數，答案卷需按座號排序，電腦卡清點完畢後請用橡皮圈繫好放入試卷袋。**學生須待監考老師確認收卷無誤，宣布下課才可離開教室。**

8. 填寫試卷袋封面資料後，將試卷交回教務處統一處理。謝謝大家，辛苦了！

9. 監考過程若有學生身體不適，請尋求鄰班或巡堂老師暫時協助，並陪同學生至教務處。

10. 出題老師請於考試當天將解答繳至教務處。

四、「2024 年亞太數學奧林匹亞競賽初選考試」(第一階段測驗日期：11/11 週六；第二階段測驗日期：113/1/24 週三)，請欲報名同學於 10/04(週三)至奧林匹亞網頁報名。

五、配合國家教育研究院「台灣學生英語力世代追蹤評量計畫」，請高三忠全班同學於 10/5 (週四)第八節課至索菲教室進行線上測驗。

六、「2023 台灣中小學中文能力檢定考試」，競賽日期為：11/17(週五)下午 6：20，請欲報名的高三學生攜帶報名費用 650 元至教學組報名，報名日期為 9/20(週三)至 10/6(週五)截止。詳細資訊敬請關注學習成就測驗協會官網最新資訊。

七、10/11、10/12（下週三、四）將舉行第一次定期考，考試時間如下：

日期 Date	時間 Time	國一 G 7	國二 G 8	國三 G 9	高一 G 10	高二 G 11	高三 G 12
十月十一日（週三） Oct. 11 th Wed.	08：10	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	08：15 / 09：15	國文 Mandarin	國文 Mandarin	國文 Mandarin	國文 Mandarin	國文 Mandarin	國文 Mandarin
	09：30/ 09：50	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study
	10：00	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	10：10 / 10：35	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening
	10：45	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	10：50 / 11：50	英語 English	英語 English	英語 English	英文 English	英文 English	英文 English
	13:10	下課鐘 Bell					
	13：15	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	13：20 / 14：10	寫作測驗 Chin. Writing	寫作測驗 Chin. Writing	寫作測驗 Chin. Writing	國語文寫作 能力測驗 Chin. Writing	國語文寫作 能力測驗 Chin. Writing	國語文寫作 能力測驗 Chin. Writing
	14：20	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	14：25 / 15：25	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	化學 Chemistry	自習 Self-study	自習 Self-study
	15：35	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	15：40 / 16：40	生物 Biology	理化 Physics/ Chemistry	理化 Physics/ Chemistry	地理 Geography	理：選修化學 Physics 文：歷史深廣 History	理：選修物理 Physics 文：歷史探究 History
	16：50	發校車放學 End of day					
十月十二日（週四） Oct. 12 th Thu.	08：05	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	08：10/ 09：10	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Chemistry	自習 Self-study	自習 Self-study
	09：25	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	09：30 / 10：40	數學 Mathematics	數學 Mathematics	數學 Mathematics	數學 Mathematics	數學* Mathematics	數學 Mathematics
	10：50	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	10：55 / 11：55	自習 Self-study	自習 Self-study	地球科學 Earth Sciences	地球科學 Earth Sciences	自習 Self-study	理：選修化學 Chemistry 文：公民深廣 Civics
	13：00	下課鐘 Bell					
	13：05	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	13：10 / 14：10	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	歷史 History	自習 Self-study	自習 Self-study
	14：20	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	14：25 / 15：25	社會 Social Studies	社會 Social Studies	社會 Social Studies	公民 Social Studies	理：選修生物 Biology 文：地理 Geography	理：選修生物 Biology 文：地理深廣 Geography
	15：30 / 16：45	依學務處安排行事 Student Affairs Office schedule					
	16：55	發校車放學 End of day					

※高二孝仁數學 A 版在 202 教室測驗，由教學組安排座位與監考老師，請同學準時進入教室應考。

Students taking Math ver. A in Grade 11th attend Math exam in classroom 202. Please show up on time.

※高二忠選修物理於 10/16(一)第一節班級活動時間測驗(7:55 預備/8:00-8:50 測驗)，請同學準時進入教室準備。

Students take Physics during the first class activity time on October 16 (Monday) (preparation at 7:55/test at 8:00-8:50). Please enter the classroom on time.

八、第八週將於班級教室舉行「妙語比賽」，請同學及早準備。各年級題目如下：

年級	題目	年級	題目
國一	我最喜歡的美食	高一	我的人生導師
國二	我最喜歡的節日	高二	一部好看的電影

九、第五週教室日誌填寫、繳交情況優良班級如下：高三仁、高二忠、孝、高一孝、國三仁、和、國二全、國一忠、孝、和。請高三孝、高二仁、國一仁、學藝股長務必填寫教室日誌並按時繳交至教務處。

十、請各科老師協助於 10/18(週三)前完成「審題紀錄表」，並存放檔案至 NAS→教學區→教學共用上傳區→0 公告區_永久保留→112→11201 命題審題機制→第一次定期考→各學科審題紀錄資料夾。

十一、請每位老師每學期命題後至少填寫一份「雙向細目表」，空白表及填寫後存取路徑：NAS→教學區→教學共用上傳區→0 公告區_永久保留→112→11201 試題雙向細目表→各科資料夾。

十二、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，收件截止日期為 12/8(週五)。

十三、10/16 (週二)中午 12:00 於一樓會議室召開「充實一般科目教學設備會議」，敬備午餐，請相關老師準時出席。

註冊組 Registrar's Section：

十四、學籍異動：轉入國三和 39 陳璽米。

十五、因應定期考前午休須補考學生數較多，10/2 (週一)至 10/6 (週五)午休補考場地移至「二樓會議室」，請老師及學生留意。

十六、112 學年度第一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。

十七、請高、國中部任課老師結算第一次學月平時成績，並於 10/17 (週二)前傳輸完畢。

十八、請國中部任課老師使用記分簿傳輸「努力程度一」，並於 10/17 (週二)前傳輸完畢。

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、班級 e 化設備日新月異，維護設備格外重要，請各班同學每日【放學後再關閉教室總電源】，關閉總電源前務必先確認電腦及觸控螢幕關機完畢，電腦主機燈號【熄滅】及觸控螢幕燈號亮起【紅燈】才算關機完成，螢幕呈現黑畫面不是判斷關機依據，如時常未關機狀態下關閉電源，設備容易故障且可能屬人為因素不算保固範圍內，造成財物損失。相關說明可參考班級電腦開機自動彈跳網頁
(<https://sites.google.com/shgsh.ntpc.edu.tw/classroomrules/page>)

廿一、請各班導師協助指派學生或資訊股長擔任打掃 e 化設備職務，以維護好教學品質。
工作內容：

(一)【刷子】清理鍵盤、e 化桌面上的接孔、觸控螢幕或白板上的粉塵。

(二)【抹布】噴上適量酒精擦拭鍵盤、滑鼠、e 化桌面、觸控螢幕或白板。

(三)收拾好網路鏡頭和簡報巧手，以免遭碰撞損壞。

廿二、一樓會議室、大團輔室和 202 教室資訊組備有 e 化袋，內容備有 HDMI 線、簡報巧手、視訊鏡頭等等，請使用完畢務必放回袋中以便下位使用者使用。

廿三、適逢定期考，10/2(週一)至 10/12(週四)暫停開放聖心樓電腦教室中午時段及住宿部電腦室。

廿四、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：團隊合作 (collaboration and teamwork)
- 二、10/2(週一)第 1 節課實施防毒守門員入班宣導，請國一和至聖心樓群組教室，國三仁班於班級教室。
- 三、10/4 (週三) 17:00-18:00 辦理住宿生「宿舍地震疏散與消防演練」，說明如下：
 - (一)演習地點、流程：

寢室就地避難動作演練→逃生疏散演練→德賢廣場（集合清點人數）→消防知識宣導，區分「自動心臟除顫器(AED)及 CPR 介紹與示範」及「滅火器及消防栓示範與操作」2 組。
 - (二)注意事項：
 1. 請所有住宿同學於 17:00 準時在寢室就位，不得遲到。
 2. 以保命的態度認真練習，並依廣播儘速至廣場集合，務求動作確實，保持沈著、冷靜、避免尖叫、奔跑、受傷。
 3. 當日先實施演練，再用晚餐，晚餐時間調整為 18:00。
- 四、**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 :

- 五、10/5 (週四) 中午 12:30 於墨華齋召開「社團社長會議」，請所有社團的社長務必攜帶紙筆準時與會。
- 六、新北市 112 學年度學生音樂比賽：

報名表列印日期為 9/29 (週五) 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。

體衛組 PE & Hygiene Section :

- 七、本週餐廳打掃班級：國二和。

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。
- 八、【環境議題時間變動通知】原訂 10/19、10/20 環境議題時間因與百合花遊行場地使用衝突，故調整環境議題時間為 10/24 (週二) 國一、國二及國三孝仁愛；10/25 (週三) 高中部及國三忠、和。因須登錄研習時數，敬邀全校教職員擇一場次參加。
- 九、【112 學年度聖心園遊會活動提前宣導】請老師指導同學詳細了解並一起完成此環保行動力的活動！
 - (一)全校園遊會活動禁止使用一次性餐具，例如：塑膠餐具、保麗龍餐具、紙餐具及衛生筷。
 - (二)開始募集家中不用的環保餐具給跳蚤市場，供當天需要購買餐具的來賓，做到資源再利用。
 - (三)轉知親朋好友 11/4(週六)當天要自行準備餐具，一起見證體驗聖心人環保行動力的驕傲。
 - (四)當天請全校師生務必準備環保餐具、環保杯。

十、【環保公約提醒】因應季節變換，提醒冷氣使用，共同做好環保節約能源，使用規定：

(一)冷氣機總電源統一由總務處管理，請勿自行啟動。

(二)冷氣開放時機(因總電源管制，故二樓及三樓開機時間至少須間隔 15 分鐘以上)：

1. 4 到 10 月室溫持續達 28℃ 以上：三樓以上教室於 7:30 到下午 4:30 開機(含各分組教室)；二樓教室 7:40 到下午 4:40 開機。

2. 其它月份(11 月到 3 月)，溫度持續達 28℃ 以上，四樓 7:40 開機、二樓以上 8:00 開機，並依實際氣溫情況啟閉冷氣。

3. 各行政及教師辦公室，溫度持續達 28℃ 以上，一律於 9:00 以後開機，下午 4:00 關閉冷氣。

(三)以上階段，須配合外堂課與中午 11:50~12:30 和放學後，確實執行關閉冷氣。

(四)如遇重大噪音或特殊情形，班級環保股長(或班長)可至學務處申請開啟。

(五)陰雨天，氣溫較低，任課老師請協助約束冷氣使用。

(六)教室人數在 10 人以下時，冷氣不得開啟。

(七)例假日除全校性活動外，冷氣不得開啟。

輔導處 Counselors' Office

一、10/3 (週二) 中午在大團輔室召開「高三 IEP 會議」，請收到開會通知的老師準時與會。

二、10/4 (週三) 中午在大團輔室召開「國三 IGP 會議」，請收到開會通知的老師準時與會。

三、10/5 (週四) 中午在大團輔室召開「五合一會議」，請收到開會通知的老師準時與會。

四、10/6 (週五) 中午在大團輔室召開「國二 IGP 會議」，請收到開會通知的老師準時與會。

總務處 Office of General Affairs

◎營養小知識：中西醫都說，吃柚子好處多(但部分藥物會與柚子有交互作用，請注意!!)

中秋節家家戶戶不可少的水果就是柚子！你知道柚子營養含量很豐富嗎？營養師指出，柚子的果肉富含維生素 C、P、檸檬酸等營養素。每 100 公克含有 57 毫克維生素 C，而維生素 C 是一種非常強的抗氧化劑，可以減少損害腦部的自由基形成，降低血液中膽固醇、促進新陳代謝。而且攝取足夠的維他命 C 可促進膠原蛋白的形成，有助於傷口癒合。

而「維生素 P」對維生素 C 的消化吸收上是不可缺少的物質，能降低血管通透性、增強維生素 C 的活性，預防皮膚病，還有養顏美容的功效。但維生素 P 人體無法自身合成，因此需從食物中攝取，而柚子就剛好富含了這兩種物質。另外，含有的檸檬酸可分解葡萄糖，幫助消化；纖維質有助於暢通糞便。柚子肉含有胰島素樣成分，可以幫助降低血糖。

中醫師說，柚子性味甘涼，具有健脾消食、止咳化痰、消腫止痛、行氣解酒、抗炎解痙、清除體內燥熱，對緩解咳嗽氣逆、痰多氣喘、消渴心煩和胃病等症狀有一定的療效，還可以幫助排毒瘦身。

以上關於柚子的好處，想要養生不妨就吃點柚子吧!但要注意的是由於柚子中的類黃酮成分，易與許多藥物形成交互作用、增加藥物副作用的發生率。所以服藥期間請避免食用柚子喔！一般人食用也要注意適量為宜。

資料來源：Heho 健康

圖書館 Library

一、悅讀佈告欄—圖書館本週介紹《無所事事的美好時光》、《快樂只有自己能給：42 個讓快樂不請自來的人生哲學》、《蔡康永的情商課》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。