

天主教聖心女子高級中學 112 學年度第 1 學期第 21 週校務通報 113.1.15

Sacred Heart High School for Girls Weekly Announcements and Reminders (11201-21)

祈禱 prayer

親愛的天主，早安！

今天我們特別請求天主，保護世界各地在戰亂中的家庭，請賜給他們所需要的恩典；也請守護台灣的安定與和平。並請求天主陪伴我們每一位師生和家長，在假期中時時處處充滿您賞賜的平安喜樂。

賀 Congratulations！112 學年度第一學期全國高中學科能力測驗第三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 學年度第一學期全國高中學科能力測驗第三次模擬考社會 A 組(考數 A) 成績優良名單：

達校際頂標：忠 杜昀馨 仁 絲佑琳 仁 吳品萱 仁 馮瑞蓮 仁 謝欣恩

仁 鄭瑾又 忠 李欣儒 仁 林秉祈 忠 胡詠甯 仁 陳昱瑾

達校際前標：仁 蔡馨禎 仁 葉昕芮 忠 胡恬睿

賀 Congratulations！112 學年度第一學期全國高中學科能力測驗第三次模擬考社會 B 組(考數 B) 成績優良名單：

達校際頂標：忠 杜昀馨 忠 李欣儒 仁 絲佑琳 仁 馮瑞蓮 仁 林思妘

仁 邱筠芯 仁 吳品萱 仁 鄭瑾又 孝 涂萱恩 仁 蔡佳妤

仁 林秉祈 忠 胡詠甯

達校際前標：仁 謝欣恩 仁 林欣穎 仁 陳昱瑾 仁 蔡依軒 仁 李欣晏

仁 葉昕芮 忠 沈哲安 仁 潘思錡 仁 李映漩 忠 丁沂勳

仁 蔡馨禎 仁 李莉庭 仁 張嘉軒 忠 胡恬睿

賀 Congratulations！高三孝李 恩以「專題研究—黑黃混血採訪專題」參加「111 學年度協作共好之自主學習成果發表」獲教育部推薦為優秀作品，作品將刊登於均質化官網。

校長室 Principal's Office

一、林子傑教官於 1/18 (週四) 赴大板根溫泉酒店參加「新北市 112 學年度友善校園學生事務輔導工作國民中學生教組長培力研習」。

教務處 Office of Academic Affairs

教學組 Curriculum Section:

一、第二十一週「台灣母語日」活動—每週一諺：上山看山勢，入門看人意。

拼音：Tsiünn-suann khuànn suann-sì, jip-mn^hg khuànn lāng ì.

義近：上山要觀察山勢，進門要觀察主人心意。指做人要隨時注意環境的變化，懂得察顏觀色，行事才能合宜。

二、1/11(週四)-1/17(週三)將進行 112 學年度第一學期學生學習回饋問卷填，請各班於指定時間至指定地點完成問卷。

(一)各班協助指導填答老師：

年級	課堂	忠	孝	仁	愛	和
國一	表藝/倫理	行政	魏雪玲校長	行政		陳鳳幼老師
國二	表藝/倫理	行政	陳鳳幼老師	行政	行政	陳鳳幼老師
國三	生活科技	行政	行政	行政	行政	行政
高一	音樂	張逸如老師	張逸如老師	張逸如老師		
高二	生活科技	行政	行政	行政		

(二)各班填答分配時間及地點：

	1/11(週四)	1/12(週五)	1/15(週一)	1/16(週二)	1/17(週三)
第一節				第一：國三仁	索菲：國三和
第二節			第一：國二忠		

	1/11(週四)	1/12(週五)	1/15(週一)	1/16(週二)	1/17(週三)
第三節			第一：高二孝	索菲：國三孝	索菲：國三忠
第四節			第一：國三愛	索菲：國一仁	
第五節	第一：高一忠		索菲：高二仁		
第六節	第一：高一孝		索菲：國一忠		第一：國二仁
第七節	第一：高一仁 索菲：國二和		第一：高二忠		索菲：國二愛
第八節			第一：國二愛	第一：國二孝 索菲：國一孝	索菲：國二忠

三、1/18、1/19 (週四、週五) 舉行國中部及高一、二期末考，學校鐘聲調整為定期考時間，高三同學及任課老師請自行依課表時間上下課，考試科目時間如下：

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
一月十八日 (週四) Jan. 18 th Thu.	08:20	預備 Prep.				
	08:25 / 09:25	英語 English	英語 English	英語 English	英文 English	英文 English
	09:45	預備 Prep.				
	09:55 / 10:20	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening
	10:35	預備 Prep.				
	10:40 / 11:50	數學 Mathematics	數學 Mathematics	數學 Mathematics	數學 Mathematics	數學* Mathematics
	13:20	下課鐘 Bell				
	13:25	預備 Prep.				
	13:30 / 14:30	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	歷史 History	自習 Self-study
	14:45	預備 Prep.				
	14:50 / 15:20	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study
	15:35	預備 Prep.				
	15:40 / 16:40	生物 Biology	理化 Physics/ Chemistry	社會 Social Studies	地理 Geography	理：選修物理 Physics 文：歷史深廣 History
	16:50	發校車放學 End of day				
一月十九日 (週五) Jan. 19 th Fri.	08:20	預備 Prep.				
	08:25 / 09:25	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	地球科學 Earth Science	自習 Self-study
	09:35	預備 Prep.				
	09:40 / 10:40	國文 Mandarin	國文 Mandarin	國文 Mandarin	國文 Mandarin	國文 Mandarin
	10:45	預備 Prep.				
	10:50 / 11:50	自習 Self-study	自習 Self-study	地球科學 Earth Sciences	化學 Chemistry	理：選修化學 Chemistry 文：自習 Self-study
	13:20	下課鐘 Bell				
	13:25	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	13:30 /	社會	社會	理化	公民	地理

14:30	Social Studies	Social Studies	Physics/ Chemistry	Civics	Geography
14:40 / 15:10	大掃除				
15:20 / 15:50	導師時間&領取教科書(高一、國一至恩德堂參加登觀音山說明會)				
16:00 / 16:45	導師時間&領取教科書				
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.

※高二忠選修生物於 1/17(三)第一節調成班級活動以進行測驗 (7:55 預備/8:00-8:50 測驗)，請同學準時進入教室準備。Students take Biology during the first class activity time on January 17 (Wednesday) (preparation at 7:55/test at 8:00-8:50). Please enter the classroom on time.

※領取教科書請依廣播按順序到一樓會議室領書。

四、1/18、1/19 (週四、週五) 舉行國中部及高一、二期末考，老師相關注意事項如下：

(一)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. 英聽測驗音檔採用 USB 播放，將會網綁於電腦卡上放入試卷袋中。監考老師可於預備鐘響，進入教室後，先將電腦卡與題目卷發下給同學閱讀，並測試音檔之音量。
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. 除英聽測驗外，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. 考試時間到，鐘聲結束後，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。
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。

五、請任課老師謹慎審題，並協助完成「審題紀錄表」後將檔案存放至 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(審題紀錄表請使用新版)→國中部暨高一二期末考→各學科審題紀錄資料夾。

六、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 雙向細目表→各科資料夾。

七、1/19 (週五) 14:00 至 16:00 各考場開放查看，學測考場為三民高中的學生請於 14:00 至停車場搭車，其他非三民高中考場的同学將提前於 13:00 放學。當天下午第六至八節高三課程停課。

八、「第廿四屆高中人文社會科學營」活動日期:7/5~7/18，歡迎有興趣的高一同學於 2/23 (週五) 前踴躍遞交報名資料給楊凱翔老師審核後繳交至教務處。

九、期末將近，請託高中部各科任課老師協助再向學生說明學習歷程檔案的規劃，讓學生能清楚如何操作，或提供優良範本供學生參考。本學期學生上傳學習歷程檔案學習成果之截止日為 2/19(週一)，請各科老師於 2/29(週四)前完成認證。

十、112 年全民英語能力分級檢定測驗 (全民英檢) 考試時程、報名費用及校內報名時間如

下，請欲報名的同學攜身分證、大頭照片及費用交至教學組報名，或自行上網線上報名 https://reg6.lttc.org.tw/GEPT_Exam/。

級數	項目	測驗日期	校內報名期間	報名費
初級	說寫	3/16(六)、17(日)、23(六)	1/17(週三)放學前	830元 (報名費820元+手續費10元)

十一、第二十週教室日誌填寫、繳交情況優良班級如下：。高三孝、仁、高二全、高一孝、仁、國三孝、仁、和、國二孝、仁、愛、和、國一忠、仁、和。

註冊組 Registrar's Section :

十二、1/20-22(週六-週一)大考中心舉行113學年度學科能力測驗，請高三同學攜帶身分證(或附有照片足資證明身分之居留證或護照或健保卡)、文具用品準時應考，預祝同學考試順利！

日期 時間	113年1月20日 (星期六)	113年1月21日 (星期日)	113年1月22日 (星期一)	備註
09:15	預備鈴響(持應試有效證件正本入場)			9:40 截止入場 10:20 始可離場
09:20~11:00	數學 A	英文	數學 B	
12:45	預備鈴響(持應試有效證件正本入場)			13:10 截止入場 13:50 始可離場
12:50~14:40	自然	國綜 (只考到14:20)	社會	
15:15	預備鈴響(持應試有效證件正本入場)			15:40 截止入場 16:20 始可離場
15:20~16:50	-	國寫	-	

十三、請國中部各任課老師於1/23(週二)前傳輸期末評語，方法如下：

- (一)自行輸入文字敘述：使用記分簿上傳50字以內的文字敘述，勿使用其他符號。
- (二)使用評語代碼：請老師進入→學校網頁\教學單位\教師成績系統\ (請使用學校mail登入google帳戶) 進入頁面登入後點選「期末總成績」後點選評語並輸入評語代碼；請記得按「存檔」按鈕。

十四、請高一、二暨國中部各任課老師於1/23(週二)前將第三學月平時成績及期末考成績傳輸至教務處。

十五、請高中藝能科、國中彈性課程及一學期只傳送一次學期總成績之學科的任課老師於1/23(週二)前將成績傳輸完畢。

十六、高國中部網路報名112(上)學期補考日期為1/26(四)至1/28(日)，請須補考同學留意報名時間。

十七、112(上)高中部學期補考訂於2/1(四)辦理，請屆時須補考同學留意。

十八、112(上)國中部學期補考訂於2/2(五)辦理，請屆時須補考同學留意。

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、請各班資訊股長確實清點e化袋內容物、文件夾和網路鏡頭，於1/16(週二)放學前歸還至資訊室。

廿一、112學年度上學期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	高一、二	高三
學生上傳課程成果	2/19(週一)前	2/19(週一)前
老師認證課程成果	2/29(週四)前	2/29(週四)前
學生上傳多元成果	7/31(週三)前	暫定3月中

學生勾選學習歷程	暫定 9 月中	暫定 4 月中
學生上傳及勾選確認單	暫定 9 月中	暫定 4 月中
學校提交學習歷程	暫定 10 月中	暫定 4 月中
學生確認收訖明細	暫定 10 月中	暫定 4 月中
學校完成學習歷程提交	暫定 10 月中	暫定 4 月中

廿二、向資訊組借用筆電和其他設備的老師，請於 1/19(週五)前歸還，欲查看借用記錄請進入學校網頁/校內資源/e 化服務/物品借用狀況查。

廿三、NAS 各共用上傳區的資料，請老師協助整理，不需要的請移除或挪至暫存區，資訊組將於 2/1(週四)下午 1:00 進行刪除，以節省公務儲存空間。

廿四、適逢定期考，1/8(週一)至 1/19(週五)暫停開放聖心樓電腦教室中午時段及住宿部電腦室。

學務處 Office of Student Affairs

生輔組 Discipline Section:

一、本週中心德目：誠實負責 (honesty and responsibility)

二、「寒假生活須知」屬重要通知，請同學務必稟告家長於 1/15 (週一) 前在 e-Class 完成簽署，以免同學受警告乙次之處分。

三、有向學務處借用報備衣物或申請報備牌的同學請在 1/17 (週三) 放學前至學務處辦理繳回，衣物繳回前請先洗乾淨。學務處皆有造冊列管，請同學配合辦理，切勿占為己有。

四、學務處已累積許多遺失物，請有遺失物品的同學儘快利用下課時間至學務處認領，若 1/18 (週四) 放學前仍未領取之物品，將統一整理並捐贈至公益團體或社服機構。

五、寒假生活提醒事項：

(一) 使用網路行為與線上遊戲使用頻率，避免接觸色情、暴力與觸犯法律；「愛自己、愛別人、珍惜生命」，不私拍及不傳播不雅照片，以杜絕戀愛暴力及復仇式色情。

(二) 重視交通安全，外出活動慎選交通工具，避免至無安全設施之場所，事先應周詳準備才能確保安全。

(三) 吸菸(含電子菸)、飲酒、嚼食檳榔及濫用藥物(新興毒品)嚴重摧殘青少年身心健康，寒假期間應從事正當休閒活動，千萬勿涉足不正當場所，以免沾染惡習及觸法。

(四) 性騷擾防治，尊重他人身體自主權，避免以輕薄的言行舉止調侃別人或做出與性有關的騷擾行為。當不確定自己的言行是否為對方所歡迎時，寧可先不要說或不要做。

(五) 打工應經家長同意，並向學校報備，切勿違法打工或成為詐騙人頭戶，以免受騙或結交不良友伴。

(六) 防範一氧化碳中毒(如：洗澡、室內烤肉、取暖等)，應打開窗戶，保持室內空氣暢通。

(七) 預防各種傳染病，應注意個人衛生及保健，並適時佩戴口罩。生病時儘速就醫並居家休息，減少出入公共場所。

(八) 如接獲可疑詐騙電話或不慎遇上歹徒意圖詐騙，應切記反詐騙 3 步驟—「保持冷靜」、「小心查證」、「立即報警 110 或反詐騙專線 165」尋求協助(內政部警政署 165 全民防騙網：<https://165.npa.gov.tw/>)。

(九) 寒假期間如遇霸凌事件，第一時間務必向學校反映(26182287#110、199)或直撥教育部反霸凌專線 1953 及本市教育局反霸凌專線 1999、02-29560885，以尋求協助。

訓育組 Student Activities Section:

六、1/19 (週五)【國一至高二】期末考完下午行事：(因續接寒假學藝活動，故未安排結業典禮)

14:40~15:20 打掃時間/整理教室

15:20~15:50 高一、國一登山活動說明(恩德堂)

高二、國三、國二導師時間(教務處發書及簿本)

16:00~16:45 導師時間(教務處發書及簿本)

體衛組 PE & Hygiene Section:

七、本週餐廳打掃班級：國一和。

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、寒假學藝活動【高國一登觀音山活動行前會議】於1/18(週四)中午12:00在二樓會議室召開，敬備午餐，請相關老師準時出席。

班級	人數	導師	協助老師	行政支援老師
高一忠	36	聶伊華導師	蔡淑華老師	李佩貞老師(高一上下山引導，去回車-高一忠) 鐘明媛主任(前導人員，去回-公務車)
高一孝	40	楊麗雪導師	林祐瑋老師	
高一仁	26	林明正導師	張兆鴻老師	
國際聖心	21	韓-師 3+生 16、日-2 生	王熾蘋主任	張碩真老師(第一批上山與下山引導，搭國一忠車) 林子傑教官(第二批上山與下山引導)
國一忠	23	楊雯茜導師	劉錫軒老師	
國一孝	27	林明達導師	王慧雯老師	
國一仁	41	陳郁婷導師	蔡淑雲老師	
國一和	30	林佳紋導師	林子傑教官	
前導先行		校長、鐘明媛主任、曾惠雀老師、林珉帆老師(公務車)		
山下留守		潘玉芬老師、薛宇傑老師(公務車)		
留校支援		洪翠妙老師、池佳芳老師		

九、寒假學藝活動【高二飛輪任我行】飛輪外騎體驗活動行前通知：

(一)集合時間：1/23(週二)高二忠、1/24(週三)高二孝、1/25(週四)高二仁第三節下課後在前花園集合。

(二)服裝：學校運動服(長褲、運動上衣)、防風外套(防曬)。

(三)自備物品：悠遊卡需儲值100元以上(或自備零錢)、水壺、充足的體力、快樂合群的精神。

(四)行程說明：左岸自行車道及淡水自行車道共28km。

十、【期末整理相關時程】

日期	時間	執行內容
1/18(週四)高三學測前二日	12:30-12:45	打掃時間
	12:45-13:00	檢查時間(1/18前，請假同學請先清空座位受檢，公共區域整理檢查)
1/19(週五)全校結業日	14:40-15:20	大掃除(板擦機、窗戶)
	15:20-15:50	國一、高一於恩德堂參加「登觀音山活動說明會」。
	16:05-16:40	各班教室檢查。
1/26(週五)寒輔結束日	最後一節	各班教室檢查(個人物品帶回，課桌椅物品清空，個人置物櫃只能放下學期用品)。

十一、【體適能檢測】本校體適能檢測高中通過率為73%，國中通過率為79%，其中高三仁班體育課程施未完成測驗，不計入通過率，其他年級如國二通過率82%，進步很多，請持續保持。高二通過率為69%，鼓勵高二部分同學應積極養成運動習慣！

統計項目	高三忠	高三孝	高三仁	高二忠	高二孝	高二仁	高一忠	高一孝	高一仁	高三	高二	高一	合計	高中通過率
班級人數	29	39	42	35	44	43	45	45	45	110	122	135	367	
金質獎	8	2	0	6	1	4	1	1	1	10	11	3	24	8%
銀質獎	3	1	0	3	3	0	6	3	5	4	6	14	24	8%
銅質獎	7	9	0	9	5	10	12	10	11	16	24	33	73	26%
中等人數	6	7	0	10	14	9	11	13	14	13	33	38	84	30%
通過率	89%	66%	X	85%	64%	61%	68%	77%	74%	77%	69%	73%	73%	73%

統計項目	國三忠	國三孝	國三仁	國三愛	國三和	國二忠	國二孝	國二仁	國二愛	國二和	國一忠	國一孝	國一仁	國一和	國三	國二	國一	合計	國中通過率
班級人數	33	35	35	35	39	35	37	36	36	36	36	35	35	45	177	180	151	508	
金質獎	2	1	1	5	2	5	3	6	7	2	3	2	0	3	11	23	8	42	9%
銀質獎	5	0	5	2	5	7	3	5	3	5	4	4	1	7	17	23	16	56	12%
銅質獎	6	9	8	13	8	11	14	7	9	10	10	12	10	14	44	51	46	141	29%
中等人數	9	12	13	9	14	6	9	7	11	7	8	8	15	11	57	40	42	139	29%
通過率	79%	69%	84%	83%	78%	85%	83%	78%	86%	75%	71%	74%	76%	80%	79%	82%	76%	79%	79%

輔導處 Counselors' Office

- 一、1/15 (週一) 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。
- 二、1/16 (週二) 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。
- 三、1/17 (週三) 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：喝手搖飲料不發胖的 4 招小技巧

有人會問，一杯珍珠奶茶的熱量和一個雞腿便當一樣，那我可不可以喝飲料就好？答案是當然不行，雖然熱量相同，但是其中的營養價值大不同，所以萬萬不可以用飲料取代正餐。接下來就來看看有哪些挑選手搖飲的小技巧！

- 一、無糖飲料是首選：飲料基底是影響熱量的其中一個關鍵，無糖飲料的熱量趨近於零，你可以選擇烏龍茶、紅茶、花草茶等。如果一開始喝不習慣，可以從半糖開始慢慢減量，調整至微糖，讓自己的味蕾細胞習慣茶最純粹的風味。
- 二、加料好朋友：不加料當然最好，但是有些人喝飲料就是想要有咀嚼的口感。建議可以挑選低卡又好吃的配料，像是愛玉、仙草凍、蘆薈、寒天，盡量避開高熱量的珍珠、粉條、芋圓。
- 三、加鮮奶比奶精好：奶精主要成分是椰子油、棕櫚油、糖、香料等，其實就是油加糖的混合物，含有大量的飽和脂肪酸，對心血管的危害大且熱量高。而九成以上的台灣人鮮奶攝取量都喝不夠，如果你沒有喝牛奶的習慣，但是有喝飲料的習慣，可以用喝飲料的方式來補充鮮奶，也是個不錯的替代選擇。
- 四、大杯改中杯：對每天有習慣喝手搖飲料的人來說，不喝實在是太痛苦了，那就少喝一點吧！降低購買頻率，把大杯 700cc 的飲料改成中杯 500cc 容量，從一天一杯，改成兩天喝一杯，或是一週喝一杯，無痛減少攝取量。

資料來源：Heho 健康

圖書館 Library

- 一、鼓勵假期閱讀，1/19(週五)考完試開始學生借書量提升至每人可借 7 本書籍(含雜誌)。
- 二、圖書館將舉行迎書香過新年活動，活動時間為 1/19 日(週五)~1/25(週四)，活動期間本校師生只要到圖書館借閱資料，一次借閱冊數達三冊，即可抽小紅包，歡迎全校師生踴躍參加，借閱資料一律於 2/19(週一) 歸還。1/25 日(週四)起當期期刊、新書展示架書籍歡迎外借。
- 三、圖書館開始招收下學期義工，報名連結公佈於本校網站/圖書館/最新公告/112 學年度第 1 學期聖心女中圖書館義工報名
- 四、悅讀佈告欄—圖書館本週介紹《醫生好忙！》、《人生大事之:最好的自己》、《跳痛的愛》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。