天主教聖心女子高級中學112學年度第2學期第4週校務通報113.3.4

Sacred Heart High School for Girls Weekly Announcements and Reminders (11202-4)

祈禱 prayer

In the name of the Father, and of the Son and of the Holy Spirit. Amen.

聖瑪德蘭索菲說:「一個懂得內省的人像株向日葵，總是轉向正義的太陽，迎向它的光。」天主，請求您幫助我們渴求真理，讓您的正義成為我們的正義，幫助我們心中常有柔和慈悲，而不是只有各自以為的黑白對錯。

We ask this through Christ, our Lord. In the name of the Father, and of the Son and of the Holy Spirit. Amen.

賀 Congratulations！本校表演藝術代表隊參加「112學年度全國學生舞蹈比賽」，榮獲國中B團體丙組古典舞優等。

賀 Congratulations！本校田徑隊參加「113年新北市市中運運動會比賽」，榮獲佳績！感謝張兆鴻老師、曾惠雀老師協助指導。成績如下：

國三忠蔡葦祈榮獲國女乙組田徑擲鐵餅第四名、擲標槍第七名

國二愛郭騏樂榮獲國女乙組田徑5000公尺競走第五名

國三忠高翊琦榮獲國女乙組田徑推鉛球第八名

國一孝蘇禹心、國二忠李芠沁、國二愛林禹璽、國三忠張芷綾榮獲國女乙組田徑4*400公尺接力第八名

校長室 Principal's Office

一、陳瑞璋主任於 3/4(週一)上午赴新北市立圖書館總館參加「室內空氣品質標章制度及可視化地圖說明會」。

二、張惠敏老師於3/5(週二)下午赴中和高中參加「113學年度基北區高級中等學校免試入學國中註冊組長報名作業說明會議」。

三、崔素玲主任於3/7(週四)上午赴新北市立圖書館總館參加「新北市政府113年度本市各級學校性騷擾防治法規與實務研習」。(3小時)

四、陳鳳幼老師於3/8(週五)赴主教公署參加「北區宗輔教師研習」。(6小時)

教務處 Office of Academic Affairs

教學組 Curriculum Section：

一、第四週「台灣母語日」活動—每週一諺：戲棚跤徛久就是你的。

拼音：Hì-pênn-kha khiā kú tō sī lí ê.

義近：戲臺下站久了就是你的。勸人做事要有耐性，如能持之以恆，成功必屬於你的。

二、心靈有約時間：3/7(週四)高一孝，3/14(週四)高一仁，當天課程暫停一次。

三、3月週六數學課輔上課日為3/9、3/16、3/23。請有參加的同學穿著制服，準時到校認真學習。

四、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
中級	聽讀	5/4(週六)	3/8(週五) 放學前	800元 （報名費790元+手續費10元）
中高級	聽讀	5/11(週六)	3/15(週五) 放學前	990元 （報名費980元+手續費10元）
中高級	一日考	5/11(週六)	3/15(週五) 放學前	2570元 （報名費2560元+手續費10元）

※提醒國二同學，本學期學校已規劃全體國二學生於5/31(週五)下午施測多益普及測驗。

五、國三忠孝和、高一、二欲參加本學期小論文競賽寫作的同學，請留意本學期送件時間：5/5(週五)截止，並與指導老師討論、確定研究方向後，自行規劃寫作進度完成。本學期小論文架構因應全國小論文競賽辦法修改，調整為六大架構:「前言」、「文獻探討」、「研究方法」、「研究分析與結果」、「研究結論與建議」、「參考文獻」等六項，同學在撰寫小論文前應主動積極與指導老師充分討論再行撰寫。

六、為鼓勵學生認真學習，整學期週六數學課程全勤者記嘉獎乙次，夜間社團全勤者記嘉獎貳次。

七、第三週教室日誌填寫、繳交情況優良班級如下：高三全、高二全、高一全、國三和、國二孝、仁、愛、和、國一全。

八、3/4(週一)12：00 於一樓會議室召開「高三教務會議(一)」，敬備午餐，請相關老師準時與會。

九、3/5 (週二)12：00 於一樓會議室召開「國一招生監考老師會議」，敬備午餐，請相關老師準時與會。

十、3/6 (週三)12：00 於一樓會議室召開「國中期初課程發展委員會」，敬備午餐，請相關老師準時與會。

註冊組 Registrar's Section：

十一、112 學年度第二學期英文免修通過名單：高三忠 17 林書荷、高三仁 05 林嫋。

十二、國三升學報名資訊：

(一)欲報名新北市 113 學年度高級中等學校專業群科特色招生甄選入學的同學於報名時間內自行上網填寫書面審查報名資料並列印報名表、生涯發展規劃書影本填貼表、書面審查相關證明文件檢核表、學生報名資料袋，並於 3/5（週二）放學前將報名表件及報名費（330 元）繳交至註冊組，逾期不候。

(二)欲報名臺北市 113 學年度高級中等學校專業群科特色招生甄選入學的同學請於 3/1(週五)放學前至註冊組登記。

十三、請各班副班長依下列時間：國三 3/4(週一)；國二 3/5(週二)；國一 3/6(週三)；高三、高二 3/7(週四)；高一 3/8(週五)收齊各班學生證（依照座號排序登記有無缺繳）並於早自習下課 7：55 前繳交至註冊組，以利核蓋註冊章，當天第七節下課請至註冊組領回。

十四、3/9(週六)、3/10(週日)上午將舉行七年級新生招生說明會，歡迎老師、同學告知家有小六女同學的家長，可擇一天帶著學生一起來校參加。詳細辦法請參閱本校網頁「招生訊息」。

十五、高三升學報名資訊：

請高三同學將 113 學年度大學個人申請入學及科技院校個人申請報名調查表，請於 3/14(週四)前將調查表填寫完畢並至總務處繳交費用，再將調查表繳交給導師，逾期不候。(無論是否報名皆須繳回調查表)

十六、112 學年度第二學期學期補考高中部於 7/11(週四)；國中部於 7/16(週二)。

十七、獎助學金資訊：

(一)112 學年度第 2 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 3/15(週五)前繳回註冊組。

(二)欲申請 112 學年度第 2 學期生活助學金申請日期至 3/15(週五)，請有符合以下申請資格的同學至註冊組領取申請表格，並於 3/15（週五）將申請表簽核完送至註冊組。申請資格：低收入戶、中低收入戶、身心障礙學生、身心障礙人士子女、原住民學生、特殊境遇家庭學生。

(三)校外獎助學金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 學年度下學期。

資訊組 IT Section：

十八、e 化袋內容物請資訊股長請再次檢查，如有不完整至資訊室索取。

十九、112 學年度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(第一學期)	2/19(週一)前	2/19(週一)前
老師認證課程成果(第一學期)	2/29(週四)前	2/29(週四)前
學生上傳課程成果(第二學期)	7/21(週日)前	3/25(週一)前
老師認證課程成果(第二學期)	7/31(週三)前	3/31(週日)前

學生上傳多元成果	7/31(週三)前	3/31(週日)前
學生勾選學習歷程	9/1(週日)-9/15(日)	4/1(週一)-4/7(週日)
學生上傳及勾選確認單	9/20(週五)-9/27(五)	4/9(週二)-4/15(週一)
學校提交學習歷程	暫定 10 月中	4/15(週一)-4/18(週四)
學生確認收訖明細	暫定 10 月中	4/19(週五)-4/21(週日)
學校完成學習歷程提交	暫定 10 月中	4/23(週二)

二十、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。

廿一、中午索菲教室及住宿部電腦室已於 2/29(週四)開放申請使用，請提早至資訊室門口索取申請單並完成核章，經義工審核無誤即可使用，請留意用途以學習為主，教室內保持整潔和寧靜。

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、本學期甄選公共服務義工，報名狀況如下：
(一)3/9（週六）、3/10(週日)上午「七年級招生說明會」: 已額滿。
(二)3/16(週六)上午「七年級新生報到暨住通調查」: 尚有名額。
(三)本學期尚有成年禮、畢業典禮、OPEN HOUSE 等多項活動，將分別於四、五、六月份陸續辦理甄選，請有服務熱忱的同學留意公告時間，踴躍至生輔組報名。

三、3/9（週六）、3/10(週日)上午辦理「七年級招生說明會」，請已報名的服務同學於 3/6(週三)中午 12:30 至二樓會議室參加「公服講習與訓練」。

四、校規修訂條文宣導：
(一)「服裝儀容須知」: **修訂**穿著冬季制服長褲時，可搭配黑皮鞋**或白球鞋**。
(二)「個人物品」管理辦法：違規使用及攜帶者記警告兩次以上處分。
1. **增訂**考量校園用電安全，維護公共利益，學生個人之行動載具及行動電源等，於教學使用時，經任課老師同意，始得充電，其餘時間禁止自行充電。
2. 吹風機(住校生除外)、平板夾、電捲棒、整髮器、電動玩具、掌上遊戲機及發熱產品(如：電暖爐、電熱毯)等電器產品不可攜帶到校。
(三)學生獎懲實施規定：**增訂**「無故開啟他人使用中之廁所或浴室門者」，記小過乙次。

五、安全教育：
校網→學務處→宣導專區，持續更新宣導資料，內容包含「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」等，請同學不定時上網瀏覽。

訓育組 Student Activities Section：

六、本學期高二、高一「自主學習」課程分別於 3/6（週三)第三、四節開始，請相關同學依擬定計畫準時至所分配場地認真執行，並請善加運用電子產品幫助學習。

七、「社團社長會議」於 3/6（週三)中午 12：30 於墨華齋舉行，會議中除提醒社團事務注意事項外，將說明本學年度社團評鑑相關細節，請各社團社長務必攜帶紙筆準時與會。

八、112(下)議題教學課程發展（師)：本學期「重要議題融入課程實施教案」請老師完成後將電子檔上傳於 NAS/教學區/教學共用上傳區/公告區_永久保留區/112/112 議題教學課程發展/（各項議題）/112 下/各科資料夾，檔名請用老師姓名_議題名稱，相關參考資料亦置放於相同路徑。

九、高中部/國中部優質認證：
(一)(師)優質認證系統開放認證時間即日起至 113/6/28。
(二)(師)優質認證登錄路徑：
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/優質認證→認證登錄→存檔。

（三）(生)學生查詢優質認證路徑:

聖心首頁/成績查詢→學生成績查詢/學生查驗(學號：)(密碼：)/學籍→優質認證→優質認證

體衛組 PE & Hygiene Section:

十、本週餐廳打掃班級：高一忠。

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。

十一、校園長跑事宜

【校園長跑時間】比賽日期：113 年 3 月 15 日（週五），比賽時間為第七節-國中組、第八節-高中組，教師組(自選時段參加)，報名至 **3 月 8 日（週五）截止，請康樂股長協助確認名單。**

十二、【112 寒輔體能活動統計表】感謝高二及高、國一導師與協助老師協助班級完成飛輪與觀音山淨山活動，活動順利成功，鼓勵大家多到戶外運動，保持身體健康!

	112 寒輔觀音山淨山活動統計表							
	國一忠	國一孝	國一仁	國一和	高一忠	高一孝	高一仁	總計
班級人數	36	35	35	45	45	45	45	286
缺席人數	7	13	10	3	27	21	31	112
實際參與人數	29	22	25	42	18	24	14	174
未完成	0	0	0	0	2	1	0	3
參與率	81%	63%	71%	93%	36%	51%	31%	61%

高二飛輪任我行統計表				
	高二忠-運動中心	高二孝 24km	高二仁 22km	總人數
全班人數	35	44	43	122
請假	6	23	24	53
上課人數	29	21	19	69
參與率	82%	48%	44%	57%

十三、【外堂課、掃地時間、課後整理注意事項】

(一)外堂課：須將電燈、電扇、冷氣、等電源關閉，公共置物櫃整理妥當，個人將個人座位桌面整理乾淨、衣物摺疊整齊，鞋子放到鞋櫃。巡堂老師將不定時前往各班評分。

(二)掃地時間：全班須將椅子搬到桌上，以便打掃拖地。負責打掃教室同學，請確實做好整潔工作。

(三)放學評分：須將電燈、電扇、冷氣、等電源關閉，窗戶關閉，百葉窗拉起，公共置物櫃整理妥當，個人桌面不可放置東西、鞋子放到鞋櫃。教室於 17：00 開始評分。**(參加夜間社團的同學請於 17:00 到餐廳用餐，違反用餐規定者依校規處理。)**

輔導處 Counselors' Office

一、**復活節暨生命教育活動報告**：3/5(週二)朝會~國一二及國三孝仁愛；3/6(週三) 朝會~高中部及國三忠和。請同學準時進入恩德堂。

二、**飢餓體驗**：(將於 3/5 及 3/6 兩日朝會報告說明)

(一)體驗日：3/22(週五)上午 7:40—下午 4:45。不吃固體食物；可喝白開水。(中午 12:00～12:25 於恩德堂，邀請國際級唇音樂家李育倫老師蒞校，分享唇音樂以及個人生涯與信仰故事，並鼓勵參與飢餓的師生)

(二)方案：(師生可自由選擇)

1. **方案** 參與世界展望會之學校飢餓體驗自主營隊：繳費 100 元，可領取世界展望會飢餓貼紙與書面證書以及學校飢餓證書(電子檔)。
2. **方案** 僅參與學校之飢餓體驗：不繳費，只領取學校飢餓標誌與飢餓證書。

※選 A 方案者，3/11 前將 100 元交給總務股長，請總務股長於 3/11 送交總務處)

(三)登記時間：自 3/5 至 3/8。邀請各班同學踴躍參與，以行動幫助國內外貧困家庭。請班長協助，3/8 第八節上課前將簽名登記表交導師簽章後送宗輔室。

三、高三繁星推薦校內登記相關事項：

(一)3/5（週二）中午 12：30 在大團輔室舉辦「高三繁星推薦校內登記」，請高三符合資格的同學，攜帶紙筆準時在 12：20 以前就定位，12:30 後不予入場。

(二)完成登記後，請同學於 3/6（週三）8 點以前將繁星申請書交給導師審核。

(三)請高三導師於 3/6（週三）中午前將各班核章後的繁星申請書交至輔導處。

(四)3/7（週四）中午在二樓會議室召開「繁星甄選委員會」，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：火鍋料熱量紅綠燈！安心吃鍋不踩雷

天冷就是要吃鍋，但你吃火鍋都加什麼料呢？小心加一加就快等於一碗白飯的熱量。以一天 2000 大卡為例，扣除掉早餐，午晚餐大致可各吃約 800-900 大卡，再扣掉副餐(白飯或泡麵一碗約 250 大卡)、火鍋湯(昆布湯一碗 10 大卡)、梅花豬一份 400 大卡，大約還有 150-250 大卡的扣打可吃，以下列出幾款常見火鍋料教你怎麼吃：

紅燈區(油脂較高，應盡量避免，一餐建議不超過兩個)

一、魚卵福袋：一個 40 克，熱量 98 大卡
二、油條：一小根 15 克，熱量 82 大卡
三、百頁豆腐：一個 40 克，熱量 78 大卡
四、炸豆皮：一小塊 15 克，熱量 75 大卡

黃燈區(少量吃，一餐可吃 2-4 個)

一、貢丸：一顆 22 克，熱量 55 大卡
二、水晶餃：一個 20 克，熱量 38 大卡
三、麻吉燒：一個 25 克，熱量 34 大卡
四、蛋餃：一個 12 克，熱量 23 大卡

綠燈區(熱量較低，但仍應注意適量，一餐可吃 3-5 個)

一、蟹肉棒：一根 13 克，熱量 15 大卡
二、魚板：一片 8 克，熱量 10 大卡
三、魚卵卷：一個 7 克，熱量 8 大卡
四、蒟蒻卷：一個 13 克，熱量 2 大卡

火鍋料除了熱量外，要注意鈉含量，建議如果能以南瓜、玉米、蔬菜等食材替代最好！

資料來源：好食課

圖書館 Library

一、寒假前有借書的同學請記得歸還書籍。

二、悅讀佈告欄—圖書館本週介紹《拜託了！數學先生》、《全知讀者視角》、《小書痴的下剋上》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。