

天主教聖心女子高級中學 112 學年度第 2 學期第 14 週校務通報 113.5.13
 Sacred Heart High School for Girls Weekly Announcements and Reminders (11202-14)

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：「不要因為細數你的過錯而沮喪，要以更大的信心去看所有心靈財富的根源。這財富是無條件的傾注於一個空的器皿裡。」

天主，請求您幫助我們清除內心的一些阻礙，像是無力感，焦慮，失望，自卑或傲慢、恐懼……等等負面的思想和情緒，願我們的心都有足夠的空間，容納您所賞賜的一切恩典。

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！112 學年度第二學期全國高中分科測驗第二次模擬考自然組成績優良名單：

達校際前標：忠 陳照穎

賀 Congratulations！112 學年度第二學期全國高中分科測驗第二次模擬考社會組成績優良名單：

達校際頂標：仁 林欣穎 仁 絲佑琳

達校際前標：仁 林秉祈 仁 葉昕芮 仁 潘思錡

賀 Congratulations！112 學年度國三學生第四次教育會考模擬測驗成績優良名單：

第一名	第一名	第三名	第四名	第五名
仁 呂欣凝	愛 卓家筠	仁 董昕薇	仁 曹惠	孝 蔡依庭
優		等		
仁 卓芯羽	孝 邱楷茵	孝 曹恩	仁 洪子晴	愛 江苡璇

賀 Congratulations！生活競賽成績：

112 下 11-12 週	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	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
環境 整潔	11 優 等	甲 等	甲 等	優 等	優 等	甲 等	甲 等	優 等	甲 等	優 等	甲 等	優 等	甲 等		甲 等	優 等	優 等	優 等	甲 等	甲 等	甲 等	甲 等	甲 等
	12	甲 等	甲 等	優 等	優 等	優 等		優 等	優 等	甲 等	甲 等	甲 等	甲 等	甲 等		甲 等	甲 等	優 等					甲 等
積分	14	14	10	16	19	15	8	16	15	13	11	13	14	9	10	14	12	15	9	5	9	7	12
班級 秩序	11 甲 等	甲 等	甲 等	甲 等		甲 等	甲 等	優 等	甲 等	甲 等	甲 等	優 等	甲 等	甲 等	優 等								
	12 甲 等	甲 等	優 等	甲 等		甲 等	甲 等	甲 等	甲 等														
積分	9	10	9	11	10	12	12	14	10	12	11	12	9	10	13	14	15	13	11	16	14	17	16

賀 Congratulations！葛芄蓁導師指導高三仁、張維真導師指導國三孝、張惠赫導師指導國二忠於班級整潔項目累積達十分，全班可慶祝並獲記嘉獎一次！

賀 Congratulations！黃國書導師指導高三孝、許子弘導師指導高二忠、王瑞文導師指導高二孝、林明正導師指導高一仁、張加佩導師指導國三忠、張維真導師指導國三孝、張智隆導師指導國三仁、陳舜琪導師指導國三和、朱心怡導師指導國二和於班級秩序項目累積達十分，全班可慶祝並獲記嘉獎一次！

校長室 Principal's Office

一、林子傑教官於 5/15 (週三) 上午赴新北市教育局參加「學務創新人力 (生活輔導員) 職能講習」。

二、魏雪玲校長於 5/17 (週五) 上午赴國家教育研究院台北院區參加「愛學網 113 年教育推廣活動」。

一、第十四週「台灣母語日」活動—每週一俗諺：買賣算分，相請無論。

拼音：Bé-bē sng hun, sio-tshiánn bô lūn.

義近：做生意就得把帳目算個清楚，至於請客吃飯，則無需計較。說明生意與交情的界線理應分明。

二、第十三週起，高三藝能科停課；5/6-5/17 為國三科技領域暨藝能科停課。

三、5/14、5/15（週二、週三）舉行本學期一、二年級第二次定期考，考試時間如下：

日期 Date	時間 Time	國一 G 7	國二 G 8	高一 G 10	高二 G 11
五月十四日 (週二) May. 14 th Tue.	08:20	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	08:25 / 09:25	國文 Mandarin	國文 Mandarin	國文 Mandarin	國文 Mandarin
	09:45 / 10:20	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study	自習 Self-study
	10:35	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	10:40 / 11:50	數學 Mathematics	數學 Mathematics	數學 Mathematics	數學* Mathematics
	13:10	下課鐘 Bell			
	13:15	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	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.
	14:25 / 15:25	自習 Self-study	自習 Self-study	生物 Biology	理：選修生物 Biology 文：地理深廣 Geography
	15:35	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	15:40 / 16:40	生物 Biology	理化 Physics/ Chemistry	公民 Civics	公民 Civics
	16:50	發校車放學 End of day			
五月十五日 (週三) May. 15 th Wed.	08:20	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	08:25 / 09:25	自習 Self-study	自習 Self-study	地理 Geography	自習 Self-study
	09:45	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	09:55 / 10:20	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening	英聽 Eng. Listening
	10:40	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	11:45 / 11:45	英語 English	英語 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.
	13:20 / 14:20	自習 Self-study	自習 Self-study	物理 Physics	理：選修物理 Physics 文：自習 Self-study
	14:35	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.	預備 Prep.
	14:40 / 15:40	社會 Social Studies	社會 Social Studies	歷史 History	歷史 History
	15:50 / 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 班在 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.

※高二忠選修化學於 5/13 (週一)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。

四、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→11202(下)命題審題機制(審題紀錄表請使用新版)→國三期末考&高三期末考→各學科審題紀錄資料夾。

五、請一、二年級任課老師於 5/13(週一)前完成第二次定期考雙向細目表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→11202(下)雙向細目表→各科資料夾。

六、本學期高一、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
第二次	第十八週紅樓夢一到十回	第十八週/新文化苦旅(二)

七、2024 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 (國中學生若無身分證請準備健保卡或護照)、大頭照片、護照相同之英文姓名及費用交至林宇涵老師處報名，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
高級	聽讀	7/13(六)	5/17(週五) 放學前	1990 元 (報名費 1980 元+手續費 10 元)

八、第十三週教室日誌填寫、繳交情況優良班級如下：高三全、高二全、高一孝、仁、國三忠、孝、愛、和、國二忠、孝、仁、愛、國一忠、孝、和。請高一忠的學藝股長務必填寫教室日誌並按時繳交至教務處。

九、5/20(週一)中午 12:00 於二樓會議室召開「高中期末課程發展委員會議」，敬備午餐，請相關老師準時與會。

註冊組 Registrar's Section:

十、5/18-5/19 (週六-週日) 為 113 年國中教育會考，考場為三民高中，請國三同學務必穿著制服、攜帶准考證及文具準時入場，以免影響應試權益。考試時間如下：

第一日：5 月 18 日 (週六)		第二日：5 月 19 日 (週日)	
8:20~8:30	考試說明	8:20~8:30	考試說明
8:30~9:40 (70 分鐘)	社會	8:30~9:40 (70 分鐘)	自然
9:40~10:20	休息	9:40~10:20	休息
10:20~10:30	考試說明	10:20~10:30	考試說明
10:30~11:50 (80 分鐘)	數學	10:30~11:30 (60 分鐘)	英語 (閱讀)
11:50~13:40	休息	11:30~12:00	休息
13:40~13:50	考試說明	12:00~12:05	考試說明
13:50~15:00 (70 分鐘)	國文	12:05~12:30 (25 分鐘)	英語 (聽力)
15:00~15:40	休息	X	
15:40~15:50	考試說明		
15:50~16:40 (50 分鐘)	寫作測驗		

●注意事項 (一)國文、英語 (閱讀)、數學、社會、自然、寫作測驗：考試正式開始後，考生遲到逾 20 分鐘不得入場。英語 (聽力)：試題開始播放後，考生即不得入場。

(二)若有需補辦准考證者，請依簡章規定：「於考試當日攜帶考生身分證件及與報名時同式 2 吋相片 1 張，向各考場試務中心申請補發。」

十一、國三升學資訊(報名表請至註冊組領取)

- (一)欲報名 113 學年度私立高級中等學校優先免試入學的同學，校內報名時間：即日起至 5/21(下週二)放學前截止，請於校內報名時間內將報名表及報名費用(100 元)繳交至註冊組，逾期不候。(報名表請至註冊組領取)
- (二)欲報名 113 學年度五專優先免試入學的同學，請備妥相關證明文件至註冊組申請五專優先免試入學超額比序項目積分證明單，校內報名時間：即日起至 5/22(下週三)放學前截止，請於校內報名時間內將報名表及報名費用(300 元)繳交至註冊組，逾期不候。(報名表請至註冊組領取)
- (三)欲報名 113 學年度公立高級中等學校優先免試入學的同學，校內報名時間：即日起至 6/7(週五)放學前截止，請於校內報名時間內將報名表及報名費用(100 元)繳交至註冊組，逾期不候。(報名表請至註冊組領取)

十二、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：

- 十三、適逢定期考，5/6(週一)至 5/15(週三)暫停開放聖心樓電腦教室中午時段及住宿部電腦室。
- 十四、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、觸控螢幕的粉塵。
 - (二)【抹布】噴上適量酒精擦拭鍵盤、滑鼠、e 化桌面和觸控螢幕。
 - (三)收拾好網路鏡頭和簡報巧手接受器，以免遭碰撞損壞。

學務處 Office of Student Affairs

生輔組 Discipline Section：

一、第十四週中心德目：尊重感恩 (respect and appreciation)

二、定期考提醒事項：

- (一)5/14-5/15(週二、三)舉行一、二年級第二次定期考，請同學把握時間好好複習課業。
- (二)考試前三日(5/9、5/10、5/13)不得無故請假，請病假者務必告知學務處，並於隔日附就診證明辦妥請假手續。
- (三)提醒同學考試時應把握誠實原則，勿有投機取巧取得不實分數之行為，應坦承面對自我學習歷程，才能有效達到舉行考試的目標。
- (四)考試期間請關閉手機，並依平日規定繳至手機櫃，若因未關機導致引起聲響，將依校規處理。
- (五)定期考閱卷期間，同學不得進入教師辦公室。
- (六)應考 30 分鐘後始可繳卷，提早繳卷者請至圖書館、小禮堂、川廊等處安靜看書，準備其他考科。

三、高、國三改過遷善申請：

欲申請改過遷善的高、國三同學請於 5/13(週一)至 5/17(週五)至學務處窗台領取申請表，並依程序經導師及教官同意，住校生銷過申請書須經住宿部老師簽章。提醒注意下列事項：

- (一)原受處分之犯過事實確已改過。
- (二)銷警告者需經過八週的考核時間，念其違規情節輕微，免做公共服務，可申請銷過。
- (三)銷小過者需經過十二週的考核時間，並做滿 8 小時公共服務(附書面佐證資料)及服務心得一篇(請向教官索取制式規格 600 字稿紙)始可申請銷過。
- (四)銷大過者需經過一學期(二十週)的考核時間，並做滿 16 小時公共服務(附書面佐證資料)，服務心得一篇(請向教官索取制式規格 600 字稿紙)始可申請銷過。
- (五)申請銷過者，每次僅可提請一種處分，不可一次申請銷數項懲處。
- (六)已經辦理銷過後再犯同類型違規並受懲處時，將列入不得銷過名單，不可再提請銷過。

(七)如同學對上述改過遷善申請規定仍不瞭解，請於填寫資料前向教官詢問，避免遭退件。

四、高、國三獎懲相抵申請：

(一)欲申請獎懲相抵的高、國三同學請於 5/13(週一)至 5/17(週五)至學務處窗台領取申請表。

(二)學生獎懲紀錄之相抵以同等級之紀錄為原則，如嘉獎可抵警告、小功可抵小過、大功可抵大過，且前述之相抵紀錄需數量至少等同，並以個別事件之紀錄為單位。

(三)辦理獎懲相抵時，一律遵照後功抵前過之原則，且同一處分行為累犯時，僅能申請抵銷最後一個違規紀錄，以鼓勵同學積極改過。

五、請高三於二樓會議室自習的同學務必保持安靜並遵守校規。

六、5/17(週五)下午 2:30 已登記前往蘆洲區「三民中學」查看教育會考試場的國三同學，請準時至停車場集合，結束後自行返家同學請儘速回家，並留意自身安全。

七、5/18(週六)、5/19(週日)請國三同學穿著制服準時赴三民中學參加「教育會考」，請同學在考場安靜溫書，並沉著應考，下課請養精蓄銳，勿高聲喧嘩，學務處及導師將設置「考生服務隊」為同學服務。預祝同學考試順利！金榜題名！

八、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：

九、6/1(週六)高、國三「畢業典禮邀請函」已經由 e-Class 推播給家長，歡迎高、國三同學邀請家長蒞臨參加！

十、5/15(週三)一、二年級第二次定期考後下午行事：

15:40~16:00 班級打掃、16:00~16:45 導師時間。

十一、暑輔 8/5(週一)至 8/16(週五)辦理之「海外聖心學生來臺文化交流營」開始招募接待家庭，歡迎高中部及國一、國二、國三忠和符合條件的同學踴躍於 5/20(週一)前經由導師傳至班群的 Google 表單報名參加，請同學把握機會爭取練習英語口說的機會。本次擔任接待家庭的同學可獲 40 小時服務時數。

體衛組 PE & Hygiene Section：

十二、本週餐廳打掃班級：高一孝。

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。

十三、【國一排球低手傳球】請國一同學注意比賽資訊！請康樂股長於 5/13(週一)前繳交報名表，中午 12:30 至學務處抽出場順序。練習時間預訂於 5/16(週四)~5/17(週五)中午 12:30 至 12:55，練習地點在排球場，請穿著運動鞋並遵守相關練習規定。

輔導處 Counselors' Office

一、領導日總 PM，請於 5/17(週五)中午 12:30，準時到二樓會議室參加會議。

總務處 Office of General Affairs

◎營養小知識：黑芝麻白芝麻營養功效比一比！

芝麻是堅果類，無論黑白芝麻，油脂含量都達到快 60% 左右，屬高油脂含量的食物。不過芝麻內含的主要脂肪叫亞麻油酸，是一種健康的不飽和脂肪酸，可以幫忙降低身體膽固醇、清理血管、潤腸通便。而除了脂肪外，芝麻還含有膳食纖維，配合油脂可促排便順暢。黑白芝麻含有許多不同營養素，且因他們的顏色不同有多寡差異。

一、黑芝麻：富含鈣質，鈣質含量多出同重量的白芝麻接近快二十倍左右，屬於高鈣食物。且芝麻裡的鈣質屬於非常好吸收的鈣質，可在一杯牛奶、豆漿中加一湯匙黑芝麻粉，補足一天所需鈣質的一半左右。常聽友人說吃黑芝麻可以讓頭髮變黑，但事實上，黑芝麻能起到的作用藉由微量的鐵質與鋅來預防白髮，而不是將白髮吃成黑髮。

二、白芝麻：脂肪含量較黑芝麻高一些，除了鈣質含量差異懸殊外，大部分的營養組成都與黑芝麻差不了多少。白芝麻的鋅、鎂含量較黑芝麻高，鋅也是對人體很重要的礦物質，有助於強健免疫系統、減少發炎、增進皮膚健康。而鎂有助於鈣質吸收，能預防骨質疏鬆。

而比起食用黑白芝麻油，還是直接吃食物原型，也就是直接吃芝麻比較能夠連膳食纖維和一些營養素一起攝取到，畢竟生產管線上它們會遭過怎樣的加工，破壞了多少營養素我們並不會知道。如前面所述，芝麻是高油脂的食物，一天建議吃個兩湯匙，以免攝取過多熱量。

資料來源：Heho 健康

圖書館 Library

- 一、三年級各班圖書股長若還未歸還圖書館所發放給各班級書櫃的資料請盡快歸還，三年級畢業生請歸還向圖書館借閱的所有資料。
- 二、書展訂購書已到校，請有訂書的同學，到圖書館繳費取書
- 三、悅讀佈告欄—圖書館本週介紹《我忙著孤獨》、《星空吟遊》、《陪我散步吧》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。