

天主教聖心女子高級中學 113 學年度第 2 學期第 11 週校務通報 114.4.21
Sacred Heart High School for Girls Weekly Announcements and Reminders (11302-11)

祈禱 prayer

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

主日福音：「他們還不明白：他必要從死者中復活。」(若 20:9)

親愛的天主：早安！

感謝您賜給我們新的一週，請幫助我們默想與祈禱這段話。

索菲姆姆曾說：

「對喜樂之神敞開我們的信心，我們所有的一切都來自祂，我們還畏懼什麼呢？」

Let us open our heart in confidence to the spirit of joy, all that we have is God's. What is there to fear?

主耶穌，您的復活讓我們知道，沒有任何黑暗能勝過您的光，沒有任何痛苦能壓倒您的愛。

祈求您幫助我們，帶著復活的喜樂與信心，面對生活中的一切挑戰！

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！第 9 週妙語比賽得獎名單

【高二】特優獎 高二忠 楊閔淇、高二孝 戴婉庭

優等獎 高二仁 陳宣晴

【高一】特優獎 高一忠 洪靖恩

優等獎 高一孝 蔡姿涵

甲等獎 高一仁 李慈萱

【國二】特優獎 國二孝 許雯晴、國二仁 鄭理慈、國二和 陳沛芸

優等獎 國二忠 黃柔瑀

【國一】特優獎 國一和 陳奕瑄

優等獎 國一忠 劉芷芹、國一孝 陳奕蓁、國一仁 呂欣濤、國一愛 張仲熒

國中部 3/27~4/16 AI Lead 總積分前十名排行榜：

國一仁 黃泳榛 1083 分

國一仁 黃泳羚 659 分

國三忠 陳欣荷 645 分

國一和 余佳臻 560 分

國三忠 王翊軒 526 分

國一忠 王星雅 507 分

國三和 黃苡榕 494 分

國一孝 邱喻晨 382 分

國三愛 朱芸蓁 372 分

國三忠 陳柔蓁 350 分

賀 Congratulations！高三忠李書好榮獲「高三畢業紀念品 logo 設計比賽」懶人毯設計稿冠軍。

賀 Congratulations！國三忠賴菱瑄榮獲「國三畢業紀念品 logo 設計比賽」藍芽音箱設計稿冠軍。

校長室 Principal's Office

一、張芸慈老師 4/21(週一)以線上視訊方式參加「國民中小學教職員人力資源網 2.0」【本土語師資盤點】學校承辦人線上教育訓練流程。

二、魏雪玲校長於 4/23(週三)下午赴聖家堂參加「生命教育基金會董事會」。

三、4/23(週二)至 4/25(週五)由鐘明媛主任、洪翠妙老師及國二、高二各班導師帶領學生參加「畢業教育旅行」。

四、楊凱翔老師 4/23(週三)赴頭前國中參加「新北市分區輔導團社會領域研習—部定課程計畫撰寫與智慧學習融入社會領域教學」。

五、張惠敏老師 4/23(週三)下午赴臺灣師範大學圖書館校區參加「114 學年度適性入學資料管理平臺-錄取報到管理系統操作說明會(含免試入學回流)」。

六、陳怡廷老師 4/24(週四)下午赴集思臺大會議中心參加「大學入學考試素養導向國文科宣導會議」。

七、王慧雯老師於 4/25(週五)下午以線上視訊方式參加「新北市 114 學年度國中九年級及高中三年級身心障礙學生重新鑑定結合個別化教育計畫暨轉銜服務會議作業說明會」。

教務處 Office of Academic Affairs

教學組 Curriculum Section :

一、第十一週「台灣母語日」活動—每週一俗諺：艱苦頭，快活尾。

拼音：Kan-khóo thâu, khuinn-uah bué.

義近：做任何事都要先耐得住辛苦，苦盡才得以享受甘甜的成果。勸勉人先苦後甘，終將逐步進入佳境。

二、4/21(週一)第一節課為國際運算思維挑戰賽正式比賽，請參加的同學，準時到第一電腦教室。

三、4 月夜間社團上課日為 22、24、28、29。其中 4/22(週二)、4/24(週四) 高國二學生因畢旅暫停一次，高國二 4/24(四)參加 TutorABC 的同學需自行上線約課，其他年級正常進班參與課程。

四、請任課老師協助完成「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→113→11302 命題審題機制→高三期末考→各學科審題紀錄資料夾。

五、第一次定期考、國三期末考審題紀錄表已完成科目及年級如下，請尚未完成的老師儘速協助上傳。

科目	國文	英語(文)	數學	社會	自然
國中部	一、二、三	二、三(全)	一、二	一、二、三	一、(生物) 三、(理化)
高中部	一、二	一	一、二	一、二	一、(物) 二、(物化)

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→113→11302 雙向細目表→各科資料夾。

七、心靈有約時間：4/23(週三)國一孝、4/24(週四)國一仁，當天課程暫停一次。

八、4/23(週三)進行高三期末考，考試時程如下，請高三同學依電子鈴聲上下課，也請任課教師依監考表進班監考和監自習。

日期	時間	考試科目
4 月 23 日 (週三)	08:00 - 08:50	自習
	09:05	預備
	09:10 - 10:20	理：選修數學甲 文：選修數學乙
	10:25 - 10:45	自習
	10:50	預備
	10:55 - 11:55	理：選修物理 文：自習
	13:00	下課鐘
	13:05 - 14:05	理：選修化學(四) 文：科技環境與藝術的歷史
	14:15	預備
	14:20 - 15:20	理：選修化學(五) 文：自習
	15:30	預備
	15:40 - 16:40	理：選修生物 文：民主政治與法律
	16:45	放學

(一)修數乙的同學，請至高三孝考試。

(二)不修數乙的同學，請至高三仁自習。

九、4/23(週三)第四節舉行高一選組說明，請高一同學準時到聖心樓演講廳認真聆聽，當節自主學習暫停一次。

- 十、4/23(週三)~4/25(週五)高國二畢業旅行，課程暫停。
- 十一、4/25(週五)高一前往台北市立大學、淡江大學參訪，請同學服儀整齊並攜帶所需物品於上午 8:00 準時至停車場集合。當天課務暫停一次。
- 十二、4/26(週六)上午高三模擬面試，請參加的同學 8:50 前至**大團輔室**集合。因當日前花園有工程進行，請同學改由聖母廳進出，模擬面試分組地點調整成：
- 第一組：303 教室
 第二組：國二和教室
 第三組：國三仁教室
 第四組：國三孝教室
- 請託以上三個班級教室星期五將教室打掃乾淨。
- 十三、4/28(週一) 第八節國三孝仁祈福禮，當天二班課務為第 1 節與第 8 節對調，實際課務依調課單。
- 十四、國三忠愛和、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:5/2(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。
- 十五、5/2(週五)第六節為英語演講比賽，請各位參賽選手準時進入各自場地就位進行比賽。
- 十六、5/2(週五)第七節高三成年禮預演。
- 十七、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	第十六週/紅樓夢一到十回	第十六週/新文化苦旅(二)

- 十八、2025 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
初級	聽讀	6/7(週六)	4/14(週一)放學前	610 元 (報名費 600 元+手續費 10 元)

- 十九、第十週教室日誌填寫、繳交情況優良班級如下：高三全、高二忠、仁、高一忠、孝、國三、孝、仁、國二孝、仁、和、國一全。請國三忠、學藝股長務必填寫教室日誌並按時繳交至教務處。
- 二十、4/21(週一) 12:00 於一樓會議室召開「模擬面試協助教師行前會議」，敬備午餐，請相關老師準時與會。
- 廿一、4/24(週四)12:00 於一樓會議室召開「期中臨時高中課發會」，敬備午餐，請相關老師準時與會。
- 廿二、第二學月全校追蹤預計於第 12~14 週執行，請一、二年級同學於 4/25 前擬定第二次定期考的個人學業 WIG 表。

註冊組 Registrar's Section：

- 廿三、國三學生代辦身分證事項注意：4/21(週一)第一節課班級領導力時間(08:00)到二樓會議室，八里戶政派員至校核對學生容貌後再行發放身分證，故當日未到校者或是被退件者需自行至八里區公所領取。
- 廿四、高三學生有需要報名 113(上)學期重修暨自學輔導班，請至註冊組領取報名表填妥後，於 4/21(週一)前至總務處出納組繳費再將報名表交至註冊組完成報名，重修暨自學輔導班開課時間預計於 6/2(週一)。
- 廿五、國三孝、仁班欲辦理免試入學變更就學區的同學請留意，申請日期為 4/25-5/2(週五至週五)，請同學於 4/30(下週三)中午前將申請表及相關證明文件送至註冊組，逾時不再受理。
- 廿六、獎助學金資訊：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→113 學年度下學期。高三學生有需要報名 113(上)學期

重修暨自學輔導班，請至註冊組領取報名表填妥後，於 4/21（週一）前至總務處出納組繳費再將報名表交至註冊組完成報名，重修暨自學輔導班開課時間預計於 6/2（週一）。

資訊組 IT Section：

- 廿七、觸控螢幕如長時間不使用請關機或休眠，以免觸控螢幕長時間顯示製造多餘的熱，造成設備壽命減短。
- 廿八、簡報巧手使用完請將 USB 接受器插回巧手中，以免接在電腦上容易因碰撞導致 USB 接頭歪掉故障，造成財務損失。
- 廿九、臉書、手機 APP 等社群網站上，人人都能開直播，直播成了聯繫人際關係的新噱頭，但不是什麼都能直播喔！（1）未經同意直播演唱會畫面（2）直播他人虐待動物揭發罪刑（應錄製起來，報警提供即可）（3）直播電影和歌曲，都有可能觸法。（錄自教育部全民資安素養網）

學務處 Office of Student Affairs

生輔組 Discipline Section：

- 一、第十一週中心德目：團隊合作(collaboration and teamwork)
- 二、校車路線調整：因應高、國二畢業教育旅行，校車調整如下，請搭乘校車同學務必留意：

4/22(週二)	4/23(週三)	4/25(週五)
上學：平時路線	上學：外加車路線	上學：平時路線
放學：外加車路線	放學：平時路線	放學：外加車路線

- 三、朝會公務甄選：即日起甄選 114 學年度大隊指揮 4 名（國中部 2 名、高中部 2 名），播音室音控 4 名（國中部 2 名、高中部 2 名），甄選資格如下：

- （一）限高一、國一同學。
- （二）個性開朗、聲音洪亮、有服務熱誠、具備吃苦耐勞精神及守時的好習慣。
- （三）符合上述資格有意願參加甄選的同學請向教官報名，若人數超出，將請現任高、國二學姐排定時間實施訓練，經過教官考核通過後，預計於 114 學年度起擔任職務。

- 四、生活常規宣導：

- （一）請同學不要將貴重物品帶至學校，現金也請適量攜帶（最多 300 元，住宿生 350 元），並自行妥善保管。若有特殊狀況應將金錢寄放於導師或住宿部老師，以免遺失。
- （二）請勿私自截取他人圖像公開批評或隨意嘲諷他人外型、動作、體態、行為等，違反者將依學生獎懲實施規定議處。

- 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、高二、國二畢業教育旅行：

- （一）校外教學以安全為重，請同學務必互助合作，注意安全。團體活動請遵守紀律，守時、守規，穿著合宜，惜福愛物，維護學校聲譽。
- （二）高二、國二住校生因準備畢旅，出發前一日（4/22 週二）可依規定辦理外宿，該次外宿不影響全勤紀錄。
- （三）4/23（週三）~4/25（週五）為正常上課日，未參加畢旅同學請依學校上課作息時間至圖書館安靜自習；未能到校者，請務必事先辦妥請假手續。
- （四）畢旅為期三天，請高二、國二各班務必於 4/22（週二）放學完成教室之整潔。

- 七、第十二週起之午休，將安排為在校生各班拍攝團體照，全班需統一服裝（建議穿著水藍裙，背心穿不穿皆可），班長請事先邀請導師一同拍照。若遇天雨，將另訂時間拍攝。

- （一）拍攝地點：前花園
- （二）拍攝時間/班級：4/28（下週一）國一忠孝仁愛、4/29（下週二）國二忠孝仁和、4/30（下週三）高一各班及國一和；5/2（下週五）高二各班。

八、高二「自主學習靜態成果展」海報製作相關訊息存放於網芳，路徑如下：學生使用區\公告區_保留\0_自主學習\113 自主學習，請高二同學善用，並請於 5/2（週五）前依要求格式上傳完成之海報至上述路徑之「靜態成果展海報」各班資料夾。

體衛組 PE & Hygiene Section：

九、本週餐廳打掃班級：國一愛。

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、【餐廳用餐規定📌】

(一)用餐人員須依規定坐在自己餐桌，並使用公筷母匙。

(二)用餐結束要全桌要分配整理工作，確認餐桌清潔乾淨。

(三)用餐時間:12:05~12:25，定期考 12:00~12:20。

十一、【餐廳打掃規定📌】依餐廳打掃工作與分配表

(一)打掃時間：12:25~12:40，定期考 12:20~12:30

(二)打掃內容：桌面、地面清潔、椅子整理、抹布清潔，協助維持餐廳整潔，使下一次用餐能夠擁有舒適的空間。

(三)評分重點：A 桌面未整理(菜渣、飯粒) B 共用餐具未收(湯/飯鍋、水果盤)

C 個人餐具未收(碗、盤、筷子) D 椅子未靠攏

E 地面未整理 F 其他(文字)

十二、4/28(週一)第一節辦理「國一視力保健講座」，請國一同學於 8:00 前準時進入恩德堂就座。

輔導處 Counselors' Office

一、祝福大家復活節快樂！4/21(週一)午餐，全校師生每人有一顆復活蛋，我們感謝天主的愛，也期許自己能將愛分享給更多人！

二、4/21(週一)生命教育講座：第七節國一二及國三孝仁；第八節高中部及國三忠愛和。請同學依時間準時到恩德堂集合。

三、4/25（週五）全天高一大學參訪，請高一各班同學攜帶相關物品，並於 8:00 前在停車場集合。

四、請總務股長於 4/25(週五)放學前將愛德款項數算清楚，註記總金額，送交總務處。

總務處 Office of General Affairs

◎營養小知識：營養師大解密！黑、紫、紅、綠葡萄功效不一樣

一、紅葡萄：熱量最低 花青素豐富抗氧化抗老化

紅葡萄每百克約 60 大卡，是所有顏色的葡萄中熱量最低的。紅葡萄也含有豐富的花青素和多酚類，有強大的抗氧化及抗發炎能力，研究顯示，花青素有增加血管彈性，改善血膽固醇及降低三酸甘油脂的累積的功能。

二、綠葡萄：降血壓、抗氧化 含較高鉀及維生素 C

飲食中攝取足夠的鉀離子，能夠預防高血壓及維持神經與肌肉正常作用，而在各種顏色的葡萄之中，綠色葡萄略勝其他顏色一籌。除此之外，綠葡萄的維生素 C 含量也相對豐富，攝取足夠的維生素 C 能夠抗氧化、促進膠原蛋白合成、提升免疫力。

三、紫葡萄：護夜視力 含較高維生素 A 及 β -胡蘿蔔素

維生素 A 是維持人類正常視覺、生長發育與免疫重要的維生素之一，在紫葡萄中的含量較高。另外，紫葡萄也含有豐富的花青素和多酚類，擁有強大抗氧化劑的水果，有助於清除自由基，有抗發炎及抗老化的作用。

四、黑葡萄：提升免疫力 維生素 B1 及 E 含量略勝一籌

維生素 B1 在體內扮演協助能量代謝與提升免疫力的作用，黑葡萄中的維生素 B1 相對高，不過目前台灣飲食調查當中各年齡層較少出現缺乏症狀。另外，黑葡萄中的抗氧化劑維生素 E 的含量也略勝一籌，至於抗氧化劑的好處就不再多說了喔！

資料來源：Heho 健康

一、書展活動

(一)各班請依老師登記時間參加書展活動，前往書展請先在教室或穿廊集合、點名。

(二)午休參觀書展時間：

星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
高三	高二	高一	國三 忠、和	國三 (孝、仁、愛)

(三)書展開放至下午 5：00，住校生請把握時間多加運用。

(四)填寫學習單請利用書展會場之點名板。

(五)書展注意事項：

- 1.請遵從指標由「入口」進入會場，由「出口」離開。
- 2.課本、書包、提袋、食物請勿帶入會場。
- 3.我們都是有品質的愛書人，進入會場別忘了一走路輕輕地、拿書輕輕地、放書輕輕地、保持安靜，共創寧靜的閱讀空間。
- 4.書籍閱畢請放回原處並排放整齊。
- 5.如欲購書請至服務台排隊結帳。(別忘了向服務人員說「謝謝」。)
- 6.購書：
 - (1)「主題書」、「教師推薦書」七五折起、各類書籍七九折起優惠全校師生。
 - (2)書展展期五天，請確定購買意願並確認書籍完整再結帳。
 - (3)上課前二分鐘響預備鈴。上課鈴響，停止購書。
- 7.訂書服務：如欲購買的書籍已售完，可向服務台訂書，訂書後如現場已補書，並已於現場購得，請向服務台取消訂書單。

二、圖書館活動

(一)《全知讀者視角》特別企劃！「九宮格集點卡」目前已全數發放完畢，已領卡但尚未完成答題兌獎的同學，請把握時間！未領卡的同學仍可參加答題活動，但不具抽獎資格。

請於 4/18 (週五) 放學前完成獎勵兌換，並於 4/25 (週五) 第七節下課前，將集滿點數的集點卡交回圖書館，才具有抽獎資格喔！

得獎名單將於 5/5 (週一) 午休時間公告於圖書館內的粉紅公告板，請得獎者於一週內領取獎品，逾期視同放棄喔！

(二)書展有獎徵答活動

活動時間：4/21 (週一) 第一節下課起至 4/25 (週五) 下午 4:45

參加辦法：

每日題目將公布於 穿廊粉紅公告板，請同學記下題號後至圖書館答題。答對即可當場領取獎勵！每人每天限領取一次獎勵，但未公布正確答案的題目仍可搶答，機會無限！快來挑戰你的知識，贏取獎品吧！

三、悅讀佈告欄—圖書館本週介紹《16 歲的對話練習》、《給自己 10 樣人生禮物》、《極簡閱讀》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。