

## 國立中壢高商 105 學年度第 1 學期第 4~6 週 (9/19~10/7) 班級通報

注意事項：班級通報一共 2 份，一份交給導師，另一份於班上公佈欄公告。本校網站：資訊查詢可查閱。

### ☺ 重要活動 ☺

- ✚ 教師節感恩卡片活動：9/27 (星期二) 前各班學藝股長、同學或教師推薦優秀敬師卡片參加。
- ✚ 請商一 1、商一 2、商二 1、商二 2 於 9/27(星期二)12:30 前交班級海報特刊「慶祝教師節特刊」海報於訓育組。
- ✚ 請商一 3、商一 4、商二 3、商二 4 於 10/5(星期三)前繳交班級海報特刊「生命教育-愛惜生命」海報於訓育組。
- ✚ 請國一 1、國一 2、國二 1、國二 2 於 10/5(星期三)前繳交班級海報特刊「家庭教育」海報於訓育組。

(其他活動詳情，請見各組工作宣導)

#### 一、 訓育組：

##### (一) 9/21(星期三)第五節班會：討論題綱：品德教育

**說 明：**品格教育(Character education)一般用來描述對孩子未來在個人和社會生存有幫助的的教學。為培養良好的品性，而加以教育的訓練。內容包括智慧的啟發、良好習慣的養成等。

請先看 2016 總統教育獎影

片：<https://www.youtube.com/watch?v=4q9wChbmMqY>

討論一. 對得獎人的致敬與感動

討論二. 我的效法

第六、七節：高一、高二(含高職及綜高)環境教育宣導。

##### (二) 9/30 (星期三) 第五節班會：討論題綱：家庭教育

**說 明：**兩名北一女學生搭捷運時未主動讓座給帶著小孩的母親，遭到一名婦人拍照 PO 網，選用難聽的字彙辱罵兩名女學生，引起網友肉搜抨擊，而讓不讓座和該不該廢除博愛座引起社會上的討論。

討論一. 對於這位 PO 網的婦人你的看法

討論二. 對於這兩位一女中學生你的看法

討論三. 你覺得博愛座應該維持設立還是應該廢除

第六、七節：第一次社團活動。

##### (三) 10/5 (星期三) 第五節班會：討論題綱：生命教育

**說 明：**北市萬華車站內月台，發生就讀北市大理高中二年級的 17 歲女學生跳軌自殺，女學生從樹林搭火車北上，在萬華車站跳下月台，自強

## 國立中壢高商 105 學年度第 1 學期第 4~6 週 (9/19~10/7) 班級通報

號列車當場將女學生撞飛傷重不治。

**討論一. 生命不能重來務必珍惜生命愛護身體**

**討論二. 當你遇到挫折或失意時是否有適當的管道尋求協助**

**討論三. 當你遇到困難時都是如何解決**

第六、七節：心理測驗(高職一人格測驗、高職二興趣量表)；綜高一、二年級上課。

- (四) 教師節感恩卡片活動：由各班學藝股長、同學或教師推薦優秀敬師卡片參加，參加作品以拍照方式繳電子檔於訓育組，每張參賽作品請繳 3 張照片(內容包括敬師卡片、卡片與製作同學、卡片與老師)並填寫作品題目及創作同學名單。活動截止日為 9/27(星期二)當天下午 5 時前。得獎作品的製作同學將獲得公服時數 2 小時、嘉獎乙支及精美禮物，詳見活動實施計畫。
- (五) 請各班學藝股長將教師節慶祝活動之照片繳交 2 張於訓育組。(105 年 9 月 27 日前)
- (六) 請商一 1、商一 2、商二 1、商二 2 於 9/27(星期二)12:30 前繳交班級海報特刊「慶祝教師節特刊」海報於訓育組。學藝股長請記得於海報背面右下角書寫班級及繪畫同學之座號、學號、姓名。
- (七) 請商一 3、商一 4、商二 3、商二 4 於 10/5(星期三)前繳交班級海報特刊「生命教育-愛惜生命」海報於訓育組。學藝股長請記得於海報背面右下角書寫班級及繪畫同學之座號、學號、姓名。
- (八) 請國一 1、國一 2、國二 1、國二 2 於 10/5(星期三)前前繳交班級海報特刊「家庭教育」海報於訓育組。學藝股長請記得於海報背面右下角書寫班級及繪畫同學之座號、學號、姓名。
- (九)【預告】「環境教育-愛護地球」海報，請國一 3、國一 4、國二 3、國二 4 四班在 10/19(星期三)中午前交至學務處訓育組，可向訓育組領取海報紙。

### 二、社團活動組：

- (一) 9/19(一)12:00 選社結果已公告，請各位同學於社課前上網查詢。
- (二) 9/28(三)第一次社團活動課開始，請同學於社課時間攜帶上課所需物品，準時到上課地點集合！
- (三) 社課時間為 14:10~15:45，中間不下課，以免中斷社團活動的進行。請同學於 15:45 務必停止所有社團活動，開始進行打掃工作。若發現社團活動持續進行中，因而佔用打掃時間，將處分社團幹部，並且影響該社團評鑑成績。各社團教室使用完畢，務必將教室恢復原狀。
- (四) 社團活動課進行時，已請社長嚴格執行點名工作，並列入缺曠課記錄，關乎操行成績。若同學該堂有公假、公假、事病假者，請同學務必按請假流程完成銷假手續，公假請繳交證明至社團活動組。
- (五) 社團教室配置圖如附件，若為使用之社課班級教室，請各班妥善保管貴重物品，也請各社團務必管理好社員，於離開前後皆須恢復場

## 國立中壢高商 105 學年度第 1 學期第 4~6 週 (9/19~10/7) 班級通報

地。

### 三、生輔組：

- (一) 各項資料之繳交，請負責同學確實依照時限擲回相關處室。如因故延誤，應事先知會，以免因遲交而遭受懲處。
- (二) 有關蒸飯費尚未繳交的班級請盡速繳交，以利製作蒸飯牌。教官室會開始不定時抽查，加強同學「使用者付費」的觀念。另請同學依照教官室所分配的位置放置，勿佔用到其他班級使用空間，如有問題，隨時向教官室反應。
- (三) 蒸飯同學請務必配合每日 10:00 前將便當放入蒸飯箱，未能及時放入的同學請另至教官室找教官協助處理
- (四) 各班風紀股長於第 1 節下課至教官室填寫人員動態管制表(白板)時，需注意班級櫃是否有文件需取回，請風紀股長每日檢查並攜回班級發送。
- (五) 搭乘大眾交通工具者，請發揚壢商優良校風，主動讓坐、不喧嘩、勿插隊；並請同學上車後盡量往後方移動，方便其他搭乘者上車。
- (六) **重要宣導：凡被糾察隊登記之同學(例如遲到、學號未繡、不遵守交通規則.....)，每 1 人次 1 項扣生活榮譽競賽成績 0.1 分，另外遲到同學請特別注意：除扣上述生活榮譽競賽成績外，遲到累計 10 次經輔導後仍無改善者，記警告乙次！**
- (七) 騎乘腳踏車請遵守交通規則並配戴安全帽，腳踏車依規定擺放並張貼車牌，謝謝各位同學的配合。
- (八) 為避免同學遭受詐騙情事，生輔組特於學校網路/行政單位/學務處/生活輔導組/反詐騙宣導，公告相關反詐騙資訊，希望同學多加利用，增進反詐騙知能。
- (九) 學校為全面禁菸場所，請同學務必遵守，違反規定者依校規記小過乙次並通知家長協同輔導並須接受戒菸教育。
- (十) 依校規未滿 18 歲的同學不可騎機車上、放學(大過處分)，18 歲且具有駕照同學需騎機車通勤者，請主動向生輔組申請，未申請而騎車者依校規處分。
- (十一) **改過銷過以學期之期初及期末各辦理乙次，期初改過銷過已發至各班班級櫃統計，請依規定時間內完成。**
- (十二) 同學到校後，若因病需外出就醫或家中有急事須返家處理者，請依規定填寫「臨時外出申請單」，經導師及教官室核章後始可離校。
- (十三) **免早讀以學年申請為主經核可後使用一學期，學期中以實際需要經報備導師後始可申請，並由生輔組審查後核發。**
- (十四) 每週三升旗集會時各班最多可留 2 人(含病號)，超過第 3 人將登記處分，有遲到者請立即至集會場地集合，教官將派糾察至各教室逐班清查無故未參加升旗之人員。
- (十五) 教室區為共用場所，請同學盡量將個人物品帶回家以免遺失。離開教室上外堂課請安全股長確實將門窗關鎖好，以免遭人入侵或

## 國立中壢高商 105 學年度第 1 學期第 4~6 週 (9/19~10/7) 班級通報

物品遺失，未關鎖門窗者將記警告處分。貴重物品可至教官室申請寄物櫃暫放。

- (十六) 重申請勿進入校園安全死角規定：頂樓(含樓梯)、地下室、資源回收場及變電箱為本校安全死角，且易造成危安事件，請同學勿無故逗留，經查獲者，依校規議處。

### 四、衛生組：

#### 【宣達事項】

- (一) 整潔競賽已於 9/5 (一) 正式開始實施，請同學務必確實打掃。打掃時間每日兩次，早上 7:15~7:30，下午 2:55~3:10。不認真的班級與同學，經查無誤，幹部與同學將於午休罰站或開罰小黃單，愛校服務乙次；嚴重失職者，記警告乙次。連續兩週平均成績未達八十分的班級，將於寒、暑假實施愛校服務。
- (二) 因應學校圖書館整建，高三留班讀書，請同學發揮公德心，做好垃圾分類與廚餘清除，不要把洗手台當作廚餘桶，以免造成打掃班級的困擾。
- (三) 全校各班(尤其是和附校共用教室的班級)，放學前黑板要擦乾淨，一般垃圾不能過 1/3，資源回收要倒乾淨，地面、桌面不能有瓶罐、垃圾，桌椅要擺整齊，以上各項均列入內掃評分。和附校共用教室的班級請注意，整學期內被附校反映兩次以上的班級(包含兩次)，須於寒假返校愛校服務。附校若帶給日校班級整潔之困擾，請至衛生組領取反應單，清楚填寫困擾事項，用詞盡量委婉，將代為轉交附校衛生組協助溝通、處理。
- (四) 掃具已領取玩並，之後換掃具請於每單周三中午，各班服務股長至學務處衛生組領取；有打掃導辦與處室班級，則視需要領取衛生紙與相關清潔物品。各掃具與垃圾箱桶等，請保管妥當，並保持清潔。
- (五) 外掃區域如有窗戶、扶手、鏡子、桌、櫃、欄杆等，均需擦拭整理，以上各項均列入外掃評分。
- (六) 請廚餘倒完後，記得要清洗廚餘桶；回收箱桶亦然，以免汙穢堆積或生異味。
- (七) 洗拖把時請至拖把槽清洗，勿在一般洗手台清洗，以免阻塞，並請使用後將洗手台、拖把槽洗淨，隨時保持乾淨。
- (八) 由於掃區重分配，大部分負責飲水機打掃的班級即在班級走廊上，因此須不定時檢查，以維護飲水機整體之潔淨，特別注意茶渣和泡麵等異物的清潔。
- (九) 志道 1 樓垃圾回收桶，目前在綜二 1 全體師生的努力下，將回收分類桶已標示非常清楚，請全校師生確實做好垃圾分類，落實校園資源回收工作。
- (十) 請發揮公德心，如廁時請對準馬桶、便坑，維持廁所潔淨，體諒打掃同學的辛勞；泡麵或泡茶使用者，發揮公德心，勿造成打掃該班級的困擾；使用操場同學亦請帶走隨身瓶罐，勿隨處丟棄，發現亂傾倒者，一律嚴懲。校園是我們共同生活、學習的空間，環境整潔

## 國立中壢高商 105 學年度第 1 學期第 4~6 週 (9/19~10/7) 班級通報

需要共同維護，請發揮公德心與環保精神，勿隨手亂丟垃圾或飲料瓶罐，先從“您丟我撿”進而達到“您不丟我不撿”境界。

### 【徵人啟事】

※校園是我們共同生活與學習的空間，為了讓學校的環境整潔更好，衛生組將招募環境義工 10 名，協助環境清潔督導與評分的工作，請同學踴躍報名。

### 【安全宣導】

※請養成每日打掃的好習慣並**請注意安全**，不可爬高，更不可爬至窗戶的外牆。

※請勿拿掃具追打嬉戲，或濫用清潔用品，免生意外。

### 【防疫宣導】

※目前台灣登革熱疫情嚴峻，而登革熱尚無有效的疫苗或治療藥物，清除病媒蚊孳生源為最有效的防治措施，請各班落實內外掃區孳生源的清除，包括清除積水，並回收處理不必要的容器，以免病媒蚊孳生。

※外掃區域如有盆栽的班級請派專人負責每天幫盆栽澆水，若盆栽下方之水盤積水，務必將積水倒掉，以免滋生蟲蚊。

※戶外課與打掃戶外的同學，請特別注意自身防護措施。衛生組有防蚊液提供，請依班級需求領用(有花圃等外掃區的班級優先)，並同學需依使用規定塗抹(噴灑)並愛惜使用。

### 【環保宣導】

※請同學將購物時所取得的中大型塑膠袋，若乾淨且不再使用，歡迎捐贈學校衛生組，使資源充分利用。

※凡分配打掃外掃區的班級，只要是掃除落葉，請使用麻布袋重複裝卸，若家中有閒置不用的麻布袋或米袋也一樣歡迎同學捐贈供學校使用，使資源充分利用。

## 五、體育組：

### 體育活動

- (1)、原訂 9/28-30 班際拔河比賽，因跑道施工順延辦理，順延時間另行公布。
- (2)、高二健身操助教請在規定時間內繳交訓練計畫，並在規定時間內協助高一學生練習。
- (3)、健身操練習地點：以校園開放性且不影響高三上課的地點為主，若遇雨則開放各班教室練習，惟須控制練習音量，以不影響他人為原則。
- (4)、體育股長、體育志工及健身操助教，請隨時注意學校網站體育組所發布的最新消息。

### 體育相關

- (1)、體育課借器材要登記，球未使用要放回原位，以免遺失;未經管理員

## 國立中壢高商 105 學年度第 1 學期第 4~6 週 (9/19~10/7) 班級通報

同意，器材室不准隨意進入拿器材，違規者記警告處分。

- (2)、 宣導水域安全 121 網站請至學校網站體育組點閱。注意運動安全，早餐要吃飽，晚上要睡好，上體育課若身體不舒服，請立刻休息停止活動。
- (3)、 現游泳課採一班上課，請把握機會多下水，並請注意安全並配合上課秩序，一定要安靜且遵守順序出發。不准跳水，違規者記過處分。沒游泳的同學要清潔環境回饋下次使用之班級本學期四次游泳課每位學生皆須下水，否則將於期末中午的補課時段補滿，平日兩次下水換正規一次。
- (4)、 跑道施工期間請依規定路線進出游藝館，並注意安全結伴而行。規定路線如下圖：

