

國立頭城家商 110 學年度第 1 學期

第 5 週班會宣導資料(110.09.29)



一、班會討論：

1. 主題：生命教育
2. 說明：詳後附資料
3. 討論題綱：詳後附資料

二、主席宣佈事項：(請主席在會議中宣佈)

★輔導室宣導事項：

※很重要，請注意！今天下午的週會演講，為尊重講師的智慧財產權，請觀看演講的師生不要做任何形式紀錄（錄影、錄音、拍照、再直播等），本校已簽立聲明書，請師生配合，感謝。

1、訓育組宣導事項：

- (1) 教室佈置比賽將於 10/8(五) 結束，於 10/11(一) 進行評分。
- (2) 請各班美術比賽班級代表將作品盡速繳交至訓育組。
- (3) 請各班將文藝季活動報名表於今日放學前送回訓育組，並於 11/17(三) 前繳交競賽作品，歡迎同學踴躍參加。

2、衛生組宣導事項：

- (1) 衛生組環保志工招募中，歡迎有意願同學至衛生組報名。
- (2) 十月份環境整潔評分將由二年級衛生、環保股長擔任評分，請同學繼續保持環境整潔。
- (3) 配合今日講座，班會提早 10 分鐘開始打掃。

3、生輔組宣導事項(含教官室)：

- (1) 第 4 週生活競賽評比績優班級：

整潔：第一名：208 班	第二名：206 班	第三名：306 班
秩序：第一名：309 班	第二名：109、303 班	第三名：從缺
服儀：第一名：303 班	第二名：309 班	第三名：211 班

生活競賽前三名班級，可至生輔組申請星期五穿著班服來校。
- (2) 近期網路直播購物，請小心詐騙集團會假冒購物粉絲團小編以私訊方式傳遞 google 表單，佯稱需填寫購物資訊以騙取您的個人資料，請注意勿隨意提供個人資料及信用卡號給他人。(礁溪分局關心您。 資料來源：165 全民防騙臉書)
- (3) 請同學依照課表或任課老師指定地點準時上課，養成良好上課習慣，避免被記缺曠，影響操行成績。
- (4) 本週開始登記一年級學號，未繡學號者將登記列入輔導管教措施，請一年級同學特別留意。
- (5) 提醒同學養成每週均須固定至校務系統查看自身缺曠，以維護自身權益，如有發現紀錄被無故登記缺曠，一定要趕快查詢補正資料。
- (6) 10/6(三)恢復勤毅樓朝會，請同學留意集合時間。

4、體育組宣導事項：

- (1) 本學期師生聯合運動大會，經過 09/28(二)體育委員會決議，將延至下學期，與校慶一同舉辦。
- (2) 班際桌球賽，因應學生施打疫苗後 2 週不可激烈運動，賽程調整如下：
 - ① 09/30(四)的賽程，照常舉辦。
 - ② 10/01(五)的賽程，順延 2 週，於 10/15(五)繼續舉辦。

5、活動組宣導事項：

- (1) 110學年度第一學期社團選填系統排序中，選填結果將於本星期五(10/1)公告，放置學務處前班級櫃，有狀況者請洽學務處社團活動組協助。(請於下周一中午前完成)
- (2) 10/6(三)為本學期第一次社團，請各班同學於社團指定地點上課，並請勿任意缺席，曠課2節以上將無法取得社團證明。

6、營養師宣導事項： #反式脂肪 #心血管疾病 #我的健康我負責

人工的反式脂肪來自氫化植物油，讓油更耐高溫、不易變質，增加保存期限，又可增加酥脆口感，大量運用於包裝食品、煎炸食品中。

但反式脂肪會降低「好」膽固醇，增加人體血液的「壞」膽固醇；肝臟無法代謝反式脂肪，長期會增加血管堵塞及硬化的風險。每天只要攝取少量 4~5 公克的反式脂肪，就足以使血液中膽固醇升高，並增加 23%罹患心血管疾病的風險。

小叮嚀：選購食品時可多注意成分標示，

反式脂肪為 0，尤其是酥脆點心食品、小西點、部分烘烤麵包、洋芋片、經油炸的速食麵、奶精、奶精粉…等。



7、健康中心宣導事項：

- (1) 請各班務必於明日放學前，將各班級要施打新冠疫苗同學的健保卡，統一繳回健康中心。沒造冊到的同學請盡速前往健康中心查詢補登記。
- (2) 流感疫苗接種卡尚未繳交的同學請盡快繳交，於今日放學前仍未繳交者視同放棄施打，本校預計於 11/8(一)，將由礁溪杏和醫院統一入校施打疫苗。
- (3) 提醒各班級務必落實生病不上學、有症狀者配戴口罩並勤洗手、每日消毒觸手可及之處、開門窗上課及維持社交距離等防疫措施。
- (4) 高一新生請注意，本學期新生健康檢查訂於 10/15(五)12:30-16:00 進行，請正值生理期的女同學勿收集尿液檢查，擇日補檢，衛生股長統計未檢尿液名單繳回健康中心並於當天(10/15)上午 10 點前至健康中心領取尿液收集盒，請依照各班排定的順序抓緊排尿時機收集(室溫僅能放置 1 小時)，並自行攜往會場交給醫院人員；詳細排程表將於 10/6 日班會宣導資料提供。
- (5) 新生健檢家長同意書勾選「選項 2：不在學校進行隱私部位者(男生泌尿生殖檢查、女生胸部心電圖)」共有 6 人，請這 6 名同學隱私部位的項目務必自行至醫療院所檢查並將檢查結果繳回健康中心，費用自理。
- (6) 本學期學生團體保險投保作業即將截止，請尚未繳交註冊費同學盡速繳交，以維護保險理賠權益。

◎ 班會宣導資料，請於班會後張貼至班級公佈欄！ ◎

[班會主題] 生命教育-尋找熱情與天賦

你曾經有過夢想嗎?想成為一個怎樣的人呢?

也許現階段的大家還在尋找「我是誰」的過程，讓我們看看倒立先生-黃明正的故事，看他如何向世界宣告他是誰，以及如何努力達成自己的夢想。

一、告訴世界我是誰： 倒立先生黃明正的梦想拼圖

人物簡介：

關於倒立先生-黃明正

出生：1983 年，台灣屏東高樹人

現職：倒立先生有限公司創辦人

學歷：台北藝術大學戲劇系 台灣戲曲學院

成績：吳橋國際雜技藝術節銅獅獎，體健盃國際雜技嘉年華
雜技個人賽金牌、銀牌，台新藝術獎評審團特別獎



圖片來源：博客來網路書店

《告訴世界我是誰》內容簡介

小時候，他就發現自己有倒立的天賦，十三歲堅定「倒立看世界」的志向。

他說：「天賦是想藏也藏不住的，除非你視而不見，也聽不見自己內心的聲音。」

2010 年 8 月，他完成了世界首創倒立環臺之舉，經歷五個月、繞行二萬公里之遙。

他更計畫倒立環遊世界，臺灣是他的起始站。

這是黃明正的起步與成長故事，也是他與世界的對話書。

書中呈現他十三個月來，在街頭賣藝及倒立環臺的珍貴日記；

精選出從屏東到臺北、環臺旅行二十縣市中，許多高難度的倒立的影像，
透過他「一步一手印」的踩踏，我們跟著看見臺灣各地的美麗與哀愁。

★更多倒立先生的相關事蹟，敬請期待 9/29 的週會講座

二、發現你的獨特之處：多元智能理論

多元智能一詞是由美國心理學家 Howard Gardner 提出，認為智能是一個複雜而且多面向的現象，並不能單從傳統的共通因素角度來看待也很難經由考試或測驗得到結果。因此他從不同的研究對象中檢視證據，包括普通人的發展、資賦優異人的

發展、腦傷的病人認知技能受損情形，以及一些特殊的群體的發展情形——例如，奇才、專家、自閉症患者等。他的理論脫離傳統的單一智能觀點，轉而提出複數形式的智能觀點，稱為**多元智能**

多元智能的分類如下：

 邏輯數學	科學家 數學家 具有辨別邏輯或數的類型的敏感力和能力；有處理一連串推理的能力。	 語文	詩人 記者 對聲音、節奏和文字意義的敏感力；對語言的不同功能的敏感力。	 音樂	作曲家 音樂家 產生和鑑賞節奏、音的高低和音色的能力；鑑賞音樂表達形式的的能力。	 自然觀察	博物學家 對自然物體的敏感力，如植物和動物；能使用感官做細微的區別。	 空間視覺	航海家 藝術家 精確地覺察視覺——空間世界的的能力；且對最初的知覺能夠予以轉換的能力。	 肢體動覺	舞蹈家 運動員 具有控制自己的身體運動和巧妙地處理物體的能力。	 人際	治療師 銷售員 能適當的辨別和反應出他人情緒、性情、動機和欲望的能力。	 內省	具有詳細及精確自我知識者 接近自己情感和區別不同情感的能力，且能利用它們來引導行為；有關個人自己的優點、缺點、欲望和智力的知識。
---	---	---	---	---	--	---	--	---	---	---	---	---	---	---	--

後來，在八大智能中又加入了第九項：**存在智能**（人們表現出對生命、死亡和終極實現提出問題，並思考這些問題的傾向）。依據此理論，每個人在不同領域都有不同發展可能。

[以上內容擷取 **長善 254 期** 內容，**強烈建議** 討論時配搭使用！輔導室提醒大家！]

[討論題綱] (三題都要完成)

1. 請問倒立先生，是因為用倒立的方式做了何事而聲名遠播？
2. 倒立先生的夢想是倒立環遊全世界，那你的夢想是什麼？請分享一個你的夢想。
3. 每個人都有屬於自己的多元智能組合，請問你覺得自己在哪個(些)智能上的發展具有優勢呢？請舉例並分享原因。