

國立頭城家商 110 學年度第 1 學期

第 20 週班會宣導資料(111.01.12)

一、班會討論：

1. 主題：團隊合作
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)

◎教務處註冊組宣導事項

請同學把握學習歷程平臺課程學習成果上傳時間，目前平臺已有 284 件課程學習成果，並請同學踴躍上傳多元學習表現。

1、訓育組宣導事項：

- (1) 疫情對家人或親長帶來什麼樣的實質與心理上的影響？你可以怎麼做，幫助他們在疫情下的生活更平安、順利？請以畫筆描繪疫情對家人或長輩帶來的內心與生活的改變，以及在疫情中你想為（或已為）他們做的事。2022 第九屆關愛親長我有話／畫要說圖文徵選活動，第一名八千元獎金及許多獎項，即日起～2022/4/1，有興趣的同學請洽訓育組。
- (2) 提醒高三各班畢聯會編輯，1/19(三)13:00-15:00 有最後增加一場的畢冊編輯課程，當天即完稿繳交所有資料，請各班務必提前準備，以免影響班級的權益。

2、生輔組宣導事項(含教官室)：

- (1) 第 19 週生活競賽評比績優班級：

整潔：第一名：205 班	第二名：308 班	第三名：112 班
秩序：第一名：309 班	第二名：205 班	第三名：307 班
服儀：第一名：303 班	第二名：205 班	第三名：309 班

生活競賽前三名班級，可至生輔組申請一週內擇 1 日穿著班服來校。

- (2) 請銷過的同學注意，銷過單上面的時間、事由部分，需自行上校務系統查詢後填寫正確，以避免因填寫錯誤遭退回重填而損失權益。
- (3) 寒假家長聯繫函 1/13(四)中午前收齊繳交至教官室，請尚未繳交班級儘速處理。
- (4) 請同學午休時間不要到飲水機裝水，避免影響鄰近班級午休安寧。

3、衛生組宣導事項：

- (1) 請各班開始整理掃具，多餘掃具請送至前棟 B 側掃具室。

4、體育組宣導事項：

- (1) 請同學放學在風雨球場、桌球教室、勤毅樓三樓運動結束後，記得將攜帶至場地的垃圾帶走，維持運動場整潔。

5、活動組宣導事項：

- (1) 今日為本學期最後一次社團，請各班同學於社團指定地點上課，請同學勿任意缺席。
- (2) 轉社申請已於昨日截止，轉社結果將於下星期二(1/18)公告於學務處旁公佈欄，請同學勿以為提出轉社即成功轉社而缺席，造成曠課紀錄無法申請轉社。
- (3) 本學期外聘社團老師：社區服務社、韓舞社、街舞社、熱舞社、生命啟發社、管樂社、吉他社、美甲社、美髮社、排球社、空手道社、韓文社、越南文化體驗社，請有參加上述社團的同學可填寫校外人士支援教學滿意度調查問卷(已請班長轉發)

6、健康中心宣導事項：

- (1) 已報名補接種第二劑 BNT 新冠疫苗的 41 位同學，健康中心已協助辦理公假登記，補接種時間為 111/1/13(四)下午 14:00-16:00 點，地點：頭城鎮衛生所。請同學**自行攜帶健保卡**並收拾好書包，於 1/13(四)下午 14:00 點於學務處旁穿堂集合準備出發，逾時不候。
- (2) 近來天氣轉冷，為流感好發季節，請同學注意保暖。偶有同學上學前在家已發燒，吃完退燒藥後仍到校上課等情形，請同學務必落實生病不上課，以避免發生校園群聚疫情。出現上呼吸道及腸道症狀者請配戴口罩並加強正確洗手，落實個人衛生習慣。
- (3) 尚未繳交健康檢查複檢回條的同學，請盡快繳至健康中心，因故未複檢者，也請讓家長簽名後繳回。

7、營養師宣導事項： #菠菜 #植化素 #膳食纖維 #飯跟蔬菜一樣多

營養價值滿滿 | 超好吃的菠菜怎麼挑🔥🔥🔥

卜派吃了菠菜，馬上變得身強體壯，迅速打倒敵人👊菠菜富含鐵質、維生素 C 及 β -胡蘿蔔素、葉黃素與玉米黃素，有強健骨骼、保健視力及心血管等多種好處🌟

🇹🇼菠菜當季盛產中(11月-隔年5月)，一起來看看怎麼挑選吧！

- ✅看葉片：完整肥厚、無蟲孔及黃葉
- ✅看顏色：葉片翠綠色，無黃斑黑點
- ✅看菜莖：形狀挺，摺痕少，莖部越粗，則口感越硬脆

👉料理小秘訣：菠菜澀澀的味道來自草酸，可以先汆燙，將水瀝掉，可以減少澀味哦👍
資料來源：臺北農產 FB

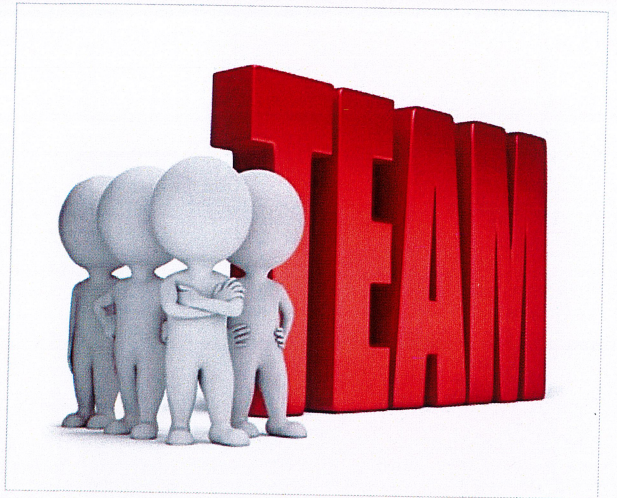


◎ 班會宣導資料，請於班會後張貼至班級公佈欄！ ◎

班會主題：團隊合作

俗話說，「一個和尚挑水喝，兩個和尚抬水喝，三個和尚沒水喝。一隻螞蟻來搬米，搬來搬去搬不起，兩隻螞蟻來搬米，身體晃來又晃去，三隻螞蟻來搬米，輕輕抬著進洞裡。」上面這兩種說法有截然不同的結果。「三個和尚」是一個團體，可是他們沒水喝是因為互相推諉、不講協作；「三隻螞蟻來搬米」之所以能「輕輕抬著進洞裡」，正是團結協作的結果。有首歌唱得好「團結就是力量，而且團隊合作的力量是無窮盡的，一旦被開發這個團隊將創造出不可思議的奇蹟。

當今社會，隨著知識經濟時代的到來，各種知識、技術不斷推陳出新，競爭日趨緊張激烈，社會需求越來越多樣化，使人們在工作學習中所面臨的情況和環境極其複雜。團隊的核心是共同奉獻。如果團隊合作是出於自覺自願時，它必將會產生一股強大而且持久的力量。」原文網址：<https://kknews.cc/news/2qymx2y.html>



學校及各類科辦理的活動很多，從班級裡面的小組合作作業到班級各項榮譽競賽(生活榮譽競賽、合唱比賽、運動會的創意進場...)，都是需要許多奉獻與團隊，請同學們試著思考一下，這樣的團體競賽及活動中我們到底付出多少才能有所收穫。

KNOWING 新聞指出團隊合作的四種不良現象

現象一：競爭心理作祟

沒什麼，就是團隊合作的討論而已喔！沒什麼，就是團隊合作的討論而已喔！面對激烈的競爭，許多學生認為彼此「互為對手」。



現象二：個人英雄主義

現象三：「負面」默契

一項任務規劃下來，因為缺乏團隊合作精神，大家明明知道該任務不切實際、無法完成，但為了逃避責任，都心照不宣地選擇沉默是金，誰都不願將實際情況告知上級，這是典型的「負面」默契。

現象四：因小失大

在團隊合作中，集體利益和共同目標是團隊成員工作的前提和原則，有時，為保證共同目標的實現，需要對以往的團隊和工作進行調整，這可能就會與團隊成員的個人利益或目標發生衝突，有團隊合作意識的人會坦然面對，以大局為重，也有人會「因小失大」。

➤ 討論題綱：

- 1、一個人的力量大，還是眾人的力量大？
- 2、要與他人合力完成一件事，需要什麼準備？
- 3、團隊精神是什麼，可以列舉班上活動如何團隊完成的嗎？