

國立頭城家商 110 學年度第 2 學期

第 11 週班會宣導資料(111.04.20)

一、班會討論：

1. 主題：藝術欣賞
2. 說明：請見 13:15 電視轉播及書面附資料
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：

高三同學請注意，學校已正式提交高三學生的「校內幹部經歷」、「課程學習成果」與「多元表現」至教育部中央資料庫，請同學們於 111 年 4 月 22 日中午 12 時前，登入學習歷程平臺，進行收訖明細確認作業。確認您所勾選的檔案與提交的檔案是否一致，逾期未確認者，視同放棄確認權益。

1、訓育組宣導事項：

- (1) 今日第 6、7 節進行高一班際團體創意歌唱比賽，請全校同學完成班級打掃工作後，儘速前往勤毅樓三樓就位。
- (2) 5/4(三)將進行本學期高三週記抽查，抽查篇數為 3 篇，請各班學藝股長於導師批閱後收齊，於時間內交至訓育組。
- (3) 弘道老人基金會預計於 8/27(六)將辦理愛心園遊會，辦理前需招募六月、七月街頭募款志工，同時做園遊會的廣宣，六月一場/人數 10 人，七月一場/人數 10 人，請有興趣的同學四月底前到學務處訓育組報名，參加同學皆有志工服務證明。

2、衛生組宣導事項：

- (1) 天氣轉熱，蚊蟲逐漸增多，為防範登革熱與屈公病疫情，請同學保持環境清潔。
- (2) 屈公病與登革熱症狀非常相似：
大部分會出現發燒、頭痛、疲勞、噁心、嘔吐、肌肉痛、關節痛及出疹。一般症狀會持續幾天到兩週。
屈公病與登革熱症狀的不同處：
屈公病有些個案關節會痛到無法行動，並持續數週或是數月。
- (3) 防疫期間請同學做好防疫措施，勤洗手、戴口罩、保持良好衛生習慣。
- (4) 保持社交距離，下載社交距離 APP。



社交距離 APP

3、生輔組宣導事項(含教官室)：

- (1) 第 10 週生活競賽評比績優班級：
整潔：第一名：302 班 第二名：102 班 第三名：306 班
秩序：第一名：307 班 第二名：309 班 第三名：303 班
服儀：第一名：309 班 第二名：301、302 班 第三名：從缺
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) 有機車駕照的同學請向教官室鄭守智校安申請機車停車證，未申請前可先停至學校後門旁機車停車棚。

- (3) 星期三朝會，有被登記遲到人員(7:40 前)，請確實於當週星期五前中午 12:30 至教室前實施站立反省或 300 字自我反省心得。

4、體育組宣導事項：

- (1) 班際羽球賽報名表已隨本次班會資料發放至各班，預計於 111/5/2(二)放學開始舉辦，請欲參賽班級於 4/28(四)中午 12:30 前，完成線上、紙本報名，2 種報名程序均完成後，才算成功報名本次班際羽球賽。

健康中心宣導事項：

- (1) 中央疫情指揮中心尚在討論階段，目前尚未開放 18 歲以下學童接種第三劑新冠疫苗。
(2) 本周急性腸胃炎持續出現，由於此疾病為糞口傳染，可能因接觸不潔食物或患病者所致，提醒同學切勿共飲共食，要勤洗手、戴口罩，若出現噁心嘔吐、腹瀉等症狀，請暫停上學並就醫診治，若診斷為病毒性腸胃炎(如諾羅病毒)，依學校病毒性腸胃炎防治手冊規定，須在家休息至症狀解除(沒吐沒拉)至少 48 小時後，再恢復上學或工作。
(3) 本周 Covid-19 每日確診人數破千，提醒同學持續落實防疫措施：配戴口罩、肥皂勤洗手、維持社交距離，並且飲食正常、規律運動、早睡早起、作息正常，以提升免疫力。
(4) 各班健康檢查藍卡每學期皆會使用，提醒尚未繳交藍卡的班級務必盡快繳交：
一年級：114 二年級：209、213

6、營養師宣導事項： #糖危機 #你也陷入了嗎 #精製糖



和糖危機 SAY NO!

日常減糖撇步

- 1 以全穀雜糧取代精緻甜食
- 2 以白開水、無糖茶飲取代含糖飲料
- 3 以原味乳品取代調味乳品

廣告
健康由您選擇 健康由您選擇
健康由您選擇 健康由您選擇

!! 糖危機，你也陷入了嗎？甜甜的點心零食、飲料總是能撫慰人心，令人難以抗拒誘惑... 😊

雖然甜食能帶來短暫的幸福感，長期攝取過多的「糖」，可是會為身體帶來許多負擔... 🐼

📌 攝取過量糖危害

- ✓ 過多熱量，累積脂肪→增加肥胖、代謝症候群風險
- ✓ 血糖、血壓、血脂提高→提升罹患慢性病風險
- ✓ 影響內分泌系統，加速皮膚老化
- ✓ 頭腦昏沈，注意力無法集中
- ✓ 容易產生齲齒

◎ 班會宣導資料，請於班會後張貼至班級公佈欄！ ◎

班會主題：藝術欣賞

音樂教育要能培養我們鑑別音樂的能力，瞭解何者為高尚幽雅的音樂，能陶冶人之性情；何者為靡靡之音，能消沉人之意志。總之，凡能讓我們產生愉快、和諧、樂觀、進取的情緒，這種音樂都是好的音樂。



音樂會的欣賞應注意：

- 一、服裝整齊、準時入場。如因故遲到，應等到一個節目完了才行進場。
- 二、音樂會與晚會、電影欣賞會性質不同，不可講話、吃東西、以免發出雜音。
- 三、非經許可，不宜攝影或錄音。
- 四、一個節目（一首樂曲）完了，應予拍手，以示讚美與鼓勵。但拍手的時間不當，反而影響會場的秩序且給演出者不良的印象。有的樂曲包含數段(樂章)，如奏鳴曲、交響曲與協奏曲等均含有三、四個樂章，每個樂章都有終止的感覺，演出者常有少許停頓，這時不可拍手，否則演出者會認為聽眾水準太低且影響繼續演奏而生反感。

音樂欣賞整合了個體在聽覺、視覺、動作、認知和感性等各方面的運作。音樂欣賞教學並非讓學習者單純地聆聽，而應該結合音感、認譜、演唱、演奏等活動，並以創造性的引導帶領學生進入音樂的內涵。音樂教育者的職責是選擇真正「好」的音樂，透過有效的教學方法培養學習者欣賞的能力。懂得欣賞音樂的人必定具有音樂的素養，而欣賞人口的增加必定提升全民音樂教育的水準。

資料來源 <https://ananedu.com/a/7/20/teachmusic.htm>



下午周會時間就是我們一年一度的高一創意合唱比賽，請問為了擁有高音樂會品質，我們可以怎麼進行。

► 討論題綱：

1. 當歌曲剛好選到我拿手的，我可以跟著唱跳嗎？
2. 觀賞比賽時，如果需要使用手機拍照，我應該注意什麼？
3. 比賽過程中，如果有我的弟弟妹妹或心儀的對象表現的超棒，我要如何肯定他/她？