

忠孝週報 Zhongxiao Weekly



發行刊號：1000316

發行者：忠孝國中訓導處

編輯&美編：訓育組長林珍毓

幹事賴美珍

中心德目：正義

週報請貼聯絡簿



訓導處

榮譽榜

第 5 週整潔 第一名 707 班 807 班 901 班 第 5 週秩序 第一名 708 班 802 班 901 班
第二名 701 班 802 班 902 班 第二名 707 班 806 班 906 班
第三名 702 班 808 班 904 班 第三名 705 班 807 班 904 班

訓育組

- 一、3/21(一)、3/14(四)因「第一次定期評量」朝會暫停，請同學善加運用早自習時間準備考試。
- 二、多元社團宣導—
 - (一)請同學多注意社團上課安全，實作課請多注意用具使用安全，在室外上課同學請勿跨坐欄杆上，確實遵守師長上課規定！
 - (二)多元社團社長請確實督導教室管理，使用完畢請記得關好電燈。
- 三、3/25(五)前請七年級各班準時繳交直笛比賽報名表及介紹詞。

生教組

- 一、請同學重視及保護自身的安全，請勿做不安全的行為(嚴禁同學攀爬或坐在欄杆、樓梯扶手、窗台及圍牆上，邊走邊講電話，綠燈轉換紅燈強行穿越馬路等)；說不安全的話語(故意挑釁他人、炫耀自身攜帶金錢及貴重物品等)；到不安全的地方(網咖、撞球場等容易滋事的場所，無救生員在的水上活動場域等)。
- 二、穿上忠孝的校服，就必須成為一個自信有品德的青少年。在校內及上放學途中，遇見師長要微笑注目，並且大聲問好，下課時間勿亂吼、亂叫、吹口哨影響他人，不亂丟垃圾，並隨手將垃圾撿起；在校外亦須注重禮節，搭乘大眾運輸工具請將博愛座讓給有需要的人，注意講話音量，時時刻刻不忘記自己是忠孝的一份子，將忠孝的榮譽視為自己的責任。
- 三、聽到鐘聲即應快步進入教室，上外堂課的班級需將門窗鎖好，負責同學盡速將班級帶往指定地點，行進間切勿交談嬉戲，影響他班上課權益，以上均將列為秩序比賽成績依據。
- 四、重申服儀規定：穿著制服長褲需將上衣紮進去，並使用學校規定之皮帶；頭髮不合學校規定(不染、不燙、不怪、不蓋住五官)請自行修剪，生教組將不定期抽檢服裝儀容。

- 五、重申學校規定：高年級同學不得前往低年級教室串班，以避免不必要之爭端。
- 六、訓導處持續辦理改過銷過，有任何疑問請直接洽詢訓導處生教組。
- 七、請同學特別注意公德心，請勿亂吐口水、亂丟果皮及垃圾、亂丟愛心球、隨意拿取公共衛生紙玩耍，破壞張貼海報及公告，違者依校規嚴懲。
- 八、法治教育時間：

侮 辱	依刑法第 309 條，公然侮辱人者，處拘役或 3 百元以下罰金。以強暴公然侮辱人者，處 1 年以下有期徒刑、拘役或 5 百元以下罰金。
------------	---

衛生組

- 一、臺電公司特舉辦 100 年電力盃作文比賽，最高獎金 3 萬元，總獎金共 27 萬 5 仟元，歡迎同學報名參加。參賽者請自即日起至 100/3/31 (四) 前，採網路線上報名，額滿為止。其他相關活動辦法、簡章及注意事項請洽 <http://www.tpevent.com.tw>。
- 二、午餐補助申請已經結束，經費到校後會公告領取，請家長與同學安心等待。



健康小百科 >>

若發生類流感症狀或感冒，請務必就醫、在家休養，並落實「呼吸道衛生及咳嗽禮節」，俾避免校園流感疫情蔓延。

- 一、做好個人健康自主管理，保持良好衛生習慣〔勤洗手(包含餐前、便後、進班、離校時)、充足睡眠、均衡飲食、適度運動〕，並落實呼吸道衛生及咳嗽禮節等。
- 二、出現咳嗽或流鼻涕等呼吸道症狀，請其配戴口罩，同時提醒咳嗽或打噴嚏時，應以衛生紙或手帕掩住口鼻，衛生紙使用後勿隨意丟棄，以避免感染他人並維持環境衛生。
- 三、如有發生類流感症狀(若有發燒、喉嚨痛、咳嗽、流鼻水、打噴嚏、肌肉酸痛、頭痛或極度倦怠感等類流感症狀)應立即戴上口罩，並勸導就醫。
- 四、若經醫院篩檢後若為流感或類流感病例，勸導其在家休養，不參加人口密集性活動，例如至補習班、安親班等人潮聚集場所。

體育組

- 一、賀！本校 706 班卓毓庭同學參加臺北市 99 學年度中正盃競速溜冰錦標賽榮獲第二名(三百公尺計時賽成績 35'034)表現優異！
- 二、為提倡運動風氣，籃球場有提供 4 顆愛心球，請同學多加利用，使用後請歸回原位，最近發現同學表現有進步，請繼續保持，養成良好的使用習慣。
- 三、下課時間進入活動中心打羽球的同學，離開活動中心請將羽球放回球籃中。
- 四、臺北市兒童運動中心迎接 2011 年特別推薦公益「兒童運動營」，活動詳情請上 <http://www.child-sport.com/tpsport.com.htm>。
- 五、體育課請勿穿著便服，可帶忠孝紀念 T 恤替換，各班體育股長請確實告知並且督導同學遵守上課規矩。

健康中心

- 一、請裸眼視力未達 0.9 及矯正視力未達 0.5 的同學，於 3/28 (一) 前完成就醫矯治工作，並將「醫院 (診所) 檢查回條」交給各班保健股長，由保健股長收齊後，交回健康中心。
- 二、請教職員工生踴躍參加市府「健康減重一〇一，幸福臺北一第一」健康減重活動。
 - (一) 教職員工：1. 參加條件：18~64 歲 BMI ≥ 20 者。2. 報名方式：請先行登錄市府「員工愛上網」後，點選「市府好健康系統」連結進行活動報名登錄。3. 報名 1 個月後，每減重 1 公斤即可至「市府好健康系統」填報最新體重。4. 活動獎勵：
 - (1) 優先參加獎：凡於 100/7/31(日)前優先報名參加者，即可每月連續參加抽獎，4 月至 8 月每月 15 日抽出 10 名得獎者，共 50 名。
 - (2) 個人減重績效獎：以 11/30(三)於衛生局舉辦公開量測體重之所得體重為計算，依參加者的減重前 BMI 分 3 組評比 ($20 \leq \text{BMI} < 24$ 、 $24 \leq \text{BMI} < 27$ 、 $27 \leq \text{BMI}$)，得獎者減重後 BMI 仍應維持 18.5 (含) 以上。
 - (3) 團體人氣獎：以 9/30(五)止累計人數計算，分 8 組獎勵 (學校組、立案團體組、非立案團體組、大型職場組、中小型職場組、醫院組、診所組、其他組)，每組取團體報名人數最多的前 5 名團隊給予團長獎勵。
 - (二) 學生：1. 參加條件：6~17 歲兒童及青少年依行政院衛生署兒童及青少年體位屬於過重或超重 (肥胖) 者。2. 報名方式：請至健康中心報名。3. 報名後每個月至健康中心測量身高體重腰圍。4. 活動獎勵：
 - (1) 個人減重績效獎：以 11/30(三)於衛生局舉辦公開量測體重之所得體重為計算，得獎者減重後 BMI 仍應維持 18.5 (含) 以上。
 - (2) 團體人氣獎：以 9/30(五)止累計人數計算，分 8 組獎勵 (學校組、立案團體、非立案團體組、大型職場組、中小型職場組、醫院組、診所組、其他組)，每組取團體報名人數最多的前 5 名團隊給予團長獎勵。

教務處

教學組

- 一、請同學注意【定期評量】除非必要，不要請假！【定期評量】當日若有不可抗拒的原因必須依請假規定請假，在請假原因結束回到學校後嚴禁回到教室，需立刻至教務處申請補考，請注意以下事項：
 - (一) 凡經發現申請補考當天曾有返回教室者，為考慮公平性，將喪失申請補考資格，請同學特別注意！
 - (二) 返校當日請於 7:30 至教務處申請補考，事假部分請先備妥假單 (家長簽名、導師簽名)；病假部分以考試當天有電話請假並持看病收據作為申請補考依據。
 - (三) 補考後依本校請假規定到訓導處辦理請假手續，完成請假手續後，攜帶已核准的假單到教務處註冊組以利成績計算，未完成請假手續者，視同缺考成績以 0 分計算。

二、全校第 1 次定期評量學生應考注意事項：〔03/24(四)、03/25(五)〕

(一)將書包整齊擺放到講臺前、教室後方或窗台上。(二)將桌子翻轉抽屜口朝向黑板。(三)務必檢查答案卡上的科目名稱、座號及姓名。(四)務必檢查題目本是否有空白頁。(五)考試所用的文具，不可以互相借用。(六)桌面淨空，不得有任何紙張置於桌面上或壓在桌墊下。(七)不得使用自己攜帶的空白計算紙作答。(八)考試前 20 分鐘不得趴睡。(九)嚴禁左顧右盼、甚至回頭。(十)不得離開教室上廁所。(若必須離開教室，請先交卷上完廁所後立即回教室自習)。

三、3/18 (五) 校內語文競賽報名表繳交期限；03/29 (二) 中午 12:30 於 3F 會議室抽序號籤 (需由本人親自抽籤或由導師代抽，逾時未到者由教務處代抽，不得異議)。

四、校內語文競賽 (一) 國語演說 題目：1. 讚美的力量 2. 意外的挫折 3. 當我獨處的時候 4. 一天中最愉快的時刻 5. 我看見父母的辛勞 6. 如何走出情緒低潮 7. 一則新聞的省思 8. 國中生的苦與樂 9. 一個令我感動的畫面 10. 我的好友 (二) 客家語演說 題目：1. 從一則新聞講起 2. 介紹一部電影 3. 影響我最重要的一句話 (三) 英語演說指定題：What I know about Taipei International Flora Exposition
【請參賽選手擇一準備，並在 4/1 (五) 前繳交演講稿的電子檔 (A4、12 細明體、橫式直打) 至教學組 lainaikang.tw@yahoo.com.tw】

註冊組

一、桃園縣啟英高級中學 100 年度國中清寒優秀學生獎助學金實施辦法公告於本校網站，請自行下載。

二、北北基高中職聯合入學測驗專網(網址：<http://tnk.ntnu.edu.tw/>)公告北北基命題相關事宜，請本校親師生多多上網瀏覽。

三、『基北區 100 學年度擴大高中職免試入學』校內報名時間為 3/21(一) 8:25~16:00，請同學個別攜帶報名資料袋(袋口勿封)及報名費 100 元至會議室報名。

四、若同學的獎狀影本尚未核章，請記得帶獎狀正本來報名，教務處將於現場核章。

輔導室

社工師

※嗆辣嘻哈街舞初階班『--想學厲害又快的 Breakin 嗎? 想學肢體動作俐落的 Lockin 嗎? 一起來創造屬於自己風格的 hip hop 吧!』

一、上課日期：100/4/2(六)至 6/18/(六) 下午 1:00-5:00，共 13 週。

二、上課地點：臺北市萬華區峨嵋街 139 號 4 樓團輔室。(辦理單位：松陽基金會)

三、參加對象：12-18 歲之少年。

四、活動名額：15 人。

五、活動費用：免費參加。

欲參加報名同學請於 100/3/25 (五) 前洽詢輔導室社工。