



本期目錄

- 正德訊息
- 8月14日 國中部暑期學習活動
 - 8月28日 教務處召開期初教學研究會
 - 8月28日 新生預備教育訓練
 - 8月29日 表揚資深優良教師
 - 8月30日 輔導室召開例行法定會議
 - 9月1日 班級幹部訓練
 - 9月1日 國中部環境知識競賽
- 師長的話 校長獎學金的意涵
- 焦點TAG 專心向學，歡愉收穫—頒發校長獎學金(學年獎學金)
- 師生園地 (一) 生命的挑戰：我的一年美國生活
(二) 「悅」讀歷史
- 焦點話題 「不要找我了，那就是我！」

正德訊息

▪ 8月14日 國中部暑期學習活動

(106)學年度國中部暑期學習活動自8月14日起為期三天，活動內容不但讓國中部學生認識本校，亦帶領學生參訪國立故宮博物院南部院區。活動課程涵括藝術、人文、生活科技等領域，以統整性課程提升學生對各領域的興趣，並培養其實作能力，成果卓著。



(國中部學生參訪國立故宮博物院南部院區)

▪ 8 月 28 日 教務處召開期初教學研究會

教務處於開學前召開期初教學研究會，以期提升學生學習成效，增進教師專業發展。研議的主題包含教學進度之擬定、定期評量之命題範圍以及學生作業之相關規定。另外，尚規劃教師專業成長共同研習課程與修訂本學期各學科競賽辦法，最後，以各科任課教師班級管理及有效教學的經驗分享畫下句點。



(數學科期初教學研究會)



(英文科期初教學研究會)

▪ 8 月 28 日 新生預備教育訓練

本校於 8 月 28、29 日舉辦為期兩天的新生預備教育訓練，活動內容包含校園導覽、校歌教唱、服儀示範、心肺復甦術教授與演練、防震防災消防演練及各處室業務工作報告等。其中教務主任以「態度決定高度」為主題，藉由學生熟知的歌手盧廣仲與周子瑜他們兩位的成功故事勉勵所有新生，應把握時間努力學習，以創造自己璀璨亮麗的未來。



(新生防震防災消防演練)



(教務處業務工作報告)

▪ 8 月 29 日 表揚資深優良教師

校務會議中，校長表揚本校三位榮獲教育部資深優良教師：服務滿 20 年的陳淑琴老師，以及各服務滿 10 年的廖珈琪老師、廖雅君老師。三位老師在校服務期間的表現均非常優秀，校長特別轉頒教育部獎金以資鼓勵。



(校長表揚資深優良教師)

▪ 8 月 30 日 輔導室召開例行法定會議

輔導室召開的例行法定會議包含輔導工作委員會、特殊教育推行委員會、家庭教育委員會、生涯發展教育會議、性別平等教育委員會、學生申訴評議委員會、身心障礙學生暨特教學生個別化教育計畫會議等。這些法定會議每學期至少固定召開一次，主要目的都是為了能順利推行與學生輔導相關之業務。



(輔導室召開例行法定會議)

▪ 9 月 1 日 班級幹部訓練

班級幹部訓練活動中，校長期許新任幹部能磨練自我、努力學習，接著學務主任期勉各班幹部要以高標準自我要求，從而成為同學們的模範，隨後，各處室主任分別說明幹部工作職責內容，以期使各班幹部在任事時能有所依循，進而能勝任各項職務。此外，本學年度班級幹部增列輔導股長一職，該職為輔導室與班級同學的橋樑，協助輔導教師推展班級輔導並鼓勵同學多與教師溝通。



(輔導主任說明輔導股長之職責)

▪ 9 月 1 日 國中部環境知識競賽

為增進國中部學生對環境保護知識的正確觀念，於 9 月 1 日舉辦環境知識競賽，將環境教育落實於日常生活中，以提升學生對環境的覺察與行動能力。競賽題目包含各類環境知識，有自然保育、空氣汙染、水汙染、噪音、災害防救等主題，學生必須熟知相關知識才能順利作答，本次競賽由國中二 A 唐禎佑同學榮獲第一名，他將代表本校參加彰化縣環境知識競賽。



(國中三 A 同學參賽情形)



(國中二 A 同學參賽情形)

校長獎學金的意涵

本期電子報的焦點 TAG，教務處特別介紹「校長獎學金」，包含申請辦法與得獎名單。我認為這是一件很好的一件事，校長獎學金是本校最高榮譽的獎學金，能夠透過電子報讓同學們更能明瞭此一獎學金設置的用意與內涵，確實是一件重要的事項。既然稱之為「校長獎學金」，站在校長的觀點，有必要進一步地說明。

「校長獎學金」(以下稱為本獎學金)分為兩種，「學年獎學金」與「學期獎學金」。前者以一學年來發放，每一年級專業群科與普通科各一名，每名得獎約五萬多元(該學年的學雜費)；後者以學期為單位來發放，每班一名，每名約二千多元(每學期學費的十分之一)。本獎學金較為特殊的是得獎資格，「學年獎學金」以學年之學業總成績為考量(需最優者)；「學期獎學金」則以國文、英文及數學三科學期成績之平均成績來考量。換句話說，「學年獎學金」係獎勵學業成績全校各年級第一名之同學，而「學期獎學金」則以獎勵各班國、英、數三科能力最高之學生。國文、英文及數學三科是知識學習的基本學科，具備深厚的語文(國文、英文)與推理(數學)能力，就能掌握各類知識，如史地、理化等科的學習，因此「學期獎學金」的設置用意就在強調基礎學習能力建構的必要。

本獎學金的申請標準，除了上述兩項限制外，另有規定不能夠有任何曠課、警告(含)以上之處分紀錄(銷過紀錄也不行)，而且也不能夠有任何一科不及格，或參加補考紀錄。可見本獎學金要獎勵的同學不僅品行要端正，各科的學習也須正常。

得到「校長獎學金」不僅是一項榮譽，也是一種自我肯定。特別是「學年獎學金」，因為額度較高，對於家裡經濟情形不甚良好的同學，相信也是一種幫助。也就是說，本獎學金的獲得不僅成就自己也成就家人，讓家人有更好生活的可能性，因此努力追求「校長獎學金」毋寧是本校優秀學生可以設定的目標。以下校長羅列本次「學年獎學金」獲獎同學之心得，鼓勵本校優秀、有企圖心的同學，努力爭取：

資處三忠周芷伶—在學習這方面，總是會遇上困難，百分之百的付出，並不是每次都會有百分之百的收穫。在沒有同等收穫的情況下，有些人就會放棄了。但是有位老師曾經跟我說過：「只是火候還沒到而已，若是現在放棄了，那麼先前的努力也白費了。」大家都懂得聚沙成塔的道理，我相信即使是多麼微小的付出，都是重要的，持續努力，即使沒有辦法達到最好，也能更好，獲得校長獎的殊榮，就是驗證了這份不放棄的精神—從今以後，讀書就更有動力了，很感謝學校對我的肯定。

高中三信楊承翰—能領取此次學年獎學金是我莫大的榮幸，證明了努力就會有收穫。對於大多數學生而言，讀書的誘惑力並不是很高，但其實來自內心的自我鞭策就是強勁的動力，鎖定未來的目標並且奮發向上，在未來的道路上才能一路順遂。

商營二忠張雅嫻—獎學金讓我覺得我的辛苦有代價了，全家人也為我感到光榮、驕傲。這筆獎學金對家裡的經濟不無小補，不管是為了我還是家人，我都會繼續努力、認真。我要成為品學優良的好學生，感謝學校頒發校長獎學金給我。

高中二忠鄭淵儒—人生旅途與登山相似，過程難免崎嶇難行，雖然我們可以停下腳步欣賞美景，但千萬不要中途而廢。等過一段日子後，再回頭看那些走過的迂迴山路，會感覺到成功的甜美滋味。

焦點TAG

教務主任 黃裕豐

專心向學，歡愉收穫—頒發校長獎學金(學年獎學金)

8月30日是本校(106)學年度第一學期的開學典禮，典禮中的大事就是頒發(105)學年度校長獎學金(學年獎學金)，獲獎同學從校長手中接過獎狀及獎金時，內心感到無比的榮耀，並受到全校師生的

鼓勵與稱讚。本次獲獎名單如下表：

班級	姓名
資處三忠	周芷伶
高中三信	楊承翰
商營二忠	張雅嫻
高中二忠	鄭淵儒



頒發(105)學年度校長獎學金

在頒獎典禮後，教務主任與高職部二年級獲獎同學張雅嫻晤談，試著了解為何張同學有如此優秀的學業表現。其實畢業於彰安國中的張雅嫻同學，在國中會考的成績並不是十分亮眼，只有 5B— 在國中就學期間，只圖增進英文能力，所以只有補習英文一科。而現在就讀本校商營科，每天在家讀書時間大約是三個小時，在學校上課時專心聽講，遇到不懂的就問老師。當談到未來的升學規劃時，張同學表示會報考商管群科，結合自己的興趣，選擇與商業相關的科系就讀。在晤談期間，主任深深地感受到張同學是一位非常有自信的年輕學子，對於未來也有自己的看法，她積極的學習態度，值得其他同學效法。

本校為鼓勵學生業德兼備，提高學習風氣，設置校長獎學金辦法，共分為「學年獎學金」與「學期獎學金」兩種，其辦法擇要說明如下：

類別 項目	學年獎學金	學期獎學金
獎勵名額及獎金	<ol style="list-style-type: none"> 1.普通科及專業群科各年級各壹名，合計陸名。 2.每名發放該學年度公告之學雜費等額獎學金。 	<ol style="list-style-type: none"> 1.普通科及專業群科每班壹名。 2.每名發放該學期公告學費金額十分之一（百元以下捨去）。
申請標準	<p>凡學年學業成績最優，且符合下列給獎標準者。未達標準時，應予從缺。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.學年學業成績平均達80分以上，且修習科目無不及格及補考紀錄者。 2.前已修畢之各學期均無曠課、警告(含)以上處分及銷過紀錄者。 	<p>凡學期學業成績符合下列給獎標準者。未達標準時，應予從缺。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.學期學業成績平均達60分以上及該學期國文、英文及數學三科成績平均最高者，且修習科目無不及格及補考紀錄者。 2.前已修畢之各學期均無曠課、警告(含)以上處分及銷過紀錄者。 3.國文、英文及數學三科成績平均同分時，則以學業成績平均最高者為優先。

生命的挑戰：我的一年美國生活

到國外生活是我從沒想到過的，沒想到在母親的鼓勵下，讓我有不同的生命體驗！這個交換生計畫是從母親那裡得知的，她一直想讓我去國外開拓視野，如果不是她的堅持，我想我也不會參加這個計畫。她從三年前就開始說服我，但那時候我不怎麼感興趣，畢竟要離開台灣到一個誰都不認識的國家，在那邊用我程度很差的英文上課、交朋友，光是用想的就覺得很困難，所以當時我一直很排斥。

一直到我高二下要升高三的時候，才改變了想法。我覺得如果真的去了，過程一定很辛苦，結果是好是壞也不知道，但是我知道如果選擇不去的話，一定會後悔會遺憾，不想要十年、二十年後才再問自己當初一為什麼不勇敢一點。

於是在 2016 年 8 月 3 日那一天，我獨自一人開始了我的交換學生生涯。在分發到接待家庭所在的地方之前，我們在紐約的一所大學裡，有一個為期 10 天的英文營隊——我在這 10 天裡認識了許多來自世界各地，包括台灣在內的交換生，短短的 10 天我過得非常開心，去了許多景點，像是布魯克林大橋、帝國大廈、自由女神像、中國城。第 8 天的時候我們還去了水上樂園，雖然很好玩但是卻讓我曬得「遍體鱗傷」！

英文營隊結束後的 8 月 13 日，我抵達了位於明尼蘇達州普羅克托的寄宿家庭，我的 home 爸、home 媽並沒有結婚，他們各自有兩個小孩。Home 爸退休前是位警察，現在則是擔任卡車司機，home 媽是一名護士。他們因為工作的關係，所以無法常常帶我出去遊玩，而且他們的兒女也都已經成年離家了，所以我平常其實挺無聊的。這裡的學校開學時間比較晚，是在 9 月 17 日才開學，剛進入學校時，同學們對於我這個亞洲面孔感到新鮮，想多了解我，常會主動來找我聊天，但是因為我英語表達能力不佳，所以同學們都不清楚我所要表達的意思，漸漸地同學對我失去了新鮮感，大約有兩個月的時間都沒有朋友，午餐時間大多自己一個人用餐，偶爾會有一至兩位同學陪伴用餐(其實他們也是被歸類為怪怪的一群同學)。雖然我英文不好，但是告訴自己情況一定會好轉，相信自己有能力改變，於是參加了學校的橄欖球隊，利用放學的時間去健身房健身——漸漸地我的朋友越來越多，活動也越來越多，朋友們開車帶著我一起去參加舞會、打球、健身等活動，我很高興我堅持下來了。美國高中跟台灣最不一樣的地方是他們的選課制度，還有要換教室的是學生而不是老師；另外美國的學校下課時間只有 4 分鐘，沒什麼時間去廁所——在台灣上課時跟老師要求去上廁所，通常會被視為是沒禮貌的舉動，但是在美國上課時要求上廁所，卻是一件平凡的事。

在我剛到紐約的時候發生了一個小插曲，出發前交換機構的人一直跟我們說不用擔心，雖然剛開始語言不通，但下飛機時就會有人來接機。結果，我出關時沒看到半個人，我心裡想他們可能遲到了，但等了 20 分鐘後還是沒有人來找我，於是我就跑去問一個警察，交換生要在哪裡集合？結果那個警察跟我說不知道，又過了 20 分鐘後看到兩個大陸人剛下飛機，我跟他們借手機打給交換機構，好不容易打通後又是一道難題，這個緊急專線是全英文的，我和他們雞同鴨講了很久，最後是那兩個大陸人出手幫我說明狀況，然後就有人來接我了。最後我才知道交換機構的人和其他交換學生都是在國際機場的出境大廳，而我因為是在舊金山轉機，抵達的是國內線的大廳，難怪沒人接機，想起當時那種緊張的心情，真的令我餘悸猶存。



(參加美國學校橄欖球隊)



(與外國友人一同參加舞會)

在這說長不長說短不短的 10 個月中，我得到了許多比學習英文更加珍貴的經驗，也交到了許多朋友，美國這段時間也受到了很多人的幫助，很感謝他們，也很感謝我的爸爸媽媽給予的支持，很高興我做了高中生涯中最值得的決定。

師生園地(二)

歷史科教師 鄭道聲

「悅」讀歷史

同學們目前在學習歷史，那麼什麼叫做「歷史」呢？簡單的說，歷史就是發生過的人事物總合。廣義而言，歷史是過去事件的總稱，特別指重大影響力的事實。例如大約始於 46 億年前，因為宇宙大爆炸後所形成的雲氣，受重力影響坍縮，而造成太陽系，同時也代表著地球的誕生，這就是一個重大的歷史事件。而歷史就是研究這些過去所發生的事實，所產生的知識體系；意即目前在教育體系下的歷史，就是教導或提供這些知識的學科，例如 1624 年，荷蘭聯合東印度公司進駐大員(今臺南安平)，開啟臺灣史上所謂的「荷治時期」，也代表著臺灣首次有外國的正式勢力在臺灣建立根據地——這就是一般所謂的歷史。

一般同學們都認為學歷史是為了升學，這種說法既膚淺，但又真實；但老師認為學習歷史最重要的原因，有下列二項：

一、學習歷史文化為了改善社會

學習歷史文化，可以改善與提昇社會的品質，例如：日治臺灣時期，調查到臺灣的社會中有三大陋習：辮髮、纏足和吸鴉片，為了改善臺灣人的生活水準，因此總督府在 1915 年時，以法律明定禁止辮髮和纏足，並以漸禁、專賣的方式改善吸鴉片的陋習，由此逐漸改善臺灣人的衛生習慣，讓女性的地位能夠逐漸提昇，進而增進臺灣社會的素養。

二、學習歷史智慧為了鑑往知來

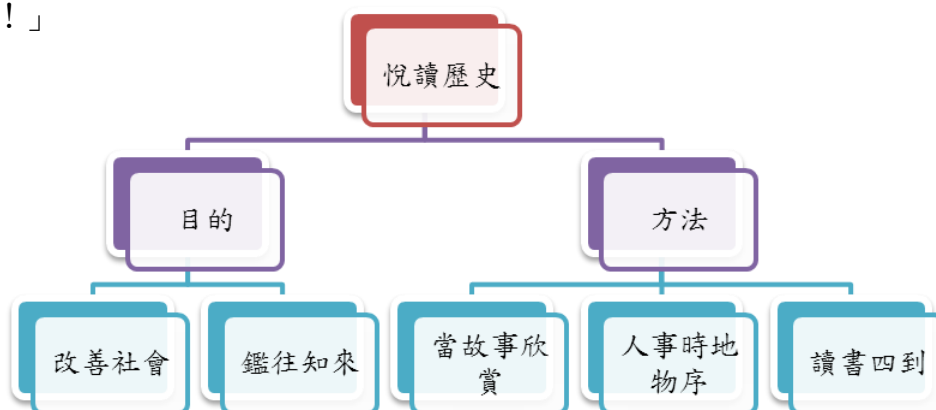
學習歷史另一個，也最重要的用處，是學習掌握歷史的智慧以鑑往知來，對外分析國內外政治、經濟局勢，明瞭全球脈動，進而預測未來社會的發展方向，可以預先做好準備！例如開創唐朝貞觀之治的唐太宗曾言：「以古為鏡，可以知興替；以人為鏡，可以明得失。」可見以歷史、人事當作借鏡，可以知道國家的興盛與衰亡方向，達到鑑往知來的目的，除此之外，亦可藉此省思自己的行為是否合宜，瞭解需要改善的地方。

所以同學學習歷史負有很大的「任務」，那麼如何把歷史學好呢？首先，把歷史的內容、各國國家文化的興替傳承演變，當作故事或是古人的八卦新聞在欣賞，會容易對歷史產生興趣，進而引起學習歷史的動機。例如：歷史成語中的「環肥燕瘦」，「環」指的是唐玄宗的貴妃楊玉環，「燕」指的是漢成帝的皇后趙飛燕。唐玄宗喜歡比較肥一點的楊玉環，漢成帝喜歡比較瘦一點的趙飛燕，這兩種喜好的差別，除了是個人的偏好不同之外，也與當時漢代與唐代有不同的審美觀、文化背景有關係——由這個點，可以切入學習，進而比較漢唐文化的差異。

其次，由於歷史主要跟時間的發展有關，所以要學好歷史，首先要分清楚每個事件有關的人、事、時、地、物的名稱，並了解事件發生的順序：原因(遠因、近因)、經過、結果與影響；進而在總複習時，能夠將每個事件依照時間順序串聯起來，就能看清歷史發展的脈絡與真相。例如，1895 年臺灣開始進入日治時期，其遠因是清帝國晚年的衰弱與日本的崛起；近因是 1894 年的甲午戰爭，隔年簽訂了馬關條約。而經過臺灣人在日治初期的反抗失敗後，結果就是日治臺灣的開始；而其影響就是目前臺灣 80 歲左右的年長者，有很多人是會講日文或讀過日文書的。

最後，想學好歷史，要能實踐胡適先生所言的讀書四到：眼到、口到、心到、手到。上課時要眼到：看課本、資料等；心到：專心聆聽、理解台上老師的講解；手到：用心抄寫上課筆記；下課後複習的口到：多唸幾遍出來，可以增加練習和記憶；手到：練習歷史的相關作業與練習題。如此一來，把握讀書四到，周而復始地練習，即能達到熟能生巧的境界！而且更重要的是，這個讀書四到不只能運用在學習歷史上，還能運用在學習其他學科或是做任何事等，都是非常適用的！

綜上所述，同學們可以知道歷史是以研究過去事實的知識體系為主；而學習歷史的重要目的，就是改善社會與鑑往知來。所以如何「悅」讀歷史？則有賴於把歷史當故事欣賞，把握人事時地物序以及把握讀書四到。若能好好的把握這三點來學習歷史，則可以達到《論語》所說的「學而時習之，不亦說乎！」



焦點話題

編輯小組

「不要找我了，那就是我！」

這句話是9月7日報紙顯著的標題，一位15歲剛就讀北一女五天的女學生，於9月6日的早晨穿著制服從住家頂樓跳下身亡；她的母親在接獲通報才知發生意外，看著倒臥血泊中的女兒不敢相信，哀痛的一再自問「怎麼會這樣，不是出門上學嗎？」女學生在樓頂留下一個信封袋，寫著「不要找我了，那就是我」。這個新聞讓人感到悲痛，也突顯出目前教育體制上的一些問題。

在學校教育體制中，學生的學習壓力一直是大家所關心的議題，從早期的聯考到基測、會考等考試制度的變革，其實都是為了紓解學生考試競爭的壓力。目前我們談高中免試入學，大學多元升學也是如此，然而明星高中學生的自殺事件卻仍然頻傳(如右表所示)，顯然體制上的學習壓力只是因素之一，更多因素出現在學生的家庭關係與其所形塑的人格特質。

依據衛福部統計，自殺在青少年族群(15~24歲)十大死因之排名，從民國92年起由第三名，上升至103年的第二名。「自殺防治中心」表示，以自殺原因而言，青少年首要煩惱為「感情因素」(36.4%)，第二為「家庭成員問題」(17.8%)，第三原因為「憂鬱傾向、罹患憂鬱症」(10.0%)，透過前三大自殺原因，顯示人際情感問題為青年族群最重要的心理衛生議題之一。換句話說，課業壓力僅是反映心理壓力的一種，真正的原因還是在人際關係。全國自殺防治中心副執行長、精神科醫師鄭宇明表示：「在自殺的諸多原因裡，人際關係的維繫不佳，不論是與同儕、朋友或家人的關係不好，又不太會調適壓力，是種下自殺常見的危險因子之一」。因此，鑑於青少年自殺風險的提高，本校教師們就應該要特別注意防範，尤其是導師們，與家長保持密切聯繫與明瞭班上同學的個性、人際關係是相當重要的。

聯合報登載一份有關這次北一女學生自殺的評論，茲摘錄部分文稿，供老師們參考：

「根據自殺死亡個案統計發現，自殺前五到七成的學生有跡可循，會留下線索，如預先安排理想

近年名校生自殺悲劇

時間(年)	內容
1994	北一女兩名女學生相偕自殺
2001	建中資優生因課業壓力，清晨上吊
2010	一名建中學生疑課業壓力，上課時向老師報告要上廁所，到校内致知樓三樓跳樓
2012	建中李姓學生剛甄選入台大，因女友懷孕遭家長責罵，在住處跳樓自殺 建中蔡姓學生情緒不穩，搭火車時向家人說要去上廁所，趁機跳向自強號列車，捲入車底死亡
2016	建中三年級學生前一晚熬夜念書後，凌晨從住家19樓頂跳樓。

資料來源／報系資料庫
製表／吳思萍、蘇位榮

聯合報

的去處、遺書或近期個性轉變大，容易生氣或與人吵架、食欲降低、睡眠品質不佳、成績落後或人際關係逐漸疏遠等，預先察覺或許能挽救。」「今年年初調查發現，由於上學期開始隨著換班級或升上更高的年級，要適應新環境與加大的課業壓力，及下學期結束會面臨畢業、換學校等環境、事物變化等因素。所以台灣國高中生發生自殺的高峰期，分別在上學期開學9月，及下學期結束6月的時間，發生自殺的比率較高。」

最後，再提供一份檔案給全體老師參考，期許大家進一步認識[青少年自殺議題](#)。



（青少年生活應該是充滿青春亮麗色彩的）