



東興週報 Dong-Sing Weekly News

民國百年九月一日創刊
每雙週出刊 <http://163.30.125.1/>

發行人：周素娥
總編輯：學務處訓育組



校園報馬仔



一、學務宣導

- 9/20~9/23 九年級校外教學，未參加的同學記得請假，否則須到校自習。
- 9/30(六) 補行 10/9 課程，請同學注意。
- 本校音樂性社團（管樂團、弦樂團、直笛團）尚有名額，歡迎有興趣同學報名參加。

二、教務宣導

- 9/18(一)八、九年級網路競賽(簡報.繪圖.查資料)
- 9/25(一)七年級網路競賽(簡報.繪圖.查資料)
- 9/20(三)第五節課為七八年級英語競試
- 9/25(一)~9/29(五)為本校 105 學年度第二學期學生領域成績不及格補考時間，請同學積極複習。
- 獎學金申請：(1)清寒優秀原住民獎助學金(2)財團法人國際單親兒童文教基金會「單親清寒獎學金」(3)軍公教遺族助學金(4)優良僑生獎學金(須具備僑生身分)(5)財團法人陽光社會福利基金會 106 年度獎助學金(6)弘揚社會道德績優孝親獎助學金。以上獎助學金申請資格及需繳交表件請洽註冊組。

三、總務宣導

- 九年級教室使用冷氣溫度調至 26 度，放學記得關冷氣，並請愛惜使用。

四、輔導宣導

- 9/26(二)晚間辦理新住民多元文化美食製作，歡迎新住民學生及家長踴躍參加。

台灣母語教學



母語	諺語
客語	有油莫點雙盞火，免得無油打“暗摸” iu' iu' mok diam` sung' zan` fo` , mien` det` mo` iu' da` am mo`
閩語	好天著存兩來糧，雨來才袂無思量 Ho-thinn tih tsun hoo-lai-niu, hoo lai tsiah-be bo su-niu.
阿美族 (Amis)	ci haratengay to toromiamiad.caka masuaw to mikorkor to tefun
國語說明	平時要未雨綢繆，不要臨渴方掘井。



【投稿須知】

徵稿專欄：
1. 老師我愛您
2. 夢想起飛—我理想的職業類型
★只要提起筆，寫出自己對未來職業的想法，或是介紹有特色的老師，讓你的作品躍上版面，佳文共賞！
★竭誠歡迎同學投稿，字數約 300 字，凡獲刊登者可記嘉獎壹次。來稿請將紙本或電子檔寄到以下信箱：
ta12@dsjhs.tyc.edu.tw

我思故我在~學生佳文欣賞

刻骨銘心的一幕 907 楊謹如

在日常生活中，一定會發生許多事，那些場景和畫面，都自眼裡看進腦袋，但會深深烙印在心中的卻沒幾幕。

其中最令我印象深刻的是一當你親眼目睹自己最心愛的家人離開人世間時。

一生中乃經歷生、老、病、死，對外人來說可能不怎麼樣，但躺在病床上的病人若換成自己的家人，那麼你就會理解家屬的傷心之處了。記得小學時，原本身體看似健壯的外公突然住進了醫院，當時得知消息的當下，我和媽媽當時飛奔到了醫院探望外公，這時才感覺原來外公已經老了，身體已經亮起了紅燈。幾個禮拜後，病情並沒有好轉，反而更加嚴重，媽媽眼看治療越來越沒有效果，便決定前往更專業的大醫院治療。

然而，大醫院並沒有讓外公的病情好轉，只見外公臉色日漸蒼白，穿在身上的病服也因消瘦而顯得特別大。日子一天一天的過去，家人實在不忍心讓外公繼續接受插管治療的痛苦，決定把外公帶回生活二十幾年的家讓他安心的離開這個世界，年紀還小的我就這樣看著從小最愛自己的外公慢慢停止呼吸，雙手漸漸冰冷，當下，我也只知道不停的哭，希望外公能回來。



現在想想，這個痛到現在都無法讓我忘懷，一直把這幕放在心中的最底層，每當想起，眼眶便不自覺的泛紅，淚水也緩緩的滑落。回憶終究還是回憶，過去曾經一起相處的時光，總是會讓我哭的無法自拔，若時間能重來，我一定會選擇那美好的時光，好好再珍惜一次。願在天上的外公過得快樂。

少年法律 Q&A

玩笑與霸凌的界線

芯芯的同班同學小偉，個性內向害羞，講話常因緊張而結巴。班上以阿剛為首的一群同學，很愛捉弄小偉。

一開始，他們喜歡當眾以侮辱性話語取笑小偉，然後在小偉因否認而口吃時，再嘲笑他一番。後來，同學欺負小偉的行為變得越來越嚴重，他們會把小偉堵在廁所裡，不讓他出來，或故意撞翻小偉的桌椅，趁桌上的東西散落一地時，踩壞小偉的鉛筆盒、文具，並搶走小偉的錢包與鑰匙。

最近，阿剛還會從背後大力捶打小偉的背部，以及掐小偉的脖子，說要幫他「治療口吃」。每次小偉越反抗，他們越開心。

芯芯看過小偉一個人躲在牆角哭泣，覺得於心不忍。她勸阿剛不要欺負小偉，阿剛卻說自己只是在跟小偉「開玩笑」，是看小偉沒有朋友才跟他「交朋友」。

★有法可循

「開玩笑」，常常發生在一起玩耍時，互相鬥嘴跟打鬧的行為；「霸凌」指的是故意欺負、騷擾別人，造成他人身心傷害。

霸凌行為不但一點也不好玩，還涉及到許多刑罰責任。案例中，同學當眾用不雅、侮辱的語言攻擊小偉，可能構成刑法第三百零九條的公然侮辱罪。把人關在廁所或特定處所內，不讓其離開，可能構成刑法第三百零二條剝奪他人行動自由罪。

同學故意踩壞小偉的文具，可能成立刑法第三百五十四條毀損罪；搶走別人的財物或物品，也可能會構成刑法第三百二十五條搶奪罪。阿剛雖然聲稱要幫小偉治療口吃，實際上的行為，卻傷害小偉身體或健康，觸犯刑法第兩百七十七條的傷害罪。

依照少年事件處理法規定，七歲以上未滿十二歲之人，觸犯刑罰法律者，得處以保護處分，十二歲以上十八歲未滿之人，可能會處以保護處分或課予刑責。

★你該知道

文/張琦芳(新北市樟樹實中輔導教師)
力克胡哲曾說：「如果你是霸凌的受害者，請記住，最重要的是你的心不能被打敗。別人對你說什麼或做什麼，都無法定義真正的你。」正因為欺負的行為永遠不會因為退讓或忍耐而消失，能救你自己的永遠只有自己，遭受惡意的對待與侮辱時，請務必求助師長親友，對他們大聲說不，終止他們不好笑的「開玩笑」。



升學資訊

讀書計畫的擬定 輔導室 黃貞蓉老師

擬定讀書計畫要訣：

一、簡單易行而有彈性：

讀書計畫畢竟只是一個安排做功課的時間和進度的構想而已，千萬不要把計畫訂的過於詳細、緊湊，否則造成束縛或做不到甚至引起挫折感，到時反而得不償失呢。記得要留下空白的時間，萬一遇到突發的事件時可以提供充份利用和調節，不致於影響全盤的進度。

二、配合學校課表和教學進度：

在安排讀書計畫時，可以用學校課表做為基準，然後再參考學校的考試日期、老師授課的進度，以及自己的讀書構想來訂定。這樣相互配合之下，可以讓你的學習有如順水推舟般地輕鬆。掌握住簡單的部分，如此不但可取得基本分數，還可免除因完全放棄引發的心虛、害怕，對穩定軍心甚有幫助。

三、考慮個人的學習習慣和生活方式：

每個人都有自己學習及生活方式，別人的讀書方式不見得就適合你，要考慮自己的生理時鐘、調節生活作息時間，找出自己所能運用的時間，這樣才能事半功倍。

四、考慮學習性質和教材的難易度：

何時是最適宜背誦？何時最適理解？一般人的習慣是清晨背誦朗讀；夜晚演算、複習，但這也是因人而異的，如果要安排同時完成許多科目，小心同一科目連續 2 小時以上，除非是很有趣，否則很容易疲倦。最好讀 1 小時休息 5 到 10 分鐘，且每隔 1 至 2 小時變換另一種科目。對於難懂的科目記得要多分配一些時間。

★衡量的步驟如下：

(一) 那些科目、那幾冊，是我比較有把握可以得心應手的，用紅筆表示出來。

(二) 那些科目、那幾冊，只要是我努力加強，就有可能改善的，用黃筆表示出，可將火力集中於此，全力搶分。

(三) 那些科目、那幾冊，是限於能力、基礎或唸書時間等因素，在有限的時間之內不易改善的，用綠筆劃出。

★了解考試各科分數分配比例，計算單位時間的讀書量，作時間分配的比重：

(一) 計分法：計算自己在考試中各科可能獲得分數的多寡，作為分配各科讀書時間比例的參考。

(二) 計時法：按計分法了解各科讀書時間比例後，在計算距離考試所剩的時間，衡量自己的實力狀況，即可安排出複習各科所需的時間單位。

(三) 計遍法：參考自己的實力狀況，確定那些科目需讀幾遍，在針對需多讀或少讀的科目來分配時間。

五、複習的進度最好能配合學校或老師安排的進度：

複習時以教科書為主，不輕言放棄任何一科，也不止專攻一科。

六、一定要有好的讀書方法配合執行：

光有計劃卻沒有方法，那計劃就只是落於形式，肯定是無法確實落實；因此，如何養成好的讀書方法和習慣，更是當務之急。而且最重要的是，讀書方法可以陪伴自己一輩子，除了這次大考外，在未來的讀書學習路程都能幫到自己，所以培養正確讀書方法是讀書學習的根本。

七、應該保持充足的睡眠、休閒和運用的時間：

沒有健康的體魄那來遠大的抱負？為了讓自己能確實實行計畫，先讓自己有強健的體魄，所以當然要把睡眠、運動和休閒時間列入計畫中，讓自己在讀書的壓力中有喘口氣或放鬆心情的時刻，也才不會因為用功過度而損害身體。

最後，當自己辛辛苦苦完成了計畫時，不要忘了給自己一點鼓勵，也別忘了在訂定計畫時就要做些自己喜歡做的事，讓自己在下個階段更能專心、更有效。(喜歡做的事也別安排過頭了喔。)

資料來源：改編自 www.khvs.tc.edu.tw/page/27/3/06.doc



地球防衛隊 夏日炎炎 預防熱傷害 撇步 123

本年入夏以來氣溫持續偏高，8 月份高溫達 37 度以上已超過 15 日，且各地陸續發生中暑等熱傷害事件，由於高溫情形仍可能持續發生，請提高對於熱傷害徵兆之警覺性，並特別注意預防熱傷害。

6 大高危險族群

任何人都有可能發生熱傷害，尤其嬰幼童、65 歲以上的長者、慢性病患、服用藥物者、戶外工作者、運動員或密閉空間工作者及過重者等高危險群，容易因高溫而造成熱傷害。

熱傷害徵兆

如果身旁的人出現了體溫高於 40 度、脫水、肌肉痙攣、情緒不穩的症狀，代表可能發生中暑了！此時應迅速離開高溫環境，設法降低其體溫，解開束縛的衣物，用毛巾或海綿浸水拍拭身體，或在其身上擦水並搨風，並迅速就醫。

預防中暑 多補充水份

★預防撇步 1 多喝白開水：要定時

喝！不要等到口渴才喝

★預防撇步 2 選對時地：溫度溼度

都要緊！

★預防撇步 3 注意穿戴：吸濕排汗

與防曬



老師我愛您之陳政惠老師

927 劉胤苓

還記得那年夏天，剛從小學畢業懵懵懂懂的我，來到了東興國中。身為菜鳥，都要感謝我的班導--，陳政惠老師，才能讓我脫離無法適應七年級的窘境。

七年級時，我自告奮勇當上了班長，卻看著面前繁瑣的雜務，不知如何是好時，老師您不僅沒有生氣，還面帶微笑的指導我，甚至還鼓勵我，那是令我印象深刻的事。當我犯錯時，您總是會先問清楚後，才會針對問題處理。不同於其他老師的處理方式，您喜歡講大道理讓我們從中理解，而不像某些老師們，只是一味的責備。

我特別喜歡老師的數學課，老師每次講解時，都將題目的解題方法與算式寫得一清二楚，讓我覺得淺顯易懂。如果遇到了難題，下課找您提問時，您也很樂意為我們解答，這就是我為什麼那麼喜愛上數學課的原因。

現在已是九年級了，雖然能和老師您相處的時間不多，但我很珍惜這段快樂的時光，畢竟您會是我的生命中，很重要的貴客。老師，謝謝您，我愛您！



老師我愛您之吳文珠老師

801 馮薇

再過幾天就是教師節了，我有些許話想對我的國文老師——吳文珠老師說。

老師，您是一位認真負責，每次對我們的關懷都滴水不漏、鉅細靡遺，沒有任何的瑕疵。在我們的心中，我們都把您當成我們的媽媽，您展現的愛對我們來說都是母愛。您用妳的經驗告訴我們許多做人的道理。我永遠記得您七上教我的一句話：樹欲靜而風不止；子欲養而親不待。您說要及時行孝，不可拖延。我們長大，代表我們的父母也老了。我很謝謝您說的這句話，因為您讓我領悟到孝心的可貴。

老師，您每次都因為我們，每天都絞盡腦汁的想讓我們上課有趣一點，我每次看到妳，因為要忙我們的事，妳都在下午吃午飯，有時候早上，都早自習完畢了，我還在妳的桌上看到冷掉的早餐，我和您打招呼時，不管您多忙，妳都用和藹可親的笑容回應我。老師，真的很謝謝您，因為有您的教導，才有我現在的成長，謝謝老師，老師我愛您！