

國立秀水高工

108 年度第 1 學期

生命教育活動
實施成果

目錄

教務處	3
學務處	6
輔導處	8
實習處	13
總務處	17
圖書館	20
進修部	24

壹、108-1 教務處辦理各項生命教育活動成果摘要

項號	活動項目	活動內容	辦理日期	對象	備註
1	英文朗讀競賽	英文朗讀比賽	108.12.11	全校學生	

活動名稱	國立秀水高工 108 生命教育活動-英文朗讀比賽
------	--------------------------

時間：108.12.11	地點：學生教室
--------------	---------



活動名稱	國立秀水高工 108 年度生命教育活動-英文朗讀比賽
------	----------------------------

時間：108.12.11	地點：學生教室
--------------	---------



活動名稱	國立秀水高工 108 年度生命教育活動-英文朗讀比賽	
時間：108.12.11	地點：學生教室	



活動名稱	國立秀水高工 108 年度生命教育活動-英文朗讀比賽	
時間：108.12.11	地點：學生教室	



貳、108-1 學務處辦理各項生命教育活動成果摘要

項號	活動項目	活動內容	辦理日期	對象
1	活動	熱愛生命創意啦啦隊比賽	108.10.23	全校學生
2	講座	生命教育講座-呂立偉老師- 「無可救藥的樂觀」	108.11.28	全校師生
3	活動	推廣熱愛生命 SH 150	108.11.29	全校學生

承辦人：張家豪

單位主管：陳志崑主任

活動項目	活動內容	辦理日期	對象
活動	熱愛生命創意啦啦隊比賽	108.10.23	全校師生
 			
活動	生命教育講座 呂立偉老師-「無可救藥的樂觀」	108.11.28	全校學生
 			
活動	推廣熱愛生命 SH 150 活動	108.11.29	全校學生
 			

參、108-1 輔導處辦理各項生命教育活動成果摘要

活動項目	活動內容	辦理日期	成果
1	新生始業輔導-生命教育宣導	108 年 8 月 28 日	針對一年級新生，將生命教育議題融入新生定向輔導，並介紹各相關資源。
2	生命教育種子培訓-輔導股長訓練	108 年 9 月 24 日起	藉由定期輔導股長訓練，提升輔導股長相關知能及利用粉絲專業發文生命教育宣導資料，並鼓勵輔導股長追蹤粉絲專業並按讚。
3	生命教育專題講座暨教職員工研習活動	108 年 11 月 20 日	邀請作家、生命教育講師呂立偉先生，其藉由自身的故事啟發學生更正向樂觀的看待生命中的挑戰。
4	生命教育教師研習	108 年 12 月 4 日 108 年 12 月 16 日	邀請本校朱梅瑄心理師，透過手做乾燥花花圈回顧與統整 2019 個人生命故事。共計 20 人參加。
5	安心服務	108 年 10 月 26 日	班級：一機丁 主講：李瑞華老師
6	生命教育刊物環境佈置宣導	學期中	生命教育相關文章彙編發刊、宣導小語佈置等，將生命教育融入學生生活中。

承辦人：陳易憶、曾善群、李瑞華

單位主管：黃麗娟主任

活動名稱	108 學年度新生始業輔導-生命教育宣導		
時間：108 年 8 月 27 日	講師：黃麗娟 主任	地點：學生活動中心	
			

活動名稱	108 學年度生命教育種子培訓-輔導股長訓練		
時間：學期中輔導股長訓練	講師：陳易憶老師	地點：圖書館一樓	



活動名稱	生命教育專題講座	
時間：108 年 11 月 20 日	地點：活動中心	
講題：無可救藥的樂觀	講師：呂立偉 先生	
對象：全校各班，教職員工共計 61 人參加		
		

108學年度生命教育刊物、生命教育環境佈置宣導

層層疊疊的浪湧宛如一口活火山，隨時隨地即將爆發，誠如何澤洪它的爆發岸，天天維持清爽的心情呢？

BE CAREFUL

- 直接發洩的怒氣，短時間反而會讓情緒的強度受挫，時間更延長，甚至因為虛在氣頭上，反而失去傷害了別人。
- 發怒是會變成長習慣的，如果被認定為是一個容易怒不齊、容易被激怒的人，很容易成為別人攻擊的弱點。

YOU CAN DO IT

- 两难选择的条件下，若不能把持道德底线，更易导致悲剧发生。保持稳定的心态，想开点，别因那部绯闻而失去真爱的机会，反而向对方表明爱意，更能得到对方的信任与欣赏，以真挚的举动为垫脚，运用适当、婉转的言辞，想必也能表达出自己真挚的爱意。
- 理智和愤怒的极端情绪，通常都非以理性的方式降低爆发的可能。一旦无法自我控制，可以在小范围内发泄下，最后由自己理智的方式处理好心情及调整自己。
- 平复好心情之后，知道自己该“退避”在哪里，不要停留在受害者的位置；了解自己的情绪状态，给自己建立信念，减低爆发的可能。
- 决定发火之前，将最坏的打算是对方会利用你对他的爱，想自己是否是不合理的反应过度，如此就不宜将负面情绪向对方表达。

香港中文大學 105 學年度 第 1 學期
 通識教育課程 第 17 週 (106/15-12/21)

人生沒有絕對的公平，而是相對公平。在一個天平上，你得到越多，勢必也要承受更多，每個看似相似的起點，都是通往更高峰的必經之路。

命運的轉折是從當下的這一秒開始的，而最可怕的一種局面是，懷念過去，幻想未來，虛度現在。

人生四然：
來是偶然，去是必然，
盡其當然，順其自然。

青水高三 108 學年度 第 1 學期
級統制學分 第 20 週(108/1/5-1/11)

人生中最艱難的兩場考驗
等待時機到來的耐心，
和面對一切際遇的勇氣。

香港中文大學 108 學年度 第 1 學期
傳媒與導修 第 12 週 (108/11/27-11/12/2)

人生是一場單程的旅行，即使
有些遺憾我們也沒有從頭再來的
機會，與其糾結無法改變的
過去不如微笑著珍惜未來。

希望，是一種甜蜜的等待；
想念，是一份溫馨的心情；
朋友，是一生修來的福分；
愛情，是一世難解的緣分。

—— 蔣經國

丹水高二 108 學年度 第 1 學期
班級輔導小組 第 2 週(108/9/2-9/8)

快樂與寬厚的人相伴，財
富總與誠信的人相伴，智慧總與高
尚的人相伴，魅力總與幽默的人
相伴，健康總與勤速的人相伴！

青春風采 · 118 青春年華 第三學期
 出版時間：2013 年 12 月 12 日

不後悔，美過於做好三件事：

- 一是知道如何選擇；
- 二是明白如何堅持；
- 三是懂得如何珍惜。

青少版《100 個年度第 1 季劇
連續劇小說 第 16 集》(2007/2/6-2/14)

沒有礁石，就沒有美麗的浪花；
沒有挫折，就沒有壯麗的人生。

淡水高工 100 學年度 第 1 學期
原級輔導學科 第 3 次 (100/9/9-15)

快樂如清風，吹走籠罩在人們心頭的
烏雲；快樂如美酒，醱得越久味
越醇香；快樂如小溪，只有流入大海
更能感受到自己的存在；快樂如飲料
一經打開便冒出誘人的涼涼。

丹戎葛江 108 學年度 第 1 學期
 國文科第 1 冊 第 4 週(108/5/18-5/22)

人生極為重要的三件事：
 用寬容的心對待世界，對待生活；
 用快樂的心創造世界，改變生活；
 用感恩的心感受世界，感受生活！

香港高二（1）班 學年卷 第 1 學期
 班級輔導學分 第 5 週（108/5/23-5/25）

世界上最快而又最慢，最長而又最短，
 最平凡而又最珍貴，最易被忽視而又最
 令人後悔的就是時間。

——高爾基

青春風采 | 108 學年度 第 1 學期
班級輔導小組 第 5 週(108/3/30-108/4)

人生像一張潔白的紙，全憑人生之筆去描繪，既無紙筆者，白紙上只能畫成一攤胡亂的墨跡；認真書寫者，白紙上才會留下一篇優美的文章。

香港高中 108 學年度 第一學期
 級級輔導小組 第 3 次會(108/10/29-10/28)

你所害怕的事情，
 從來不會如你想像中的那般嚴重。
 你自己在腦海裡勾出來恐懼的影像，
 總是會比實際情況糟得多。

— 史賓賽·強森 (Spencer Johnson)

青水高工 108 學年度 第 1 學期
級統編等分第 10 組(108/10/27-11/2)

忽略時間之流，專心致志
，渾然忘我地投入一件事。
那就是幸福。

——作者：歐陽春春老師(Wendy Choukouk@Yahoo)

曾志強主講 108 學年第二屆「學藝」
遊戲輔導小組 第七講 (108/10/17-10/18)

誰能以深刻的內容充實每個瞬間，誰就是在無限地延長自己的生命。——庫爾茨

青水高二 108 學年度 第 1 學期
國統綱要小冊 第 8 週(108/10/14-15/20)

假如生活欺騙了你，不要憂鬱，也不要憤慨！不順心的時候暫且容忍；相信吧，快樂的日子就會到來。

——普希金

貴儁一無是處的自己，永遠
無法得到幸福。唯有勇敢認現
在自己，才能成為真正的強者

青年志工 108 學年度 第 1 季
組織輔導小組 第 12 週 (108/10/19-11/18)

播下思想種子，收穫一個行動
播下一個行動，收穫一種習慣；
播下一種習慣，收穫一種性格；
播下一種性格，收穫一種命運。

—威廉·詹姆斯(William James)

肆、108-1 實習處辦理各項生命教育成果摘要

活動項目	活動內容	辦理日期	成果	備註
各科教學 研究會研 討	分享生命教育教材蒐集 及教學實務	108.8.29(四)起	將生命教育議題融入各 科科務會議中，各科實習 任課教師出席，討論踴 躍。	
工業安全 宣導	工安衛生教育講解、示範	108.8.29(四)起隨時	各科教師除了於期初講 解示範外並隨時視需要 加強說明以維工安衛生	
安全衛生 教育訓練	填寫學生安全衛生教育 訓練學習單	108.9 起	各科教師，全體師生約 1,500 餘人參加。	
充實工安 衛生標語	購置並協助各科將標語 掛置於實習工廠內明顯 處	108.9.4(三)	增購工安衛生標語與掛 版共 50 餘幅供各科掛置 於實習工廠內，隨時提醒 學生注意實習依規範操 作確保人身安全	
防災教育 週	防災教育專題講演	108.9.11(三)	配合學務處利用週會時 間向全體師生宣導防災 觀念；營造防災校園環 境，並向國中生宣導，成 效良好。	
廠校協調 會	建教合作顧問委員會暨 廠校協調會	108.10.7.109.1.8	各建教廠代表人員，分別 於秀工及建國科大召 開，咸認學生應透過適當 管道反應情緒或學習等 適應問題	
實習會議	實習輔導會議	109.1.18	將生命教育議題融入會 議中討論，實習任課教師 約 70 餘人出席，成效良 好。	

承辦人：實習組

單位主管：施忠良主任

活動名稱：	國立秀水高工 108 學年度生命教育宣導-工安學習單
時間：108 年 9 月起一週內	地點：國立秀水高工各實習工廠-
實習工場安全守則： 一、一般守則 1. 嚴守紀律，不嬉戲，不喧嘩 2. 注意安全，勿擅動，聽指導 3. 發生意外，要報告，快處理 4. 愛護公物，慎使用，妥保養 5. 維持整潔，勤打掃，重維護 6. 服裝整潔，重精神，要敬業 7. 實習價值，應遵循，重負責 8. 實習課後，關門窗，切電源 二、一般安全守則 1. 上課前務必檢查製圖設備，若有故障或損壞請立即反應 2. 坐著時不將頭靠在椅背上，不隨意旋轉椅身，影響他人 3. 不帶食物、飲料進入製圖教室 4. 製圖教室內禁止吸菸，並避免發生碰撞意外。 5. 上課中不得使用手機或3C產品，手機需切至震動或靜音。 三、用電注意事項	

活動名稱：	國立秀水高工 108 學年度生命教育宣導-實習及科務會議
時間：109 年 1 月 18 日	地點：各會議室，校務會議、各科教學研究會研討--分享生命教育教材蒐集及教學實務
	

活動名稱：	國立秀水高工 108 學年度生命教育訓練-工安衛生教育講解、示範	
時間：108 年 8 月 31 日起	地點：各科實習工場	
 工安衛生教育講解、示範		

活動名稱：	國立秀水高工 108 學年度生命教育訓練-校園安全巡查																																																																						
時間：108 年 9 月起至學期末	地點：校園死角																																																																						
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="7">國立秀水高工校園安全巡察輪值表</th> <th>編號：體育組</th> </tr> <tr> <th colspan="2">日期</th> <th>12月03日</th> <th>12月04日</th> <th>12月05日</th> <th>12月06日</th> <th>12月07日</th> <th></th> </tr> <tr> <th colspan="2">時間</th> <th>星期一</th> <th>星期二</th> <th>星期三</th> <th>星期四</th> <th>星期五</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td rowspan="2">1</td> <td>07:00-09:00</td> <td>林淑英</td> <td>林淑英</td> <td>林淑英</td> <td>林淑英</td> <td>林淑英</td> <td></td> </tr> <tr> <td>所見情形</td> <td></td> <td>ok</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">2</td> <td>09:00-11:00</td> <td>周淑芬</td> <td>周淑芬</td> <td>周淑芬</td> <td>周淑芬</td> <td>周淑芬</td> <td></td> </tr> <tr> <td>所見情形</td> <td>良好</td> <td></td> <td>良好</td> <td></td> <td>良好</td> <td></td> </tr> <tr> <td rowspan="2">3</td> <td>11:00-13:00</td> <td>周淑芬</td> <td>周淑芬</td> <td>周淑芬</td> <td>周淑芬</td> <td>周淑芬</td> <td></td> </tr> <tr> <td>所見情形</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> 配合學校安排協助校園死角安全巡查			國立秀水高工校園安全巡察輪值表							編號：體育組	日期		12月03日	12月04日	12月05日	12月06日	12月07日		時間		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		1	07:00-09:00	林淑英	林淑英	林淑英	林淑英	林淑英		所見情形		ok					2	09:00-11:00	周淑芬	周淑芬	周淑芬	周淑芬	周淑芬		所見情形	良好		良好		良好		3	11:00-13:00	周淑芬	周淑芬	周淑芬	周淑芬	周淑芬		所見情形						
國立秀水高工校園安全巡察輪值表							編號：體育組																																																																
日期		12月03日	12月04日	12月05日	12月06日	12月07日																																																																	
時間		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五																																																																	
1	07:00-09:00	林淑英	林淑英	林淑英	林淑英	林淑英																																																																	
	所見情形		ok																																																																				
2	09:00-11:00	周淑芬	周淑芬	周淑芬	周淑芬	周淑芬																																																																	
	所見情形	良好		良好		良好																																																																	
3	11:00-13:00	周淑芬	周淑芬	周淑芬	周淑芬	周淑芬																																																																	
	所見情形																																																																						
活動名稱：	國立秀水高工 108 學年度生命教育訓練-工安衛生標語掛置																																																																						

時間：108 年 9 月 4 日起

地點：各科實習工場



購置並協助各科將工安衛生標語及急救箱置掛置於實習工廠內明顯處

活動名稱：

國立秀水高工 108 學年度生命教育訓練-廠校協調會

時間：108 年 10 月 7 日及 109 年 1 月 8 日

地點：建教合作顧問委員會暨廠校協調會

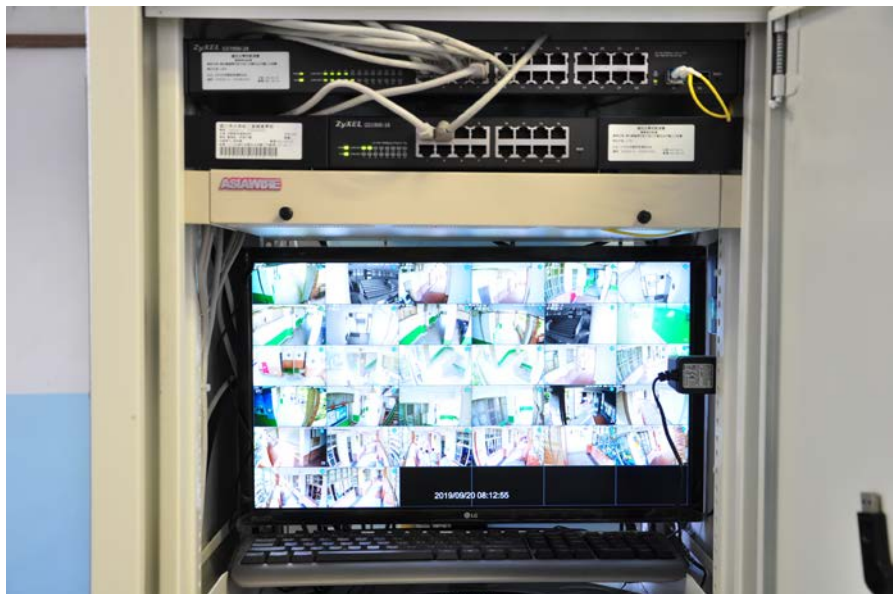


於本校及升旺公司辦理廠校協調會中及校長利用週六返校向建教生宣導

伍、108-1 總務處辦理各項生命教育活動成果摘要

項 號	活動項目	活動內容	辦理日期	對象
1	加強師生愛惜生命 知識與技能	申請新年度校安計 畫緊急求救鈴	108.9	全校學生
2	建構友善校園設施	申請 NCC 電磁波量測	108.10	全校學生

活動名稱	國立秀水高工 108 生命教育活動-緊急求救鈴裝設	
時間：108.9	地點：至真樓廁所	
		
活動名稱	國立秀水高工 108 年度生命教育活動-緊急求救鈴裝設	
時間：108.9	地點：校安中心	
		

活動名稱	國立秀水高工 108 年度生命教育活動-緊急求救鈴裝設	
時間：108.9	地點：校安中心	
		

活動名稱	國立秀水高工 108 年度生命教育活動-緊急求救鈴裝設	
時間：108.9	地點：至真樓廁所	
		

活動名稱	建構友善校園設施 申請 NCC 電磁波量測	
時間：108.12.10	地點：	
		

陸、108-1 圖書館辦理各項生命教育活動成果摘要

活動項目	活動內容	辦理日期	成果
採購新書	採購生命教育相關書籍	學期中	新購 20 本生命教育相關書籍，供師生借閱
藝文展覽	辦理『口足畫家林宥辰個人畫展』	108.11.15~108.12.16	藉由學生攝影作品的展出，讓師生認識多元生命意義
閱讀推廣	【閱讀寫作能力的奠基與提升】講座	108.9.25	藉由閱讀寫作能力的奠基與提升講座，讓師生透過更多閱讀認識多元生命意義
養生講座	【太極與養生】講座	108.10.2	藉由講座講師的示範與指導，讓師生學會養生的基本觀念，進而認識生命的可貴

承辦人： 尤冠懿書記

單位主管：廖哲義主任

新購生命教育相關書籍

編號	書名	備註(分類)
1	人生雖已看破，仍要突破	生命教育
2	零壓力：丟掉這些你以為的好習慣，內心就會變堅強！	生命教育
3	所有命運贈送的禮物，早已在暗中標好了價格：越長大越不知自己要什麼？那就讓命運拋來禮物吧。但，你知道怎麼接住嗎？	生命教育
4	抉擇：放下，擁抱生命無限可能	生命教育
5	活在當下，才能真正放下	生命教育
6	趣味心理學：幸福生活的 69 個貼士	生命教育
7	30 歲前，你還有多少成功機會	生命教育
8	別再委屈自己求得他人認同：不再委屈求全的 20 堂必學人生突破法則	生命教育
9	焦慮也沒關係！：與焦慮和平共存的生活法則	生命教育
10	邁向目的之路：幫助孩子發現內心召喚，踏上自己的英雄旅程	生命教育
11	跟阿德勒學正向教養－教師篇：打造互助合作的教室，引導學生彼此尊重、勇於負責，學習成功人生所需的技能	生命教育
12	擁抱刺蝟孩子：重啟連結、修復情感、給出力量的關鍵陪伴與對話	生命教育
13	把怒氣變爭氣	生命教育
14	好好抱怨：讓好事接連上門的溝通藝術	生命教育
15	拖延寄生：42 招聰明管理時間，改變混亂人生！	生命教育
16	謝謝，讓我遇見你：吳建恆的人生慢旅	生命教育
17	給不小心就會太在意的你：停止腦中小劇場，輕鬆卸下內心的重擔！	生命教育
18	傷心難過時，拍拍	生命教育
19	Cup Of Therapy 心累了，來抱抱吧	生命教育
20	孩子的人生成長痛，小說有解：用好故事陪孩子走過徬徨時刻	生命教育

活動名稱

口足畫家林宥辰個人畫展



活動名稱

口足畫家林宥辰個人畫展



活動名稱

【閱讀寫作能力的奠基與提升】講座



活動名稱

【太極與養生】講座



柒、108-1 進修部辦理各項生命教育活動成果摘要

項號	活動名稱	辦理時間	參加對象	活動內容
1	新任教師教學研習	8.29	新進教師	主講：蘇錦洲主任 講題：環境介紹與說明教學理念 地點：進修部導師室
2	反黑、反毒、反霸凌講座	9.9	全體進修部師生	主講：彰化縣警察局鹿港分局偵查隊鄭詮耀偵查佐 講題：反黑、反毒、反霸凌講座 地點：本校活動中心
3	防災演練宣導	9.23	全體進修部師生	主講：消防第三大隊秀水分隊林子翔隊員 講題：防災演練 地點：本校活動中心
4	交通安全暨緊急救護講座	10.14	全體進修部師生	主講：彰化基督教醫院副院長周志中醫師 講題：交通安全教育講座 地點：本校活動中心
5	防制學生藥物濫用校園宣講	11.18	全體進修部師生	主講：慈濟基金會台中分會蔡天勝先生 講題：防制學生藥物濫用校園宣講 地點：本校活動中心

項號	1	活動名稱	新進教師研習
----	---	------	--------



日期：108 年 8 月 29 日星期四 19:30-21:00

地點：進修部導師室

主講：蘇錦洲主任

講題：環境介紹與說明教學理念



項號	2	活動名稱	反黑、反毒、反霸凌講座
----	---	------	-------------



日期：108 年 9 月 9 日 星期一 17:50-19:10

地點：本校活動中心

主講：彰化縣警察局鹿港分局偵查隊鄭詮耀偵查佐

講題：反黑反毒反霸凌講座



項號	3	活動名稱	防災演練
----	---	------	------



日期：108 年 9 月 23 日 星期一 17:50-19:10

地點：本校活動中心

主講：消防局第三大隊秀水分隊林子翔隊員

講題：防災演練宣講



項號	4	活動名稱	交通安全教育講座
----	---	------	----------



日期：108 年 10 月 14 日 星期一 17:50-19:10 地點：本校活動中心

主講：彰化基督教醫院副院長周志中醫師 講題：交通安全教育講座



項號	5	活動名稱	防制學生藥物濫用校園宣講
			
日期：108 年 12 月 23 日 星期一 17:50-19:10		地點：本校活動中心	
主講：慈濟基金會台中分會蔡天勝先生		講題：防制學生藥物濫用校園宣講	
			