

臺北市立中山女子高級中學 113 學年度第 2 學期 團體活動時間 班會主題一覽表

週	日期	年級	主題	核心討論議題
1	02/14	高一 高三	班級自治	請各班自行規劃一個能凝聚班級向心力或自主學習活動，作為新學期的計畫。
2	02/21	全校	防震防災 (校安中心)	★優良學生班內初選 1. 春節期間南部地震不斷，政府相關單位持續宣導家中應隨時準備防災包，請問同學們家中有準備防災包嗎？防災包裡該放些甚麼？ 2. 請同學們下載「臺北市行動防災 app」，請問裡面有什麼功能？
3	02/28	★和平紀念日		
4	03/07	全校	健康促進 (衛生組)	根據疾管署統計，從 2018 年到 2023 年，13 到 18 歲青少年的淋病病例成長 2.5 倍，梅毒則成長 2.2 倍；另一項數據顯示，臺灣每年墮胎數比出生數高出 2 倍之多。 請問： 1. 請分別就性病感染與墮胎問題，分析造成上述現象的可能原因有哪些？ 2. 何謂「安全性行為」？ 3. 請問如何預防感染性病或避免意外懷孕？
5	03/14	全校	學校活動	★優良學生全校決選
			SH150 (體育組)	1. 什麼是 SH150？ 2. 如何運用課間時間增加身體活動、養成運動的習慣？ 3. 如何提升體適能？ 4. 請同學(至少兩位)分享如何規劃自己的課餘運動計畫。
6	03/21	全校	友善校園 (生輔組)	請同學觀看 QR code 連結影片後回答以下問題： 1. 請簡要敘述法律上對於兒少性剝削的意義？ 2. 目前世界各國對於兒少性剝削在法律上的責任有一共通點為何？ 3. 面對當前危機四伏的網路時代，你會如何因應兒少性剝削的問題，避免自己受害？  【影片連結】
7	03/28	全校	多元文化 (輔導室)	近年來，臺灣社會中出現了许多討論微歧視的議題。微歧視指的是不明顯或隱藏的歧視行為或態度，雖然表面上不具有敵意，但可能會對個人或群體造成負面影響。這些行為也可能基於外貌、種族、性別、性取向、宗教等因素，常常發生在日常生活中，包括言語上的暗示、微小的排斥或忽視（例如：針對同學的身體特徵取綽號）。在成長過程

				中，你曾親身感受過或見證過微歧視嗎？你認為自己可以做些什麼，以在日常生活中自覺地對抗微歧視，促進更具有包容度的社會？
8	04/04	★清明節連假		
9	04/11	全校	家庭教育 (輔導室)	心理學家 Baumrind (1971) 提出了家庭教養模式的模型，依據父母對子女要求程度(demand)及情感回應(response)，兩向度將家庭教養風格分為四種類型：開明權威型(authoritarian)、專制權威型(authoritative)、包容放任型(permissive)、淡漠忽視型(neglectful)。 試著舉例自己的家庭教養風格可能更靠近哪一類型呢？有哪些具體的經歷或記憶讓你做這樣的歸類？隨著年紀漸長，家庭教養風格有什麼變化嗎？若未來建立自己的家庭，你期待的互動方式是什麼樣的？ 
10	04/18	高一 高二	新興科技 與 媒體識讀 (圖書館)	資訊素養與倫理－網路沉迷與成癮 - 請根據兩個簡易的檢測量表，檢測自己對網路的依賴程度。 - 請舉例「網路沉迷與成癮」會對生理、心理、行為方面造成那些影響？ - 同學們認為有那些方法可以有效降低或改善對網路的依賴？
		高三	★高三藝能科期末常識測驗	
11	04/25	全校	性別平等 (輔導室)	在臺灣還有哪些關乎職業的性別刻板印象呢？在你的生命經歷中，曾經歷因刻板印象而感到限制或挑戰的時刻是什麼？這樣的性別刻板印象會如何影響你選擇未來方向？怎樣可以突破這個限制呢？
12	05/02	全校	全民國防 (校安中心)	- 近年來中共對我國侵擾不斷，從軍機、軍艦圍島軍演，到許多灰色地帶的威脅。請同學們舉三個在新聞上看到中共侵擾我國的例子。 - 中共近年擅長利用許多網路媒體干擾大眾的認知，混淆我們對新聞消息的正確性，請問同學在日常閱讀新聞或查詢報告資料時，會如何辨別資料的正確性？
13	05/09	全校	生命教育 (輔導室)	正向心理學將感謝 (gratitude) 視作我們生而為人的重要優勢，已有多項研究表明：每天記下具體的三件感謝之事，即使是再小再小的事情（謝謝早餐店阿姨給了我一個微笑），能使人際關係、親密關係、生活滿意度有所提升，也協助我們更加留心生活與生命當中的小美好，請一起想想寫下多件令你萌生感謝的事情。

14	05/16	全校	防制 藥物濫用 (校安中心)	請觀看 QR code 連結影片後回答以下問題： 1. 什麼是「依托咪酯」？與其他毒品相比，它有什麼特性或危害？ 2. 為什麼新興毒品容易對青少年造成威脅？應如何辨別和遠離這些毒品？ 3. 許多人可能因為壓力、好奇心或他人影響而接觸毒品，我們可以採取哪些方法管理壓力並拒絕毒品誘惑？ 4. 如果朋友邀約或誘惑你嘗試毒品，你會如何應對？	 【民視異言堂】最快跳級新興毒品「依托咪酯」釀多起毒駕死傷案件 被害家屬泣訴”毒品會亡國”
15	05/23	全校	交通安全 (校安中心)	1. 如果有朋友邀請你在無照的情況下一起騎車或開車，你會如何處理和回應？ 2. 你知道無照駕駛有哪些危險嗎？還有哪些法律責任嗎？	 【影片連結 1】  【影片連結 2】
16	05/30	★端午節補假			
17	06/06	高一 高二	環境教育 (衛生組)	1. 請問綠色能源有哪些？ 2. 生活中可以做到的節能減碳有哪些？ 3. 碳匯有那些顏色？各代表甚麼意義？	
18	06/13	高一 高二	★高一二藝能科期末常識測驗		
19	06/20	高一 高二	品德教育 (訓育組)	「利己利人、幸福友愛」你是他人的小天使嗎？誰曾經是你的小天使？ 1. 請分享自己在高一、高二（或國中階段）所遇到的友善、正向行為，對你而言，這些行為給你什麼樣的感受？ 2. 關懷自己與關懷他人一樣重要，請分享自己近期對自己、家人或朋友的友善、正向行為，這些經驗教會你哪些事？	
20	06/27	高一 高二	★高一二期末考		