

深耕生命、展望國際

邁入世界，迎向未來

「深刻紮實的生命教育」

「教學相長的校園文化」

「全面關懷的輔導機制」

「務實的國際化教育」



天主教恆毅高級中學

# 生活週記

/// 學年度 第一 學期



級 高一 節

姓名 張雅萍

座號 12

導師 吳佳敏



生活札記 (任何想要和導師交換的想法或心得)

段考前的準備。

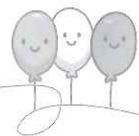
真的沒有想到段考會來得如此久快，其它學校都是十月中才考，我們卻是月初就考完，但也透過這次的考試，讓我了解到不能再用國中時的讀書方式了，以前都是臨時抱佛腳也能考出好成績，上了高中後才發覺真的不能再這樣了。

段考前我所做的準備有寫講義，像是地理、公民、歷史等等的學習講義，也有寫筆記如生物...。前幾天也有跟同學去讀書，不會的題目也都有去問朋友，甚至還有教別人社會，但是可能準備的時間過短，成績也與國中比起來明顯下降超多，經過這次的經驗，二段一定要提早準備，並了解自己的讀書方式。

回應與分享 (導師有話與你說)

難度真的比較高，千萬不要考前才準備，這樣的成績可能會讓你

傷心。 10/18.



第 週	年 月 日 至 年 月 日
中心議題	家庭教育

主題閱讀：



孝，是中華文化裡不可或缺的美德，也是儒家家庭倫理的核心思想，從小到大，我們由生活中、書本上、新聞裡，看到或多或少和「孝」有關的實例或故事，但，要如何真正體現孝的意涵？那就不是一件容易的事了。



天主教恆毅高級中學

# 生活週記

||| 學年度 第 | 學期

深耕生命、展望國際

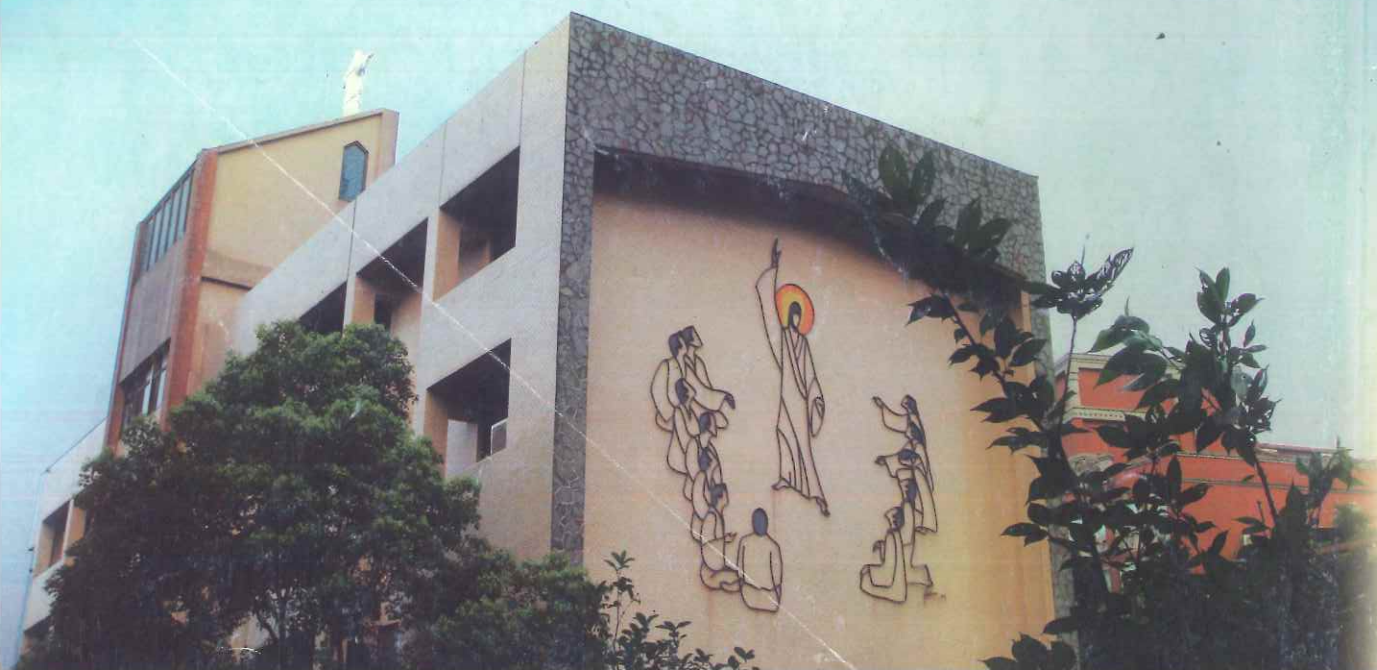
邁入世界，迎向未來

「深刻紮實的生命教育」

「教學相長的校園文化」

「全面關懷的輔導機制」

「務實的國際化教育」





生活札記 (任何想要和導師交換的想法或心得)

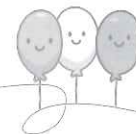
三科讀書計畫: 英文、物理、數學

為什麼會選這三科呢? 前者兩科是因為真的太爛了, 不得不加緊練習, 英文主要是將單字背熟, 文法理解, 句型的融會貫通; 物理主要是記不起來公式, 也不太懂什麼代號是什麼, 所以就需要背公式; 那數學呢, 主要是我想更強, 上次小考是我數學史上最低分 - 40分, 我知道自己錯在哪裡, 我想再去外面書局多買個考卷回家練習。弱科我沒辦法做到全班第一, 那就在強科多花一些努力讓自己更強。也不是說弱科就不用複習, 只是我不想給自己太多壓力, 算數學能讓我舒緩背不起單字的壓力, 將讀書也變成一個開心的事。

回應與分享 (導師有話與你說)

找到適合自己的學習方式  
每次段考都讓自己更進步一些

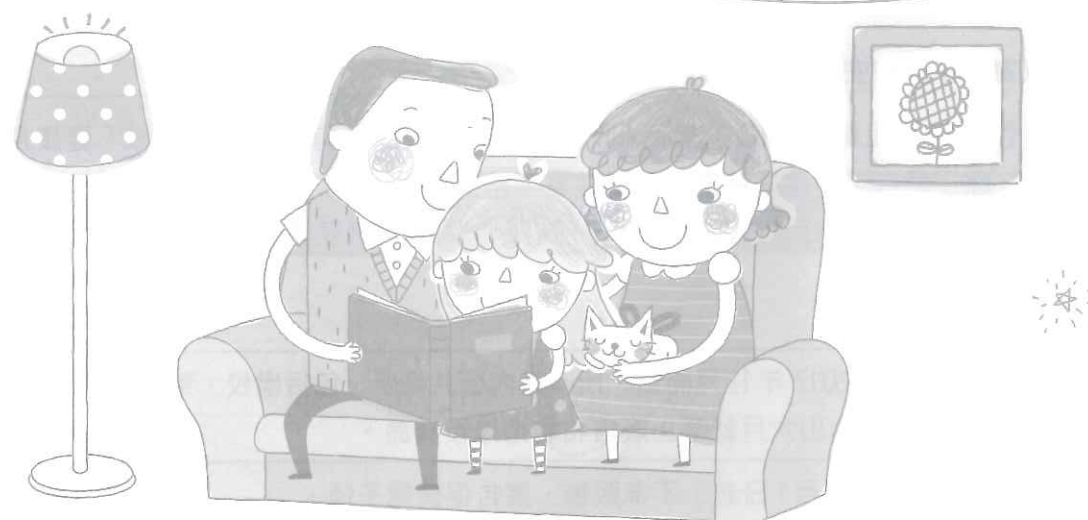
12/13



第 週	年 月 日 至 年 月 日
中心議題	菸毒防制

主題閱讀:

# 吸菸 讓你生命燃燒更快



菸，自古以來就存在；吸菸更是一種極為流行、遍及全世界的社會現象，然而，吸菸對健康的危害已引起越來越多的重視，因為近幾十年來吸菸而死亡的人越來越多，研究也證明吸菸的確危害健康，甚至使人早亡。許多青少年對此不甚瞭解，在學生時期就養成吸菸的習慣，甚至上癮，導致後來的人生變樣。對此，確實值得我們注意，認真對待。

# 生活週記



天主教恆毅高級中學

學年度 第 學期



深耕生命、展望國際

邁入世界，迎向未來

「深刻紮實的生命教育」

「教學相長的校園文化」

「全面關懷的輔導機制」

「務實的國際化教育」



級 高一節

姓名 蕭心羽

座號 17

導師 吳佳紋

生活札記 (任何想要和導師交換的想法或心得)

段考前的準備:

兩週前我就已經開始複習了,每天帶一本複習講義回家讀加上隔天要考試的內容,因為暑輔前二週沒來很多課都沒上到,所以回家自己讀的時候很吃力,果然意料之內,第一課都考得很差,但後面就考得還可以,希望真正段考的時候能好一點。倒數兩週的假日我都去咖啡廳讀兩個下午,但好像不夠,高中的東西太多了,兩週根本不夠,下次十一月初就開始複習,不然都讀不見!!

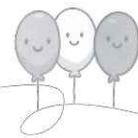
106

回應與分享 (導師有話與你說)

與高中生的結果是比較國中真的只是小怪。

真的需要善用時間好好準備。

10/19



第 週	年 月 日 至 年 月 日
中心議題	家庭教育

主題閱讀:



孝, 是中華文化裡不可或缺的美德, 也是儒家家庭倫理的核心思想, 從小到大, 我們由生活中、書本上、新聞裡, 看到或多或少和「孝」有關的實例或故事, 但, 要如何真正體現孝的意涵? 那就不是一件容易的事了。

深耕生命、展望國際

邁入世界，迎向未來

「深刻紮實的生命教育」

「教學相長的校園文化」

「全面關懷的輔導機制」

「務實的國際化教育」



天主教恆毅高級中學

# 生活週記

III 學年度 第 I 學期



級 高一節 姓名 莊大維 座號 31 導師 吳佳紋

恆毅中學 111 學年度 第一 學期

讀報心得寫作單

高中 4 年 4 班 31 號 姓名: 莊大維

報紙報導張貼處 (請將您選擇的報導裁剪並張貼在下方空格內)



樹的視角  
思考人類與自然互動

周宣宏是美國紐約大學電影與多媒體配樂碩士，現任高雄市管樂團駐團作曲家、六藝樂集藝術總監；魏肇儀作品著重於「關係」發展的思考，從人、物、地方、環境間互動，探究跨國界、跨族群、跨物種間的關係。他倆的跨界合作，以「樹」為核心，花了一年的時間，到高雄各地採集素材，他們做的事情很簡單，就是拍攝樹大、透過影像去看一個關係，樹跟我的關係，產生什麼。

儀分享，他拍的影像不是音樂的背景，周宣宏的音樂也不是影片配樂，兩者各自都在這個空間裡扮演角色。

周宣宏指出，這件作品與電影配樂不同，音樂、影像各自都是主體，他坦言，樹給人的視覺形象很清楚，但要用音樂這個抽象的藝術形式來描寫樹，不是一件簡單的事；於是周宣宏在魏肇儀拍攝的過程中，同時也錄製現場的環境音，把大自然的聲音當作「隱藏的樂器」，重新編排後，再把樂曲與影像串連在一起。

周宣宏表示：「這個作品向觀眾開放，我們不是要跟大家講什麼，而是讓大家參與到這個空間當中，進入一個自己的狀態跟思維，投射自己的記憶參與到音樂當中。」

請挑選人間福報中具有特殊意涵(如:教育價值、創意報導、新奇事物、科普知識、歷史文化、社會公益……)的報導陳述心得或補充、延伸其報導內容以圖文方式表達皆可,盡量發揮個人創意。

報紙日期	2022/11/30	主題篇名	普毒窟救女嬰	作者編者	綜合外電
------	------------	------	--------	------	------

這個新聞真的很感動又特別的溫馨,敘述一位萊鳥男警在二十二年前在埃斯孔迪多南部的一個毒窟的案件,他在值勤並逮捕違規的假釋者後,並在某處的房間發現一位有嚴重健康的六周大嬰兒,然後女嬰兒身旁又放著冰毒吸食器,也發現廚房並沒有任何嬰兒食品,而且這裡的環境品質極度惡劣,留在這裡肯定會沒命,瓦爾迪維亞替女嬰申請保護監護,在前輩與少年隊警的協助下,成功遞交警察生涯的保護監護,這個申請這一舉動,將徹底改變女嬰的一生,透過領養計畫被正常家庭領養,養父傑夫·楊(Jeff Young)及養母雪萊·楊(Shelly Young)將女嬰取名為娜塔莉·楊(Natalie Young)並健康成長,成功考取警校,在今年九月底迎來畢業典禮,即將加入警隊,娜塔莉問父母,是否可以找到救出她的警官,雪萊打電話給埃斯孔迪多警察局的紀錄部門,問費雷爾是否可能找到2000年11月2日的案件檔案,並在資料庫中記錄找到瓦爾迪維亞,雪萊打電話邀瓦爾迪維亞參加女兒的畢業典禮,並順利在典禮上見面,他親手為娜塔莉別上警徽,這一幕讓我非常感動。

導師短評

12/8

深耕生命、展望國際

邁入世界，迎向未來

「深刻紮實的生命教育」

「教學相長的校園文化」

「全面關懷的輔導機制」

「務實的國際化教育」



天主教恆毅高級中學

# 生活週記

學年度 第 學期



級 高一 姓名 吳亞璇 座號 3 導師 吳佳敏



生活札記(任何想要和導師交換的想法或心得)

讀書計劃(英文,生物,數學)

之前有補英文,從國中開始對英文是最有信心的科目,但還是認真讀,在平常就要把文法跟課文弄清楚,還有單字要記熟,回家也要複習,英聽,閱讀是平常就要練習的,不是等到考前才專讀。第一次段考成績出來沒想到我的生物那麼低,平常也都有在聽,老師小考我也都會,但概念全部一起考,就沒辦法了,可能太少把時間用來讀生物了,也沒有讀到精熟,所以才沒辦法在考試的時候考的理想一點。

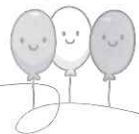
從國小五,六年級到現在我對數學可以說是完全沒信心,剛開始還聽的懂,但後來有的課沒上到,慢慢的越來越多東西不會,累積越來越多,也就不知道該從哪讀下去,現在離第二次段考還有一個禮拜,多少補救一點還來的及,不能死背公式,要懂到底要怎麼算,套公式很重要,但也是要懂,計算能力也是,要多算,數學只用看的一定不會,所以還是要一直算,想要一步登天是不可能的,多算,多學,多問。

回應與分享(導師有話與你說)

真的,要一步登天是不可能的

還是好好站穩才是

12/14

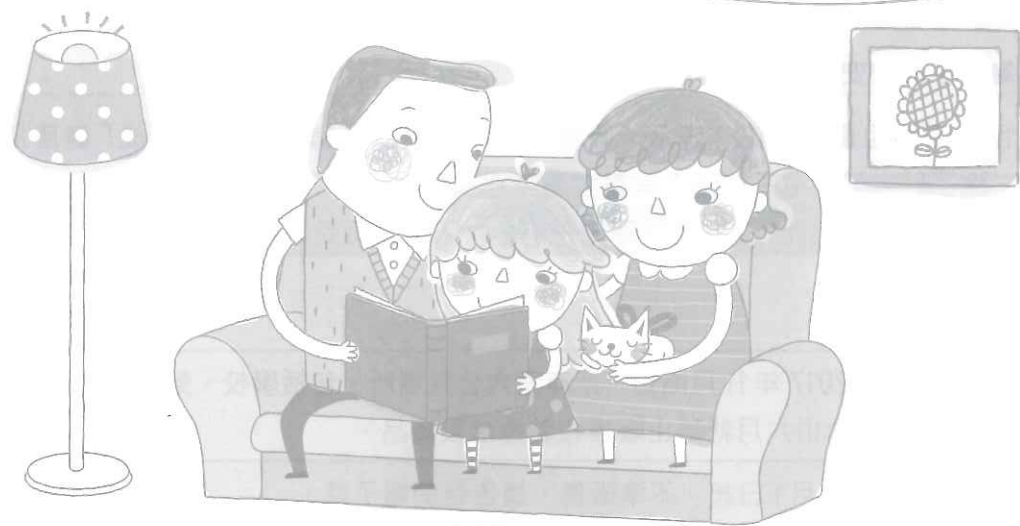


第 週	年 月 日 至 年 月 日
中心議題	菸毒防制

主題閱讀:

# 吸菸

## 讓你生命燃燒更快



菸,自古以來就存在;吸菸更是一種極為流行、遍及全世界的社會現象,然而,吸菸對健康的危害已引起越來越多的重視,因為近幾十年來吸菸而死亡的人越來越多,研究也證明吸菸的確危害健康,甚至使人早亡。許多青少年對此不甚瞭解,在學生時期就養成吸菸的習慣,甚至上癮,導致後來的人生變樣。對此,確實值得我們注意,認真對待。