牡中園地

♥發行人／郭瓊揚 校長　♥編輯／潘正中 老師　♥發行日期／109 年 12 月 7 日　第 013 期

師生心語

參加比賽的目標

這次比賽是我國中第二次比賽，對我來說每一場的比賽都要好好面對，不論是團體或個人都要盡力，每場比賽學校都花很多金錢很多時間在我們身上，我們要用積極的態度和成績給學校最好的回饋。

這次比賽我的隊友腳拉傷，所以學校只有我一個人比，而且也是我第一次比四百公尺，我緊張得要命，可是我告訴自己盡力跑完就好不要緊張，教練告訴我說跑完就好，跟平常一樣加油，跑完後成績出乎我的意料，居然跑到了第四名，秒數也達到教練要求的目標，第二天的兩百公尺比賽是我的強項，也達到預期目標，可惜沒有進入決賽。

不是每次的比賽都會有好成績，有努力不一定會有好收穫，其他學校的選手也是很認真在練習，就像教練說的，態度積極一點，認清努力的目標，不要輕易放棄，學校提供的資源不要輕易浪費，機會是留給準備好的人。

希望未來的學弟妹，可以學習我們的精神，第一次比賽或許會緊張，可是跑完後就會慢慢消失，一切按照教練的課程逐步完成，相信就會達成目標。

宣導與新知

作者　七甲　周祈樂



校訊

1. 本週開始換季，同學需以長袖長褲校服為主，若自己覺得熱可以換穿短袖，但不可外著便服。請各位同學注意！
2. 本週開始，因為在學校不當使用手機被沒收的同學需於每週五放學前繳 400 字悔過書後方可領回。屢犯同學第 3 次開始則記警告並由家長代為領回，未來不可在學校使用。
3. 本週開始操場周圍的環境整潔將由每週整潔最後一名的班級去打掃。打掃時間在每週三的早上打掃時間。本週則由最後一名的八甲負責操場的環境打掃。
4. 請同學務必注意肢體界限，切勿隨意觸碰別人的身體造成他人不舒服的感覺。性霸凌與性騷擾不分性別，不管男性或女性都可能被騷擾，也可能在無意或有意間騷擾別人。請同學遵守以下原則，避免觸法：
   (1)尊重他人。
   (2)注意自己的言詞和態度：不要貶抑男性、女性與隨意講黃色笑話。避免以輕薄的言行舉止調侃別人。
   (3)尊重他人身體的自主權，當你的行為讓他人覺得不舒服的時候要立即停止。
   (4)避免做出與性有關的騷擾行為，如傳播情色資訊、隨意對別人勾肩搭背等不當的身體接觸。
   (5)當不確定自己的言行是否為對方所歡迎時，寧可先不要說或不要做。
   (6)不要將對方的「友善」誤解為「性趣」。
   (7)不要利用對方的「仰慕」，遂行性騷擾行為。
5. 同學必須要了解性霸凌最重的處分可被輔導轉學或退學。若經性平會調查性霸凌事實屬實後，由學生獎懲委員會決定懲處。
6. 此外，「性霸凌者」在行政上可能構成性別平等教育法定義的性侵害、性騷擾，在刑事上可能構成妨害性自主罪、妨害自由罪、傷害罪、恐嚇罪，在民事上構成侵權行為。

學校願景(學生圖像):迎接未來在地全球化的好子孫

學校圖像:活力感、科學感、科技感、國際感、人文感

教育目標:身心力、文化力、國際力



