



109年 冬季刊(vol.23)

發行人 陳明志
總編輯 圖書館

遇見 • Taitung體中



Taromak達魯瑪克部落 - 體驗里山生活

堅毅自信 優雅卓越

校長 陳明志

時值歲末年終之際，各專項有許多運動競技賽事，所有賽事的本質及過程都是競爭，在場上選手們將平時努力的成果，藉由競技的舞台展現出來，過程中個人或團隊雖有好的發揮，若還是不盡人意，這樣的結果不是你或團隊不優質，也許只是對手發揮的更好。

IT之父宏碁創辦人施振榮：「挫折是必然的，沒有挫折就不是人生。失敗多了，表示眼界看得多了，也是一種成長。」學習過程中經歷多樣的挫折，維持不斷成長動力的是什麼？有人說是「不減的熱情」，施振榮：「那是理論，是書本說的。能經歷挫折而不退縮，並能持續不斷的成長，其實是層次更高的責任感」。

同學們：因為你對師長、家人，尤其是對你自己的責任感，所以你会在寒冬中早起參加晨操。田徑場一圈圈的奔跑、射箭場上面對靶心一次次的彎弓瞄準、射擊館舉槍一發發的練習、跆拳道及柔道館內持續與堅持的對打演練、網球場烈日寒風中正反拍的對打、游泳池中游泳四式技巧要領的精進、棒球場個人投打守備的實戰對抗及團隊戰術的解析、舉重館重量訓練後一次次的挺抓舉以及足球場上不斷精進的個人腳法及團隊戰術，都是同學對個人責任感的執著與努力。因為你要更高、更快、更遠、更強、更準、更好，你的專項團隊要更團結合作。積極學習成功典範，挑戰自我，不斷突破，尊重隊友的貢獻，保持敏銳隨時觀察個人的行為，對團隊及戰績可能造成的影響，俾能貫徹競賽奪牌目標。

東體的同學都擁有優秀運動員的特質「精壯的體格、能遵守紀律、重視團隊合作以及優異的抗壓性」，這是東體學子的特色，更是同學面對未來挑戰的競爭力。期望同學們在東體能以堅毅自信、尊重感恩的態度，面對學校師長、教練、每天的課程學習、專項訓練以及各級運動競技賽事，充分發揮自己優雅卓越的特質，達成校歌的期許

「敦品勵學，術德雙攻，揚眉國際立奇功」

Taromak達魯瑪克部落 - 體驗里山生活

黃裕成 老師

充滿活力的臺東體中國一新生們在10/30校外教學的這一天，來到Taromak達魯瑪克部落體驗里山生活。上午學生們扮演在部落小米田換工的部落青年團，復耕小米田間工作，學習如何分辨小米，小米在魯凱族的稱呼Pao，為其古老的食用作物，也被視為最神聖的作物，具有宗教的重要性，所有農耕儀式都與小米有關，而小米酒更是祭典不可或缺的祭品。



達魯瑪克部落的小米田



拔除小米田中的雜草



學生們排隊領取午餐

下午分組體驗了如何永續利用里山自然資源，採集森林永續產業場域傳統建築材料，包含低海拔常用的竹材採取、茅草整備與石材採集，以及開闢森林手作步道、協助達魯瑪克實驗小學村裡運動會場地準備，體驗部落辦理活動時共工的合作方式，讓學生透過服務學習，了解達魯瑪克部落傳統文化。開闢步道組學生們拿起工具，要鋤土、砍樹根、鬆土及整土，雖然很累，但學會做一段步道很有成就感，也學會使用各種工具的使用方法。



志工服務結束後，各組來到小獵寮分享心得。感謝達魯瑪克部落族人們用心引導，讓孩子們親近土地，體驗東魯凱部落生活的日常，期許這些孩子們將來回到自己的部落時，也能珍惜愛護自己的家園，傳承部落智慧。



達魯瑪克小獵寮心得分享



頒發服務證書

全大運田徑 / 林詩亭跨欄飆速 叩關紀政障礙

本校畢業校友，就讀台師大跨欄女將林詩亭從去年全運會開始不斷突破，10月才剛刷新個人100公尺跨欄最佳成績，11/02日109年全大運決賽再飆出13秒04的大會新猷，離全國紀錄「飛躍羚羊」紀政的12秒93越來越近。



記者曾思儒 / 攝影

摘錄自2020-11-03 03:59 聯合報 / 記者曾思儒

校友傑出表現

本校棒球隊校友余謙，日前與中信兄弟球團達成共識，以簽約金550萬元，一軍月薪8萬、二軍月薪6萬，另有激勵獎金200萬元，合約總價值750萬元及簽約金成為隊史最高紀錄，全體師生同賀。



相片轉載自TSNA毛琬婷 2020年9月21日 下午4:15

八年級 國立臺東專科學校職涯試探體驗活動

輔導室為協助體中學生在生涯發展上，探索體育專長外的其他職涯可能，透過實地體驗活動、高職參訪，讓學生們進一步瞭解不同職群的學習主題與職場特質。

本次活動與臺東專科學校合作，帶領體中全體八年級學生實地參訪農業機械科、建築科以及畜產保健科三個科系。在體中男學生眼中最熱門的科別莫過於農機科和建築科，在體驗農機科的課程中，每位同學無不卯起來學習、體驗實際開怪手和挖土機的樂趣；而在建築科方面，大夥兒皆聚精會神的組裝立體模型，並體驗為自己理想的房子畫一張設計圖；最後畜保科的課程，則是體驗手作蛋捲和肉乾，從食品材料的調配、攪拌、烘烤到包裝，皆由學生親自主持。

半天的體驗課程下來，體中的孩子除了對不同職類的進路有更進一步的認識，更寶貴的是對各職類的實務經驗有了更深刻的感受。期許這份經驗，能讓體中孩子們在描繪未來藍圖時有所助益。



九年級 國立臺東高商職涯體驗

輔導室於10月28日辦理臺東高商職涯體驗活動。參加同學輪流體驗三個科別，分別為會計科、商經科及廣設科。不同於在學校裡的體育專長，會計科體驗了簡易的股票操作，比賽誰賺了最多錢；商經科則進行產品包裝，動手做裝飾及彩繪；廣設科則利用繪圖軟體各自設計自己獨一無二的logo。三科皆有實作課程，每個科別都有滿滿的收穫呢！術業有專攻，同學們的見識又更寬廣囉！



配合「國家防災日」推動全校師生地震防災演習

1999年9月21日臺灣發生「集集大地震」，震度達芮氏規模7.3級，並造成2,415人死亡與10多萬間房屋全倒或半倒，人員傷亡及建設損失慘重。為悼念地震逝去的民眾以及警惕自然災害的威脅，中央政府於2000年訂立每年9月21日為「國家防災日」並舉行地震演習，以求災害來臨時大家能做好防護措施，期望將傷亡的可能降至最低。

學校也因此每年的「國家防災日」9月21日的早上9點21分進行防災避難演練-

本校在正式演練前會先教育學生相關應變作為，例如利用集會時機，安排示範班級實施地震就地避難掩護觀摩、結合全民國防教育課程加強宣導安全應變方法，希望先前的準備能讓師生熟練動作要領與程序。

演練當日，模擬地震發生時狀況，學務處配合國家及警報廣播地震發生，師生進行一分鐘地震避難掩護演練動作（趴下、掩護、穩住3個要領），待警報解除後，教官再以廣播引導全校師生至升旗場地，實施清點人數，以確保人員到齊及安全無虞。

在地震發生當下，可能會遇到建築物搖晃劇烈、站立不穩、行動困難的情形，這些緊急情況會讓學生會感到驚嚇、恐慌。因此若能於平常做好演練，強化本校師生災害防救、自救救人與應變能力，做好全面防震準備，若地震真的發生的時候，即能有效減低災損，保障校園師生全體安全。



教官室廣播安全事項提醒

在體育館學生的應變作為

109學年度優質化計畫

本校多元選修與校訂必修課程，包含單科、跨域等課程，在多位教師熱心投入設計課程下，帶領學生讓教室展現出多元面貌的美麗風景。

原民工藝課程 是一門跨領域科目統整的學習課程，融合原民文化創意領域內容，並結合社會領域的校本特色課程。主要理念在提升學生原住民文化發展與手工藝術技術的創新，例如：陶藝、玉石、咖啡、漂流木、皮革等，藉由教師社群給予孩子相關創作知能，增進文藝欣賞與創作之能力，啟發孩子對原民創作的天分與藝術。更帶領學生進行部落參訪，使其傳承原民文化藝術精神與產業，發揚原民文化的精神。



STEM創客課程 是由STEM的4個英文字組合而成，強調學生綜合應用與思考能力的跨學科課程。整合Science(科學)、Technology(科技)、Engineering(工程)、Math(數學)，帶領學生去思考、研究，並創造出解決問題的方法。訓練學生在社會上必備真正能力：「協調合作能力」、「溝通能力」、「研究能力」、「問題解決能力」、「獨立思維能力」與「創新能力」。教師社群進一步思考將ART加入課程設計，變成STEAM，讓課程多了人文與藝術內涵。目的在激發學生好奇心、好學心，來培養他們獨立思考與解決問題的能力。



英語暨性別文化課程 從學校多元性別學生的角度出發，結合英文科國際教育視野，從性別意識、生物基礎、南島族群、少數民族婚姻、全球移動等主題，探討性別文化議題。除了讓學生具備性別意識，也能思考型塑性別文化的多元因素，同時認識世界性別文化的多樣性及當代重要的性別議題。期望學生能從自我經驗的學習，反思後習得安身立命的多元素養，也期望學生能藉此開拓生活視野，提升人文關懷，具備地球公民的多元文化素養。



生活數學課程 透過手作教學，讓數學更貼近學生生活。課程教師將烘焙興趣與專業帶入數學相關概念，例如：比例、單位與度量、計量問題、茶匙體積和質量、溫度和時間、換算數學問題、烘焙百分比等主題，形塑出「烘焙烤數學」課程。除了讓學生能夠將數學抽象概念具體化，實際運用於生活中，也教導體育生健康飲食方法。課程預計進一步結合原民部落傳統農作物為烘焙食材，融入原鄉文化內涵，期望成為體育高中的數學科特色。讓學生從一道道可口的謎題，從全新的角度接觸數學，消除對數學的恐懼。



軟網看世界課程 是一門體育專項結合社會科的跨領域課程。課程以軟網運動基本技術為輔，戰術應用為主，建立學生對軟網技、戰術的學習及應用。不僅培訓軟網選手，也讓學生從認識不同國家軟網動作及戰術的同時，帶進軟網運動起源、歷史及規則、軟網發展國家地理位置、環境與文化。課程不僅著重學生多元的運動技能，讓學生考取證照，更進一步引導學生欣賞球賽的文化深度與內涵。



美感教育課程 引導體育生從美感的基本認識，包括藝術的概念、意義、領域和範圍，來了解何為「美感」？建立基本認知作為學習基礎。進一步讓學生認識美感在生活、環境、社會、文化與科技中的表現，學習如何在生活中發現藝術。教導學生從不同表現媒材與技法進行創作手工書、彩繪個性筆袋等，應用美感於生活中，培養學生藝術人文素養、涵養文化之能力。



水域暨救生課程 是校訂必修課程之一，該課程在訓練學生水上救生知能外，運用台東縣及校內運動環境及設備資源，發揮組織力量，提供學生取得水上救生證照之機會。藉此推廣本校水域活動安全，以充實原住民少年、青少年健康生活之師資為原則，期望帶動東部地區發展水域活動之推廣，提升東部水域活動體驗參與。期望間接培育水域活動教師專業人才，結合在地環境優勢，增進學生就業能力。



用想像力 X 創造力「藝」起走讀體中校園

趙秀金 老師

<兒時記憶>是國中國文課本中的經典之一，尤其「……忽有龐然大物，拔山倒樹而來，蓋一癩蝦蟆也。……」，也曾讓不同世代網友討論這印象深刻「超有梗」的一段，而國一學生面對長篇文言文，常覺得興味索然，趁著他們距離童心未泯的童年不遠，國文老師決定透過課程設計，透過玩偶或公仔的微觀視角，結合藝文與科技領域，帶著大家藝起走讀美麗的體中校園。

本課程活動時間以一至兩堂課為主，目的是讓學生從生活體驗中加深對課的理解，學習透過不同視角，紀錄不一樣的旅遊經歷。行政大樓後方、生態池旁的空地、圖書館轉角的小天地等等都有孩子們走過的足跡，讓老師感動的是：學生不只願意像沈復一樣「蹲其身，使與臺齊，定神細視」，更不惜一切「趴」在地上拍攝，老師也從旁提醒學生注意自身安全及避免造成校園秩序的困擾。透過小組分工合作，完成基本圖文故事的架構，並於課堂發表分享。

學生們的作品令人驚艷，彼此欣賞同儕作品更給予正向的回饋。他們將簡單的玩偶擺設，善用手機拍攝技巧，將觀察力與想像力發揮到最高點，處處呈現童心童趣的畫面。師生共同體會到「一沙一世界，一花一天堂」微觀世界的多姿多姿，發現原來體中校園角落處處充滿物外之趣，值得細心觀察體會其中的美好。



「運動e起來」青年署志工至一粒麥子關懷據點站服務

本校高二與高三學生們，志願性參與青年署志工補助計畫，至一粒麥子關懷據點站進行服務學習活動，利用趣味遊戲激發老人家的腦力；輕快的歌曲帶動氣氛配合簡單的舞蹈，活動肢體，使用彈力帶訓練肌耐力與關節活動度，並協助打掃維持據點環境，每個據點站由不同的學生帶領每個單元活動，讓學生學擔任領導者的角色，挑戰遇到不同狀況的老人時改如何調整，用甚麼替代方式可順利完成活動。關懷據點的負責人也表示很開心學生願意至據點服務，增加老人們精神活力，也可以是單純的陪伴，並希望未來也可持續此活動。



校外教學活動

10月30日本校舉辦全校性校外教學活動，藉由校外教學融入品德教育宣導活動、法治教育、美感教育、環境教育、自然教育、服務學習及原住民文化教育實施，教學活動行程安排多元化，高一各班至東管處、三仙台、都蘭糖廠、海濱公園認識東海岸地形樣貌；國二甲班及乙班學生至臺灣臺東地方地檢署體驗，增加學生對司法工作的認識，加深法律知識，提升守法的精神。接著參訪消防局災害警覺教育館，從體驗的過程中，教導學生防火防災知識及緊急避難技能；國一師生協助台東縣卑南鄉東興村達魯瑪克部落，復耕小米間工作及森林永續產業場域傳統建築材料採集。另外，高二踏查土坂部落、DIY體驗原住民皮雕、琉璃珠吊飾工藝活動，享受原住民風味餐，透過服務學習及體驗，傳承了原住民族文化經驗；國二乙探訪花蓮的祕境瓦拉米步道，認識了豐富多樣的動植物、欣賞山風美景、吊橋、瀑布、石板屋及享受安通玉溫泉泡湯、玩水的樂趣等等；國二丁、甲班藝術美學之旅，參觀美術館及鐵道藝術村等；高三學生則至臺東大學課程體驗；國二丙、國三丙、丁知本東遊紀烤肉活動，藉由團康活動讓同學體驗相互尊重的重要性，透過烤肉與事後清潔的分工合作，了解感恩惜福的重要，培養學生品格素養。

校長感謝全體師生共同精心規劃本次校外活動，相信同學經由本次活動實際體驗，部落服務學習等活動，增進其學習動機，結合課本知識，拓展學習及生活領域，達成了認識家鄉及愛護家鄉之目標。



班聯會

109年度教育部國民及學前教育署為協助全國高級中等學校學生自治組織發展，並因應各校學生自治組織組織型態、所需知能與需求不同，爰辦理「補助全國高級中等學校學生自治組織參與相關知能工作坊計畫」申請，以符合各校學生自治組織發展需要。

本校由班聯會林會長彥呈提出需求，由學務處訓育組申請獲補助辦理3場次，分別於109年9/2、10/14及11/11 上午10時至12時辦理。

第1場次主題：「有效溝通與團隊領導」，邀請華人無國界教育學會理事長王淑俐理事長、現任文化大學、世新大學、台灣科技大學、國立台北教育大學、政治大學等兼任教授，出版數十本人際溝通的相關著作，參加對象為班聯會幹部及各班班長、副班長代表等，講師獨特的演講魅力，吸引在座每位同學目光，王教授認為溝通能力對個人快樂及前途深具影響，強調人脈是無盡的財富，廣結善緣非難事，人生處處是貴人。

《好領袖的「氣質」》

1.目標專注、勇往直前：

能以「長期目標」為行動指引，能描繪清楚的「願景」。有決心、堅毅、敢於冒險探索及正確的意圖。有必定成功的信心。樂於承擔責任，能帶動並成為團隊的典範，言行一致、以身作則。

2.高EQ、富於同理心：

情緒掌控良好，能保持及快速恢復正面態度（自我激勵）。有幽默感、熱情洋溢，不論如何挫敗都能百折不撓（大無畏的精神）。能尊重、信任、關懷下屬。

3.當機立斷、既創新又穩定：

靈活應變，能以多元角度快速解決問題。有詳細的工作計畫或行動藍圖，培養付出大於收穫的習慣。注重效能與提高效率、行動踏實迅速。

4.尋求及感恩別人的幫忙、謙虛：

願意找人幫忙，不害怕別人比自己有能力。能適時隱藏自己的鋒芒，待時機成熟再斬露頭角。事不躬親、善於激勵。謙沖為懷，有耐心、能寬恕。

5.好口才、好的書寫能力：

精進公開演說、激勵、辯論、說服、協調、宣導、衝突化解的功力，以自己的心與別人的心交談。

第2場主題：「活動設計與規劃實務探討」，邀請家扶基金會台東分事務所張勝雄社工督導。

班聯會辦理學校大型活動，在活動的設計上，要考慮以下幾點：

- 1.人 => 有多少、有多老、教育程度或男女生的比例。
- 2.事 => 不同的活動有不同效果，問問你的活動目的是什麼？
- 3.時 => 一年有四季早晚不相同。
- 4.地 => 是否辦在室內或戶外，搭配活動營造氣氛要注意安全與否。
- 5.物 => 要準備哪些器材，是否有替代品或另外添購。

第3場主題：「從兒童權利公約（CRC）談學生自治與權益」，

邀請教育部國民及學前教育署建議講師，國立臺南第一高級中學公民與社會科教師郭復齊老師。講述內容包括：反歧視、意見表達權及公民權、班聯會如何產生及運作等等。透過Q&A的方式，從學校是如何產生會長、副會長的選舉制度、班聯會應該推選代表參與哪些法定會議及協助辦理全校性大型活動等等。透過討論及檢視，讓同學能夠了解本校班聯會運作情形。

學生亦可透過班會、學校的網站及班聯會信箱來表達自己的意見及建議事項。

班聯會網頁：學校網站/學務處/訓育組/班聯會

網址：<http://www.ntpehs.ttct.edu.tw/ArticleModule/Index/261>

信箱：s140301@gm.ntpehs.ttct.edu.tw



以下(上)三樣

胡藝曦 老師

以下三樣

我想吃掉輪匙 因為時間寶貴
沒了它 媽媽才會準時回家煮晚餐
我也就不會為了顧著它 而被鎖在肚子餓的門內不能和同學出去玩

我想丟掉手機 在沒人聽見倉庫旁草叢
最好被推進看似狡猾的蛇窩裡 蛇媽媽好撥下119
聽見義勇為的消防隊來幫忙接生並找到真正的家而不再隸屬咒詛
守護獨特的生命圖騰 生生不息
顫慄著不畏恐懼的傳承 根源裡純正自然的特有體
見識同雅量般親切貼近 同情與憐憫 不再費疑猜
瞥見不再噁心之驚訝 守住同樣需要的是愛 而不再怕被害

我好想淹死汽車 用海嘯沖刷吞蝕
讓見不得人的擋風玻璃快速旋入深不見底的海溝裡
以無比的深邃澈底捲出偷情夫婦

在死無對症的情況下 虔心診斷出救贖的病名
認清配偶 調製配方 伴隨至親 療癒成長的耐心
直到孩子終於等到屬於孩子自己安心的依靠 不在車裡
而是該擁在懷裡 不用再三道歉 還來得及三生有幸
以上三樣

好家在你沒有丟
感謝上帝給你機會
讓你讀信至此 保持微笑

倘若悲嘆你三樣已丟了
只要心想走失的僅止於東西 而仍存表心？
那就懇請禱告裡找回上帝的微笑
回信賜下時間 物歸原主(屬)

重新找回你的模樣 以上以下 不只三樣



國立臺東大學附屬體育高級中學

109年全國中等學校運動會-榮獲16金 8銀 11銅



比賽項目	姓名	名次	比賽項目	姓名	名次	比賽項目	姓名	名次	比賽項目	姓名	名次
高男組田徑200公尺	林宗翰	1	高女組柔道第四級	妮卡勒·麥尚	2	高女組田徑4x100公尺接力	方怡真 周詠儀 簡怡璇 陳冠芳	5	國女組射擊10公尺空氣步槍個人賽	陳思妘	6
高男組田徑100公尺	林宗翰	1	高男組柔道第三級	鍾景竹	2	高男組田徑4x400公尺接力	張凱廷 林宗翰 簡冠傑 王聖	5	國男組射擊10公尺空氣步槍團體賽	易晉陽 李文宇 盧昱賢	6
高女組柔道第七級	郭庭芸	1	國女組柔道第二級	耿雅苓	2	高男組田徑110公尺跨欄(0.391m)	邱冠華	5	高女組軟式網球團體賽	吳怡璇 簡冠傑 簡冠傑 簡冠傑	6
高女組柔道第三級	溫韶玟	1	國男組柔道第八級	林柏安	2	國男組角力希臘式第七級	林郁哲	5	高男組軟式網球單打賽	王彥鈞	6
高女組柔道第四級	葉晨華	1	國男組射擊10公尺空氣步槍個人賽	金利偉華	2	高女組柔道第三級	陽惠羽	5	高女組柔道第六級	溫建紉	7
高女組柔道第一級	鍾霓	1	高男組田徑200公尺	王雲	3	高女組柔道第一級	高伶飭	5	高女組柔道第二級	胡慧馨	7
高女組柔道第二級	黃頌縵	1	高女組柔道第五級	林曉珺	3	高男組柔道第六級	朱得軒	5	高男組柔道第三級	林冠傑	7
高男組柔道第六級	林聖凱	1	高女組柔道第二級	田雨薇	3	高男組柔道第三級	吳政紘	5	高男組柔道第四級	鄭杰	7
高男組柔道第一級	黃治凱	1	國女組柔道第八級	溫王佳心	3	高男組柔道第四級	戴迦勒	5	高中組射擊混雙賽	胡仲威 余靖涵	7
高男組柔道第二級	林崇佑	1	國男組柔道第五級	吳政祐	3	高男組柔道第一級	黃智堯	5	高男組射擊團體賽	胡仲威 張建強 鍾徐東	7
國女組柔道第三級	林宇涵	1	國男組柔道第六級	郭軒志	3	國女組柔道第三級	楊秀英	5	高男組射擊10公尺空氣步槍個人賽	周庭禾	7
國男組柔道第五級	林敬翔	1	高女組射擊10公尺空氣步槍個人賽	葉柔華	3	國男組柔道第五級	張昱儒	5	高女組跆拳道對打57公斤級	董永晨	7
國男組柔道第七級	孫立威	1	高中組射擊10公尺空氣步槍男女混合賽	朱冠群 鍾儀茹	3	國男組柔道第七級	翁王勇	5	國女組跆拳道對打42公斤級	李若慈	7
國男組柔道第四級	黃立帆	1	高男組射擊10公尺空氣步槍個人賽	楊永義	3	國男組柔道第四級	林威誠	5	國男組射擊團體賽	吳宇祥 傅晉隆 盧安	8
高男組射擊10公尺空氣步槍個人賽	易晉陽	1	國中組射擊10公尺空氣步槍男女混合賽	金利偉華 黃安綺	3	高女組射擊10公尺空氣步槍團體賽	林怡潔 陳琨君 鍾儀茹	5	高男組射擊10公尺空氣步槍個人賽	朱冠群	8
高女組舉重64公斤級	丁欣薇	1	高男組舉重67公斤級	王連凱	3	高中組射擊10公尺空氣步槍男女混合賽	易晉陽 林慈瑄	5	高男組舉重55公斤級	孫海文	8
高女組田徑100公尺跨欄(0.838m)	陽語慎	2	高男組射擊10公尺空氣步槍團體賽	朱冠群 周庭禾 潘聖威	4	高女組舉重71公斤級	孫瑤	5			
高男組田徑4x100公尺接力	邱冠華 王聖 張凱廷 林宗翰	2	國女組射擊10公尺空氣步槍團體賽	胡巧嫻 陳有次 陳思妘	4	高女組射擊10公尺空氣步槍個人賽	林慈瑄 葉柔華 郭冠玲	6			
高男組田徑400公尺	王雲	2	國男組射擊10公尺空氣步槍團體賽	金利偉華 陳琨君 郭彥賢	4	高男組射擊10公尺空氣步槍團體賽	易晉陽 黃靖翔 楊永義	6			

微電影特賞



影片網址 <https://youtu.be/feZZ0UPUshk>

悠遊太平洋



本校蔡俊良老師帶學生參加交通部觀光局東部海岸國家風景區管理處為宣導旅遊安全觀念，辦理之「109年旅遊安全極短片徵選」，作品-悠遊太平洋獲得水域遊憩活動安全組特優。

這次徵件主題包括水域遊憩活動安全(分為潛水、衝浪及獨木舟等三項)、登山健行安全及自行車旅遊安全等三組，希望透過各種精彩、有趣的宣導影片，來提醒遊客從事活動要注意的重要安全事項。

菸檳的誘惑



影片網址 <https://youtu.be/XRuxOpndFS8>

蔡俊良老師帶領今年畢業的國三甲畢業班參加國教署108學年度菸、檳危害防制教育「網紅就是你」短片競賽，作品-「菸檳的誘惑」獲得優選，本年度共計報名115件的精采短片，共評選出23名獲獎學校，各有特色。

本班學生是足球與棒球隊專長，結合這兩個專長特性來表達拒絕菸檳的理念，足球的球門就像口腔，惟有在理性與自愛的態度下勇於拒絕，才能嚴防檳榔的侵害誘惑，為自己的健康把關。另外用棒球球場比喻為嘴巴，青少年時期的學生，容易受到同儕用「一起抽菸才是麻吉」的定義來蠱惑吸菸，讓他們對是否拒絕感到猶豫；面對香菸的誘惑，要對自己有信心及毅力，並且在益友的協助下，從事正當休閒活動，這樣防菸入口就不是難事。

專題製作比賽

國一鄭翊汎、陳禹喬、溫慶安同學利用課餘時間，參加天下雜誌基金會辦理的國中專題研究競賽，獲得佳作。感謝天下雜誌基金會辦理兩天一夜的台北知性之旅，讓體中的學生，在專長訓練之外獲得不同的學習體驗。三位同學以火箭爐為研究主題，建造一個多功能火箭爐獲評審青睞，進入決賽，最終獲得佳作。

