

臺南市立仁德文賢國民中學 109 學年度第 2 學期班會討論題綱

週次	日期	中心德目	討論題綱
2	02/22-02/26	友善校園	☆打造友善、快樂的學習環境 1. 什麼是霸凌(Bully) 2. 受霸凌該怎麼辦？ 3. 學校投訴專線:2662392 轉 12 信箱:red19@tn.edu.tw
3	03/01-03/05	品格教育	☆品格成就一切 1. 請5位同學例舉3-5項好品格的行為。 2. 請分享班上同學的好品格。 3. 品格對人的重要性。 4. 如何培養好品格？
4	03/08-03/12	防災常識	☆自救救人 1. 生活中有哪些常見的天然災害？ 2. 萬一遇到災害應如何應變？地震、海嘯、火災… 3. 如何增進防災知能？ 4. 平時應該如何做好災害預防？
5	03/15-03/19	節能減碳	☆ 打造節約生活 1. 如何在學校中落實節能減碳，請提供節能小撇步。 2. 如何將「節約能源」的理念落在日常生活中？ 3. 想想自己之前對生活消費的態度和想法，你覺得可以做哪些調整呢？
6	03/22-03/26	榮譽	※段考
7	03/29-04/02	網路天空	☆健康的網路交友 1. 網友跟日常朋友有何異同？ 2. 網路交友常見的陷阱有哪些？ 3. 結交網友應該如何保護自己？ 4. 如何善用 blog？請述說 blog 的利弊得失。
8	04/05-04/09	法治社會	☆杜絕詐騙 人人有責 1. 你接過詐騙電話嗎？對方用哪些理由來說服你？ 2. 接到疑似詐騙電話時該怎麼做？ 3. 請同學提醒家庭成員留意常見的詐騙手法，以及宣導反詐騙專線 165。
9	04/12-04/16	生命教育	☆以順處逆 克服困難 1. 當我遇到困難時，我會向誰傾訴？ 2. 遇困難時如何尋求同學、家人、師長的幫助？ 3. 何尋找社會資源，解決困難？
10	04/19-04/23	親子關係	☆天倫之樂 把愛說出來 1. 請同學想想看，父母有哪些態度是令你感動的？ 2. 當子女的你有哪些話一直想說卻說不出口？ 3. 你曾用過哪些不錯的方式與父母告白？
11	04/26-04/30	閱讀悅讀	☆書香處處飄 1. 請同學分享閱讀的習慣。 2. 請6位同學各推薦1-3本好書，並介紹內容與閱讀心得。 3. 請舉例說明讀好書與提升生活品質之關係。

12	05/03-05/07	榮 譽	※段考
13	05/10-05/14	交通安全	<p>☼快樂出門 平安回家</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請同學述說交通法規之重要性。 2. 請同學舉例常見之交通違規事件及其影響。 3. 如何遵守交通法規進而維護「行的安全」。
14	05/17-05/21	壓力紓解	<p>☼如何紓解如何紓解壓力</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 你認為日常生活中最常遇到的壓力，有哪些？ 2. 你曾經用過哪些方式來紓解壓力，效果如何？ 3. 如何化解壓力為助力？
15	05/24-05/28	老者安之	<p>☼老吾老以及人之老</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請舉例說明高齡者在日常生活上，有哪些不方便？如何幫助他們？ 2. 請同學分享照顧或幫助長者之經驗。 3. 當有一天，年紀大了，你希望有怎樣的高齡生活？
16	05/31-06/04	生命教育	<p>☼自我傷害防治</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 生命為何美好？為何可貴？ 2. 如何愛惜自己，疼惜他人？ 3. 分享生命中愉快的經驗。
17	06/07-06/11	健康飲食	<p>☼食在健康</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 請同學敘述自己的飲食習慣。 2. 如何吃出健康？吃出美麗？ 3. 任何維他命都對人體有幫助嗎？ 4. 食補與藥補對每個人都有幫助嗎？
18	06/14-06/18	消弭暴力	<p>☼只要愛不要唉</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 在社會新聞中常看到的暴力有哪些類型？ 2. 面對暴力如何自我防衛？ 3. 防止暴力之機構有哪些？
19	06/21-06/25	期末檢討	<p>☼自我檢討與期許</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 這學期以來，我在哪些方面有了進步了，請舉出兩個例子。 2. 我在哪些科目學習上面可以更上一層樓？ 3. 請同學分享使學習進步的方法。
20	06/28-07/02	榮 譽	※段考
附註	<ol style="list-style-type: none"> 1. 班會活動依討論題綱進行，並將討論結果，詳細紀錄於班會記錄簿上。 2. 請落實班會的各项活動。 3. 請於班會結束後，由學藝股長將班會記錄簿擲交訓育組。 		