

# 112-1休業式

輔導處112.1.19

# 寒假技藝課程規範

---

- 參加寒假技藝營隊：注意上課時間
- 務必繳交「家長同意書」
- 第一週1月22日-1月26 日      13：00-16：00
- 第二週1月29日全校返校      10：00-12：00
- 1月30日-2月2日        09：00-12：00

| 一                     | 二                     | 三                     | 四                     | 五                     |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1/22下午<br>13：00-16：00 | 1/23下午<br>13：00-16：00 | 1/24下午<br>13：00-16：00 | 1/25下午<br>13：00-16：00 | 1/26下午<br>13：00-16：00 |
| 設計                    | 設計                    | 中餐<br><br>設計          | 幼保/中餐<br><br>設計       | 幼保/中餐<br><br>設計       |
| 1/29上午                | 1/30上午<br>9：00-12：00  | 1/31上午<br>9：00-12：00  | 2/1上午<br>9：00-12：00   | 2/2上午<br>9：00-12：00   |
| (全校返校日)<br>動機         | 幼保                    | 動機                    | 西餐/烘焙                 | 西餐/烘焙<br>動機           |

## 【師資-場地】

設計—王暉翔1/22-1/23- 許吳成1/24-1/26-美術教室

中餐—曾柏閔--家政教室

西餐/烘焙—李金縵—家政教室

幼保(手偶)—鄔碧芬—團輔室

動機—張之瑜--輔導處前廣場(●1/29前往高中汽修科練習)

# 預防手機網路沉癮策略

## 妥善使用手機 你就是AI潮流的贏家



- 你今天玩手機了嗎？
- 每天跟手機在一起多久？
- 你用手機做什麼？
- 手機不在身邊會不舒服嗎？
- 會因為手機使用跟家人朋友吵架嗎？
- 使用手機會比預期的時間多很多嗎？

預防手機網路沉癮從**自我覺察**開始

手機網路很有趣 可以用來複習功課 交友 手遊  
可以擴展視野 也可能沉迷其中無法自拔

記錄自己使用手機的時間 使用什麼軟體  
**有意識**的學習 **自制力**

使用手機定時定量 **設定鬧鐘**  
必要時尋求同學老師的協助

建立真實的關係 **與人面對面談話**

# 網路交友停看聽



## 網路騙取隱私照九大手法



### 假身分 真騙心

以假照片高顏  
值取信受害者

### 情感安心

老公才不會隨  
便把老婆給別  
人看

### 投桃報李

我先給你看我的  
裸照，你再  
給我看你的

### 灌迷湯

我最喜歡你這  
種肉肉的女生

### 情感勒索

你不給我，就  
代表你不愛我

### 限時消失

這個APP上的  
圖片一小時就  
會不見，你可  
安心傳給我

### 溫水煮 獵物

透過遊戲，日  
常關心，慢慢  
讓人卸心防

### 恐嚇法

你不給我，我  
就去學校找你

### 利誘

以假裝送遊戲  
點數或拍內衣  
廣告來騙裸照



# 營造溫馨和樂的家庭

---

- 除舊佈新，家務大家一起來
- 家庭每一份子彼此鼓勵支持，  
建立和樂溫馨的家，  
●想一想你還能做些什麼？



寒假-充實.平安



祝新年快樂

