

永平高中 100 學年度「九年級考前衝刺激勵會暨包粽活動」

實施計畫

一、依據：本校 100 學年度「國中生涯發展教育」實施計畫

二、目的：

1. 透過高一學長姊的激勵與分享，期待九年級同學朝生涯目標前進。
2. 運用學校及社會資源，協助學生自我成長，做出適合自己的生涯進路選擇。

三、辦理單位：輔導處、學務處

四、對象：九年級全體學生

五、活動時間：101 年 5 月 11 日(五)第 3、4 節

六、地點：中正體育館

七、活動流程：

時間	活動內容	負責單位	備註
10:10-10:15	集合	學務處	教官集合學生
10:15-10:20	短片	輔導處	留下共同努力的畫面，一起為未來奮鬥
10:20-10:40	戰勝基測 學長姐分享與鼓勵	輔導處	邀請去年戰勝基測的學長姊分享經驗 建國中學：鄒家禾、許致昇、 大安高工：束其函。 本校高一：105 班王愉晴、潘婷婷。
10:40-11:20	讀房密技 校長姊姊 讀書技巧指導	校長	準備 ppt 請學生帶 3 下社會課本、便利貼 及兩隻不同顏色的螢光筆。
11:20-11:25	夢想包粽示範	輔導處	包粽看板 免試上永平高中的 2 位同學上台示範由校長 手中接過包粽要大聲說出自己的夢想學校。 1. 家長會長、副會長、教務主任就定位。
11:25-12:00	「包粽」活動	輔導處 學務處	1. 由教官口頭指揮班級出列排隊領包粽。 2. 發包子、粽子：校長（家長會長／副會長 ／教務主任）、九年級導師分四路發放。 3. 大螢幕秀出發包粽位置圖。 4. 請各班素食同學站在隊伍最前面。 5. 背景音樂：My Way

八、經費概算：如附件。

九、本計劃陳 校長核可後實施，修正時亦同。

永平高中 100 學年度「九年級考前衝刺激勵會暨包粽活動」

經費概算表

項目	單位	單價	數量	合計	說明
鐘點費	小時	800 元	1	800 元	由輔導處業務費支應
包子	個	12	740	8880 元	共 22200，由家長會經費贊助。
粽子	個	18	740	13320 元	
雜支	1 式		2,000 元	2,000 元	生涯發展經費 LB0CF0 支應
總計				25000 元	

承辦人： 單位主管： 家長會長： 總務主任： 會計主任： 校長：

永平高中 100 學年度「九年級考前衝刺激勵會暨包粽活動」 詳細流程(地點：中正體育館)

時間	工作項目	負責人員	工作內容說明	備註
8：30	確認包子跟粽子	靜華	跟信華與廠商再次確認	
	場地布置	文寧、雲萱、靜華、品君、郁音	黏貼海報、長桌定位、手套、衛生紙	
09：00-10：00	集合班長	世平	集合班長先確認位置、 排椅子(包括師長的椅子)、貼班牌	
	確認分享學生到場、訓練	品君、采潔、怡寧	學生分享排演、口條訓練。	
	測試音響、單槍等器材	雲萱		
10：00-10：15	九年級學生集合	世平		
	九年級服務同學集合	靜華	每班 3 人，協助整理粽子與包子	
	開場	美華主任		
10：15	邀請校長蒞臨會場	品君		
	包子、粽子整理	靜華、郁音、佩蓉	1.清點數量是否正確 2.素食分開標示清楚 3.包粽分裝 4.搬到中正體育館各出口定位	
10：15-10：20	播放短片	雲萱		
10：20-10：40	學長姐分享與鼓勵	品君、采潔、怡寧	雲萱播放 ppt、主任引言介紹 學長姐站在舞台上輪流講，講完再一起下台	
10：40-11：20	校長的祝福與激勵	校長	雲萱播放 ppt、主任控制時間	
11：00-	分送包粽給任課老師	靜華、郁音、佩蓉	請同學將包粽送到導師與任課老師的桌上 行政處室點清數量後整包交由各辦公室處理 輔導處活動辦完以後最後再分	
11：20-11：25	夢想包粽示範	品君	由畢業學長姐做示範，同學大聲說出心中第一志願的校系，手上拿到包子時喊包、拿到粽子時喊中。	包粽看板
示範時，請導師、家長會長、家長委員、主任移動到定位，如附件 (901 導師&教務主任在右側門、905 導師&校長在大門右邊，910 導師&家長會長在大門左邊、904 導師&家長委員在左側門出口)				
11：25-	「包粽」活動	由教官發號施令，指揮班級出列 排隊領包粽	* 提醒同學領到時要說謝謝 * 提醒各班素食同學走前面，主動告知。	音樂：My Way

(附件二) 九年級考前衝刺激勵會暨包粽活動 工作分配表

工作項目	工 作 內 容	負責單位 (人)	進 度	備 註
總督導	督導本計畫之擬定及實施	李玲惠校長		
總策畫	實施計畫擬定、工作協調與進度管制	沈美華主任		
連絡畢業校友	邀請表現優秀之高一校友(發函)、本校高一 2 位同學提供分享綱要。	許文寧		
聯繫家長會	聯絡家長會長、委員出席	謝素玉		
演講內容訓練與準備	訓練學生口條、排練、儀態訓練 PPT 製作。	李采潔、黃怡寧 曾品君		
通知導師	通知導師包粽活動內容細節 含各班位置圖、流程表	許文寧	5/8(二)	
資料準備	學習單設計與印製 激勵短片、學長姊分享 ppt 與校長 ppt	許文寧、方雲萱、 李采潔、黃怡寧	5/10(四)前	
中正體育館借用與佈置	激勵話語的海報張貼 情境布置	許文寧、方雲萱	5/9(三) 前	
中正體育館環境整理	左、右側門大型物品之清理	總務處	5/10 (四) 前	
排椅子	當日 09:10 協助排椅子 告知各班學生要帶社會課本及螢光筆便利貼	學務處教官		事先集合班長告知班級位置
集合學生	當日 10:10 協助集合學生	學務處教官		
學長姊分享 ppt 與激勵短片播放	大單槍、NB、蝸牛延長線、地線	許文寧、方雲萱	1. 8:00 準備器材 2. 由雲萱播放	
隨班導師	協助發包子、粽子	九年級導師	5/11 當天，在校長祝福示範時即就定位	
攝影	1. 協助當天活動之拍照 2. 動態攝影	葉心怡		機動人員
訂購包子、粽子	訂購包子、粽子及調查班級葷素	盧怡楓 隋靜華	5/6(五)前	
包粽的後製處理	包粽裝袋	隋靜華	5/11 10:20	找考上的同學幫忙
學生敘獎	學習單優良者敘嘉獎一次	許文寧、方雲萱	5/20 前完成	
經費核銷	經費核銷	林慧玉主任、唐素珍、謝素玉		