

【家庭教育活動內容】

類別	實施內容	辦理時段	實施內容
一. 社區家庭教育活動	1.講題：孩子,我以你為榮—教導孩子的正確且正向思考 2.主講人：王淑俐教授（臺北教育大學兼任教授） 3.地點：行政大樓5樓第二會議室	100/10/07（五） 下午1:30-4:30	協助家長指導孩子建立積極正向的態度，幫助孩子生活及學業進步。
二. 社區家庭教育活動	1.講題：愛孩子、新方法-教養出主動與自信的孩子 2.主講人：古靜嫻老師（國立台北教育大學心理諮商系兼任講師） 3.地點：活動中心三樓演講廳	100/11/01（二） 下午1:30-4:30	協助家長指導孩子的有效方法，幫助孩子生活及學業進步
三. 社區家庭教育活動	1.講題：故事的療癒—聆聽家人故事、創造親密關係 2.主講人：周志建老師（呂旭立基金會諮商心理師） 3.地點：活動中心三樓演講廳	100/11/29（二） 下午1:30-4:30	透過實際案例解說，協助家長重新檢視與孩子互動的方式，促進親子關係。
四. 家庭教育諮商輔導	1.主題：親職教育家長成長團體 (1)主題：①課程說明與認識活動 ②行為輔導策略 (2)主題：行為改變技術之運用 (3)主題：自我負責與自動自發策略 (4)主題：認知行為改變論之運用 (5)主題：生涯發展的正確概念 (6)主題：①生涯規劃概念探討 ②綜合研討。 2.主講人：吳澄波老師 (國立台灣藝術大學、實踐大學社工系、德明科技大學及亞東技術學院等學校任教) 3.地點：行政大樓5樓第三會議室	(1) 100/10/13（四） 晚上7:00-9:00 (2) 100/10/20（四） 晚上7:00-9:00 (3) 100/10/27（四） 晚上7:00-9:00 (4) 100/11/03（四） 晚上7:00-9:00 (5) 100/11/10（四） 晚上7:00-9:00 (6) 100/11/17（四） 晚上7:00-9:00	透過6次的研講活動，協助家長教育孩子的有效方法，幫助孩子行為改變，促進生活及學業進步。
五. 社區家庭教育活動	1.主題：親職教育讀書會 (1)主題：短文研討 (2)主題：影片研討 (3)主題：書籍研討 2.主講人：李瓊雲老師 (本校國文教師) 3.地點：行政大樓3樓會議室	(1) 100/10/28（五） 下午2:10-4:10 (2) 100/11/04（五） 下午2:10-4:10 (3) 100/12/16（五） 下午2:10-4:10	以讀書會的方式，引導家長自行成立讀書會，進而建構互相支持系統，分享親子互動與教養方式的經驗。
六. 家庭教育諮商輔導	1.主題：家庭諮商與輔導個案討論會(2場) 2.講師：廖怡玲、黃龍杰心理師 3.地點：輔導室	10月28日 (週五)9:00-12:00 12月13日 (週二)13:30-16:30	以個案研討方式，協助家長與教師從各種角度了解孩子，幫助學生成長。

【活動照片】



◎專題演講~

孩子,我以你為榮—教導孩子的正確且正向思考。  
王淑俐教授以生動的例子說明孩子的態度之重要性，並教導家長如何培養孩子的積極態度。

◎專題演講~

愛孩子、新方法-教養出主動與自信的孩子。  
古靜嫻教授以實際示範的方式，說明如何幫助孩子。

◎親職教育成長團體~

吳澄波教授以小組討論互動的方式，說明並引導家長學習有效的教養方法。

◎家庭諮商個案研討會~

廖怡玲心理師透過晤談及討論方式協助家長及老師從不同角度看待孩子的狀況，並提供建議。

◎親職教育讀書會~

李瓊雲老師透過影片欣賞、短文討論、書籍閱讀等多元方式，教導家長如何自組讀書會，同時透過讀書會幫助家長自我成長及互相支持。



◎專題演講~故事的療癒,聆聽家人故事，增進親子關係。  
周志建老師以生動的案例提醒家長，覺察自己的成長背景如何影響教養孩子的方式，同時說明如何改變不適當的教養方式。



士商人的學習檔案【黃寶瑤校長撰】

【寒風中的堅定】

二月八日那天是下學期的開學日，也是入冬以來臺北最冷的一天，溫度約莫攝氏十度。伴隨著寒風，更顯冷冽。為了迎接許久未見的士商寶貝們返校，我依約一大清早就站在校門口迎接他們。

在我到達之前，有一群認真盡責的服務小天使，早已穿戴整齊、配備完畢，精神抖擻、監守崗位的執勤者——他們是交通服務隊的隊員。「同學，請等一下！」、「謝謝同學，可以過了！」、「老師早！」響徹雲霄的聲音，喚醒了每一位師長、同學對交通安全的重視，也振奮了每一個人，打起精神來展開充實又美麗的一天。

他們臉上的表情是堅定的、是滿足的，因為他們信守了服務的承諾（每一位交服人在入隊時，都許下為同學服務的承諾）。在服務中，他們不但得到付出的喜悅，更在服務中學習成長。多麼令人引以為傲的士商

人，做為師長我深深以你們為榮。

相較於那些爬不起來、趕不上學的同學們，你們又是如何做到的呢？我想那是一份責任心與榮譽感使然，更重要的是你們信守承諾，那怕再辛苦也要咬緊牙根爬起來、撐下去。一次又一次的磨練，讓你們的臉上更散發出光亮與堅定。不只老師、學長姐、同學為你們叫好，以你們為榮；就連我們親愛的鄰居——臺北市政府教育局前局長「康爺爺」天天目睹，也多次表達讚賞，稱讚你們是青年人的榜樣與楷模呢！

準時上學是每一位學生應盡的基本義務，也是確保學習完整而有效的基本要求。親愛的同學們，下次當你在和周公拔河，猶豫著要不要起床時，想想一大清早在寒風中，執勤等待著各位的交通服務隊同學們，你就該毅然決然的起身奔向學校。當你接受他們的提醒與服務時，也不要忘記輕輕對他們說一聲「謝謝」喔！



100年閱讀精進年 校長有約

100年閱讀精進年 校長有約-我愛閱讀

得獎名單

第一名：2年13班 導師：李淑慎老師

得獎班級全班一起於101年1月9日與校長共進下午茶約會、全班每人可獲小禮物一份、並記嘉獎2次。

第二-六名：

3年18班 導師：李瓊雲老師

1年21班 導師：費國鏡老師

1年6班 導師：花振元老師

1年9班 導師：謝湘麗老師

(夜)3年3班 導師：巫曉芸老師

全班每人記嘉獎1次，全班可獲贈書3本自選。



213全班於地中海餐廳與校長歡度下午茶



213全班於地中海餐廳與校長歡度下午茶



家長會長一起同樂並提供額外獎勵



校長頒發「與校長有約」第一名獎狀(213班長代表領獎)

臺北市立士林高級商業職業學校  
100年閱讀精進年 閱讀達人賞得獎名單

達人特賞好書5本(自選)以及獎品任選一項

部別	年級	班級	姓名	學號
日	2	13	林瑜婷	91322

達人 賞好書一本(自選)以及圖書禮卷800元

部別	年級	班級	姓名	學號
日	2	13	宋雙吟	91314
日	2	2	王婷柔	90214
夜	2	2	陳孟玄	93238
夜	3	5	陳昂謙	73506
夜	3	3	陳琳	83327
日	3	6	曹意婕	80527
日	2	13	李姿瑩	91315
夜	3	5	陳劭	83503
日	3	16	傅雅君	81529
日	3	13	林純安	81220
日	1	2	黃芷慧	00232
日	1	16	陳敬暉	01608
日	1	22	宋欣健	02222
日	1	14	章元誌	01409
日	1	14	詹雅晴	01439

備註：達人金賞因參加人數不足從缺



213導師淑慎老師及副班長贈感謝卡予校長



【100年紐西蘭教育旅行】實研組長/洪麗倩



在校長的支持與帶領下，國際交流在近幾年逐漸的發展，在2010年底，紐西蘭 International Pacific College (IPC) 的 Ichizo 先生和高小姐蒞校拜訪，並牽起了我們與 IPC 的合作...

由於活動是第一次辦理，初步辦理說明會時，參加的同學寥寥無幾，我也不禁擔心我們是否能順利出團，不過到了截止報名時，順利有了18位同學報名...

IPC 是個小而美的學校，有滿滿的櫻花樹，和熱情的行政人員和老師。十六天的活動非常充實，同學們被分在五個不同程度的班級，和原本 English Program 的學生一同上課...

IPC 宿舍生活環境非常好，下課後的同學們除了到市區走走看看，也參與了飛盤社、茶道社，更一同和當地居民投入 Rugby World Cup (世界盃橄欖球賽)...

16天中除了充實的校園生活，也參訪了許多景點，拜訪了鄰近的城市惠加努以及首都威靈頓。在離開 IPC 後，一路往北從陶波 (Taupo)、羅托魯瓦 (Rotorua) 旅行至奧克蘭 (Auckland)...



驗與一輩子的回憶！

【100年紐西蘭教育旅行心得】211/唐子倩

能有這樣的機會前往紐西蘭真的非常開心。在這次的旅行中，我擔任隊伍的大隊長，也許做的不夠好但我也很努力囉！這次是我第一次去那麼遠的國家...

接下來的十天，我們都在位於北島北帕摩爾頓的 IPC (國際太平洋大學) 度過。剛抵達 IPC 的那個夜晚，儘管天氣寒冷，但仰著頭卻能看到台灣沒有的滿天星斗...

接下來的一星期，每天生活都很規律。我們和當地的學生一起吃飯、上課，體驗了大學生活。雖然課業忙碌但時間卻很自由，更認識了來自各國的新朋友...

第一個週末，便是眾所期待的 Homestay，我和另一個學妹分到同一組，我們的寄宿家庭是個單親家庭，Homema Julia、弟弟 Ruben 及另一位長期寄宿生思妍。Julia 對

們很多紐西蘭特有的食材，更教我們紐西蘭菜的食譜。第二天，Julia 帶著大家一起去溜直排輪，這可是我第一次成功站在鞋輪上，我對直排輪不再如以往恐懼...

回到 IPC 後又開始了忙碌的一週，這是最後一週了，真的好捨不得，IPC 為我們辦了一場歡送會，那個晚上真的好依依不捨，想到這幾天認識的新朋友們，一生恐怕不再相見...

這十五天，或許在旁人的眼中只是渡假，但對我而言，這是一個很特別的經驗，也著實改變了我的世界觀，看見許多無法言傳的湖光山色及人文薈萃...

【100年紐西蘭教育旅行心得】212/石信慧

很幸運自己能有機會到紐西蘭學習，雖然只有短短的15天，收穫卻很大。記得我第一次到我的分班教室上課時，沒有一位同學是和自己語言相通...

在國外上課沒有像台灣一樣嚴肅，可以盡情地和老師聊天，老師也都知道每位學生的狀況，但是作業卻都要以報告方式呈現，所以作業量其實沒有很輕鬆...

各自不同的習俗或文化。老師們對於我們這些新來的學生，充滿了熱情，私下會一直問我們有關台灣的文化或是我們對於未來的想法亦或是對這世界的想法...



除了上課外，我們還去參觀了許多紐西蘭景點，有的是爬到高處，看著大河貫穿屋舍，看著一大片茂密的森林，還有參觀鯉魚保護區和海洋館...

在這兩星期的國外生活中，我最享受在寄宿家庭的生活，我的寄宿父母是一對老夫妻，原以為會很乏味，但沒想到相處的過程卻是歡笑連連，他們家中養了一隻很可愛的狗...

【100年紐西蘭教育旅行心得】211/曾意云

第一次參加遊學體驗非常的興奮，也帶有一點緊張害怕，因為在台灣很少有機會跟外國人說話，所以想藉由學校辦的紐西蘭體驗學習，練練自己的膽量...

搭了十幾個小時的飛機抵達遙遠的紐西蘭，踏在紐西蘭的土地上，呼吸著清新的空氣，感覺超不一樣！我還記得我們到奧克蘭機場轉國內線的時候是晚上7點...



當我們的宵夜，當下好感動。宿舍很大很舒服，公共區域有沙發，電視，冰箱，廚房且每個人都有自己的房間，第一天到 IPC 一切都好新鮮！

Palmerston North 是一個紐西蘭的小城市，那裡沒有像台北有捷運，或是24小時的便利商店，商店幾乎晚上六點左右會打烊，非常的不一樣！

當我們還在北帕小鎮時，辛苦的和 Su 和 Patrick 開車載我們去別的城鎮玩，一路上車窗外的風景都是一大片綠油油的大草原，有著成群的綿羊和牛...



2011 赴姐妹市亞特蘭大高中學生交流

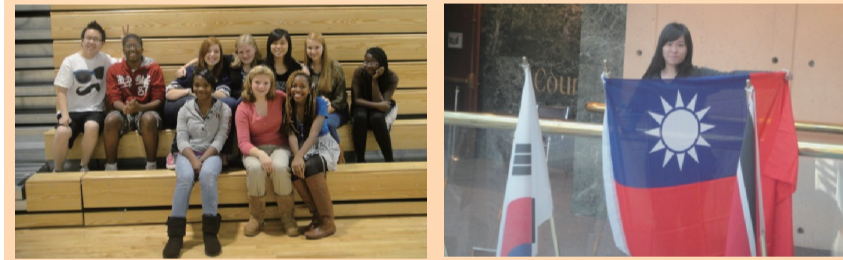
【赴姐妹市亞特蘭大高中學生交流心得】117/侯淨安

這次能代表北士商參加臺北市政府舉辦的姐妹市交流會感到非常榮幸，由於學校非常重視國際交流這塊領域，因此我才有機會能夠代表學校去參加這個活動...

臺北市和美國喬治亞州的亞特蘭大市是姐妹市，其他參與這個活動的國家有英國、德國、法國、印尼和多米尼加，而我們也在一些場合中和他們簡單地介紹關於台灣產業的進步等...

這次的行程主要是和各國的代表團一起參觀當地的一些學校，像是 Georgia State University，還有一些特殊的景點，例如：馬丁·路德博士的家、紀念公園、環保建築、水族館等等...

可口可樂的世界工廠也是設在亞特蘭大，裡面匯集了各國的可樂種類，由於每個地方民族的口味不盡相同，因此在製作方面也是隨著當地的口味而做變化...



臺北市立士林高級商業學校100學年度圖書館讀書會

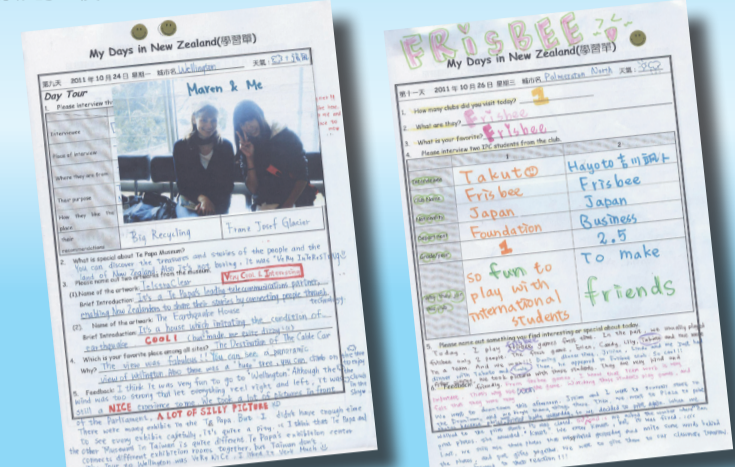
- 臺北市立士林高級商業學校100學年度圖書館第一次讀書會
一、活動主題：與楊過、小龍女看書《神鵰俠侶》裡的悲歡離合。
二、時間：十一月十八日(星期五)第六、七節課會時段
三、流程：學習單→開場→楊過性格分析→想法討論→師生戀(楊過跟小龍女)→想法討論→對待朋友/寵物的方式→想法討論→惡搞狀況劇→參加心得書寫→學習單繳交→拿禮物

四、活動成果：原本平日總是安靜的圖書館，在第五節的掃掃時間卻開始有人陸續進圖書館，一小群的學生興奮的竊竊私語...



結束課程離開 IPC 後，我們一路往北朝奧克蘭前進，我們拜訪了美麗的陶波湖還去了高空彈跳的景點，更幸運的看見有人在高空彈跳，讓人緊張又興奮呢！

經過了這次紐西蘭體驗學習，真的讓我拓展了自己的世界觀，也學到、看到了許多跟台灣不一樣的東西及文化，希望大家也有機會能跟我一樣...



來別有一番風味！他們甚至是希望能讓全世界的人們以可樂代替水，成為人類每日的必需品！

當地接待我的是白人家庭，Home 媽跟我說她買東西幾乎都是去 COSTCO，不然就是 E-BAY，很少去別的地方買...

在當地的最後一天，我和他們當地的學生一起上課，他們的老師都是以比較談話性的方式教學，給他們思考的時間，以及發表自己想法的機會...

這次訪美並與當地人相處過後，才發覺英文真是永無止盡，這次的機會讓我拓展了自己的世界觀，我也希望能藉此激勵自己不斷的進步！

創意，如果像千尺的槓桿噱著，後面的故事會變成什麼模樣？第一次的讀書會就在陣陣的笑聲中圓滿落幕。

- 臺北市立士林高級商業學校100學年度圖書館第二次讀書會
一、活動主題：藉由《吾命騎士》12聖騎的互動看其中友情、親情。
二、時間：十二月二十三日(星期五)第六、七節課會時段

