



光榮新世代

勇奪佳績版 第 52 期

民國 109 年 六月份

光榮新世代 勇奪佳績版

發行人：梁坤明校長

執行長：蔡國威主任

指導老師：林婉郁老師

蔡文勳老師

校園記者：

許芷瑄.林思嫻.徐子超.楊佳駿

趙瑞貞.簡芝儀.康丞喧.李昀蓁

黃聖文.吳葦庭.簡聰宇

發行日期：2020年06月30日

目錄：

- ▼ 技藝競賽「猴塞雷」一展笑顏不累不累 1
- ▼ 師生齊心一同奮戰 排球預賽火花四射 2
- ▼ 努力、毅力 堅持到底才能勝利 3
- ▼ 風吹日曬又雨淋 感謝有您 3
- ▼ 至善服務社 散播歡樂散播愛 3
- ▼ 口罩功能多 認清需求再購買 4
- ▼ 疫情減緩莫輕忽 洗手口罩不可少 4
- ▼ 領先全世界 中華職棒真的好棒 4



技藝競賽「猴塞雷」 一展笑顏不累不累



【記者康丞喧、李昀蓁、黃聖文 / 光榮採訪報導】

今年九年級的技藝競賽，受到新冠肺炎影響，導致有些高職學校集訓暫停，延後到開學前一周才復訓，但選手們絲毫不懈怠，專注練習。

技藝競賽分為商管群、家政群、餐旅群與機械群等職群，其中商管群產品推廣實務的李依婷、李采恩同學，分別獲得佳作和第六名，而家政群美髮群的王宿華同學，則獲得佳作；餐旅群廚藝項目的汪沛羽同學獲得第六名，旅館實務的陳郁文同學及飲料調製的蔡佳伶、周旻欣同學，皆獲得了佳作。今年的技藝競賽，光榮國中的參賽選手們表現出決心與熱忱，在各項目皆大有斬獲，可喜可賀！以下我們便請榮獲佳績的學姊們分享與我們分享他們是如何面對競賽的吧！

小記者：恭喜學姊們獲得佳績！在疫情的影響下還能有如此好的成績，一定很辛苦吧？請問學姊，你們花了多少時間在訓練上呢？

李采恩：我們星期一到五都會訓練，時間從早上九點到下午四點。練習很充分，並沒有因疫情而減少練習次數。

蔡佳伶：我們在比賽前每天都會練習，寒假則只練習兩次而已。

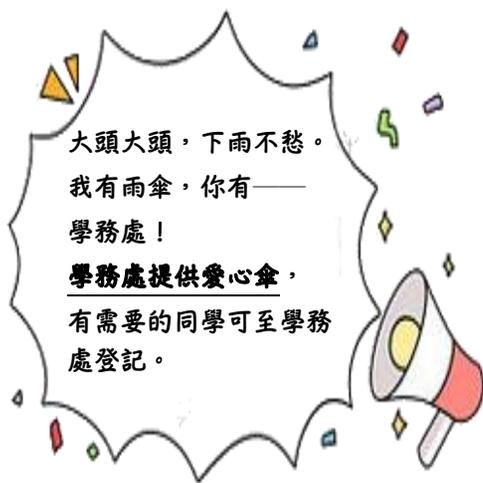
小記者：看來疫情也無法影響學姊們奪獎的決心呢！學姊們這麼用心的練習，在比賽時有發生什麼意料之外的狀況嗎？

蔡佳伶：在調製飲料的過程中，因為比賽場地和練習場地不一樣，環境、餐具擺放都跟練習時不同，老實說有些不習慣，而且當時還不慎切到手，那瞬間我完全嚇壞了。

王宿華：我在比賽的時候，怎麼也沒預料到假人的頭髮竟然會打結！平時練習時從來沒遇到這種狀況。

小記者：哇！光聽就覺得可怕！還好學姊們平時的練習相當紮實，不然遇到這樣的突發狀況，肯定會手足無措吧？再請問學姊，在決定參賽或準備競賽的過程中，家人與朋友是否有給予支持與鼓勵呢？

李采恩：訓練期間很累，但也很開心。雖然寒假時為了訓練必須早起，但因為有了朋友的陪伴，讓我不覺得辛苦。



大頭大頭，下雨不愁。
我有雨傘，你有——
學務處！
學務處提供愛心傘，
有需要的同學可至學務處登記。



914 汪沛羽 餐旅
廚藝製作 第六名



914 李采恩 商管
產品行銷 第六名



陳郁文：這次的比賽，對我而言是一個很好的經驗，不論是練習的過程還是比賽經歷，我都會好好珍惜這些難能可貴的機會。我的家人其實都不反對我參加比賽，反倒替我開心。

小記者：學姊們專注在目標的樣子實在太帥了！那麼這次的技藝競賽，學姊們有沒有特別想感謝的人呢？

周旻欣：我最想感謝的人絕對是肖君老師。她一直幫我們重複地演練學科，進行複習，讓我們在學科考試時能夠拿下高分。

汪沛羽：我要感謝學長姐們，謝謝他們陪我們一起練習。還有同樣比賽其他的同學，大家有緣相聚，成為戰友，是很不容易的事。

陳郁文：謝謝指導老師以及肖君老師對我們的照顧，如果沒有老師們的幫助，我是不可能會得名的。

今年的技藝競賽，本校表現依舊亮眼，期待有志往技職發展的同學們，能夠像得獎的學姊們一樣，立定目標，並勇往直前，督促自己，互相鼓勵，共同開創璀璨未來。

902 陳郁文 餐旅
旅館實務 佳作



914 周旻欣 餐旅
飲料調製 佳作



906 王宿樺 家政
美髮 佳作



914 李依婷 商管
產品行銷 佳作



901 蔡佳伶 餐旅
飲料調製 佳作



師生齊心一同奮戰

排球預賽火花四射



【記者楊佳駿、徐于超、簡聰宇 /光榮採訪報導】

今年八年級排球比賽的預賽在四月十六日盛大舉行，所有班級都磨刀霍霍，想在預賽中脫穎而出，經過一番激戰之後，晉級的班級為 801、802、803、806、809、810。

十個班被分配到三組裡互相競爭，每組取二名晉級，只要在決賽中取得前四強，就能獲頒獎項，每個班級都不想錯失這個機會，積極展現努力練習的成果。擔任裁判的紫涵老師表示：「這次的預賽戰況十分激烈，大家都展現了鬥志，例如 806 對上 807 時原本大幅落後，但他們頂住壓力，急起直追，最終反敗為勝，令人印象深刻。」

紫涵老師還說道：「這次預賽同學反應很熱烈，加油聲氣勢驚人，還有任課老師帶自己的班來觀戰，提升士氣，增添熱血氛圍，讓選手愈戰愈勇，比賽過程中皆很安全，沒有太大的傷號，只不過因為戰況膠著，所以常會拖延到吃飯或上課時間。此外，當一方失分過多時，就會向裁判老師請求暫停，討論作戰計畫，調整心態，重振士氣，再接再厲，雖然因此而加長了比賽時間，但也看得出來每個班級都很重視比賽，全力以赴，絲毫不肯退讓。值得一提的是，選手們打完比賽，還有老師送上冰涼的礦泉水慰問選手們，可見同學們的拚勁，連一旁觀賽的師長都深受感動。」

	甲場地	乙場地	丙場地	丁場地
4/16第三節	802-808	803-806	801-810	804-805
第一局	25:13	25:21	20:25	26:28
第二局	20:25	25:5	25:3	25:22
第三局	25:10	X	25:14	20:25
比數	2:1	2:0	2:1	1:2
4/16第四節	809-808	807-806	801-804	810-805
第一局	25:19	22:25	25:8	25:19
第二局	23:25	28:26	18:25	17:25
第三局	25:17	19:25	23:25	25:18
比數	2:1	1:2	1:2	2:1
4/21第七節	802-809	803-807	801-805	804-810
第一局	17:25	25:7	25:18	25:22
第二局	25:13	25:11	25:11	20:25
第三局	12:25	X	X	12:25
比數	1:2	2:0	2:0	1:2



努力、毅力 堅持到底才能勝利

【記者簡芝儀、吳葦庭 /光榮採訪報導】

本校於四月二十八、三十兩日進行了排球決賽，決賽採單淘汰賽制，803、809 因預賽成績優異，獲得種子資格，可以逸待勞，其餘成功晉級的班級則必須捉對廝殺。

決賽時的集合速度相當迅速，秩序也很良好。決賽第一場由 802 對上 806，第一局和第二局的比分都相當接近，但第三局 806 因體力耗盡，讓 802 有機可乘，漸漸突破僵局，最終以 2：1 的比數由 802 率先奪勝。同日進行比賽的班級還有 801 和 810，第一局比賽雙方有來有往、互不相讓，比分非常接近，比數一度來到了 27：25，最終 801 略勝一籌。或許是第一局僵持不下的戰局，使得 801 大量消耗了精神與體力，到了第二、三局時難以為繼，而平時便在紮實訓練中厚植體力的 810 逐漸展現優勢，拿下關鍵兩局，逆轉戰局，以兩勝一敗氣走 801。

四月三十日，決賽第二天，由 809 對上 802，810 對上 803。能夠晉級決賽的班級當然皆非易與，不是能夠輕易分出勝負的，是以兩場比賽都打得驚心動魄，難分難解。實力接近時，考驗的便是平時的練習，久經磨練的 809 和 810 兩個體育班，表現出優異的心理素質，在高張力比賽中扛下輸不得的壓力，雙雙以 2：1 贏得勝利。

較為可惜的是 803，預賽時以不敗之姿殺入決賽，身為種子球隊，決賽時卻可能因緊張而失常，惜敗 810，無緣參與冠亞軍之爭。

決賽重頭戲由 809、810 兩個體育班擔綱演出，809 雖是種子隊伍，但 810 接連攻克強敵，連續取得兩勝，挾帶著驚人氣勢，與 809 正面對決。由於兩隊條件相近，實力在伯仲之間，鏖戰許久之後，809 終究抵擋不住手感正燙的 810，1：2 屈居亞軍，由 810 拔得頭籌。

此次的排球比賽，不論是秩序或是場上表現，都十分優秀，除了上場的選手奮力表現，場外的老師教練們也頻喊暫停，提供了非常多的意見，適時提點指導，使比賽更加刺激，最讓人印象深刻的莫過於田徑隊的學長們也一起來為 810 加油助威，或許是因為這樣，810 才能在強大後援中不負眾望地勇奪冠軍。

排球比賽一直都是八年級的重大活動，雖然結果總是幾家歡樂幾家愁，不過只要大家全力付出，共同奮戰，無論成功或失敗，都會是美好的回憶。

至善服務社 散播歡樂散播愛

【記者簡聰宇 /光榮採訪報導】

學校裡有一個社團，名為「至善服務社」，從名字就可以得知，這是一個充滿愛心的社團。這個社團成立的目的是為了服務別人，例如社區打掃、服務老人，這次他們究竟又做了那些善事？在哪裡做服務？而目的是為了什麼？現在就來看看這個社團的具體內容吧！

至善服務社的指導老師是陳嘉佑老師，他經常帶領著一群小尖兵做各種服務。許多同學上、下學時都會經過學校後門吧？但你是否留心過，這塊人來人往的區域，為何總是保持乾淨清潔的樣子呢？那正是因為嘉佑老師經常帶領著社員，在學校後門的秀江里做社區打掃，把街上的垃圾給掃除乾淨，讓街上總是保持著整潔，使經過的人都能感到神清氣爽。

另一項工作就是為年長者服務，上學期末時，嘉佑老師帶領至善服務社的全體同學，來到位於三和國中對面的安養院，也就是「大愛護理之家」。至善服務社在那裡為年長者們按摩，還特地帶水果前往與他們分享。同學們一邊按摩，一邊陪他們聊聊天，雖然長者們多半聽不太懂國語，但至善服務社的大家還是非常努力地用「袂輪轉」的台語，參雜著國語，盡力地跟長者們聊天溝通，甚至還唱歌給他們聽，雖然唱的是校歌，但眾人聽得津津有味，氣氛和樂融融、非常歡樂。

嘉佑老師所帶領的至善服務社不僅無私地為社區環境貢獻心力，還能陪伴長者，和他們聊聊天、唱唱歌，展現耐心與愛心，讓渴望他人陪伴的長者們得到安慰。至善服務社不僅僅是服務有需要的人，還帶來了溫暖與活力，長者們臉上滿載的笑意與光輝，對至善服務社的同學們來說，就是最大的收穫了。

風吹日曬又雨淋 感謝有您

【記者康丞喧、李昀蓁、黃聖文 /光榮採訪報導】

運動比賽時，裁判員扮演了重要的角色，雖然不是站在場地中央，被鎂光燈給圍繞著，但若是少了他們，比賽就無法順利進行。今年的排球比賽感謝學務處的紫涵老師、元堯老師、婉婷老師以及文正組長擔任裁判，使這次的比賽得以順利完成。

從這次一系列的賽事來看，比賽時，有許多女生在發球的部分失分，又或者因緊張而有持球等動作，當球在前排時，有時還會不小心越過中線侵入對方的場地。婉婷老師表示：「因為七年級時只有比發球，各位同學都沒有分隊對抗的經驗，這是大家第一次正式的排球比賽，經驗難免不足。」至於賽事的發展分析，婉婷老師認為：「決賽 803 對上 802 時，因為男生組狀況比平時練習還要差，因此最後以 2：1 的分數輸給了 802。」

比賽的過程中，總會遇到一些突發狀況或趣事，紫涵老師說：「809 有位女同學是網球隊的，並不擅長排球，但因人數不夠，只好硬著頭皮上場。當時女同學為了把球發過網，可愛的做出網球揮拍的動作，把老師給逗笑了。」

經過這次的排球比賽，希望大家都能獲益良多，也別忘了，在比賽結束之後，轉頭向辛苦陪大家曬太陽、流汗的裁判老師道聲謝。



▲同學們剝橘子給阿嬤吃



▲▼同學們為阿公阿嬤按摩



口罩功能多 認清需求再購買

【記者簡芝儀 / 光榮採訪報導】

在新冠肺炎的衝擊之下，口罩成為 2020 年最暢銷的產品，你可能每天都會戴口罩，但是你卻不一定了解這些口罩的材質跟功能，就讓小記者帶大家來認識一下防疫工作不可或缺的口罩吧！

市面上常見的棉布口罩，並不屬於醫療口罩，它僅能過濾較大的顆粒或灰塵，無法隔絕細菌；活性碳口罩可吸附有機氣體，也可去除異味，但還是沒辦法防疫；海綿口罩用完可以水洗，較環保，且常有明星配戴，因而成為流行，但是它僅能阻隔花粉或塵埃，一樣也沒辦法防疫。

我們一般在診所或醫院領到的外科口罩是屬於醫療口罩，可以阻隔飛沫或病菌，有效過濾細菌，適合於不通風的密閉空間中配戴；N95 口罩可以阻擋百分之九十五以上的病菌，幾乎可以完全過濾細菌，這種口罩適用於飛沫傳染病毒流行時期，最好把它留給第一線密切接觸病患的醫護人員，一般民眾並不需要戴到 N95 口罩。

除了注意口罩材質與用途，戴口罩時也得注意以下要點：注意口罩正反面（鼻樑壓條應朝外）、確認口罩是否完整（若口罩有破損就不應使用）、鼻樑片貼緊鼻樑上方、確認口罩有將鼻口下巴罩好、口罩一沾到唾液或是打噴嚏後就應該更換，避免細菌在口罩裡滋生。



疫情減緩莫輕忽 洗手口罩不可少

【記者楊佳駿、簡聰宇 / 光榮採訪報導】

新冠肺炎肆虐全球，政府為了讓疫情得到控制，確保民眾安全，在醫院、學校等公共場所必須測量體溫，管制出入，並備有酒精隨時消毒，公共運輸及診所等地甚至不戴口罩不能進去。在嚴格的政策及全民配合之下，疫情獲得妥善的控制，在國外依舊為疫情所苦之際，臺灣仍能擁有正常的生活，著實不易。

本校規定每週必須使用三次漂白水進行環境消毒，宣導勤洗手、戴口罩，若生病時也應請假，在家休養。近期國內口罩供應量充足，除了固定配發額度之外，藥局、賣場也都有販售盒裝口罩，同學們應持續保持警覺，配合政府政策，遵守規定，配戴口罩。防疫對應策略中，勤洗手比戴口罩更有用。正確的洗手步驟為：內、外、夾、弓、大、立、腕。先將雙手互相搓洗，接著搓洗手背及十指縫隙，然後是指縫以及手背和手心，別忽略大拇指跟虎口處及指尖，這時若有手錶或飾品，可先取下一併搓洗，如此便完成標準的洗手步驟。

雖然眾人已逐漸恢復過往的正常生活，但病毒未絕跡之前，大家還是要注意小心，不可掉以輕心，才能確保生活完全恢復正常。

領先全世界 中華職棒真的好棒

【記者康丞暄、李昀蓁、黃聖文 / 光榮採訪報導】

冠疫情肆虐，許多運動賽事都受到影響，有的取消賽程，有的延後開賽，而中華職棒大聯盟是此次疫情中，全球第一個開打並且開放觀眾的職業運動。聯盟為了配合政府防疫政策，規定球迷在進場前必須先量體溫，過關後貼上貼紙註記，接著還有第二關：繳交防疫聲明書，並核對個人資料，因為現在進場看球，全面採實名制。

為了趁此難得機會推廣台灣職業棒球，轉播單位找來一位主播與球評，以英語播報，分別為具有多年職業棒球相關經驗的亞洲特派員王雲慶 (WANG Richard)，以及熟悉臺灣棒球的偉恩 (Wayne McNeil) 作為搭檔，進行英文轉播。據悉，在推特直播的統計資料中，以美國、中南美洲和土耳其的觀看者最多，尤其在開季表現一枝獨秀的樂天桃猿隊強打朱育賢敲出再見全壘打時，最高同時觀看人數達到 6000 人，以時差和收視習慣來說，這是相當驚人數字，另外在 Twitch 平臺方面，也已經累積將近 30 萬的觀看次數。經過首場比賽後，外國球迷對於主播和球評的播報和轉播都讚譽有加。

目前除了中華職棒，韓國職棒與日本職棒也接連開打，雖然不免分散了關注度，但依舊成功吸引了世界各國棒球迷及相關媒體的注意，可以說，中華職棒的順利開打，向世界證明了臺灣防疫有成，更意外地在人們為疫情所苦時，提供了心靈的寄託與情緒的抒發管道。

