

光復報

第六十三期

程曉銘題

發行人：校長 程曉銘
出版者：新竹市光復中學
校址：新竹市光復路二段153號
電話：03-5753511

光復中學九十八學年度 美容幼保聯合畢業成果展



▲校長致詞、貴賓致詞

98學年度美容幼保學程畢業成果展，在九十九年五月二十一日下午二點三十分至四點，假彭園會館盛大展開，今年的主題是『嘉華黛綠』在這屬於美容及幼保學程同學們展現自我的日子，非常感謝董事長、校長、許多嘉賓及各國中校長都蒞臨會場，為我們加油、打氣！在大家的協助與關懷下，成就了本次同學們籌備將近一年的動態成果的完美展現。

動態成果表演在幼保學程管樂團的NO BODY演奏聲中，揭開了序幕！幼保學程一年級的同學們，從完全沒有管樂基礎，在不到一年的時間中，經由認真學習和不斷的練習，到可以上台表演，是值得為同學們喝采的成果。

美容學程的整體造型走秀表演，則是三年級同學的畢業作品成果

展，大家盡情發揮屬於年輕的熱情與創意，表現「美」的不同風格，此次所展現的有：華麗奢侈、貴氣逼人的「巴洛克」風情、超乎想像脫離現實的「異世界」幻曲以及炫彩奪目充滿紙醉金迷的「紅磨坊」。同學們的認真與辛苦，得到來賓們高度的讚賞及認同。每個節目都引起如雷掌聲。在這些光采亮麗的走秀背後，是同學們努力的辛苦過程；從主題的設定、資料收集、元素拆解及重組，到繪製設計圖、採購材料、親手製作、定髮型與化妝、台步練習……，在一次次的實驗和失敗中，不斷的修正、檢視，到最後的作品完成！最後；模特兒為了要完美呈現學長姐的作品，都不辭辛苦的忍著腳痛及水泡、不斷的練習台步，這些訓練對大家來說都是自我挑戰的成長經驗。製作過程中，為了力求作品完美，也有過技術瓶頸、理念不合甚至是誤解及爭執，但在師生共同努力下一起解決困難，讓作品如期並完美的呈現，同學們也透過這些歷練，學習到團結合作的力量及自我內在的提升，師生間也因為這樣的革命情感讓彼此間的情誼更加緊密，這是美容學程師生共同努力的成果，更



▲開場—管樂表演

是光復中學的榮耀。

本次也很榮幸邀請到由維真國中蔡校長芸芸所帶領的「愛秀樂團」為我們表演，一首首精彩的歌曲，引起現場熱烈的迴響。

本次的美容幼保學程畢業成果展在眾人的掌聲中圓滿的完成，我們要感謝的支持與協助有許多：感謝蔡孟誠老師及黃雅雯老師為我們擔任主持工作、感謝詹淳淳老師對走秀的指導與訓練、感謝謝馥霞老師的管樂團指導、感謝王慈嬪老師的靜態展作品指導，

本次的圓滿落幕並非結束，我們更新的意念已在萌芽、將會崛起、蓄勢待發，讓我們期待下一屆更具創新與創意的表現！



▲走秀—巴洛克之二



▲舞蹈—幼保科現代舞



▲紅磨坊



▲愛秀樂團



▲幼兒舞蹈



▲走秀—巴洛克之一



▲走秀—異次元之一



▲謝幕
珍重再見

觀光餐飲學程畢業成果展 行銷台灣在地美食與風景

隨著大陸人士來台觀光旅遊，台灣在國際上嶄露頭角的機會越來越多，如何將台灣在地的美食、特產以及人文風景行銷出去，正是本次觀光餐飲學程成果展的主軸。

本次成果展主題從活動規劃到成品製作，都是由老師指導學生包辦；其中餐飲組的台灣伴手禮販售：代表屏東的櫻花蝦沙琪瑪、澎湖的蜜汁花生小魚乾、原住民泰雅族的涼拌山豬皮、台中龍井的酸辣地瓜絲、宜蘭的金棗餅乾、台東洛神花酥、古坑咖啡泡芙，在學生創意發想及不斷試驗之下，道道都是美味，也在校內伴手禮販售大受歡迎。

靜態展示區，更是將展示桌設計成台灣形狀的地圖，並隨著台灣地形的高低起伏，將每道菜餚在鐵軌上呈現；觀光組的學生，在籌備期間更是南征北討，北至基隆宜蘭、南至高雄墾丁，都實際一一去走訪勘景，為的就是能將學習的成果在來賓、家長及老師們面前完整呈現。

新竹的十七公里海岸線、基隆的廟口小吃、宜蘭的傳統藝術中心、阿里山的日出雲海、南投清境農場的好景觀、雲林古坑精采的農特產品，就讓觀光餐飲學程的學生們帶領所有來賓一起搭上台灣美食觀光列車，享受美食與觀光的饗宴。

◎實395班 林翎筠

升上三年級後，我們必須完成一項重大任務，那就是畢業成果展，將三年學習的成果在成果展中完美呈現。

從專題製作開始直到各組討論，這真的不是一件簡易的事情，我們都是首次接觸，也不清楚要從哪兒開始尋找資料，除了老師給予的幫助外，我們也花了很多時間在試做與檢討，而報告出來的結果都獲得不錯的評價，接下來就是成果展的規劃及籌備了，我被推選為成果展的總召，真的是令人驚訝又不安，這些日子裡不斷與老師反覆討論與修正錯誤，再加入學生的創意及想法，雖然我們遇到許多令人灰心的狀況，活動表演、販售產品……等等，可說是狀況百出，但我們都用最正面的態度來面對並且解決問題。

成果展的過程中，我們學習到了團隊合作，如何溝通協調與聯繫各個組別的進度掌握的能力，既然我們是一個團隊，就要同心協力合作，同一條心一起努力，而我們此次最缺乏的就是表達及溝通的能力，因為我們

有很多疑問在心中，但卻不懂得怎麼說出口，結果問題越來越大，導致無法收拾，經過這次的磨練，我們遇到問題都應該要提出來，並設法去溝通解決。

最後要感謝科主任及科上每一位老師的幫忙及付出，要不是老師們給予我們支持及指導，可能這個成果展就不會那麼順利完成，也要感謝觀餐科全體學生的幫助，才能讓畢業成果展完美的落幕。

◎綜281班 蘇思穎

這次的成果展讓我感觸很深，我是基隆宜蘭組的組長，開始做的時候遇到好多的挫折，根本不知道從何著手，而且轉眼間就要完成情境、展台和旅遊手冊的手稿，一切都要開始了，我卻還愣在那邊不知道怎麼做下去，之後我去請教許多的老師，問了又問了又問，終於有了頭緒了，但是總會有許多東西一直要更改，但是我們要學會改進，學會聽從老師的話再綜合我們組員的意見來完成。

做情境佈置時，要怎麼做、要多大……等，都搞不清楚，幸好蔡敏老師給我們許多意見，在組員們合力

之下順利完成，還被老師誇獎，後來展台製作開始了，立體的東西好難弄，要有主題性、要有凸顯性，不斷討論後終於慢慢做出來樣貌了，直到最後我們完成了，相信大家的努力會有很好的ending。

這次的成果展，讓我有機會可以當個領導者，讓我有機會把我自己的想法和大家的想法融合一致，完成這樣大型的活動，雖然過程中壓力很大，但是卻有滿滿收穫。



▲作業展示區



▲農特產區



▲靜態展示區-飲料組



▲餐飲靜態展示區-山胡椒南瓜糕



▲餐飲靜態展示區-櫻花蝦沙琪瑪



▲觀光靜態展示區-基隆、宜蘭組



▲觀光靜態展示區-新竹、苗栗組



▲靜態展示檯-台灣

第一屆桃竹苗高中職專題製作 資處學程小論文競賽榮獲佳作

本校資料處理學程241班學生代表科內參加育達商業科技大學舉辦99年第一屆桃竹苗區高中職學校專題製作／小論文競賽，榮獲佳績，本次比賽一共分為兩組分別為商管組和技藝組，主辦單位表示，桃竹苗地區高中職學校參賽情況十分踴躍，舉凡如中壢高商、竹北高中、新竹女中、苗栗高商、新竹高商、中壢家商、關西高中、永豐高中、桃園農工、大湖農工、楊梅高中、中興商工、建台高中、光啟高中、育達高中、育達高商、治中高中、振聲高中、君毅高中、曙光女中、光復高中……等二十多所公私立高中高職，其中本校資料處理學程一共派四組二十位學生參賽。

其中，商管類共計247組作品報名參賽，錄取第一名1組、第二名3組、第三名2組，優選9組，佳作38組，本校資料處理科學生林思婷、陸志翔、彭郁雯、王曉晴、陳怡伶榮獲第二名。嚴峻維、李信德、葉佳杰、李羿遠、李柏需榮獲優選，在247組隊伍中脫穎而出榮獲殊榮。

此外，在技藝類共計72組參賽，錄取第一名1組、第二名2組、第三名3組、優選8組、佳作13組，資料科學生陳君柔、張汝君、林澤明、黃文儀、莊羿瑀榮獲優選。

指導老師兼班導師梁國珍老師於去年12月份開始帶領學生製作專題，乃因明年100年推甄，學生有一個必備項目——專題／小論文，所以全班同學分四組開始積極從事專題的製作，學生陸陸續續參加各大專院校所舉辦的專題競賽，屢獲佳績，建立學生的自信心，所以才會在這麼多人參賽的情況下，脫穎而出榮獲殊榮，也為他們自己得到了無數的掌聲和將來推甄的有利證明。



新竹縣市 英語 情境會話比賽

各校「英」雄盡出齊聚光復

98學年度教育均質化之新竹縣市英語情境會話比賽已於5月20日下午舉辦完成，本次校內外參賽隊伍共計國中6隊、高中6隊參賽。

各校學生使出渾身解數盡情展現平時練習的實力，希望為自己也為學校爭取最高榮譽。國中得獎隊伍中之六家國中「雙人相聲」英語對談流暢、自強國中演出之「盲目網友會」道出網路交友潛在的危險性、本校國中部學生演出之「同性戀」道出現今社會非主流交友方式、而新科國中演出之「胖子學園」描述的是因外形排擠他人的轉學生故事，其中笑料百出、詼諧逗趣、搏得滿堂采榮膺第一名寶座。

高中得獎隊伍之新竹高工是個男孩居多的學校，劇中的Samantha

是電機科一年級班上唯一的女生，在如此陽剛的學習環境下，她面臨許多困難及無助，最後她該如何解決呢？演出戲碼「萬綠叢中一點紅」，述說著青少年兩性相處的微妙之處。本校綜201演出「錢買不到真愛」，Eric是個有錢人，他認為女生都喜歡貴重的禮物；Ivan是個窮人，他會去觀察「她」需要甚麼，而不是去買那些華而不實的東西；愛是去關心別人，是用錢買都買不到的東西。綜202之「因為我是女生」說明男生不該對女生有性別歧視，其實女生也是可以打籃球的，希望男女同學們不只在班上相處愉快，在社團也可以很愉快。榮登高中組第一名之綜203同學，以校園生活為主題，以新的學期開始，一位新同學Sara認識了Amanda，

Mandy和Jessica，她們成了好朋友。有一天，Amanda借一本她最喜歡的書給Sara，但隔天Sara就把她的書給弄髒了。Amanda非常生氣，不想聽她任何解釋。從那天起，Sara每天都沒有來學校，大家都很擔心她，她們幾個決定去家看看是不是發生了什麼事，才發現生病了。Amanda和Sara互相道歉，並邀請她回學校，她們又再度成為好朋友，完整詮釋朋友間「寬恕」的意義。

比賽結束後，受邀擔任評審老師之元培科技大學應用外語系高奇清主任講評時，對於參賽同學們的表現給予肯定及鼓勵，同學們能在台上以全程英語方式進行一場流利的情境對話，同時又需兼顧肢體表現與觀眾反應，是一項不容易的任務。高主任期望同學能藉由今日的比賽，更親近英語、喜愛英語，將英語融入生活會話中。

雖然比賽結果仍有勝負之分，但同學們在從組隊、編稿、練習等參賽準備的過程中，經歷的重重考驗才是最重要的學習。期許所有參賽及觀賞的同學們，都能在英語學習上，得到寶貴的一課。



第二屆光復中學 飢餓十二體驗營

今年的五月七日，光復中學舉辦第二次的飢餓體驗營，本次參加的人數約有一千四百多人和去年的三百人相較之下，將近多出了四倍之多，本次報名方式有別於去年的個別報名方式，報名以班為單位，並且全班有達九成以上的同學願意參加，導師願意陪同的班級，才予以參加。結果出乎意料的踴躍，共有33個班級願意共襄盛舉。

由於參加人數眾多，本次活動

由社團活動組及訓育組一同規劃整個活動行程，所以活動企劃社及班聯會的同學，共同攜手合作本次的計畫。本次營隊的名稱為散發「光」芒「復」付出愛，將光復的校名巧妙的放入營隊名稱中，本次的營長為綜273班陳芷君同學，營長所負責的業務非常的多，包括當天工作人員的編制，糧食的發放，最後善後等問題的處理。工作繁雜及辛苦，所幸班聯會主席及成員的支援，使得營隊的工作

能順利的推行！

本營隊的主題是配合今年世界展望會所推動的關懷主題：幫助貧童活過五歲，也因為這個主題，營隊設計了以台灣為中心，將愛送至五大洲的帆布海報，由校長首先將簽上名字的大手，貼在台灣上，而同學可將自己的小手貼紙，簽名之後，利用下課時間至思源樓中廊，貼在五大洲上。代表支持世界展望會這個議題，也願意支持這個活動！

整個營隊飢餓的過程中，感謝人事室周春英主任、教學組長楊嫻瑜組長及黃雅雯老師，在下課時間，

為大家準備小故事外，也幫大家加油打氣，讓整個校園瀰漫在溫馨的氣氛中！而且生命教育的老師，也利用中午時間，為大家帶來一份神秘的獻禮——獻唱「隱形的翅膀」，陪同同學度過難熬的午餐時間。

雖然五月七日，天公不作媒，天候不佳，整個活動雖非很順暢，但從許多溫馨分享卡中，了解同學已體會到非洲貧童的痛苦，並且對於自己富足的物質生活，更加的知福、惜福，進而懂得感恩、知足，才是主辦單位舉辦活動的最大的用意！



▲校長率先貼上大手代表支持本項活動



▲工作人員為參加體驗的同學準備生命糧



▲同學在班上認真的做體驗活動



▲本屆體驗營的營長273班陳芷君及副營長173班吳浩宇



▲本次參加活動的人數眾多將體育館擠的水洩不通



▲大家拿著拉拉棒排心型

飢餓十二體驗營心得

◎綜292班 卓品好

這一次參加的「飢餓十二體驗營」，讓我深刻的感受到那些飢餓的人都沒有東西吃，而！我們這麼幸福，卻不懂得珍惜！跟他們比起來，我們好很多了，一整天的體驗營下來，雖然我們不能吃東西，但至少我們可以喝流質的水飲，但是~對於那些每天飢餓的人來說，說不定連水都沒有得喝！甚至會因沒有進食而餓死。

剛開始報名時，我心想：『這種餓自己的活動，應該很少人會參加吧』但是後來我發現我錯了！當我準備要進入到會場時，我已經看到大排

長龍的人了，真的是非常的壯觀。

在教官、老師與營隊工作人員的引導下，大家漸漸的進入了體育館，並且就定位，人員真的是很壯觀，人山人海的光復同學，都是那麼的有愛心，為了那些正在飢餓的人，願意以實際行動支持這項活動，雖然跟那些飢餓的人比起來，只是微不足道的一天而已，但我相信有這份心意，那些飢餓許久的人們，一定可以感覺到我們的愛心與想給他們溫暖的一顆心。

非常感謝學校，舉辦這一次的活動，讓我有機會體驗與付出！讓我

更有機會了解到，在這個世界的某個角落，有那麼多的人因為沒有東西吃而餓死與病死，透過這次的活動使我對於生命~多了點珍惜與愛惜！

我希望世界上的每個人，都有一份關懷的心，省下一杯飲料的錢，也許就能讓貧窮國家的人，有生命延

續下去的機會，當我們把吃不下的東西倒入廚餘桶時，是否也能想想那些飢餓的人，是多麼的可憐！如果真的吃不下，為何不買少一點，這樣就不會浪費食物了！讓自己以實際行動關懷弱勢團體，使得這個世界充滿著愛與關懷！這是我最大的夢想與希望！

五月感恩月 光復中學懷孕體驗活動

5/7當天走一趟光復中學，會發現怎麼搞的，怎麼校園裡到處可見大腹便便的高中生？這可不是社會大頭條，而是學校舉辦的五月感恩月懷孕體驗活動，讓全校男女同學依其意願扮起孕婦，感受當媽媽辛苦和不方便。

為了要真實模擬母親懷孕體態的改變，凡參加的同學都必須自備登山背包以及3Kg的白米，一整天8小時都背著自己的寶寶，讓自己變成超級孕婦。201班還有一位男同學自願懷「雙胞胎」--7公斤白米並且穿上白色孕婦裝，參與一整天的活動。

中午學輔中心設計闖關活動，讓孕婦們爬新大樓的旋轉樓梯，到四樓空地產檢脫鞋子量體重，這時有同學驚訝：「啊！肚子太大了，看不到鞋子啦！」、「啊！好難蹲下來綁鞋帶喔！」、「爬樓梯好累！腰好酸、背好痛」。之後再到學輔中心二樓學習有助生產的孕婦瑜珈，並且練習「膝胸臥式」，將自己的胸口貼在地板將屁股盡可能地翹高，體驗媽媽們在懷孕末期為了讓胎兒頭朝下的運動，以利自然生產。同學們練習之後莫不汗涔涔、求饒聲不絕於耳。

懷孕體驗活動從上午8時進行至下午4時，許多學生因「帶球走」，立即感受到上體育課、實習課、上廁所、午睡、運動打球等不方便。過程中孕婦無論坐、站、打掃時均表示真的「很不便」，覺得要當個好媽媽真不容易，體會媽媽懷孕時要承受嘔吐的苦、不能随心所欲的苦等，藉此培養光復學生尊重生命的觀念。

為了讓同學們瞭解母親孕育子女的辛勞，並將感動回饋給媽媽，學輔中心特別設計「感恩卡」，讓每個參與的學生領取之後，回去貼上一張「體驗活動照片」寫上對母親的感謝，並且請媽媽看過之後簽名，有一位同學說：「以後我也要好好保護自己的孩子，就像媽媽保護我一樣！」看到同學們有深刻的體驗，相信和父母之間的關係會更加的親密，也有更多的體諒，對自己的兩性交往也會知道要「尊重生命、愛惜自己」。



觀餐學程新光三越西餐禮儀教學

位於新竹都會區的新光三越百貨，在溫馨感恩的五月委由本校觀光餐飲學程舉辦了數場與教學結合的活動，4月24日西點教學示範及5月1日母親節蛋糕預購，由呂依蓉老師與學生對民眾進行草莓鬆餅教學示範，4月25日西餐禮儀教學由侯雅華老師及學生為五對親子示範西餐用餐禮儀，活動現場氣氛熱絡，觀餐學生表現更獲得參予民眾的高度肯定。

◎綜195 彭婉婷

一開始要參加這次公差時，我還完全不知道活動是什麼，只聽到要去“新光三越”出公差，覺得很酷！所以我和藝憶就參加了老師這次的公差任務，這次帶隊的是侯雅華老師，由於雅華老師是我們班的餐服老師，而我又剛好是餐服小老師，所以和雅華老師並不陌生緊張感也少了些。

活動名稱是「親子西餐禮儀教學」，為了怕那天表現手忙腳亂，所以星期五社團時間雅華老師將我們集合到餐服教室訓練，一開始覺得很困難，但是就在老師細心、認真的講解下才發現原來有些東西在我們餐服課程時也有教到，例如：拿托盤、倒水...等。當換我們自己操作時，還好有學長姊們在一旁的協助所以做起來很順利，只是第一次開口布的我手有點打結以至於方向有些錯誤，還好現在是在學校練習，如果當天這樣出糗那還得了！練了好一會兒手也比較順了，接著換練倒水這還蠻容易的所以一下就完成了，只是換練到“服務夾操作”時，我又遇到瓶頸了，手好像有障礙似的，經過老師指導我施力點的掌握後，總算比較協調了，老師更要求我們回家多練習。全部整個流程教完一遍後，我們四個人把流程全部做一遍給老師看，一步一步慢慢來跟著學長姊們的腳步走，我做到了！對自己在星期日的表現真的愈來愈有自信了！

星期天悄悄的來臨，抱著緊張的氣氛踏進了新光三越電梯，“叮”！八樓到了，走在往會議室的路上，一路上有好多目光在注視我

們，來到活動場地後，又有了新的考驗，新光三越的工作人員卻拿錯檯布，使得時間變的很緊迫，重新鋪完檯布後就先放餐具在每個人的位置上。

活動開始了，老師開始講解時，我們也開始上開胃菜，之後我們就站在旁邊一邊聽老師講解一邊注意來賓們的舉動隨時要幫進行服務，到了點心時間，卻因為蛋糕是剛從冷凍取出，結果我們的塑膠刀切斷了，蛋糕還無動於衷，只好將蛋糕等老師快講解完主餐時才把它切好，說明完飲料時，整個用餐禮儀就示範完畢了。

活動順利完成，而我也學習到很多東西，雖然有些器具還是不夠熟練，但我會更加努力練習的！很謝謝雅華老師這次的教學還有學長姊們的幫忙，當然還要謝謝陪我一起參加這次活動的藝憶，最後我要謝謝的人是科主任，因為主任在這個活動的前兩天，對我說：「星期天要加油喔！」更讓我決心要好好表現才行！



▲西餐禮儀教學場地



▲示範主菜切割



▲西餐禮儀教學過程



跨校網路讀書心得競賽 光復學生作品成績斐然

本學期持續配合教育部推動的跨校網路讀書心得比賽，為維持學生參賽投稿作品的品質，仍採各班作品擇優投稿，感謝各班導師熱情推動並事先篩選作品，讓優等以上作品從上學期的6篇成長為本學期的61篇，成績斐然。

本學期投稿篇數共227篇，獲特優共有8位，優等有53位，甲等共31位，獲獎率達41%，名單如下：

特優：綜201葉聖方 綜203程筠 綜242莊羿珺 綜243賴冠伶 綜252邱雅淳 綜262戴維君 綜282田育慈 綜291曾淑媛

各獲頒獎狀乙紙、圖書禮券500元

優等：一年級—綜101拾以蓉 綜103趙新妤 綜121林家豪 綜121陳宜亭 綜131葉萬坤 綜143湯家祈 綜143陳怡君 綜164鄭淑慧 綜172蔡惠如 綜173陳思靜 綜183陳書珮 綜183彭小軒 綜192劉彥伶
二年級—綜201陳宗棠 綜201楊博丞 綜201陳茹琳 綜201蔡瑞哲 綜202余佑心 綜202游東蔚 綜202鍾誼靜 綜203施凱晴



綜203林依柔 綜204蔡孟儒 綜211吳施儀 綜211徐益樟 綜211黃昱博 綜221謝易姝 綜222陳宜婷 綜222盧立剛 綜223吳家豪 綜224彭懷逸 綜224儲昭全 綜231盧建延 綜241陳君柔 綜241林思婷 綜241陳鳳涵 綜241陳彥禎 綜243許婷怡 綜243陳昱璋 綜244王科驊 綜244傅郁萱 綜251黎彩因 綜252余鑑洋 綜253陳雅祺 綜261楊亞臻 綜262傅靖庭 綜273吳怡萱 綜273劉明喬 綜273陳幸怡 綜273黃郁雲 綜283吳幸容 綜291黃敏晴

各獲頒獎狀乙紙、圖書禮券100元

甲等：一年級—綜112王顯翔 綜131楊子儀 綜131陳柏宇 綜143劉心瑜 綜172林宜好 綜181潘美華 綜181李湘淳 綜191孫于涵 綜195蔡皓宣

二年級—綜201梁維麟 綜203徐宛寧 綜203鄧詩華 綜203李燕貞 綜204李立仁 綜244張怡婷 綜251褚競 綜251劉芝妤 綜252陳玟禎 綜261關圓圓 綜263吳家昇 綜263古玉秀 綜272陳俞任 綜272李麗華 綜273莊雅雯 綜273黃翊林 綜281劉于禎 綜282楊秉軒 綜282梁予宣 綜282涂家純 綜283柯雨汝 綜292徐彩菱

每人獲頒獎狀乙紙