

## 新北市立新店高級中學 114 學年度 第 1 學期 12 月份班會討論提綱

週次	日期	主題	引言	討論題綱
1	12/1~12/5	【尊重自然】	我們時時思考「土地」與「生活」的關係。在珍惜和平與穩定的同時，也提醒我們關注生態保育、永續城市與環境承载力等議題。當人類開發不斷擴張，如何在成長與保護之間取得平衡，成了重要課題。學會尊重自然、保護環境、減少資源浪費，正是我們對這片土地最實際的回應，也是對未來最溫柔的承諾。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你如何在日常中實踐對環境的尊重？</li> <li>2. 校園有哪些地方可以變得更友善生態？</li> <li>3. 若要守護生活的土地，你願意改變什麼習慣？</li> </ol>
2	12/8~12/12	【一次性包裝】	聖誕節象徵分享與溫暖，但在歡樂背後，也隱藏著過度消費與大量浪費的問題。透過負責任消費與資源循環的觀念，我們可以重新定義節日的意義，讓愛不只是物質，而是體現在減少一次性包裝、選擇友善商品與實際關懷他人的行動中。真正的祝福，不是擁有更多，而是讓世界變得更美好。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 你認為「買聖誕禮物」與「過度消費」的差別是什麼？</li> <li>2. 如何讓禮物更有意義而非只是價格？</li> <li>3. 若要實踐環保聖誕，你會怎麼做？</li> </ol>
3	12/15~12/19	【年末感恩】	感恩是一種看見與珍惜的能力。它提醒我們，生命中的每一份支持、每一次陪伴，都不是理所當然。透過感恩，我們能以更柔軟的心面對他人，理解彼此的付出，並在日常行為中實踐回饋與善意。感恩不只是一句謝謝，而是一種讓人更成熟、更懂得珍惜生活的態度。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 在校園生活中，哪一件曾讓你感到被支持或被理解的事值得你心存感謝？</li> <li>2. 你覺得感恩能帶來哪些正向影響？</li> <li>3. 我們是否常忽略身邊人的付出？如果要感謝某個人，你願意怎麼表達？</li> </ol>
4	12/22~12/26	【回顧這一年】	一年的結束，是回望自己成長軌跡的時刻。不只檢視成績，也反思是否善待他人、珍惜自然與實踐責任。從心理健康、友善人際到環境意識，每個選擇都構成現在的我們。反思讓我們看見不足，也讓我們更清楚未來方向，學會成為更溫柔而堅定的人，更是對學習與成長的負責。升體適能，讓自己擁有更好的身心狀態。	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 2025 年你最大的成長是什麼？</li> <li>2. 哪些部份其實可以做得更好？</li> <li>3. 明年你希望成為怎樣的自己？</li> </ol>