

106 學年度  
國立花蓮高級商業職業學校  
學生社團活動評鑑

# 淨心社

指導老師:曾美玲

設計編排:

文書

社長

副社長



# 目錄

一、	社團宗旨.....	2
二、	活動點名單.....	3
三、	活動日程表.....	4
四、	招生及訓練社員情形.....	5
五、	分工合作情形.....	6
六、	社團負責人改選及交接情形.....	7
七、	活動相片①破冰遊戲.....	8
八、	活動相片②省花日照中心.....	10
九、	活動相片③反毒活動.....	17
十、	幸福格言心得.....	20
十一、	心靈故事感言.....	22
十二、	本學期優缺點及未來展望.....	24

## 一、 社團宗旨

「淨化人心，利人利己」

## 二、 社團特色簡介

淨心社同學在此學習如何淨化自己的心靈，進而以感恩的心去幫助他人，使家庭、學校、社會更祥和安樂。

## 三、 本學年社團教學指標

透過歌唱、格言、心靈故事、勵志影片賞析、關懷服務、團康活動等單元，增進自我反省以及和團員的自我交流，促進彼此情誼並學習關懷的態度和技巧，使每次的服務都真心付出，自我成長。

## 四、 活動企劃 1—上學期(省花日照中心)

(1) 健康操

(2) 表演 Baby Shark 舞蹈

(3) 玩賓果遊戲

(4) 有獎徵答、說笑話 and 故事

## 活動企劃 2—下學期(美崙山淨山活動)

(1) 爬美崙山健身+撿垃圾      (2) 環保分類，為地球盡一份心力  
(3) 搭起心橋團康

# 活動點名表

24 花蓮高商106學年度第1學期社團成績表									
社團名稱 淨心社				社團性質		指導老師 曾美玲			
序號	班	級	座號	姓 名	性 別	學 號	社團幹部	社團成績	備註
1	102	英一乙	08	蔣皓宇	男	614042		+4	
2	102	英一乙	10	劉吳琰	男	614044	文書	+6	
3	102	英一乙	17	陳育琦	女	614051		+4	
4	111	會一甲	38	高偲庭	女	612038		+4	
5	121	商一甲	30	梁珮玲	女	613030		+6	
6	131	資一甲	01	陳宇豪	男	611001		+6	
7	131	資一甲	05	鄭哲翔	男	611005		+6	
8	132	資一乙	34	李慧舒	女	611072		+4	
9	133	資一丙	26	黃純珊	女	611101		-5	
10	201	英二甲	02	周冠宇	男	514002		+1	
11	202	英二乙	24	陳瑞伶	女	514059		+4	
12	221	商二甲	03	侯勝翔	男	513003		報社	
13	221	商二甲	09	黃群皓	男	513009		-8	
14	221	商二甲	19	歐陽鳳蓮	女	513067		+6	
15	221	商二甲	20	林昕穎	女	513020	副社長	+8	
16	222	商二乙	10	王藝竹	女	513047		+2	
17	222	商二乙	35	鍾亞奇	女	513072		+2	
18	231	資二甲	02	龔劉芷瑄	女	511038		+6	
19	231	資二甲	28	郭曼麗	女	511028		+6	
20	233	資二丙	16	鄭裕勳	男	511092		-2	
21	301	英三甲	01	王任	男	414001		-6	
22	301	英三甲	04	蘇孟哲	男	414004		-6	
23	302	英三乙	24	孫好婕	女	414061		-6	
24	321	商三甲	01	詹高全	男	413001		+4	
25	321	商三甲	11	羅百宏	男	413011		+2	
26	321	商三甲	12	劉欣沅	女	413012	社長	+8	
27	321	商三甲	18	徐千耘	女	413018		+6	
28	321	商三甲	21	林欣瑩	女	413021		+4	
29	332	資三乙	14	吳奕聖	男	411050		+6	
30	333	資三丙	15	陳俊宇	男	411088		+6	

活動場地：會三甲教室 指導老師：曾美玲

備註：社團成績以80分為基準，在【(80+8)及(80-8)】範圍內評分(最高88分、最低為72分)

109.1/3

製表日期：106.11.24

# 活動日程單

國立花蓮高級商業職業學校 106 學年度 第 1 學期

## 綜合活動日程表

社團： 24 - 淨心社 指導老師： 曾美玲 老師

週次	日期	節次	課程內容	備註 (上課教師姓名 )
七	10月11日	5	叩頭「淨心」	張俊德
		6	觀賞感恩影片	張俊德
九	10月25日	5	①幸福格言 ②心靈故事 校外服務	張玲
		6	④觀賞感恩影片	
十二	11月15日	5	①幸福格言 ②心靈故事	張玲
		6	觀賞感恩影片	
十三	11月22日	5	①幸福格言 ②心靈故事 校外服務	張玲
		6	觀賞勵志影片 (永不放棄)	
十六	12月13日	5	①幸福格言 ②心靈故事 校外服務	張玲
		6	觀賞勵志微電影	
十八	12月27日	5	校外服務	張玲
		6		
十九	107年 1月3日	5	①幸福格言 ②心靈故事 ③幹部預選	張玲
		6	觀賞勵志微電影	

◎備註：請按照日期、週次依序填寫課程內容，若有其他活動亦是。

## 招生及訓練社員情形

我們社團大都是口耳相傳，是一個身心靈成長的社團。

為了去省花日照中心為長者服務，我們除了認真實踐老師教導的格言及心 靈

故事，自我淨化心靈，與人和睦，盡力助人，也用心設計活動也分組分工合作，期待帶給阿公阿嬤快樂，大家做關懷卡片，練習按摩、說故事、講笑話，還練習簡單有趣的舞蹈。也透過團康活動讓社員們的心更契合、更團結。



## 分工合作情形

每一個幹部都能相互協調、分工、再分組帶領社員，使整個社團十分和諧。尤其是去黎明教養院及東區老人之家，由於院生眾多，大家分成四組，井然有序，連院方都稱讚有

**佳!!!**



## 社團負責人改選及交接情形



學期	幹部名稱	班級	姓名
106 上學期	社長	商二甲	林昕穎
	副社長	商二甲	歐陽鳳蓮
	文書	英一乙	劉昊瑛
	康樂	商三甲	劉欣沅
106 下學期	社長	商二甲	歐陽鳳蓮
	副社長	商二甲	林昕穎
	文書	英一乙	劉昊瑛
	康樂	商三甲	劉欣沅



# 活動相片

## ① 破冰遊戲

(我們是一個充滿愛心歡樂的小家庭)





## ②省花日照中心

美國某心理學雜誌發表了一個研究，  
發現經常助人的人幸福指數高於不願付出的人。  
可見善是一個巨大的正能量，  
因此我們開心地來回30分鐘，

徒步去『省花日照中心』陪阿公.阿嬤做暖身操.玩賓  
果.唱歌.跳舞.講笑話.聽他們談今說古，  
為了讓長者開心，  
我們使出渾身解數賣力付出，  
阿公.阿嬤更是心花怒放地配合演出，  
最後在長者：

『你們一定要再來喔！』聲中結束了美好的聚會。



## 1.健康甲百二～動一動



## 2. 玩賓果～動動腦





### 3.~~我們跳給您們看~~





#### 4. 一起歡唱



## 5.講笑話





## 6.期待再相會



### ③ 反毒活動

#### 1.前往健康管理中心參加反毒活動





## 2.認識毒品

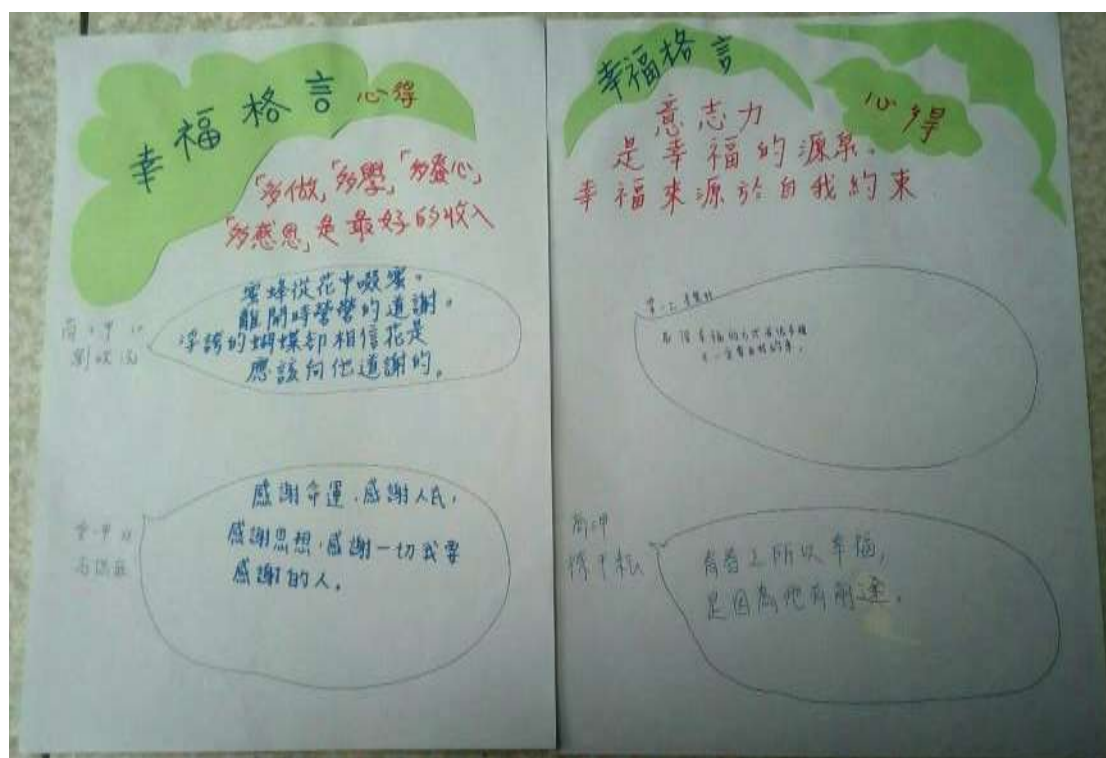


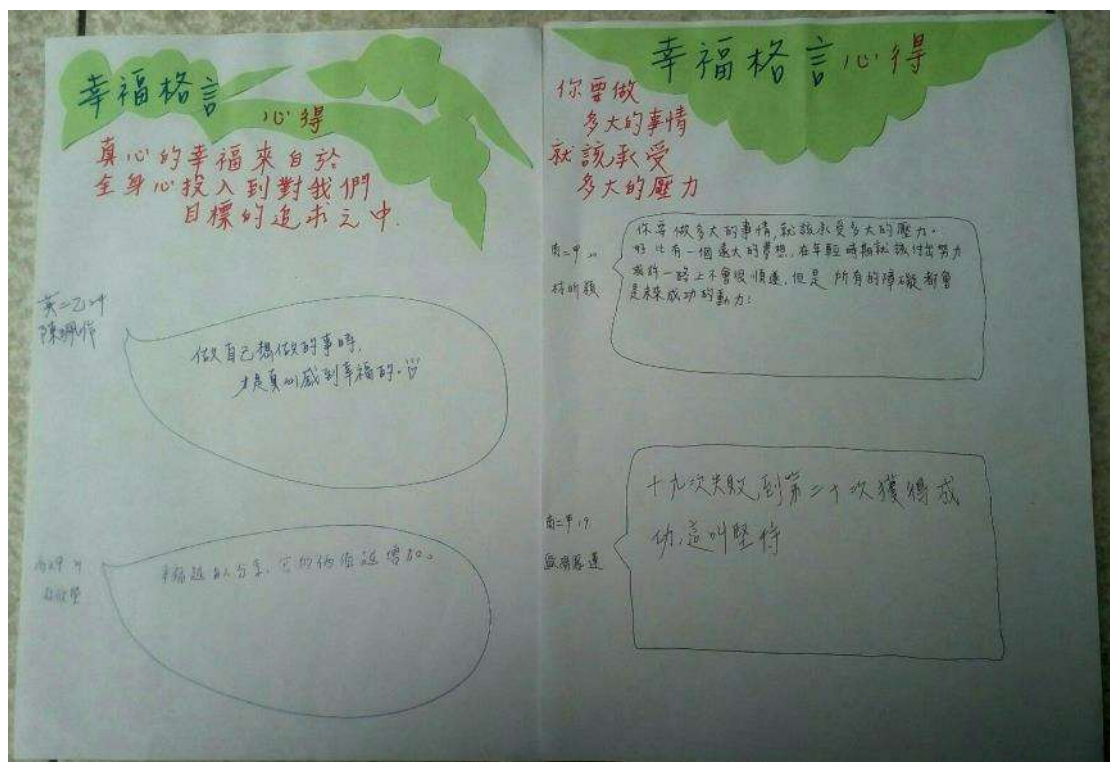
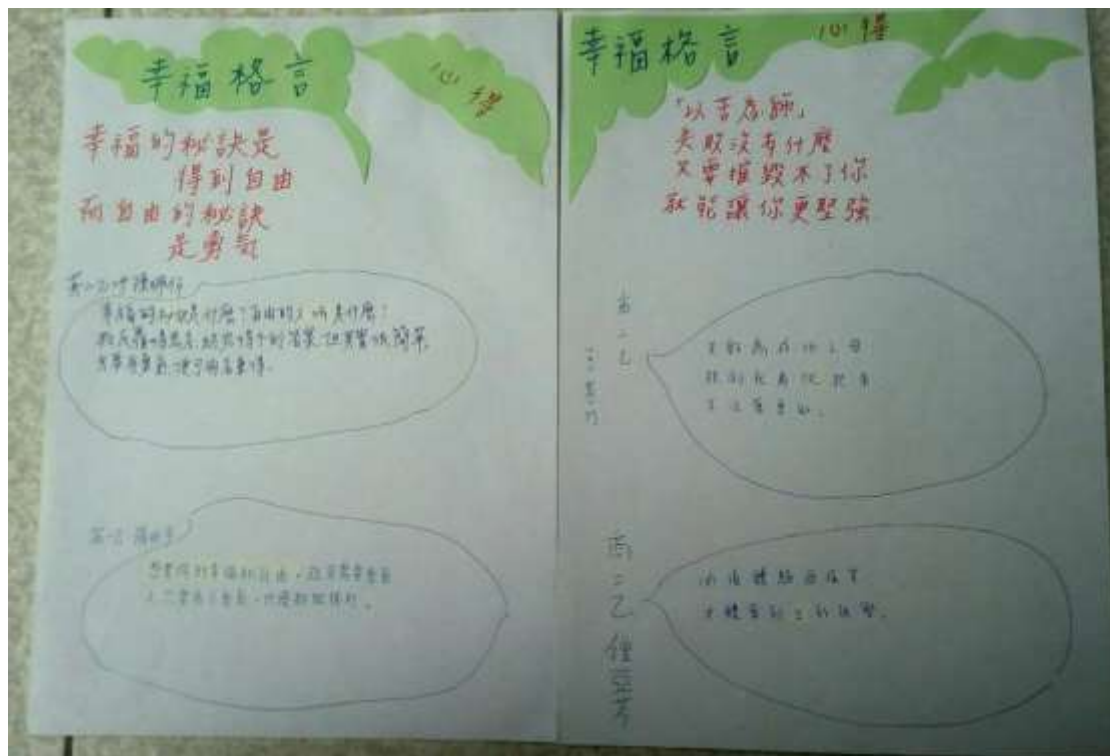
### 3.拒毒、防毒 心靈成長



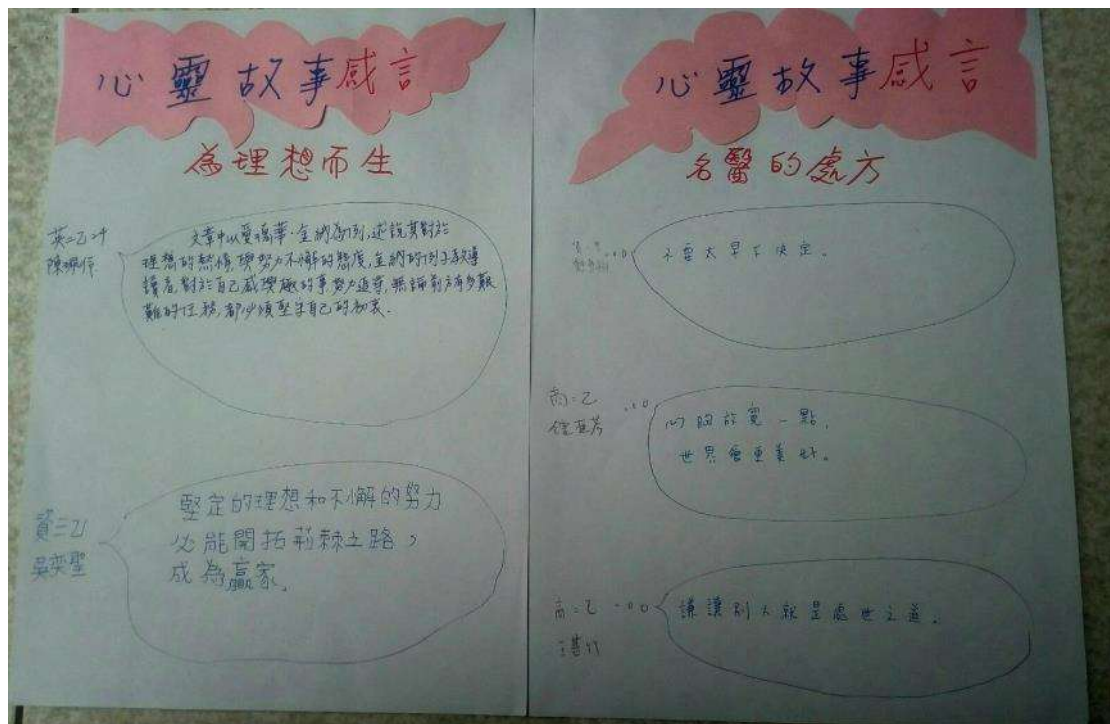


# 幸福格言心得





# 心靈故事感言





## 心靈故事感言

### 得意忘形的惡果

黃三甲  
謝冠宇

不要倚仗自己的優勢而去藐視他人，不然容易招致身敗名裂。

他不需要那麼大片的土地。

黃三乙  
吳奕聖

做人不要太真心，該是多少就是多少，量力而為就好。

黃三乙  
陳俊宇

人要知道，不能下場很慘。

## 心靈故事感言

### 從算盤得到的啟示

張三丙  
陳俊宇

信是無價之寶，就像（信）字一樣，是（信）右是名，不該是（信）左是財，（信）右是名，不該是（信）左是財，（信）右是名，不該是（信）左是財。

黃三乙  
謝冠宇

不為了錢而失了信用。

## 心靈故事感言

### 窗框也會痛

黃三甲  
謝冠宇

母親真偉大！

這個母親很有智慧，她的孩子很有福氣。

黃一乙

10號 劉昊瑤

對一個孩子最大的影響，就是母親。

## 本學期優缺點及未來展望

