



健民國小《Seize the Day》暑假主題作業

年 班 座號： 姓名：

親愛的家長，您好：

尊重孩子、相信孩子，孩子的表現一定會超乎我們的想像。今年暑假，Seize the day，把握當下每一天，嘗試讓孩子做自己時間的主人！在摸索中培養經驗、發現學習的興趣，做自己學習的主人，讓假期成為孩子最棒的自我探索時光！

健民國小 敬啟

2023. 6. 30

《暑假主題作業說明》

項目	說明	作業繳交或驗收
Open Book 閱讀通	<p>★閱讀 Remix</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 主題小書創作。 2. 創作主題由各班自訂。 3. 1-3 年級為 8 開摺頁小書。 4. 4-5 年級為 4 開摺頁小書。 5. 評分標準：文字內容 50%、繪圖美編 40%、個人創意 10% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每位學生作品皆於暑假作業展展出 2. 低年級及中高年級各擇優 3 名頒發「最佳故事高手」
Fun Maker 手作設計	<p>★美感 DIY</p> <p>鼓勵學生創造思考，請依主題與規格製作立體作品。</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 主題：以「竹」發想，完成創意勞作。 2. 材質：建議環保、取材方便，物品回收再利用。 3. 作品規格： <ul style="list-style-type: none"> 低年級：長、寬、高各 10 公分左右或以上 中年級：長、寬、高各 20 公分左右或以上 高年級：長、寬、高各 30 公分左右或以上 <p>備註：作品不限方形，若以實物比擬，建議低中年級作品比一般便當盒大；高年級比籃球大</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 每位學生作品皆於暑假作業展展出 2. 低年級及中高年級各擇優 3 名頒發「最佳 Maker 王」
Jump Rope 活力跳繩	<p>★體能 MISSION</p> <p>低年級→每日，4 分鐘內，一跳一迴旋能連續 20 下，且累積 150 下。</p> <p>中年級→每日，5 分鐘內，一跳一迴旋累積 250 下＋跑步跳 50 下。</p> <p>高年級→每日，6 分鐘內，一跳一迴旋累積 350 下＋體側迴旋跳 50 組</p>	開學後 體育課驗收
年級 特色作業	<ol style="list-style-type: none"> 1 年級：Father's Day Card 2 年級：圖文日記 3 年級：動物狂歡節 創意摺紙 4 年級：我是剪報高手 5 年級：我的暑假生活趣-Canva 創作 	開學後繳交 由導師評分

重要行事~

❖6/30(五)休業式，休業式之後按照課表進行當日課程。

❖7/28(五)第 1 次返校日、8/29(二) 第 2 次返校日，10:30 放學。

❖7/3 (一)-7/31(一)、8/1(二)-8/29(二)暑期課後照顧班。

7/10(一)-7/28(五)IE 夏令營。

7/3 (一)-7/14(五)暑假育樂營。7/24(一)-8/4(五)舞蹈培訓營。

❖大里圖書巡迴車駐點服務時間：暑期共駐點五次，7/5(三)13:30-15:30、

7/14(五)、7/28(五)、8/11(五)、8/25(五)9:30-11:30。

❖8/30 (三)開學日：正式上課，供應午餐，IE 班、課照班開始上課。

以上時間，若有修正，將公告於學校網頁，請家長隨時留意。

❖警衛室及周邊環境整建工程進行中，進入校園，請多留意安全。

Parent signature





健民國小暑假生活須知-師長的叮嚀

(健民國小將於 112.08.01 正式更名為竹仔坑國小)

親愛的家長及孩子們：

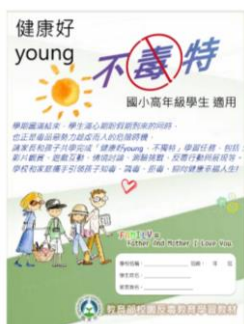
謝謝這一學期來家長對學校事務的配合以及孩子們的努力學習與表現。暑假即將來臨，孩子除了參加學校的育樂營、舞蹈培訓營活動，請各位家長善用假期與孩子從事親子活動，促進親子情誼，祝大家暑假生活平安快樂又充實！

健民國小 敬啟

2023/6/30

- 暑假：7/1(六)-8/29(二)
- 營隊：暑假育樂營 7/3(一)-7/14(五)08:10-10:00
舞蹈培訓營 7/24(一)-8/4(五)13:30-15:30
- 開學日：8/30(三)開學，正常上課，在校用午餐，請帶餐具。
- 返校日：第一次返校日 7/28(五)、第二次返校日 8/29(二)，返校日 10:30 放學。
- 注意事項：請家長指導孩子注意以下事項，讓孩子們能有個安全的假期生活，並能維持良好的生活作息與學習態度。

1. 擬定好生活計畫及作息時間表，利用時間複習功課，完成暑假作業，並持續閱讀及學習，多從事有益身心之活動。
2. 體諒家人辛勞，共同完成家事，注意個人衛生，多運動、常休息、勤洗手、飲食均衡、多喝水，非必要不進入人多之公共場所。
3. 交通安全注意事項，外出前告知家人去處及返家時刻，騎乘腳踏車及機車要戴安全帽，遵守交通規則並遠離大型車防止視線死角。
4. 維持運動習慣，利用假期至合格游泳池學習游泳技能，不獨自至河川、池塘、不明水域戲水，以防溺水意外事故之發生。
5. 不沉迷網路，勿單獨與陌生人或網友見面，注意網路使用之禮節與規範。注意手機 APP 網路詐騙，反詐騙三步驟：『一聽』聽清楚電話在說什麼？『二掛』馬上掛掉電話，『三查』撥 165 專線電話查證。
6. 審慎選擇交友對象，不打架、滋事、偷竊、吸煙、嚼檳榔，要勇敢拒絕毒品的誘惑。請家長和孩子共學，掃描 QR Code 完成教育部「健康好 young，不毒特」學習任務。



(五年級版)



(三年級版)

家長簽章：_____

JUMP ROPE 活力跳繩

暑假環島挑戰賽

班級：

姓名：

小朋友，每天運動 30 分鐘，可以讓你更有活力、身體健康喔！暑假體能自我挑戰任務來囉~每天挑戰跳繩鍛練體力，讓你健康過暑假！每日完成任務後請在下方表格紀錄次數並在開學前統計總天數，再對照環島地圖看你到抵達哪一個縣市了。低年級目標為環島 1 次、中年級環島 2 次、高年級環島 3 次。加油，你一定做得到喔！

健民國小學務處 2023. 6. 30

2023 年 7 月 跳 繩 自 我 挑 戰 紀 錄 表	週 日	週 一	週 二	週 三	週 四	週 五	週 六
							1
	2	3	4	5	6	7	8
	9	10	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20	21	22
	23	24	25	26	27	28	29

2023 年 8 月 跳 繩 自 我 挑 戰 紀 錄 表	週 日	週 一	週 二	週 三	週 四	週 五	週 六
	30	31	1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10	11	12
	13	14	15	16	17	18	19
	20	21	22	23	24	25	26
	27	28	29	30	31		

暑假活力跳繩自我挑戰統計

暑假期間，我總共有()天完成任務，

合計 ()下。

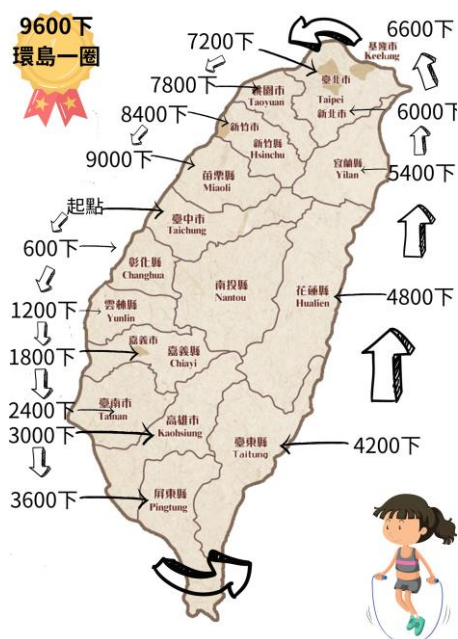
我抵達()，共環島()次。

★各年段每日任務：

低年級→4 分鐘內一跳一迴旋能連續 20 下，且累積 150 下。

中年級→5 分鐘內一跳一迴旋累積 250 下+跑步跳 50 下。

五年級→6 分鐘內一跳一迴旋累積 350 下+體側迴旋跳 50 組。



家長簽名