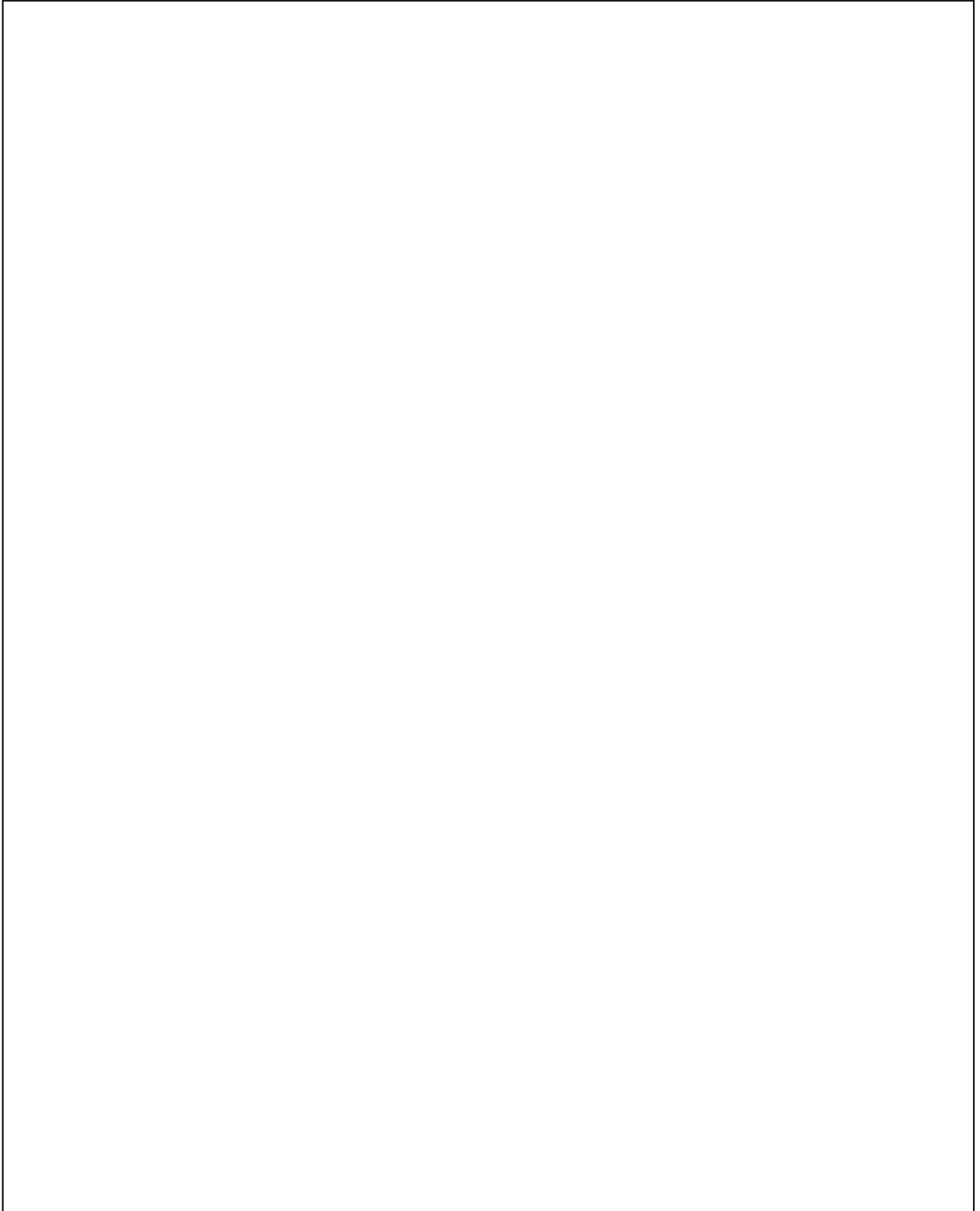


臺中市立大業國民中學 108 學年度

# 八年級寒假作業



封面設計—自行創作

班級：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_

## 八年級寒假作業說明

寒假生活即將開始，寒假期間作業如下表，請同學妥善利用假期時間完成各類作業，作業書寫說明如下

### 一、寒假作業分三大部分：

第一部分：寒假家長通知書，請詳閱。

第二部分：寒假藝文比賽，請參見寒假藝文比賽實施要點說明（自由參加）。

第三部分：各領域作業，請參見作業一覽表，每項作業均需完成。

### 二、繳交時間為 108 年 2 月 11 日開學日當天。

三、作業完成請於作業檢核表勾選或填答，全部作業完成請家長簽名。

四、獎勵：請各領域教師依該次作品特性製作評閱規準，在各班選出三至五份優良作品供該年級全領域展示與評比；全年級選出十份作品公開頒獎。

### 五、其他注意事項

1. 未於規定時程完成並繳交作業將依規懲處。

2. 各作業電子檔將公告於學校網站中公告事項，可上網下載。

3. 寒假藝文比賽繳交時程及規定，請依實施要點辦理。

寒假作業完成檢核表

編次	領域別	完成(請打勾)
1	寒假家長通知書，請家長詳閱。(2 頁)	
2	英語領域：英文影片或書籍賞析學習單。(1 頁)	
3	數學領域：A-黃金比例；B-挑戰題。(共 2 頁)	
4	健體領域：健康體適能循環訓練。(說明 1 頁、紀錄表 1 頁)	
5	好書閱讀~書單推薦 1 頁	
	圖書名稱	
	出版社	
	作者	
	圖書名稱	
	出版社	
6	參觀：假日旅行或藝文、科學展覽	
	參觀時間：_____	
	參觀地點：_____	

以上作業已全數完成 學生簽名：\_\_\_\_\_ 家長簽名：\_\_\_\_\_

貴家長惠鑒：

感謝貴家長的協助與配合，使貴子弟在學業、人際關係和生活技能各方面均有所成長。寒假在即，子女放假期間，我們仍牽掛著孩子們的生活，期盼貴家長協助下列事項：

#### 一、假期生活注意事項

- (一) 請指導子弟遵守生活規範，注意交友及情感狀況。
- (二) 請家長注意孩子使用電腦及手機上網時間，電腦遊戲請選擇符合學生年齡之遊戲且預防網路成癮。
- (三) 請利用春節傳統節日，加強親子溝通與孝悌觀念，並督導子女於家中從事勞動教育，協助家事。
- (四) 注意學生服儀：髮禁解除後，家長更需留意子女髮式、穿著，使其符合學生身分，避免有誇張怪異服儀出現，並留意其衍生之行為問題（懇請切勿讓孩子染燙髮）。
- (五) 督導子女在家學習，寒假作業需依相關規定完成。
- (六) 請做好流行性感冒防範措施，以杜絕傳染、維護健康。
- (七) 注意飲食營養均衡與控制，養成適當運動的習慣。
- (八) 假期若有違反校規之行用假期，日常作息正常，多運動，從事正當活動，廣泛閱讀以擴大視野、增廣見聞。
- (九) 注意生活安全，勿出入不當場所（含網咖），勿深夜外出不歸（寒假期間警方將加強「春風專案」臨檢，晚上十點後在外遊蕩將可能遭警方登記），以避免意外事件。尤其請注意孩子的交友及情感狀況，若有觸法行為，經查處確實後均依校規議處。
- (十) 注意游泳戲水安全，禁止前往危險水域，以避免溺水事件發生。
- (十一) 教育局來函宣導：遊戲用槍購得容易，若使用不當易造成傷害，為強化安全維護及減少因使用遊戲用槍不當造成傷害，請勿任意把玩或購買非適用年齡之遊戲用槍。

#### 二、註冊繳費及成績單注意事項

- (一) 108 學年度上學期第 3 階段成績單、學期成績單、註冊需知及繳費單於開學初發放。
- (二) 註冊繳費時間及方式，請依繳費單上之相關規定辦理。

三、寒假作業請於假期中完成，並依規定期限繳交。

#### 四、補行評量：

級別	106 級	107 級	108 級
日期	2/7	2/13	2/14
時間	早修(7:40-8:10)	第八節	第八節
範圍	三上	二上	一上
科目	自然	自然、社會	自然、社會

依成績評量準則規定：若四個領域(含)以上不及格，將會影響畢業資格。建議接獲補行評量通知的同學利用時間複習課業，並參加補行評量。

五、眼科與口腔保健須知：請注意並做好視力、口腔保健措施，不要長時間使用 3C 用品，多做戶外活動。

## 六、寒假重要行事

日期	重要行事	注意事項
2月3-7日	九年級寒假學藝活動	上午7:30前到校、11:50放學
2月10日(一)	開學準備日 大掃除	上午8:00前到校，9:40放學 著學校服裝
2月11日(二)	正式上課 進行服裝儀容教育 請帶書包	上午7:30前到校 下午4:00放學 中午供應午餐，請帶餐具
各項校隊集訓時間，依各指導老師通知為準，參加同學務必準時到場。 各項返校及開學日之服裝，請依班上規定著制服或體育服。		

以上事項敬請貴家長密切合作，期盼您在生活中給予孩子支持與協助。您一句鼓勵的話，一個溫暖的眼神都將是孩子成長的動力。寒假期間，希望貴子弟在身心各方面均能持續學習與成長，期盼新學期開始，貴子弟返校後能散發更健康氣息，表現得更成熟優異。

敬祝

闔家平安 健康如意

校長 郭政榮 謹啓

109年1月

作業單一

臺中市立大業國民中學 108 學年度八年級英語科寒假作業

Class:

No:

Name:

寒假天氣冷颼颼的，最適合窩在溫暖的家中，看一部精采絕倫的英文電影或是一本引人入勝的英文書！請你看完後，用英文完成下方的學習單，與老師分享你這個寒假所看的電影或書籍！

※ Title (片名或書名): \_\_\_\_\_

※ Director (or Author)(導演或作者) : \_\_\_\_\_

※ Publisher (發行者): \_\_\_\_\_

※ Please write down your favorite character and explain why.

(請寫出片中或書中你最喜歡的角色和喜歡的原因)

---

---

※Please write down five lines or sentences that impressed you the most in the movie or the book. (請用英文寫出 5 句電影裡讓你印象深刻的台詞或是書本中優美的句子，每句至少 5 個單字。)

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

最後如果可以加上電影或書本的封面，或根據故事情節畫個小插圖，會更棒哦！

**說明**

1. 本張僅做說明及題目示意，請同學另以 **A4 紙張設計**(可書寫或可另以電腦編修)；若能以巧思創意設計作業版面，則有加分的機會；本次作業含封面不可超過 5 張。
2. 計算並請將題目寫明(本次作業文書檔將置於學校網站公告欄，可下載使用)；**需包含封面**(寫明標題、班級、姓名及座號等)及註明資料出處(含參考網址)。
3. **嚴禁同學直接下載網路資料而不做任何修改及相互抄襲。**
4. 本次作業分 **A、B 兩部分**，皆需完成。
5. 評分標準為
 

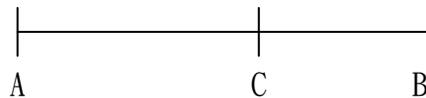
1.作業完整度(是否遵照說明).....	40%
2.解題技巧及過程解釋明確度	40%
3.作業版面創意設計	20%

\*\*\*\*\*

**【A 黃金比例】**(60%)

**說明**

- 1、歷史：在古希臘，是非常重視美學的，從雕塑到建築物，甚至連音樂都引用這神秘數字，處處顯現「美」。在十九世紀，發現這些「文物」符合「黃金分割—黃金比例」。
- 2、定義：怎樣才稱為黃金比例呢？見圖
- 3、



$\overline{AB} : \overline{AC} = \overline{AC} : \overline{BC}$ ，以比值來表示的話，我們定義  $\frac{\overline{AB}}{\overline{AC}} = \frac{\overline{AC}}{\overline{BC}} = K$ ，

$$K \doteq 1.618034\dots$$

若符合這樣的比例，我們稱為「黃金比例」；你看上面的分割線段看起來是不是很協調呢？不只線段，長方形的長和寬若符合這樣的比例，也讓人看起來十分悅目喔！我們試著去尋找看看，說不定可以增加自己美術的天份；也或許你的身材或臉蛋也符合黃金比例喔！

【註：實際運算得  $K = \frac{1+\sqrt{5}}{2}$ ，可參閱第三冊數學課本】

- 4、報告內容：需包含下列各項 (作業從這邊開始)
  - (1) 黃金分割之探源—由歷史探討古典美學
  - (2) 何謂「黃金分割」(或黃金比例)—請以文字或圖形表示其定義
  - (3) 大自然的奧妙—我們週遭環境中，處處充滿了有關「黃金比例」的事物，把你所觀察的結果具體描述出來。
  - (4) 曼妙的身材—量至少 3 人「身高：腿長(腳底至肚臍)」的比值是否接近黃金比例呀！  
(其中之一必須是自己喔!!!)

(5) 問題研討—對於這次所探討的主題，有什麼心得，在此一吐為快囉！

(6) 出處說明—註明參考書目及作者（格式可參見各類書籍）是對智慧財產權的尊重。

## 【B 挑戰題】(40%)

### 過河問題

一名獵人帶著一隻貓、一隻老鼠和一袋麵粉渡河，河上只有一艘小船，只能載獵人和另一樣物品(或動物)，但情況是這樣的：

- a. 只有獵人會划船
- b. 獵人若不在，貓會吃老鼠。
- c. 獵人若不在，老鼠會吃麵粉。

請問需如何安排，獵人方能將所有物品平安運補到對岸？

註：可以表格方式作答(本表格僅供參考使用，可自行增刪表格欄位)

趟次	左岸(出發點)	小船	右岸(目的地)
1			
2			
...			
...			



**致 大業國中學生：**

本校健康與體育領域制定『健康體適能循環訓練表』，協助本校學生在寒假期間能增加身體活動時間，以提升體適能並維持健康狀況，並養成規律的運動。

**一、實施說明：**

『健康體適能循環訓練』共設立 10 站，每兩日操做一次體適能循環訓練，可於家中及室外實施，每一站操作方式請參閱下方說明，每完成一站可休息時間 2-3 分鐘，再實施下一站之動作，並將次數或距離紀錄於表格，進行活動中可請家人或朋友用相機幫你拍下每一個動作的實施過程。

**二、安全說明：**在操作過程當中，應有家人或朋友陪伴，若有身體不適之情況應立即停止，所有動作皆要求流暢即可，不強求速度及次數。

**二、操作說明：**

- 1、**暖身運動：**慢跑 5 分鐘以上，慢跑後依照學校體育課實施之伸展操依序操作，每個動作持續 20-30 秒，約 5 分鐘。
- 2、**跳繩：**連續 5 分鐘，若無跳繩可雙手叉腰於原地跳躍，結束後休息 3-5 分鐘開始進行下列活動。
- 3、**深蹲：**預備動作為雙腳微微分開，操作動作為下肢半蹲至大腿與地板平行(像坐在椅子上)，再起立伸直雙腿，蹲下同時伸直雙手並抬高至手腕與肩同高，連續操作一分鐘。
- 4、**小腿蹬伸：**面向牆壁，雙手輕輕扶牆，預備動作為兩腳呈立正狀態，操作動作為運用雙腳小腿及腳踝力量將腳跟提升到最高處，再慢慢放下到地板，連續操作一分鐘。(進階版：可單腳操作)
- 5、**仰臥起坐：**於墊上仰臥平躺，雙手於胸前交叉，雙手手指輕放於肩上，雙膝屈曲約成 90 度，足底平貼地面，連續操作仰臥起坐一分鐘。
- 6、**俯臥舉體：**預備動作為臥姿面向地板躺平，雙手向前伸直，身體呈一字型，操作動作為將雙手及雙腳向上舉起到最高處，再慢慢將身體放下到地板，連續操作一分鐘。
- 7、**伏地挺身：**預備動作為雙手手掌分開撐地，雙腳併攏腳尖撐地，身體呈一字型，操作動作為讓手肘彎曲使全身靠近地板，手肘彎曲至 90 度後再將手臂伸直使身體向上，連續操作一分鐘。(女生若力量不足無法撐起身體，可採膝蓋著地之跪姿方式)
- 8、**手臂平舉：**雙手抓取裝有課本的書包(五本書籍以上)或其他重物(如啞鈴)，預備動作為伸直雙手抓取重物並將重物至於大腿前側，操作動作為持續伸直手臂並將重物舉起至胸前，再慢慢放下重物至大腿處，反覆操作連續一分鐘。
- 9、**前後分腿跳：**預備動作為雙手插腰，下肢前後大跨步成弓箭步，操作動作為利用雙腳起跳，起跳後前後腳於空中做前後交換，雙腳著地後再立刻起跳再做同一動作，連續操作 40 秒。
- 10、**緩和運動：**慢跑 5 分鐘，依照學校體育課實施之伸展操依序操作，每個動作持續 20-30 秒，約 5 分鐘。

**三、作業繳交方式：**

- 1、請以 A4 紙張格式製作。
- 2、附上實施時之活動照片，並說明操作項目感想。
- 3、撰寫「健康體適能循環訓練個人記錄表(附件一)」及「整體心得報告」。
- 4、請裝釘成冊並製作封面，可加以美工設計。

(附件一)

## 臺中市大業國中健康與體育領域--寒假作業 健康體適能循環訓練個人記錄表

班級：\_\_\_\_\_座號：\_\_\_\_\_學號：\_\_\_\_\_姓名：\_\_\_\_\_

日期	月 日 星期						
數據	距離或 次數						
熱身運動 慢跑 5 分鐘							
跳繩 5 分鐘							
深蹲 1 分鐘							
小腿蹬伸 1 分鐘							
仰臥起坐 1 分鐘							
俯臥舉體 1 分鐘							
伏地挺身 1 分鐘							
曲臂 1 分鐘							
前後分腿跳 40 秒							
緩和運動 慢跑 5 分鐘							

(表格不足時，自行複印或繪製)

## 寒假推薦閱讀圖書

廣泛的閱讀是學習的基礎，寒暑假是享受閱讀最好的悠閒時光，以下是學校老師推薦的優良圖書，同學們可以利用時間到書局購買或到圖書館借閱，擴展自己學習的廣度及深度。

書名	作者	出版社	國際書碼(ISBN)
1 逃難者	作者：艾倫·葛拉茲 Alan Gratz 譯者：郭恩惠	親子天下訂閱出版社	9789575030124
2 故事的結局 物語のおわり	作者：湊佳苗 湊かなえ 譯者：王蘊潔	台灣東販股份有限公司	9789863319504
3 小王子(中英法對照)	安東尼·聖修伯里 (Antoine de Saint-Exupéry)	臺北市 高寶國際 2012.09[民]	9789863612131
4 The adventures of Tom Sawyer	Mark Twain/Retold by Nick Bullard	New York Oxford University Press 2008	9780194789004
5 Sherlock Holmes and the sport of kings	Arthur Conan Doyle/Retold by Jennifer Bassett	Oxford University Press 2008	9780194789202
6 這不是超能力但能操控人心的魔數術學	莊惟棟	墨刻	9789862894095
7 數學思辨之旅：拆解國中數學，建立數學素養與能力	作者：永野裕之 譯者：衛宮紘	世茂	9789869425162
8 自然老師沒教的事(全系列)	作者：張蕙芬	天下文化	
9 為什麼薯條這麼迷人？	作者：張文亮 繪者：陳玉嵐	國語日報	9789577516299
10 政客、權謀、小丑：民粹如何襲捲全球	朱里亞諾·達·恩波利 (Giuliano da Empoli)	時報出版	9789571380414
11 臺灣史上最有梗的臺灣史	作者：黃震南 插畫：壯兔	究竟出版	9789861372242
12 因為尋找，所以看見——一個人的朝聖之路	作者：謝哲青 攝影：李艾霖、蕭婉柔、鄭玉兒	時報出版	9789571372396
13 Jay 的跑步筆記：矽谷工程師激勵上萬人的科學化訓練與生活哲學	許立杰	一心文化	9789869530699
14 市民跑者之王：波士頓馬拉松冠軍川內優輝打破常識的跑步訓練法	作者：津田誠一 譯者：賴惠鈴	一心文化有限公司	9789869530651
15 出發·Run for Dream	陳彥博	圓神	9789861336664