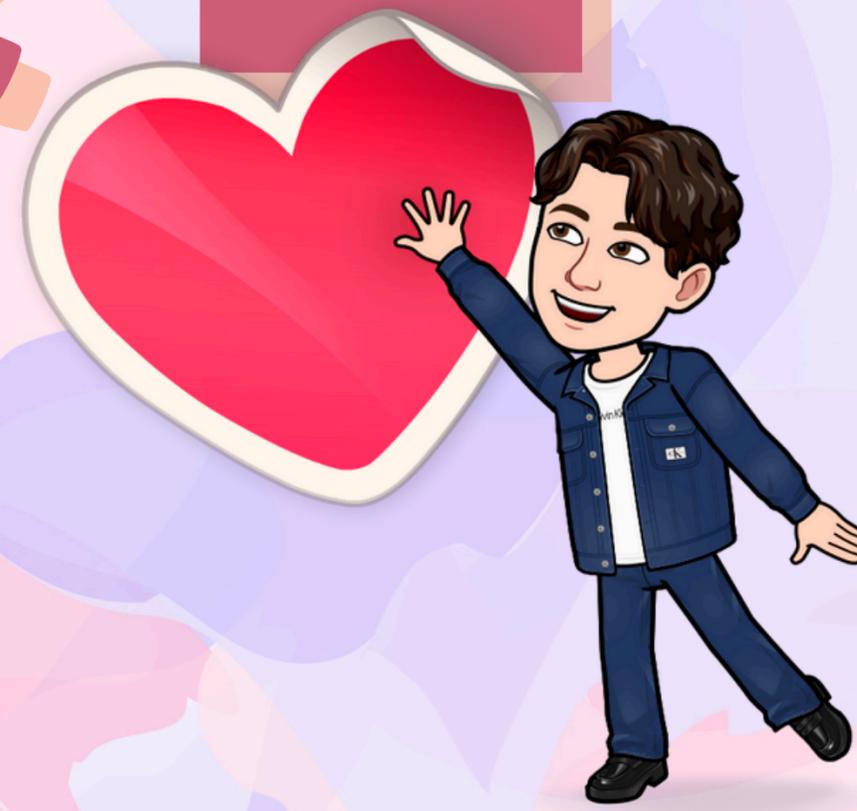


文心國小5年8班

# 班級家長日

導師 董建甫



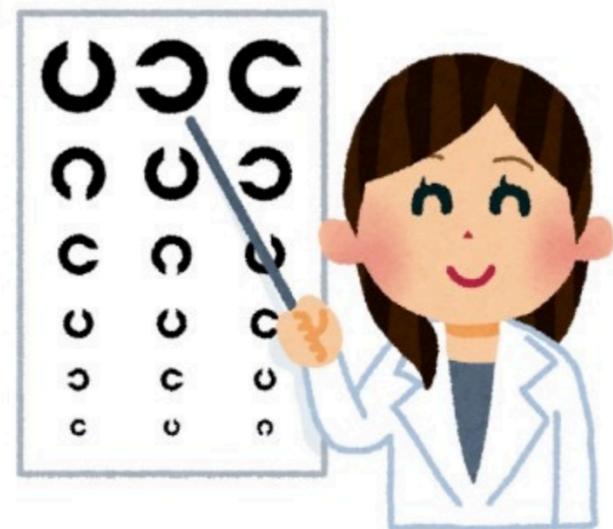


# 學務處衛生組宣導事項

近視不理它可以嗎？

全球22%以上的人口患有近視。近視不是簡單的屈光不正，並非配副眼鏡就好了，是一種會造成失明的疾病，因為它增加了多種嚴重的眼部疾病的風險，如視網膜剝離、白內障、青光眼、黃斑病變，尤其高度近視黃斑病變已經成為台灣、日本和中國的不可逆轉的失明頭號原因，且大多數的近視併發症是無法治癒的，所以請家長能定期配合學校進行視力檢查及複檢。

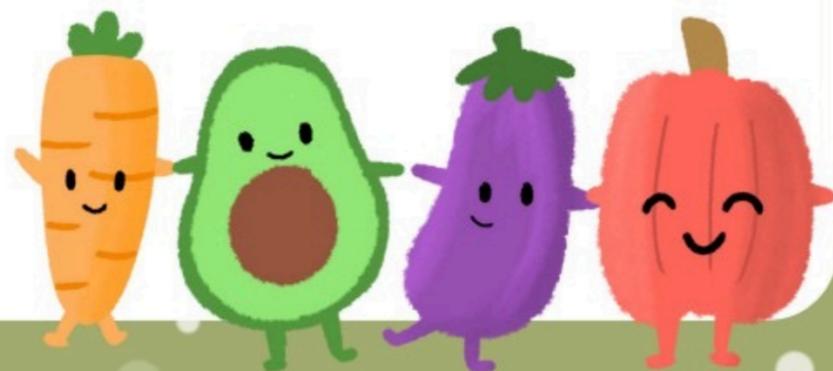




# 學務處衛生組宣導事項

家長平時如何協助兒童做好視力衛生保健工作？

- (1) 數字8-睡滿「8」小時：生活作息良好，**睡足8小時**。
- (2) 數字5-天天「5」蔬果：一天5拳大小彩虹多色蔬菜、水果。
- (3) 數字3-靜心坐姿「3」直角：靠椅背、腰挺直；腳掌、小腿、大腿、身軀需接近直角90度。





# 學務處衛生組宣導事項

家長平時如何協助兒童做好視力衛生保健工作？

(4)數字2-戶外活動「2」小時：一天平均累積戶外120分鐘活動量，運動30分鐘。

(5)數字4-避光害少「4」電：每天看電視、打電動、用電腦及玩手機的時間合計不超過2小時，年紀小的孩子眼睛水晶體清澈透明，更易受光害影響，須留意使用時間。

(6)數字0-3「0」1「0」護眼原則：讀書、寫字、使用3C產品時間，每30分鐘休息10分鐘，抬起頭來變換視距。





# 學務處衛生組宣導事項

## 小時候胖不是胖？

隨飲食逐漸西化與精緻化，兒少肥胖比例漸增，根據教育部資料，每 4 位兒童就有 1 位屬於過重或肥胖。**兒童肥胖會導致許多健康問題**，例如：早發的糖尿病，高血壓、高血脂，心血管疾病、女童早發育、氣喘及心理健康。研究發現比起正常小孩，肥胖兒童的血管硬度較高，心跳較快，和血管內皮功能較差；長期追蹤研究更顯示：**孩童時期的長期肥胖，會造成孩童和成人的心臟結構異常，並增加成人時的心血管疾病風險。**

# 學務處衛生組宣導事項



家長對於兒童的飲食及運動型態具有極大的決定性及影響力，建議採取下列六撇步戰勝兒童肥胖：

1. **「和糖說不、開水最優」**：鼓勵多喝白開水取代含糖飲料。
2. **「鮮食蔬果、均衡飲食」**：鼓勵多攝取新鮮蔬果、鮮奶、堅果、糙米飯等，養成孩子均衡飲食、避免偏食。
3. **「拒絕零食、遠離高熱量」**：避免洋芋片、炸雞、速食等高油、高鹽、高熱量，容易造成肥胖的食品。



# 學務處衛生組宣導事項

4. **「多多運動、減少久坐」**:降低孩子使用電腦、手機和看電視等久坐時間，建議每天能累積60分鐘的中度到重度的身體活動。
5. **「全家動員、走向戶外」**:建議家長假日計畫全家一起從事親子活動，善用國民健康署輔導各縣市規劃的運動地圖及親子活動空間，多利用開設的健走步道、自行車車道，帶著孩子親近大自然，從事身體活動。
6. **「適當休息、充足睡眠」**:鼓勵孩子養成規律生活習慣，避免晚睡及熬夜，每天至少睡眠6-8小時。

# 班級經營理念及規劃



## 幹部選舉

透過全班提名、  
投票方式選出



## 掃地工作分配

掃地範圍增加**廁所**  
採每月輪替

# 班級經營理念及規劃



**教室閱讀角**

**營造舒適閱讀環境**  
**每週五身教式閱讀**



**數位輔助學習**

**班級專屬平板車**  
**持續以**因材網**輔助學習**

# 學科教學與作業安排

## 國語

- 課文引導單
- 生字甲乙本
- 補充教材
- 國學單
- 每課圈詞+造句
- 串詞成文
- 新聞單
- 每週小日記
- 作文四篇
- 考前複習卷

階段成績=50%階段考分數 + 50%平時成績

平時成績：包含小考（聽寫、測驗卷）、國習、作業繳交情況、上課態度

# 學科教學與作業安排

## 數學

● 課堂學習

● 上台演算

● 小組討論

● 因材網+筆記

● 數習

● 數練簿

● 考前複習卷

**階段成績 = 50% 階段考分數 + 50% 平時成績**

**平時成績：包含測驗卷、數習、數練、作業繳交情況、上課態度**

# 學科教學與作業安排

## 藝術與人文（視覺）

- 手帕染
- 燒肉粽捏土創作
- 螢光閃閃
- 濃濃花格卡
- 手繪繪畫
- 電腦設計繪圖
- 編織冰棒棍筆筒(暑)

平時成績： 作品成績80%、 學習態度20%

# 學科教學與作業安排

## 綜合活動

- 學習單
- 小組實作活動
- 個人學習歷程資料整理

平時成績：實作成績80%、學習態度20%

# 學科教學與作業安排

健康

- 單元學習單
- 期末線上測驗

平時成績：學習單成績60%、期末測驗20%、學習態度20%

# 學科教學與作業安排

## 英語

A. 成績計算：期中期末考佔50%◆ 平時成績佔50%

-平時成績：包括習作、小考、口試，上課加扣分。

-加分：舉手發表、小組參與、作業印章、訂正、家長簽章、主動協助。

-扣分：影響上課秩序、不服從規定、上課遲到、作業未訂正、作業當天未繳交。



# 學科教學與作業安排

## 英語

B.複習方式：課文內建QR code可以掃描連結課文影片檔、可購買學生版互動光碟

C.考前複習：單字、句型、會話裡的句子、英語護照句子的應用。

-期中考：課本Get ready, Unit1, Unit2, Review1, 英語護照

-期末考：課本Unit3, Unit4, Review2, 英語護照

D.老師網站：

<https://padlet.com/cocoon929/cathy-s-class-tjcgoxaak53q2gzq>

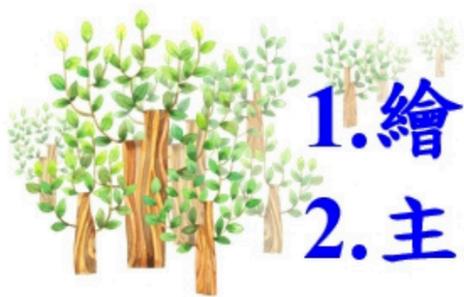


# 學科教學與作業安排

## 國際文心



### 這學期的上課內容



1. 繪本教學：**What Does It Mean to Be Kind?**
2. 主題探討：**Zero Food Waste**  
( Being Friendly to the Earth )
3. 節慶教學：**Dragon Boat Festival**
4. 英語文識讀：**Sight word story B**



# 學科教學與作業安排

## 國際文心



### 評量方式

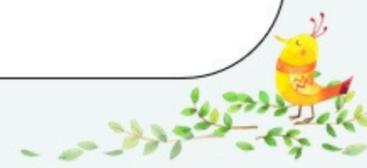
【40%】各主題小考(紙筆評量/口說...方式不一定)

【30%】國際文心主題相關學習單/英語作業簿

【30%】上課表現與參與度/準時交作業與訂正

\*請讓孩子準備一支白板筆(黑色/藍色/綠色皆可)

【額外加分任務】這學期上課期間，老師會發布一些額外加分任務，會依據難易度，給予不同的平時成績加分喔!



# 學科教學與作業安排

## 社會

### 508 社會學期成績評定

- 期中(末)評量成績：50%
- 平時成績：50%

#### 平時成績：

1. 社會作業單：30%
2. 社會習作：30%
3. 社會練習卷：30%
4. 上課秩序與學習態度：10%

# 學科教學與作業安排

## 悅讀文心

- 群文閱讀教材
- 學習單、作文
- 好書報報(口頭推薦好書)

平時成績：學習單60%、口頭發表20%、學習態度20%

# 學科教學與作業安排

本土語

113學年度 五年級

## 閩南語學期成績評量方式

平時上課成績 60%

準時上課

上課參與度 (口語表達)

課堂作業、小考 (聽力、拼音、閱讀、書寫)

遵守上課秩序

帶齊課本、學用品

口語考試 40% (含聽力、朗讀)

# 學科教學與作業安排

電腦

創意文心  
五年級  
下學期課程

教學說明  
張銘峰 教師

1. 課程主題：  
SCRATCH進階設計
2. 成績評量方式  
課堂作業(70%)  
日常表現(30%)
3. 教材用書  
電腦教室提供公用

# 本學期 重要行事曆

## 113學年度第2學期 重要行事曆

- 2月 2/11(二) 開學(正常上課)  
2/19(三) 班級家長日  
2/28(五) 和平紀念日(放假)
- 
- 4月 4/2(三) 兒童節慶祝大會  
4/3(四) 清明節補假(放假)  
4/4(五) 兒童節  
4/17.18(四)(五) 第一次定期評量  
4/19(六) 親職教育講座
- 
- 5月 5/9(五) 母親節感恩活動  
5/20(二) 五年級戶外教育  
5/30(五) 端午節(放假)
- 
- 6月 6/24.25(二)(三) 第二次定期評量  
6/30(一) 休業式

# 畢業成績計算方式

## 一～四年級

每學期領域成績5% X 8 = 40%

各學期加權比重

一上	1	▼	一下	1	▼
二上	1	▼	二下	1	▼
三上	1	▼	三下	1	▼
四上	1	▼	四下	1	▼
五上	3	▼	五下	3	▼
六上	3	▼	六下	3	▼

## 五～六年級

每學期領域成績15% X 4 = 60%

# 家長協助事項



準時  
到校

用品  
準備

訂正  
原則

基本  
要求

作業  
規律

簽名  
聯繫



# 導師提醒

- 1. 班費尚有餘額2821元，本學期不收班費。**
- 2. 學用品費因平時卷及學習單尚未印製，會再通知費用。**
- 3. 平板在家使用的時間有勞家長協助管理。**

# 提案討論



**有無其他建議事項或提問？**

謝謝家長  
們的參與

