

新北市新店區安坑國小～家庭教育學習單～自編教材

生活記錄表

二年級：_____ 班 座號_____ 姓名：(_____)

親愛的家長：良好的生活習慣是奠定身心健康的基础，請您在日常生活中鼓勵孩子，協助他確實做到正確的飲食、衛生及運動習慣。

日期	項目	每天刷牙洗臉	吃早餐	飯前洗手	均衡飲食	多喝水	每天運動	睡前刷牙	家長簽名
月 日									
月 日									
月 日									
月 日									
月 日									
月 日									
月 日									

請家長寫下鼓勵孩子的話：