



我是時間之王

三年 2 班 座號 4 姓名 陳柏勳

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 裝水

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 看課外書 做家事	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 打電動 看電視 玩遊戲	<input checked="" type="checkbox"/> 下課： 發呆 運動 裝水
--	--	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
3/4 17:45	寫評量	3/17 16:00	吃點心
3/4 18:05	看課外書	3/17 20:05	打電動
3/4 18:45	回家	3/20 17:30	上英文課
3/6 19:35	洗碗	3/20 18:40	看漫畫
3/6 19:45	看電視	3/21 20:35	玩牌

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

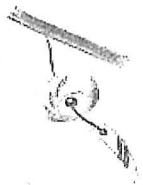
◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：高惠敏



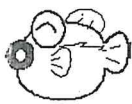
3/28



我是時間之主

三年 2 班 座號 1 姓名 王晨瑋

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動
- 寫功課
- 運動
- 做家事
- 看電視
- 複習功課
- 睡覺
- 看課外書
- 預習功課
- 玩遊戲
- 發呆
- 打工賺錢
- 其他_____

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課、做家事、發呆	<input checked="" type="checkbox"/> 假日：看電視、玩遊戲、打電動	<input checked="" type="checkbox"/> 下課：運動、看課外書、發呆
--	--	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

☑ 時段	☑ 活動計畫	☑ 時段	☑ 活動計畫
3/4 16:30	補習	3/6 8:10	合唱團
3/5 13:00	國語朗讀競賽	3/8 10:15	領借書證
3/6 8:10	合唱團	3/1 16:30	補習
3/7 16:30	補習	3/2 13:10	去爸爸學校
3/9 9:00	買菜	3/2 13:50	練田徑

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
- 大部分符合
- 一半符合
- 少部分符合
- 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
- 大部分符合
- 一半符合
- 少部分符合
- 完全不符合

家長簽名： 陳啟發



3/8



我是時間之王

三年 1 班 座號 27 姓名 陳艾蓉

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 聊天

不適合

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： <u>1. 複習功課</u> 、 <u>2. 寫功課</u> 、 <u>3. 玩遊戲</u> 、 <u>4. 做家事</u>	<input type="checkbox"/> 假日： <u>1. 睡覺</u> 、 <u>2. 運動</u> 、 <u>3. 打電動</u> 、 <u>4. 看電視</u> 、 <u>5. 預習功課</u>	<input type="checkbox"/> 下課： <u>1. 看課外書</u> 、 <u>2. 發呆</u> 、 <u>3. 聊天</u>
---	--	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

星期五

星期一

時段	活動計畫	時段	活動計畫
2:00~3:00	寫功課	3:50~4:00	放學
3:00~4:00	復習功課	4:30~6:30	上英文課
4:00~5:30	休息時間	6:30~7:30	吃飯
5:30~6:00	吃飯時間	7:30~8:00	看書
6:00~6:30	做家事	8:30~9:00	洗澡

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：

陳祖恩



我是時間之主

三年 1 班 座號 4 姓名 倪嘉誼

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____
不適合

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 睡覺 看電視 預習功課	<input type="checkbox"/> 假日： 打電動 做家事 複習功課 看課外書 玩遊戲	<input type="checkbox"/> 下課： 運動 發呆
---	---	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
星期五 13:30~14:00	吃點心	星期五 20:00~21:30	自由時間
星期五 14:00~15:30	寫功課	星期五 21:30~21:45	刷牙
星期五 16:30~18:30	上數學課	星期五 22:00	上床睡覺
星期五 19:00~19:30	洗澡	星期四 16:30~18:30	上英文課
星期五 19:30~20:00	吃飯	星期四 19:30~	洗澡

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

星期四 19:30~20:00 吃飯

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

星期四 20:00~21:00 寫功課

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

星期四 21:00~21:15 刷牙

家長簽名：

倪嘉誼

星期四 21:30 睡覺



我是時間之王

三年 1 班 座號 24 姓名 許佩希

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動
- 寫功課
- 運動
- 做家事
- 看電視
- 複習功課
- 睡覺
- 看課外書
- 預習功課
- 玩遊戲
- 發呆
- 打工賺錢
- 其他 _____

不適合

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課、做家事 複習功課 預習功課。	<input type="checkbox"/> 假日：打電動 看電視、睡覺 玩遊戲、發呆。	<input type="checkbox"/> 下課：運動 看課外書。
---	--	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
4:10	寫功課	7:00	洗澡
5:00	預習功課	7:10	複習功課
5:30	做家事	7:40	運動
6:00	看電視	8:20	刷牙
6:30	吃晚餐	8:30	睡覺

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
 大部分符合
 一半符合
 少部分符合
 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
 大部分符合
 一半符合
 少部分符合
 完全不符合

家長簽名：_____

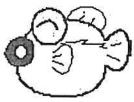
賴欣奇



我是時間之主

三年 5 班 座號 24 姓名 李芷彤

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動
- 寫功課
- 運動
- 做家事
- 看電視
- 複習功課
- 睡覺
- 看課外書
- 預習功課
- 玩遊戲
- 發呆
- 打工賺錢
- 其他 上廁所、喝水、洗手

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： <u>寫功課、複習功課、預習功課</u>	<input type="checkbox"/> 假日： <u>運動、做家事、玩遊戲</u>	<input type="checkbox"/> 下課： <u>看課外書、上廁所、喝水、洗手</u>
---	---	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
星期三 下午 1:20 ~ 3:00	寫作業	星期三 晚上 7:00 ~ 8:00	洗澡
星期三 下午 3:00 ~ 3:30	吃點心	星期三 晚上 8:00 ~ 8:30	複習功課
星期三 下午 4:00 ~ 5:00	鋼琴課	星期三 晚上 8:30 ~ 9:00	預習功課
星期三 下午 5:00 ~ 6:00	看電視	星期三 晚上 9:00 ~ 10:00	自由時間
星期三 晚上 6:00 ~ 7:00	晚餐時間	星期三 晚上 10:00 ~	睡覺

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
 大部分符合
 一半符合
 少部分符合
 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
 大部分符合
 一半符合
 少部分符合
 完全不符合

家長簽名：徐紹賢



謝鈴鈴 3/5



我是時間之王

三年 5 班 座號 19 姓名 劉子嫻

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 學金鋼琴

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： <u>學金鋼琴</u> <u>寫功課</u> <u>預習功課</u>	<input type="checkbox"/> 假日： <u>運動、做家事</u> <u>看電視</u>	<input type="checkbox"/> 下課： <u>看課外書</u> <u>複習功課</u> <u>玩遊戲</u>
---	---	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
星期一 18:00~19:00	學金鋼琴	19:10~19:50	預習功課
星期二 19:00~19:20	做家事	18:05~18:45	看課外書
星期三 18:15~19:00	玩遊戲	19:00~19:50	學金鋼琴
星期四 18:10~18:20	做家事	18:10~18:30	運動
星期五 18:00~18:30	複習功課	21:00	睡覺

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合



謝鈴鈴

3/5

洪慧慧

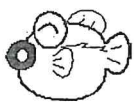
家長簽名：0322



我是時間之王

三年 6 班 座號 18 姓名 黃郁璇

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課、複習功課、預習功課	<input type="checkbox"/> 假日： 看電視、睡覺、做家事	<input type="checkbox"/> 下課： 玩遊戲、發呆、看課外書
--	--	---

請你試著規劃一下自己星期日的時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
早上 9:00 ~ 11:00	陪弟弟玩車子	中午 12:00 ~ 11:00	吃中餐
中午 13:00 ~ 13:30	睡午覺	下午 13:30 ~ 14:30	看電視
下午 14:30 ~ 16:30	捏黏土	下午 16:30 ~ 20:30	出去玩
晚上 20:30 ~ 21:50	整理書包	晚上 21:50 ~ 22:00	準備睡覺
晚上 22:00	睡覺		

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

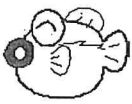
家長簽名：黃



我是時間之王

三年 六 班 座號 17 姓名 林亦菲

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動
- 寫功課
- 運動
- 做家事
- 看電視
- 複習功課
- 睡覺
- 看課外書
- 預習功課
- 玩遊戲
- 發呆
- 打工賺錢
- 其他 畫畫

<input type="checkbox"/> 星期一至五放學： <div style="border: 1px solid black; border-radius: 10px; padding: 2px; display: inline-block;">(週日)</div> 發呆、運動、 複習功課	<input type="checkbox"/> 假日： 畫畫、 看電視、 做家事	<input type="checkbox"/> 下課： 寫功課、 看課外書、 預習功課
---	--	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
3/26 1點到1點半	看電腦	4點到4點50分	發呆
3/26 2點到2點半	畫畫	4點50到4點59	看書
3/26 3點到3點半	玩玩具	4點49到5點30	唱歌
3/26 3點半到4點	吃點心	5點30到5點35	幫花草澆水
3點54到4點	運動	5點59到6點30	看電視

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
 大部分符合
 一半符合
 少部分符合
 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
 大部分符合
 一半符合
 少部分符合
 完全不符合

家長簽名：

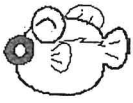
林育璋



我是時間之王

三年 6 班 座號 28 姓名 張語心

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他_____

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 運動	<input checked="" type="checkbox"/> 下課： 看課外書
---	---	---

假日

假日

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
1:30 ~ 6:00	出去玩	7:00 ~ 8:00	吃晚餐
7:20 ~ 9:50	跳繩 100下	8:10 ~ 8:40	洗澡
8:00 ~ 8:10	起床, 刷牙洗臉	9:00	睡覺
8:20 ~ 9:00	吃早餐		
10:00 ~ 11:00	看電視		

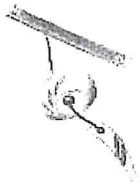
◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：石云蓮



我是時間之王

三年 7 班 座號 22 姓名 徐薇茵

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 做家事 複習功課 看電視。	<input type="checkbox"/> 假日： 運動 看課外書 玩遊戲。	<input type="checkbox"/> 下課： 寫功課 睡覺 預習功課。
--	--	--



請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
4:30~4:50	做家事	6:30~6:50	洗澡
4:50~5:10	複習功課	6:50~7:10	玩遊戲
5:10~5:40	看電視	7:10~7:40	唸故事
5:40~6:00	運動	7:40~8:00	刷牙
6:00~6:30	吃飯	7:00	睡覺

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：蔡法雅



我是時間之王

三年 11 班 座號 6 姓名 林冠辰

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動
- 寫功課
- 運動
- 做家事
- 看電視
- 複習功課
- 睡覺
- 看課外書
- 預習功課
- 玩遊戲
- 發呆
- 打工賺錢
- 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課、複習功課、看課外書。	<input type="checkbox"/> 假日： 睡覺、運動、打電動。	<input type="checkbox"/> 下課： 發呆、寫功課、運動。
---	--	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
中午1:00	去安親班	下午6:00	下安親班
下午2:00	寫功課	下午7:00	吃飯
中午13:00	複習功課	晚上8:00	玩電動
下午4:00	吃點心	晚上9:00	刷牙
下午5:00	讀書	晚上10:00	睡覺

日期五的行程

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
- 大部分符合
- 一半符合
- 少部分符合
- 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
- 大部分符合
- 一半符合
- 少部分符合
- 完全不符合

家長簽名：林冠辰



我是時間之王

三年 1 班 座號 16 姓名 柳欣妤

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 看電視 睡覺	<input type="checkbox"/> 假日： 看課外書 做家事 玩遊戲	<input type="checkbox"/> 下課： 預習功課 運動 複習功課
---	--	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
7:00~7:15	吃晚餐	8:40~9:30	看電視
7:15~7:30	洗澡	9:30~9:40	畫畫
7:30~8:00	玩電動	9:40~9:50	圖顏色
8:00~8:15	練習英文	9:50~10:00	刷牙
8:15~8:40	寫評量	10:00	睡覺

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名： _____



我是時間之王

三年 8 班 座號 15 姓名 李靜璇

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 打球

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 做家事 複習功課	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 運動 看課外書 看電視	<input checked="" type="checkbox"/> 下課： 預習功課 發呆 打球
--	--	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
3:50~5:00	寫功課	4:00~5:00	寫評量
7:00~7:10	看電視	8:00~8:50	洗澡
4:30~5:00	上英文課	9:00~9:10	整理書包
13:00~13:45	打掃家裡	7:00~9:00	運動
19:00~19:10	寫英文功課	7:00~7:10	洗餐具

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

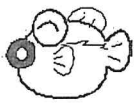
家長簽名：李靜璇



我是時間之王

三年 8 班 座號 18 姓名 周宜潔

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 複習功課 寫功課 運動	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 運動 看課外書 複習功課	<input checked="" type="checkbox"/> 下課： 運動 看課外書 複習功課
---	---	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
13:00~15:00	寫功課	15:00~16:00	睡午覺
16:00~16:30	吃點心	16:30~17:00	看課外書
17:00~18:00	運動	18:00~18:30	自由時間
18:30~19:00	英文課	19:00~19:10	運動
19:10~20:00	英文課	20:00~20:30	看課外書

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：黃A君

我是時間之王

三年 8 班 座號 27 姓名 張廷蔚

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 複習功課 寫功課 看課外書	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 預習功課 打電動	<input checked="" type="checkbox"/> 下課： 運動 玩遊戲 看課外書
---	--	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
1:00~6:30	上安親王班	3:00~4:00	寫功課
4:30~6:30	上英文課	4:00~4:30	寫考卷
7:00~7:30	寫功課	4:30~5:00	複習功課
8:00~8:30	複習功課	5:00~5:40	吃晚餐
8:30~9:00	看課外書	5:40~6:00	運動

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名： _____

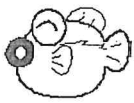




我是時間之王

三年 9 班 座號 1 姓名 陳柚嘉

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動
- 寫功課
- 運動
- 做家事
- 看電視
- 複習功課
- 睡覺
- 看課外書
- 預習功課
- 玩遊戲
- 發呆
- 打工賺錢
- 其他 _____

回 星期一到五放學： 1 寫功課 1小時30分鐘 2 複習功課 30分鐘 3 看課外書 30分鐘 4 做家事 20分鐘	回 假日： 1 看課外書 1小時 2 做家事 40分鐘 3 打電動 1小時 4 運動 2小時	回 下課： 1 玩遊戲 5分鐘 2 發呆 2分鐘 3 預習功課 3分鐘
---	--	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

星期五

時段	活動計畫	時段	活動計畫
13:00-14:30	上美術課	19:30-20:00	看課外書
14:50-15:30	休息吃點心	20:00-20:20	洗澡
15:30-16:20	寫功課	20:20-20:40	寫英文作業
16:30-18:30	上英文課	20:40-21:40	打電動
19:00-19:30	吃晚餐	22:00	睡覺

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
大部分符合
一半符合
少部分符合
完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
大部分符合
一半符合
少部分符合
完全不符合

家長簽名：游韻蓀 3/6





我是時間之王

三年 9 班 座號 17 姓名 鄭羽棠

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 1. 寫功課 2. 複習功課 3. 預習功課	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 1. 打電動 2. 看電視 3. 做家事	<input type="checkbox"/> 下課： 1. 看課外書 2. 玩遊戲 3. 運動
---	---	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
星期一 1:00 ~ 2:00	寫功課	星期一 4:00 ~ 4:30	吃水果
2:00 ~ 4:00	做美勞	4:30 ~ 5:00	洗澡
4:00 ~ 4:30	跳繩	5:00 ~ 5:30	吃晚餐
4:30 ~ 5:00	洗澡	5:30 ~ 6:30	寫功課
5:00 ~ 5:30	吃晚餐	6:30 ~ 7:00	跳舞

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：鄭瑞元





我是時間之王

三年 9 班 座號 22 姓名 廖冠羽

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 預習課程

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 複習功課 看課外書	<input type="checkbox"/> 假日： 看電視 運動 預習功課	<input type="checkbox"/> 下課： 玩遊戲 睡覺 預習課程
--	---	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
(三) 12:50~1:00	回安親班	6:00~7:00	看課外讀物
1:00~2:00	寫回家功課	7:00~7:10	回家
2:00~4:00	上英文課	7:10~8:40	吃晚餐
4:00~5:00	寫回家功課	8:40~9:00	看電視
5:00~6:00	寫評量	9:00~9:30	刷牙、睡覺

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：廖冠羽



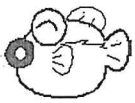
Handwritten signature and date: 4/10/14



我是時間之王

三年 10 班 座號 1 姓名 孫樂洋

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 做家事 看課外書	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 複習功課 睡覺 看電視	<input checked="" type="checkbox"/> 下課： 運動 玩遊戲 預習功課
--	--	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
三 1:00~6:30	上安親班	8:00~8:40	打電動
四 4:30~6:30	上英文課	17:30~8:00	吃晚餐
五 7:00~7:30	做家事	8:00~9:00	打籃球
一 4:30~6:30	上英文課	6:30~8:10	寫功課
二 8:50~3:50	在學校上課	4:10~6:15	寫功課

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名： 孫樂洋



我是時間之王

三年 10 班 座號 23 姓名 陳妍潔

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 1. 寫功課 2. 做家事 3. 複習功課	<input type="checkbox"/> 假日： 1. 運動 2. 打電動 3. 玩電動	<input type="checkbox"/> 下課： 1. 寫功課 2. 複習功課 3. 玩遊戲
--	---	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
三 2:00~3:00	寫功課	8:00~9:00	讀書
四 4:30~6:30	上英文課	7:50~8:30	吃飯
五 2:00~3:30	寫功課	8:30~9:10	運動
一 4:30~6:00	上英文課	8:30~9:50	吃飯
二 4:00~5:30	寫功課	8:30~9:50	吃飯

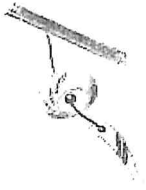
◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名： _____



我是時間之王

三年 10 班 座號 21 姓名 陳苡璇

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<p>☐ 星期一到五放學：</p> <p>1. 寫功課 2. 寫評量 3. 看課外書</p>	<p>☐ 假日：</p> <p>1. 練中提琴 2. 複習功課 3. 預習功課</p>	<p>☐ 下課：</p> <p>1. 訂正功課 2. 運動 3. 寫功課</p>
--	---	--

☐ 請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

☐ 時段	☐ 活動計畫	☐ 時段	☐ 活動計畫
一 4:00~7:30	上安親班	一 4:00~5:30	寫功課
二 6:30~7:30	看電視	二 5:30~6:30	寫評量
三 4:20~6:00	上英文課	三 4:20~5:50	上英文課
四 4:00~7:30	上安親班	四 4:00~7:30	上安親班
五 2:30~3:50	上英文課	五 2:30~3:50	上英文課

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名： _____



我是時間之王

三年 11 班 座號 3 姓名 王俠鈞

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動
- 寫功課
- 運動
- 做家事
- 看電視
- 複習功課
- 睡覺
- 看課外書
- 預習功課
- 玩遊戲
- 發呆
- 打工賺錢
- 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 複習功課 預習功課	<input type="checkbox"/> 假日： 打籃球 玩遊戲 看電視	<input type="checkbox"/> 下課： 發呆 睡覺 揮重力
--	---	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
星期一 8:30	打電重力	晚上 7:30~8:00	打籃球
星期二 7:30	複習英文	晚上 6:00~7:00	上好夢田
星期三 7:30	看書	下午 6:00	吃食反
星期四 8:30	打電重力	晚上 7:00~8:00	上英文課
星期五 4:00	寫作文	下午 1:30~3:00	上好夢田

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

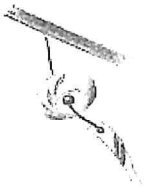
- 完全符合
- 大部分符合
- 一半符合
- 少部分符合
- 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合
- 大部分符合
- 一半符合
- 少部分符合
- 完全不符合

家長簽名：

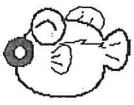
王俠鈞



我是時間之王

三年十一班 座號 18 姓名 周虹希

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- | | | | | |
|--|---|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> 打電動 | <input checked="" type="checkbox"/> 寫功課 | <input checked="" type="checkbox"/> 運動 | <input checked="" type="checkbox"/> 做家事 | <input checked="" type="checkbox"/> 看電視 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 複習功課 | <input type="checkbox"/> 睡覺 | <input checked="" type="checkbox"/> 看課外書 | <input checked="" type="checkbox"/> 預習功課 | <input checked="" type="checkbox"/> 玩遊戲 |
| <input type="checkbox"/> 發呆 | <input type="checkbox"/> 打工賺錢 | <input checked="" type="checkbox"/> 其他 <u>聊天</u> | | |

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： ① 寫功課 ② 複習功課 ③ 預習功課	<input type="checkbox"/> 假日： ① 運動 ② 做家事 ③ 看電視	<input type="checkbox"/> 下課： ① 聊天 ② 玩遊戲 ③ 看課外書
--	--	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
(一) 16:00	寫功課	(一) 20:00	看書
(二) 16:30	寫功課、畫畫	(二) 20:00	彈琴
(三) 15:00	上先修課	(三) 20:00	看書、寫功課
(四) 16:00	幫爸爸煮飯	(四) 20:00	寫功課、運動
(五) 16:00	去圖書館	(五) 20:00	寫功課、畫畫

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：楊佩茹



我是時間之王

三年 11 班 座號 21 姓名 楊景昭

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 運動 做家事	<input type="checkbox"/> 假日： 打電動 看電視 複習功課	<input type="checkbox"/> 下課： 看課外書 預習功課 玩遊戲
---	--	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
12:50~1:50	在公園玩	2:00~3:00	寫功課
3:00~3:30	睡覺	3:30~4:00	看電視
4:00~4:45	複習功課	4:45~5:20	看電視
5:20~6:00	幫忙準備晚餐	6:00~6:30	吃飯
6:30~7:30	玩平板	7:30~9:00	準備睡覺

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：張



我是時間之王

三年 12 班 座號 18 姓名 蔡宜恩

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- | | | | | |
|--|---|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> 打電動 | <input checked="" type="checkbox"/> 寫功課 | <input checked="" type="checkbox"/> 運動 | <input checked="" type="checkbox"/> 做家事 | <input type="checkbox"/> 看電視 |
| <input checked="" type="checkbox"/> 複習功課 | <input checked="" type="checkbox"/> 睡覺 | <input checked="" type="checkbox"/> 看課外書 | <input checked="" type="checkbox"/> 預習功課 | <input checked="" type="checkbox"/> 玩遊戲 |
| <input type="checkbox"/> 發呆 | <input type="checkbox"/> 打工賺錢 | <input type="checkbox"/> 其他 _____ | | |



發現優點

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 1. 複習功課 2. 預習功課 3. 看課外書。	<input type="checkbox"/> 假日： 1. 睡覺 2. 做家事 3. 運動。	<input type="checkbox"/> 下課： 1. 玩遊戲 2. 看課外書 3. 運動。
---	---	---



請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
星期(三) 1:00~2:00	寫功課(寫)	5:50~6:30	寫評量、考卷
2:00~3:00	寫評量、複習	6:30~6:50	回家
3:00~3:15	運動	6:50~7:00	吃晚餐
3:15~4:00	睡覺	7:00~8:00	做家事
4:00~5:50	寫考卷	8:00~8:30	練琴

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：8:30~8:50 洗澡

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

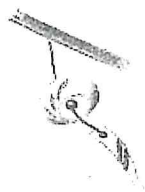
◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

8:50~9:00 吃宵夜
9:00~9:10 刷牙
9:10 睡覺

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名： _____ 謝啟穎

3.17



我是時間之王

三年 12 班 座號 5 姓名 潘宥宇

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考

下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 複習功課 預習功課	<input type="checkbox"/> 假日： 運動 做家事 看電視	<input type="checkbox"/> 下課： 運動 玩遊戲 打撲
--	--	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
1:00~1:30	寫功課	5:00~7:00	看課外書
1:30~2:00	寫評量	7:00	回家
2:00~4:00	上英文課	7:10~7:30	看電視
4:00~4:30	寫英文功課	7:30~8:00	吃飯
4:30~5:00	複預習功課	9:00	睡覺

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合



表現優異

家長簽名：潘宥宇

3.17



我是時間之主

三年 12 班 座號 14 姓名 梁雅鏡

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input type="checkbox"/> 星期一到五放學： ① 複習功課 ② 睡覺 ③ 做家事	<input type="checkbox"/> 假日： ① 運動 ② 發呆 ③ 打電動	<input type="checkbox"/> 下課： ① 跟朋友玩 ② 預習功課 ③ 玩遊戲
--	---	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
4:60-5:60	運動		
5:00-6:00	寫功課		

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：_____



我是時間之主

三年 12 班 座號 23 姓名 陳榮瑄

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 1. 寫功課 2. 做家事 3. 看書	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 1. 打電動 2. 睡午覺 3. 做家事	<input checked="" type="checkbox"/> 下課： 1. 看書 2. 去合作社買東西。
---	---	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

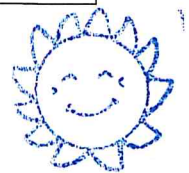
時段	活動計畫	時段	活動計畫
星期五 1:00-2:00	寫功課	4:30-5:00	複習功課
2:00-2:30	看書	5:00-5:30	玩遊戲
2:30-3:00	運動	5:30-6:00	做家事
3:00-4:00	寫評量	6:00-7:00	練琴
4:00-4:30	睡覺	7:00-8:00	吃飯

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合



表現優異

家長簽名： 賴香琪 3.17



我是時間之主

三年 13 班 座號 26 姓名 吳亭儀

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 吃東西/上鋼琴課

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 吃東西。 發呆。 看課外書。 寫功課。	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 去公園運動。 睡覺。 上鋼琴課。	<input checked="" type="checkbox"/> 下課： 玩遊戲。 複習功課。
--	---	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
一 16:20~17:00	寫功課, 看課外書	13:10~13:50	吃東西
二 16:20~17:00	寫功課, 看課外書	13:50~15:50	寫功課
三 13:10~17:00	睡覺, 吃東西	15:50~16:30	看課外書
四 16:20~17:00	寫功課, 發呆	16:30~16:50	複習功課
五 13:10~17:00	睡覺, 吃東西	16:50~17:00	發呆

星期一
星期一
星期一
星期一
星期一

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

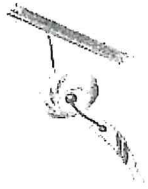
(星期月)

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：吳亭儀



我是時間之主

三年 13 班 座號 7 姓名 吳軒

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 _____

<input checked="" type="checkbox"/> 星期一到五放學： 寫功課 運動 睡覺	<input checked="" type="checkbox"/> 假日： 看電視 玩遊戲 運動	<input checked="" type="checkbox"/> 下課： 玩遊戲 運動 預習功課
---	---	--

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
星期一	運動	星期一	睡覺
星期二	寫功課	星期二	運動
星期三	運動	星期三	睡覺
星期四	寫功課	星期四	運動
星期五	寫功課	星期五	睡覺

◎請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

◎請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名：廖家慧



我是時間之主

三年 13 班 座號 16 姓名 賴采丹

三年級 家庭教育課程



小朋友，要在對的時間做適當的事，才會事半功倍喔！你能夠區別嗎？請參考下列答案各寫出三項：

- 打電動 寫功課 運動 做家事 看電視
複習功課 睡覺 看課外書 預習功課 玩遊戲
發呆 打工賺錢 其他 畫畫

<p>回 星期一到五放學：</p> <p>寫功課 畫畫 吃飯</p> 	<p>回 假日：</p> <p>玩手機 看筆習 睡覺</p> 	<p>回 下課：</p> <p>畫運動 看書</p> 
---	---	---

請你試著規劃一下自己星期一到五的放學時間：(或從星期一到五選定某一天)

時段	活動計畫	時段	活動計畫
12:50~13:30	午休	4:20~4:40	吃晚餐
13:30~3:00	寫功課	4:40~5:30	畫畫
3:00~3:50	運動	5:30~6:30	複習功課
3:50~4:00	回家	7:30~9:00	照顧弟弟
4:00~4:20	買晚餐	9:00~10:00	洗澡、睡覺

請你依照自己做的內容是否跟你所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

請家長依照學生做的內容是否跟他所規劃的相符合給予評分：

- 完全符合 大部分符合 一半符合 少部分符合 完全不符合

家長簽名： 賴