

生教組寒假小叮嚀

親愛的同學們，可愛的寒假又到了，心情不自覺的愉快起來，大家期待著、盼望著就像是等著糖吃的小孩，那種幸福的氣氛感染了每一個角落，那操場上揮灑的汗水、窩在課室內的談心讓人感動，一切是那麼的美好，希望同學們能堅持、能捍衛這樣的生活，寒假有太多的誘因讓人墮落、有太多的陷阱讓人誤觸，幸福像是群狼撲羊的危急，而我們是勇敢的牧羊人，手持智慧之杖，明是非、斷善惡，為精彩人生而努力，為青春無敵而驕傲，讓我們一起記得：

- 1、勿入是非地、惹來是非事
- 2、注意交通安全、勿騎乘機車
- 3、毒害一生、勿輕嚐、勿輕試
- 4、請勿攜帶及吸食香菸/電子煙產品

訓育組寒假小叮嚀

*請 3 年級各班畢冊編輯同學在寒假利用時間製作，以免開學後在期限內繳交不出來！（預計 3 月 4 日星期一繳交）

體育組寒假小叮嚀

一、年節期間，更要維持「SH150」良好運動習慣，才不會擔心過年發胖喔。「SH150」的 S 代表 Sport、H 代表 Health、150 代表每日在校除體育課外再多運動 150 分鐘。寒假雖然暫時不用到學校上課，在沒有課業壓力的情況下，更應該多多走向大自然，讓自己保持每日運動 150 分鐘的規律運動習慣。

二、利用寒假，查一查自己的「健康體育護照」。

步驟一：登錄網站 <https://passport.fitness.org.tw/>（或搜尋健康體育護照）

步驟二：輸入「帳號（身分證字號）」與「密碼（學號）」

步驟三：修改密碼為【Hcjh+學號】

步驟四：登入成功，開始查看歷年的「體適能檢測」紀錄

衛生組寒假小叮嚀

*歲末節日及連續假期時儘量避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。若出入場所無法保持社交安全距離，務必全程配戴口罩。

寒假行事曆

日期	項目
1/22(一)-1/26(五)	寒假輔導
1/24(三)	13:00-17:00 學區國小 VR 美食營
1/25(四)	全校返校日(上午 7:30 到校，未參加寒假輔導同學約 8:30 放學)
1/26(五)	105、107、207、303、304、306、308、309 文化體驗參訪活動 地點：草屯工藝研發中心、員林演藝廳
1/29(一)	體育班寒假訓練營開始、寒假體育班轉學考
1/30(二)	204 返校打掃(上午 8:30 到校，穿著學校運動服，約 10:00 放學)
2/1(四)	205 返校打掃(上午 8:30 到校，穿著學校運動服，約 10:00 放學)
2/6(二)	206、207 返校打掃(上午 8:30 到校，穿著學校運動服，約 10:00 放學)
2/9(五)	除夕
2/9(五)-2/14(三)	春節
2/15(四)	1.208、209 返校打掃(上午 8:30 到校，穿著學校運動服，約 10:00 放學) 2.上班不上課
2/16(五)	正式上課 16:00 放學
2/17(六)	補行上班上課，學生須到校上課(補 2/8 調整放假的班、學生補 2/15(四)課程) 16:00 放學