

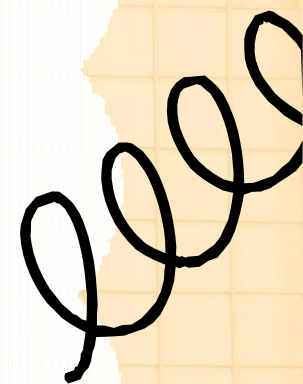
新北市瑞芳區瑞柑國民小學

114學年度第1學期

家長日手冊



六年忠班



中華民國114年09月12日



寶貝我的牙

健康樂無暇

牙膏含氟量1000ppm

餐後潔牙

餐後使用
含氟牙膏
及漱口水潔牙

牙線輔助

小五以上學童
請善用牙線

幼童塗氟

未滿6歲兒童
每半年補助1次
免費塗氟

窩溝封填

6至12歲兒童
恆牙第一大臼齒
免費窩溝封填



拒絕含糖

減少含糖飲料及零食
保護兒童牙齒



重視BMI值

維持體重適中率 降低過輕與過重比率

充足睡眠

每日睡眠時數
達8小時



快樂運動

每周運動量
達150分鐘
運動後可補充優質蛋白

適當飲水

每日飲水量達適當比率

喝足水的標準量 = $\frac{\text{自己的體重(公斤)}}{30} \times 30 \text{ CC}$

健康飲食

要吃早餐，多元飲食
多攝取全穀類
蔬菜及鈣質



近視疾病EYE注意

定期就醫來防盲

1 近視不是小事，是一種疾病

- ✓ 近視是疾病，如未控制容易高度近視，產生白內障、青光眼、視網膜剝離及黃斑病變

2 公費護眼計畫，定期檢查視力

- ✓ 衛生局與教育局辦理新北市學童護眼方案
提供國小全部學童及幼兒園中、大班視力檢查異常幼兒
每年1次免費視力檢查服務

3 視力複檢預防惡化，及早就醫診斷治療

- ✓ 若孩子在學校視力篩檢異常
請配合學校通知帶孩子至眼科診所複檢及矯治

4 眼鏡不是治療，仍需定期就醫

- ✓ 配戴眼鏡僅是矯正視力而非治療，仍需定期就醫

5 落實護眼習慣，從日常做起

3010用眼
30分鐘休息10分鐘

天天戶外活動
120分鐘

下課教室淨空

遠視儲備度數



六年忠班114學年度上學期班級經營與教學計畫說明

親愛的家長您好：

我是六年忠班的導師劉妤萱，很榮幸有此緣分再次與您一同為孩子努力，期盼新學期在親師的合作下，共創美好願景，讓孩子們持續進步與成長。升上六年級是孩子成長中一個非常重要的蛻變階段，不僅在科目及課程內容上會加深，更是孩子身體及人格發展的重要階段，所謂「今日事，今日畢」，若當天作業未能及時完成，會盡力讓學生於明日上學期間補齊，讓孩子們從小培養好的學習態度。在班上，除了課業上的指導外，會額外加強：建立正確的價值觀、培養負責任的學習態度、注重道德教育的落實，期望能給予孩子們一個優質的學習歷程。

一、本學期教學團隊

國語、數學、綜合	劉老師	自然、資訊	張老師
英文	楊老師	社會	王老師
體育	葉老師	藝術	蔡老師
音樂	陳老師	鄉土語言	吳老師

二、麻煩家長協助事項

- 1、請家長們協助孩子養成睡前自行整理書包的好習慣，檢查書本、功課及學用品等是否準備齊全。
- 2、請家長們務必每日抽空看看孩子的功課及聯絡簿，並請在聯絡簿上簽名。
- 3、請務必遵守上學時間(約7:30~7:50)，注意自身安全。孩子如需晚到、早退或請假，務必麻煩家長親自來電、說明事由，或使用新北校園通app請假，以減少不必要的誤會與憂慮！
- 4、為培養孩子良好的讀書習慣，與上課無關的物品未經允許，請勿帶入學校，例如：玩具、撲克牌、手機、貴重及危險物品等，若被發現將會暫由老師保管，初次違規當天放學後發回，嚴重違規將於期末發回或請家長到校領回。
- 5、孩子邁入青春期，請家長協助了解孩子的交友情形，金錢流向。也希望能每日花幾分鐘與孩子談心，傾聽孩子的想法孩子養成願意跟父母分享的習慣，有助於未來親子溝通。
- 6、上學盡量不讓孩子帶過多零錢以免遺失，也避免同學之間相互借錢，導致金錢上的糾紛。



三、教學課程

◎國語教學

1. 加強孩子們「文章理解」以及「詞彙量」：讓孩子能在閱讀完文章後，自行擷取文章重點，並適當的分享感想心得。六年級的國語教學除了配合課本內容，隨時補充延伸知識，並著重於「字音字形」及「成語」，增加孩子們的寫作能力及溝通表達。

2. 寫作六篇：

依照課程單元訂定題目，其中將會安排一篇個人讀書心得，及一篇小組故事，讓組員們集思廣益，創作出小組story，寫作時會分配課文詞彙及成語，活學活用，增加學習效益。

3. 推展閱讀教育：

① 閱讀護照：依照學校推動的閱讀教育，鼓勵學生們多閱讀、愛閱讀，豐富孩子們的國語文能力，從閱讀獲得常識、知識及他人經驗。

② 每週成語：讓孩子們輪流尋找，在過程中增加獲得常識、知識及他人經驗，並相互分享。

③ 午餐新聞：利用午餐時間搭配當日新聞，使孩子與養成關心國內外大小事的習慣，並從中吸收常識與知識。

◎數學教學

1. 穩固先前概念、重視概念之建立：

六年級的數學與五年級數學息息相關，每堂課皆會複習先前概念，再導入新的學習課程，以利孩子們能銜接新課程。教學重點除了配合課本內容，也會著重於「重複練習重複詢問」、「同儕之間相互合作」及「圖文並用以利理解題目」。

2. 重複練習：

課堂中練習基礎觀念題型，自行判讀解題訊息，課後再次練習相似題型，回家作業除了複習課堂所學，也訓練孩子的解題能力和策略。

3. 強調錯誤訂正：

每次回家作業及考試，皆會利用下課時間及分配回家訂正，即時將迷失澄清，以利學習新的概念。

四、評分標準

1、平時50%：課堂表現、作業繳交及訂正情形(習作、作業簿等)、平時小考、上台發表、分組討論等。

2、總結性評量50%：期中考、期末考。

3、無定期考試科目評分方式為課堂表現及作業為主。

六年級的孩子，正是對於網路世界充滿好奇的階段，還勞煩家長們多多費心，持續關心孩子在家上的上網狀況，並適時傾聽孩子們內心的聲音，需要您協助的事項十分繁雜，十分感謝有您在一旁協助，如有任何問題，都歡迎隨時與我聯繫！再次感謝您在孩子學習過程中的參與！敬祝

平安 如意

導師 劉老師114.09.05



過度使用手機的5個影響

孩子一旦有了手機，使用時間只會增加，不會減少，過度使用手機會漸漸造成極大的影響。

1. 影響親子的感情

如果孩子對手機成癮，與家人的對話跟互動將會減少，長期下來，逐漸不再跟父母溝通，當有心事或是困難時，會選擇跟同儕或是網友討論，而不是父母，時間一久，親子關係就會愈來愈疏遠，想補救就時，可能為時已晚。

2. 傷害小孩的視力

根據衛福部的調查也指出，幼稚園學童下課後使用手機的比例，竟然高達44.9%。而且，手機發射的藍光，除了容易使眼睛疲勞不適外，也讓孩子的眼睛提前老化，這也是為什麼近年來，黃斑部病變逐漸年輕化的原因之一。

3. 影響孩子的睡眠

手機發出的藍光，會阻礙褪黑激素(Melatonin)的分泌，褪黑激素過低會讓人較難感覺到「愛睏」，孩子如果養成在睡前滑手機的習慣，可能有難以入睡的情況，導致睡眠品質不佳，白天上課精神渙散的惡性循環，缺乏睡眠也會減緩孩子的發育。

4. 造成孩子的姿勢不良

相信讀者們應該都知道「低頭族」對人體會造成什麼影響，想像一下當這些負面影響加諸在還在成長的孩子身體上，會有多大的危害，包括脊椎側彎、駝背、頸部痠痛、手臂麻痺等毛病，都可能因為孩子長時間使用手機造成不良姿勢，而一一找上門來。

5. 減少孩子出門的機會

青少年走出戶外，跟家人或朋友聚餐、約會、運動、踏青等，是很有意思的社交活動。然而手機裡的社交App，讓孩子不必出門也能夠跟朋友聯絡，而各式各樣的手機遊戲，以及大量豐富的影片，讓孩子們寧願待家中，懶得出門活動。

給孩子手機前該約定事

當孩子拿到手機，雖然可能是舊手機，但功能多半齊全，上網、看影片、玩遊戲絕對沒問題，這對孩子的自制力絕對是很大的挑戰。研究發現，孩童自7~9歲起，雖然自制力明顯較幼兒園時成長許多，但完整的自制力，要到20歲左右才成熟。

因此，建議家長在給予孩子手機前，就要跟孩子做好約定，並且共同討論出雙方都能接受的使用規範。

新北市瑞芳區瑞柑國民小學114學年度第1學期教學計畫

班級:六年忠班 學習領域或科目:英語 教師: Tina

學習領域	英語	授課教師	Tina
項目	內容		備註
教學目標	• 喜愛學習英語 • 認讀與聽寫國小階段字詞。 • 在聽讀時，能辨識書本中相對應的書寫文字、國小階段基本字詞及句型，並使用於簡易日常溝通。 • 能聽懂日常生活應對中常用語句，並能作適當的回應。 • 能以正確的發音及適切的速度朗讀簡易句型的句子，進行朗讀或吟唱簡易歌謠韻文。 • 能以正確的發音及適切的速度朗讀簡易對話、簡易故事及短劇。 • 能運用所學的字母拼讀規則讀出英文字詞、拼寫英文字詞。		
教學方式	• Phonics 自然發音 • Cooperative learning 合作學習 • Content Base Language Learning 內容導向英語學習法		

作業設計	• Workbook 習作 • Projects • show and tell	
評量方式	• Classroom performance 課堂表現 20% • Workbook 習作 40% • Quiz 小考 20% • Exams - Midterm & Final 月考 40%	
家長配合 事項	• Review 線上口說練習 • Finish homework 完成作業	

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 114 學年度第 1 學期教學計畫

班級： 六 年忠班

學習領域	健康	授課教師	劉老師
項目	內容		
教學目標	1. 認識多國飲食文化與營養，學習安全選購與保存食物，培養包容態度與健康消費能力。 2. 了解藥品種類與正確用藥五核心，學習就醫表達、藥物使用與意外救護知識，提升健康素養。 3. 認識空氣與水汙染對健康的影響，學習改善方式並實踐減塑減碳，培養綠色生活行動力。		
教學方式	1. 鼓勵學生多以口說分享日常生活經驗，透過團體討論彼此互相傾聽，讓健康課程知識落實於生活之中。 2. 媒合適合課程主題的外部單位宣講，充實課程多面向。		
作業設計	以課堂上能完成為主，包含小組討論、學習單等		
評量方式	課堂表現 40% 參與討論 40% 實際操作 10% 學習單 10%		
家長配合事項	多關心學生在校生活，若有與健康課程相關議題，歡迎與老師聯繫討論，提供轉化為課程教材，以更符應學生實際生活上的學習，進而養成正向的健康素養。		

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 114 學年度第 1 學期教學計畫

班級：六年忠班 學習領域或科目：藝術與人文 教師：蔡老師

科目	美術	授課教師	蔡老師
項目	內容		
教學目標	1. 應用數位工具與數位學習資源搜尋美術館，說出美術館的特色。 2. 了解有些藝術作品需要一個嚴格控管溫度、溼度及不受污染的環境，才能永久保存。 3. 了解公共藝術在生活中的意義、功能與重要性。 4. 有些公共藝術，是可以與人互動的，利用搜尋引擎，欣賞公共藝術作品動起來的畫面。 5. 說得出攝影與繪畫相同的地方並探索相異處。 6. 認識 AI 創作，了解利用 AI 動畫光影的變化，可以呈現繪畫全新的視覺。 7. 能自由發想設計未來的生物樣貌。		
教學方式	1. 講述教學 2. 分組討論 3. 發表分享		
上課規則	1. 準時進教室上課。 2. 攜帶課本、習作及學習用品。 3. 禁止攜帶食物、玩具等非必要的物品進教室。		
作業	1. 口頭報告 2. 實作練習 3. 美術作品發表		
評量方式	1. 課堂表現(60%)：小組討論狀況、上課參與等。 2. 實作表現(40%)：個人創作展現、小組發表等。		
家長配合事項	幫孩子準備著色用具(如彩色筆、色鉛筆、蠟筆、粉蠟筆、水彩、水彩筆等)，剪刀，膠水。		

新北市瑞芳區瑞柑國民小學114學年度第1學期教學計劃

六年忠班

學習領域	藝術-音樂	授課教師	陳老師
項目	內容		備註
教學目標	1. 能清楚掌握已學過音樂基本知識 2. 能認識及正確使用進階音樂知識，例：複拍子、調性等。 3. 能正確使用樂器，例：有/無音高樂器等 4. 能正確並完整的習唱歌曲 5. 能遵守教室禮儀與規範，並尊重教師與同儕。		
教學方式	1. 講述教學 2. 實作教學 3. 分組討論、任務發表與分享		
作業設計	1. 口頭報告 2. 實作練習 3. 樂曲發表		
評量方式	1. 課堂表現(60%)：小組討論狀況、上課參與等。 2. 實作表現(40%)：個人創作展現、小組發表等。		
家長配合事項	準備上課用具： 1. 英式高音直笛 2. 其他學習用具		