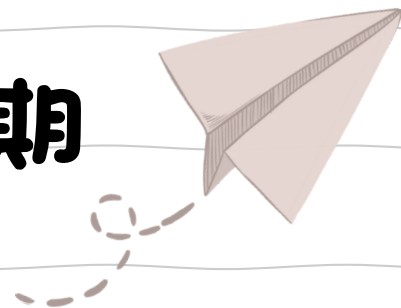


新北市瑞芳區瑞柑國民小學

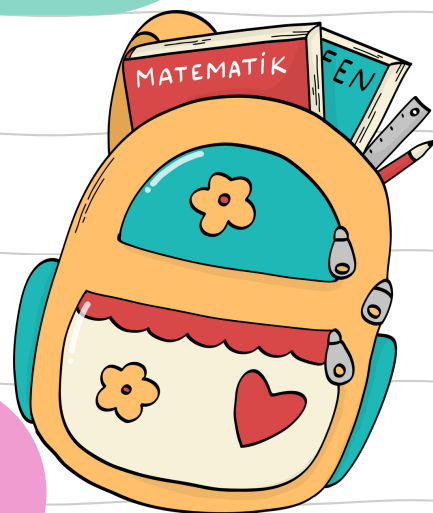
115學年度第1學期



家長日手冊



二年忠班



中華民國115年09月11日

天天都要 85110

- 『8』睡滿 8 小時：晚上 9 點前上床睡覺，睡滿 8 小時，有助於增加學習記憶力
- 『5』天天 5 蔬果：3 蔬 2 果能補充維生素，幫助消化系統讓腸道順暢
- 『1』四電少於一：每天看電視、玩電動、打電腦、用電話的時間少於 1 小時，用眼 30 分鐘、休息 10 分鐘)
- 『1』天天運動 30 分：天天運動 30 分鐘，『快樂、長高、變聰明』
- 『0』零含糖飲料：每天喝足 1500cc (6 杯馬克杯) 的白開水

健康體位教育之

五大核心能力



維持良好體位全目標 (保我健康有活力)

8	睡滿8小時	
5	天天五蔬果	吃足一碗半的蔬菜 
1	3C小於1	戶外活動 取代久坐 
1	天天運動1小時	
0	喝足白開水	拒絕含糖飲料 30c.c.× 體重 

護眼 123 遠離近視好簡單

第 1 招 每 1 年定期檢查視力

第 2 招 幼兒 2 歲前不看螢幕，2 歲後 1 天不超過 1 小時

第 3 招 用眼 30 分鐘休息 10 分鐘，每天戶外活動達 120 分鐘

※年紀越小近視，度數增加越快，如果未加以控制，容易高度近視(度數>500 度)，

而高度近視易產生白內障、青光眼及黃斑部病變等，甚至視網膜剝離，增加失明的機會。

近視是疾病 打敗惡視力

護眼 123 遠離近視好簡單

第①招 每**1**年定期檢查視力

第②招 幼兒**2**歲前不看螢幕，2歲後1天不超過1小時

第③招 用眼**30**分鐘休息10分鐘，每天戶外活動達120分鐘

年紀越小近視，度數增加越快，如果未加以控制，容易高度近視(度數 > 500度)，而高度近視容易產生白內障、青光眼及黃斑部病變等，甚至視網膜剝離，增加失明的機會。

資料來源：衛生福利部國民健康署

瑞柑國小健康中心 關心您



二年級上學期班級經營與教學計畫說明 ~感謝家長及孩子們,讓我們在此刻並肩同行~



Strawberry

親愛的家長您好：

恭喜您的寶貝升上二年級囉!經過一年的學習與成長,發現孩子們比以前更懂事,且更懂得與他人互動、分享、主動幫忙、互相合作, 孩子的成長是您我的喜悅,感謝各位爸爸和媽媽、阿公和阿嬤的支持與配合,這學期讓我們也一起為孩子的學習共同努力!教育工作是跟生活緊密結合在一起的,每一件事情都是活的教材,請家長一同善加利用。每個孩子都有無限的潛能,要有耐心去教導,如此就會給孩子帶來光明和希望。



給他智慧,使他不再疑惑; 陪他遊戲,使他不再孤獨;
給他文學,使他永不貧乏; 陪他探索,使他視野遼闊;
給他榜樣,使他懂得關懷, 陪他歡笑,使他樂觀奮發。

辛勤耕耘下的田裡,長不出雜草來;適切照顧下的孩子,壞不到哪裡去!

謝謝您們在孩子的學習路上不缺席。

希望接下來我們能攜手合作,讓二忠的寶貝越來越棒!



這學期我為本班規劃的教學如下：

一、教學理念：

- (一)培養受用一輩子的好習慣。
- (二)學會愛自己,並尊重他人。
- (三)養成正向思考觀念與態度。
- (四)啟發創意及有彈性的能力。

二、班級經營(強調品格及生活教育、獎勵制度)

- (一)常說好話,做好事,培養正向信念。
- (二)對自己負責,自我省思,誠實不欺。
- (三)學習互相友愛及尊重,培養團結與榮譽心。
- (四)養成愛整潔、守秩序、有時間觀念等好習慣。
- (五)展示每個孩子的學習成果,建立自信的舞臺。

☆獎勵制度：老師會適時提醒、指導並觀察孩子的好表現或好習慣,能自主展現或進步以 100 點表揚和鼓勵,不當言行指導超過第二次扣 100 點,並利用課餘時間加強輔導,一個月超過 1000 點者可選禮物,學期末獎勵每個月都超過 1000 點的孩子。

三、教學經營

(一)語文教學：

1. 語文常識：隨課補充書寫技巧和語文重點,培養孩子的語感與文學及表達能力。
2. 閱讀活動：配合週五晨間閱讀活動,規劃隨課延伸閱讀或讀報及故事補充,進行閱讀理解教學及課文本位寫作,讓孩子發表分享彼此的創作。
閱讀記錄與分享,配合學校閱讀之星表揚。
日記書寫,運用習得詞句,以五感(看聽聞嚐摸)記錄心情或發現。



3. **作業方式**：預習至少讀 1 次、寫行數、段落、部首、描課本生字 3 次(手指-螢光筆-鉛筆)→甲乙本增加造詞(新學 3 次和聽寫複習 1 次)→國語習作(國習)→每課聽寫(國考)→國語作業簿(國作)→單元寫作→考前複習(國練、國卷)。

(二) 數學教學：

1. **多算多練**：課堂演練基礎觀念題、單元小節複習卷，課前幾分鐘複習上節重點。
2. **題型練習**：課後再次練習課本題型，以習作和複習卷加強解題能力和策略。
3. **具體操作**：利用附件、教具個別與小組的操作、討論、分享，建立數學概念。
每生贈卡通錢包，以教具錢幣鼓勵課堂表現，配合班級獎勵制度。
4. **作業方式**：課堂操作和演練→數學課本練習題(數課)→數學習作(數習)→數學課堂練習(數練)→單元小節練習卷(數卷本)→考前複習(數卷)。

(三) 生活課程：

1. **有意義的具體活動和體驗**：養成思考的習慣，學會安排自我的作息時間，培養富有創造及思考能力的兒童。
2. **關心自己和周遭社會、自然、藝術與人文的關係**：思考自己如何幫助動物與維護大自然，從探索中認識多樣創作素材，培養兒童的組織能力、鑑賞能力和說話能力。
3. **養成生活上必須的基本習慣和技能**：並且透過實際的操作認識維生的方式。隨著年紀的增長，二年級的小朋友，應該有更好的生活自理能力，藉由單元的一系列活動，培養小朋友自我生活起居的能力。
4. **發展生活中各種互動與反省的能力**：藉由著討論與實作，帶領兒童學習推己及人，在自己享受溫暖與幸福的同時，也能從身邊親友出發，試著關懷他人，並將心意化為實際的行動。
5. **作業方式**：課堂單元探索活動→音樂學習與唱遊→美勞創作學習→生活習作和演練。

(四) 評量方式及重點：

1. 評量方式：(打分數項目登記列入成績計算，加★和♥配合獎勵制度)
* 定期評量 50% (期中 25%、期末 25%)
* 多元評量 50% (學習態度、作業、上臺報告、學習單、實際操作、平時測驗、課堂活動表現...)。
2. 評量重點：學習態度、小組合作、作業及學習單用心習寫且按時完成繳交，保持清潔、確實訂正。

(五) 溝通與聯絡方式：

1. 平常請善用聯絡簿或書面聯繫。
2. 於不影響上課時間至學校當面溝通。
3. 撥打學校電話(02)24971009#21
老師手機或以 Line 私訊聯繫。





為了孩子好，讓我們一起叮嚀孩子：

（一）生活方面：

1. 重視時間觀念，準時上學 7:20-7:50 之間到校，今日事今日畢，並且養成早睡早起的好習慣。請為您的孩子準備一份營養的早餐，並於到校前用餐完畢，不但有助於他整天的學習，亦能增進親子間的情感。來不及在家中吃完需帶來學校，老師會給孩子 10 分鐘的用餐時間，無法在時間內吃完則留待下課吃完才下課。
2. 就寢與上學出門前，確認簿本及物品準備好，養成整理書包和物品的好習慣。
3. 除非課程需要，禁止帶玩具或玩具式文具到校。為避免養成孩子對物質過度需求的習慣，物質金錢獎賞請節制，也不要讓孩子帶貴重物品或現金到校。（繳費除外）
4. 學生在校時間長，參加課後社團的孩子需要精神與體力，家長可準備一點營養健康的點心，並提醒垃圾的處理，廚餘請帶回家，但不要讓孩子帶糖果或零食及糖分高的食品來學校吃和分享，生日分享亦是如此，以培養健康的飲食觀念和習慣。
5. 孩子因病或特殊事故未能到校，請盡早告知、留言，或託同儕及親友幫忙轉達。

（二）學習方面：

1. 讓孩子自行完成工作，有家長的陪伴、參與和指導，孩子是幸福的，切勿代勞。
2. 這學期全校晨間運動在週四，統一穿校服，如天氣寒冷則以保暖為主即可，週一有課後足球社，晨間動態社團在週二，以及有體育課當天，請替孩子準備適合運動的服裝（寬鬆上衣與褲子、運動鞋）及水壺、擦汗毛巾，視需求準備遮陽帽及防曬措施。替換衣物及毛巾請帶回換洗，再用袋子裝乾淨的衣服和毛巾帶到學校。
3. 鼓勵孩子做家事，訓練做事能力，促進肌肉及腦部發展，培養服務熱誠與責任感。
4. 若孩子未攜帶課堂要用要交的簿本或工具等，若不緊急，隔天再由孩子自己帶來。
5. 作業貴精而不在多，強調孩子用心書寫的重要。請一同要求孩子書寫的筆順要正確，筆劃位置要正中，字體筆劃錯誤或潦草求快者，於當日下課訂正好才可下課。書寫整齊，全對無誤加★，完成訂正或聽寫進步加愛心♥，列入獎勵制度。
6. 每天撥空簽閱孩子的聯絡簿、通知單、作業簿本（每日功課內容請參閱班級群組），督促孩子確實完成回家作業，並於確認後簽名，並提醒孩子確實整理書包按時交回，藉此與孩子聊聊天，關心學習狀況，以收實效。每課、單元有簽名加愛心♥，列入獎勵制度。



我們都是教育的合夥人……

期盼在未來的每一天都能看到孩子一點一滴的進步

讓孩子健康成長

敬祝 平安 快樂

導師：俞老師 115/09/11



新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115學年度第 1 學期教學計畫

班級：二年忠班

學習領域	健康	授課教師	黃老師
項目	內容		備註
教學目標	1. 吃出健康和活力：認識六大類食物及食品標示，了解均衡飲食的重要性，養成健康飲食、珍惜食物不浪費的好習慣。 2. 我真的很不錯：認識並接納自己的外形與特質，了解五官功能及保護方法，並學習基本的傷害急救技能。 3. 拒絕菸酒：認識菸酒對健康的危害，了解酒後不駕車，並學習拒絕二手菸的方法。		
教學內容	※以健康課本(第一單元~第三單元)內容： 1. 吃出健康和活力(健康飲食、飲食追追追、飲食安全小祕訣) 2. 我真的很不錯(我喜歡自己、我是感官的好主人、感官救護站) 3. 拒絕菸酒(喝酒壞處多、遠離菸害)		
教學方式	以討論、問答、發表、多媒體教學、實作體驗為主		
作業設計	以課堂上能完成為主，包含小組討論、學習單、小組討論、口頭發表等		
評量方式	課堂表現 40% 參與討論、實作評量 40% 學習單 20%		
家長配合事項	關心孩子在校生活、生活作息、人際互動		

新北市瑞芳區瑞柑國民小學 115 學年度第 1 學期教學計畫

班級：二年忠班 學習領域或科目：體育 教師：葉老師

項目	內 容	備 註
學習目標	1. 利用遊戲和創作的樂趣，增進其基礎動作技能與探索能力，提升學生運動參與的興趣。 2. 建立學生基本的運動安全常識，並學會處理運動傷害的正確步驟；結合學校運動競賽，引導學生理解運動賽事相關概念與資源，並能認真參與班際相關運動賽事。 3. 藉由樂趣化遊戲，了解並學習跳繩的基本概念、體驗用腳運動的項目，促進全身性運動能力均衡發展、以遊戲方法增進學生用跳繩的動作能力，增進對跳繩的學習興趣。 4. 介紹戶外及室內的休閒運動，讓學生了解運動的益處與樂趣，並鼓勵其邀請家人假日時一起進行。 5. 運用全身及四肢的活動學習，提升學生的體能與敏捷性，並能與同學共同合作，從中領略身體活動的樂趣。	
教學方式	1. 活動體驗 2. 同儕討論 3. 教師引導 4. 發表分享	
評量方式	1. 學習態度 2. 同儕合作 3. 鼓勵同儕 4. 技能表現	
家長配合事項	1. 鼓勵孩子遵守紀律、運動規則。 2. 鼓勵孩子培養運動習慣、運動家精神。 3. 欣賞孩子個人獨特的特質。 4. 協助孩子改善運動精神、態度、技能。 5. 協助孩子注意環境危險因子，保障身心安全。 6. 鼓勵孩子多方面的嘗試以發覺不同的興趣與發展。 7. 請協助學童於體育課時都有毛巾、水壺；可自備 1 條跳繩。	