

# 臺北市南港區玉成國民小學111學年度暑假生活須知(三年級)

親愛的家長，您好：

時光匆匆，111學年度即將步入尾聲，隨著暑假到來，懇請您協助指導，維護孩子健康及安全，鼓勵孩子從事有益身心休閒活動，多閱讀、多運動、多參訪體驗，藉由自主學習豐富孩子的視野，希望孩子們可以度過快樂、安全、健康的假期。

敬祝 閨家安康

玉成國小 校長 楊火順 敬上

## ◎暑假生活規範，請家長協助指導：

### 一、規律與健康作息

1. 實踐規律生活，每日按時作息，認真複習功課，並妥善安排暑假自主學習活動，鼓勵並指導孩子做家事，整理自己的房間，以增進生活技能。
2. 請學生養成規律運動習慣，每天進行體能活動，以鍛鍊身體，預防疾病。
3. 請家長多利用暑假期間帶小朋友定期做口腔、視力檢查，並養成餐後潔牙及護眼的習慣。
4. 請家長鼓勵孩子多閱讀優良課外讀物豐富視野，適度使用3C產品，每30分鐘休息10分鐘，以維護視力。

### 二、居家與出入安全

1. 使用瓦斯熱水器沐浴及瓦斯爐煮食時，注意室內空氣流通，勿將門窗緊閉，以預防一氧化碳中毒事件。
2. 請學生出門和回家必面告父母，應以結伴同行為宜，不接近陌生人，如遇緊急狀況，應大聲呼救且跑向人群聚集處求救，以保護自身安全。
3. 遵守交通規則，在安全路口通過道路，騎乘自行車請配戴安全帽，並遵守交通號誌或警察之指揮，並發揮交通安全禮讓精神：

✓ 汽機車駕駛人禮讓通過路口的行人	✓ 搭乘大眾交通工具時遵守秩序排隊上下車
✓ 向導護志工說謝謝	✓ 禮讓座位給需要的乘客
✓ 下車時向駕駛人(父母或長輩/公車/計程車)說謝謝	✓ 搭乘捷運時，不阻擋於門口玩手機。
✓ 自行車與行人共道時，禮讓行人先行，或下車牽行	✓ 搭乘捷運時，後背包改為手提。

4. 從事各類戶外活動，首應注意天候變化及地形環境之熟悉。除需做好行前裝備檢查外，更應考量自身體能狀況能否負荷，勿至公告危險水域或無救生人員及不合法的地方進行活動。

### 三、正當休閒生活

1. 絶對避免前往網咖、舞廳、夜店等出入份子複雜的場所，以策安全。
2. 不浪費金錢、不亂買零食、妥善保管零用錢，並做有計畫的使用。
3. 請家長留意學生遊戲安全，勿任意購買及使用非適用年齡之遊戲用槍及玩具。
4. 勿受同儕及校外人士引誘慾慮而好奇嘗試菸品、毒品或濫用藥物，以免造成自己及家人終身的遺憾。

### 四、其他事項：

1. 若接獲可疑詐騙電話，切記反詐騙3步驟：保持冷靜、小心查證、立即報警或撥打「165反詐騙專線」詢問及檢舉，或電「110」報案。
2. 臺北市家庭暴力暨性侵害防治中心，聯絡電話：(02) 2361-5295。衛生福利部113保護專線。
3. 教育部反霸凌投訴專線：1953。教育局防制霸凌專線：27256444或1999，玉成國小霸凌申訴專線：27836049#132。
4. 為避免新冠肺炎再度感染，請戴好口罩，勤洗手，避免到人多擁擠處所，注意個人衛生保健，如有疑似症狀請立即就醫。
5. 妥善保管防身警報器，開學後要配戴在書包上，遇有緊急危險時可以使用。
6. 參加校外營隊活動前，應與家長或師長充分討論，並參照「高級中等以下學校辦理學生課外活動及輔導學生參加校外營隊活動注意事項」相關規定，與業者簽訂契約，以保障自身權益。
7. 教育部暑期親子反毒學習單，請掃描QR code，於開學前完成。

◎112學年度上學期重要行事提醒：



112.06.30(五)	休業式，一~四年級12:00放學，五年級16:00放學。 **課後班照常上課。
112.07.01(六)	暑假開始(至112.8.29)。
112.08.30(三)	開學日，全校正式上課。課後照顧班開始上課。
112.09.04(一)	課後社團開始上課。
112.09.9(六)	二到六年級學校日活動，上午9:00~11:30，敬請家長踴躍出席。