

臺北市內湖區康寧國小 110 年度暑假學生學習與生活須知

各位親愛的家長及小朋友大家好：

暑假將臨!在假期中，請家長協助小朋友妥善規劃充實且有意義的暑假生活，並叮嚀注意自身的安全。在此，提供以下幾點重要事項給各位家長及小朋友：

一、重要行事：

- (一)本學期 7/2 (二) 結業式，暑假相關宣導事項公告至學校網站重點訊息，暑假自 7 月 3 日至 8 月 30 日止。
- (二)8 月 31 日(二)師生返校，12:00 放學；9 月 1 日(三)開學日正式上課。
- (三)暑假期間圖書館因防疫關係，暫不開放。
- (四)下學期學校日活動訂於 9 月 11 日(六)晚上舉行。
- (五)國小課後班 9 月 1 日(三)開始；幼兒園課後留園 9 月 2 日(四)開始。
- (六)暑假期間配合防疫，且有多項修繕工程進行，為顧及安全，洽公民眾儘量以電話聯繫，盡量避免進出校園，非常感謝!

二、生活習慣

- (一)熱情問候，重視禮儀，培養生活好習慣—愛整潔、守秩序、有禮貌的好孩子。
- (二)貫徹三多快樂多多:1. 多閱讀、2. 多運動、3. 多幫忙做家事。
- (三)提醒小朋友勿點選不明簡訊網址，用網路聊天 APP(如 Line)時，請慎防及提高警覺，切勿洩漏帳號與密碼，避免成為詐騙受害者，更要留意網路交友的匿名性，留意身分訊息可能都是虛假的，尤其不可獨自邀約網友見面，務必三思並與家人溝通。
- (四)節約用水並注意用電，用火及瓦斯的安全，尤其要注意衛生習慣/勤洗手。

三、自主學習

- (一)在暑假期間要維持正常作息，並做好防疫工作，同時要規劃好個人學習的進度與內容，補強課業學習，以利新學期課程的銜接。
- (二)小朋友每日可彈性規劃室內體能運動、課業複習(如數學及邏輯訓練、英語口說，或針對停課期間課程複習安排等)、個人興趣培養(如下棋、閱讀、繪畫等)或獨立生活技能、做家事(如簡易烹飪、家務整潔等)及合於防疫需求的家庭時間和休息。
- (三)校長叮嚀同學，每日需要持續養成，閱讀和運動半小時習慣。

四、防疫宣導

- (一)請小朋友記得落實勤洗手、注意呼吸道衛生與咳嗽禮節；防疫期間，在家吃飯儘量不要共餐、碗筷不要共用；保護自己也保護家人。
- (二)非必要儘量避免外出，防疫期間儘量不參加家庭聚會(同住者不計)和社交聚會，避免必要移動、活動或集會，嚴守防疫相關規定。
- (三)請家長關心子女健康，落實自我健康監測，如出現發燒、咳嗽或過敏性流鼻水等呼吸道症狀，應儘速就醫。若小朋友有居家隔離或確診的狀況，請主動通報學校，以利相關協助。
- (四)為避免長時間用眼傷害視力，記得遵循「3010 原則」(用眼 30 分鐘、休息 10 分鐘)，並儘量於晚間 9 時後減少電子資訊設備之使用，以規律作息。

五、社團報名

康寧國小 110 學年度上學期課外社團報名簡章、流程與注意事項，將於 7/21(三)公告學校網站重點訊息，並於 8/3(二)~8/5(四)進行線上報名。

六、緊急聯絡

暑假中若有遇到疑難，可與導師或學校聯絡，並請求協助。學校聯絡電話：

(02) 27901237 轉 111 (警衛室)。轉 120~125 (教務處)、126 (圖書館)、轉 130~136 (學務處)。轉 140~143(總務處)。轉 150~153(輔導室)、110 警察局報案、165 反詐騙、113 家暴中心。

以上幾點，謹做為各位家長在指導小朋友假期生活時的參考，也深盼小朋友在暑假中能多幫忙父母分擔家事，學習安排時間完成暑假計畫。最後，祝福各位小朋友假期平安、愉快、充實！

康寧國小 關心你