

新竹市東區高峰國小 114 學年度 寒假學生行事曆活動及安全須知

親愛的家長您好：

本學期即將結束，寒假及年節即將來到，希望孩子能有一個快樂充實的假期。
在假期中請家長教導孩子妥善運用親子時間，指導孩子完成各項任務與作業，提醒孩子維持正常生活作息，留意孩子假期的飲食健康及安全。

敬祝 假期愉快 新年快樂

新竹市東區高峰國民小學 敬上

一、本校寒假重要行事：

第 1 週	1	20	二	第一學期休業式 12:40 放學（校內統一用餐後放學）	寒假開始
	1	21	三	補課日（補 2/11 星期三）	功能性調整補課
	1	22	四	補課日（補 2/12 星期四）	
	1	23	五	補課日（補 2/13 星期五）	
	1	24	六	籃球隊比賽(桃園大成盃)小隊停練	
寒 假	1	25	日	籃球隊比賽(桃園大成盃)小隊停練	
	1	26	一	籃球隊比賽(桃園大成盃)小隊停練	
	1	27	二	田徑隊集訓(09:00~11:00)、籃球隊(大成盃)小隊停練、圖書館(08:30~11:30)	排球隊集訓 1/26~2/6 (08:30~11:00)
	1	28	三	田徑隊集訓(09:00~11:00)、籃球隊集訓(08:00~12:00)、圖書館(08:30~11:30)	
	1	29	四	田徑隊集訓(09:00~11:00)、籃球隊集訓(08:00~12:00)、圖書館(08:30~11:30)	
	1	30	五	田徑隊集訓(09:00~11:00)、籃球隊集訓(08:00~12:00)、圖書館(08:30~11:30)	
	1	31	六		第一學期結束
	2	1	日		第二學期開始
	2	2	一	田徑隊集訓(09:00~11:00)、圖書館(08:30~11:30)	排球隊集訓 1/26~2/6 (08:30~11:00)
	2	3	二	田徑隊集訓(09:00~11:00)、圖書館(08:30~11:30)	
	2	4	三	田徑隊集訓(09:00~11:00)、圖書館(08:30~11:30)、籃球隊移訓(未參者加停練)	
	2	5	四	田徑隊集訓(09:00~11:00)、圖書館(08:30~11:30)、籃球隊移訓(未參者加停練)	
	2	6	五	田徑隊集訓(09:00~11:00)、圖書館(08:30~11:30)、籃球隊移訓(未參者加停練)	
	2	7	六	籃球隊移訓(未參加者停練)	
	2	8	日	籃球隊移訓(未參加者停練)	
	2	9	一	籃球隊比賽(雲林順天盃)小隊停練、圖書館(08:30~11:30)	
	2	10	二	籃球隊比賽(雲林順天盃)小隊停練、圖書館(08:30~11:30)	
	2	11	三	籃球隊比賽(雲林順天盃)小隊停練、圖書館(08:30~11:30)	
	2	12	四	籃球隊比賽(雲林順天盃)小隊停練、圖書館(08:30~11:30)	
	2	13	五	籃球隊比賽(雲林順天盃)小隊停練、圖書館(08:30~11:30)	
	2	14	六		
	2	15	日		
	2	16	一	小年夜	
	2	17	二	除夕	
	2	18	三	春節	
	2	19	四	初二	
	2	20	五	初三	寒假結束
	2	21	六		
	2	22	日		
第 2 週	2	23	一	第二學期 上課日 低、中放學時間為 12:40，高年級放學時間為 15:45 特教課後班、課後照顧班開始上課	友善校園週

備註: 寒假無須返校，留意開學日時間，如需請假請務必通知導師或學校。 <<背面-寒假生活須知>>

二、寒假生活須知：

(一) 學習方面

1. 善用時間依照進度用心完成各項作業。
2. 利用假期整理自己的學習用品。
3. 可用各種管道學習新知，例如：閱讀好書、電影欣賞、參觀展覽
4. 運用竹市智慧通親師生平台之「探索智慧通」進行各式闖關學習，如：ABC 藏寶趣等提升自我能力。

(二) 生活方面

1. 維持規律的生活作息，避免熬夜玩樂。
2. 飲食定時定量，盡量避免食用垃圾食物。
3. 保持運動健康的習慣，可進行簡單的每日伸展健身活動。
4. 觀看電視或使用平板電腦等 3C 產品，建議每隔 30 分鐘需讓眼睛休息一下 5~10 分鐘。
5. 注意個人衛生習慣，養成常洗手並記得三餐飯後及睡前起床後的口腔清潔。
6. 防疫期間避免人多的活動，並建議全程戴上口罩，保持勤洗手及勤消毒的習慣。
7. 學校校園樹木甚多，天乾物燥，**嚴禁燃放爆竹等易燃物**，以免發生火災。

(三) 安全方面

1. 活動安全:如要自行外出，必須徵求家人同意，告知家人要去哪裡或何時回來，注意自身的安全，**如果感覺身陷危險**，記住 3 大行動：「**逃跑**」、「**大叫**」、「**通知他人**」。
2. 交通安全:請務必注意交通安全，騎乘機車及腳踏車務必戴上安全帽，並遵守各項交通規則行路上的號誌、標誌、標線與交通服務人員之指揮，減速慢行，以策安全。
3. 人身安全: 如果遭遇性騷擾、性侵害、性霸凌的事件，記得撥打 **110 報警**或撥打 **113 保護專線**尋求協助。
4. 反詐騙及網路沉迷防制:
 - (1)接獲可疑詐騙電話或遇上歹徒意圖詐騙，切記防治詐騙三大步驟：
「保持冷靜」、「小心查證」、「撥打 110 報警或撥打 165 反詐騙專線」。
 - (2)避開危險人物、地點、物品、事情，勿與陌生人交談或不為陌生人帶路；勿涉足電玩或網咖的不良遊樂場所；不要碰觸菸品及毒品或來路不明的物品；注意網路使用安全，不要輕易洩漏個人的資料，提防網路詐騙陷阱。
5. 使用明火設備如瓦斯熱水器、瓦斯爐、點火的燒柴燒炭的烤肉用具，請保持通風，以免發生一氧化碳中毒等危險災害事件。

敬祝

闔家平安愉快，馬年健康如意。

