

南投縣 112 學年集集國小辦理家庭教育宣導成果報告

宣導名稱		小一新生入學迎新	
承辦單位	教導處	宣導日期	112.08.30
參加人數	8	家長	13
研習內容摘要：			
<p>新生闖關內容：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 我讀一年級了。 2. 我是資源回收王。 3. 我會掃地。 4. 我會擦桌子、擰抹布。 5. 噓噓樂。 			
宣導照片：			
			
小一新生贈書活動		敲鐘	



新生家長合影 1



新生家長合影 2



新生家長合影 3



新生闖關-噓噓樂



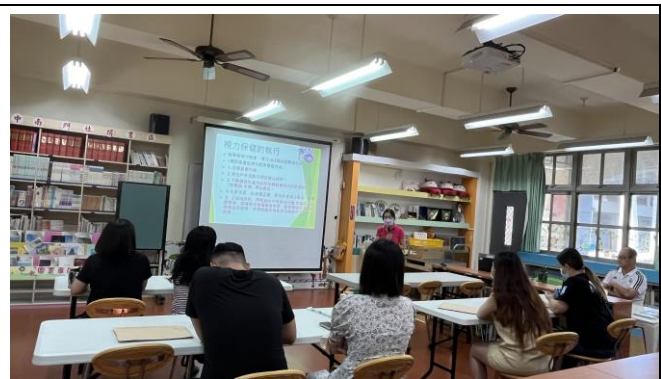
新生闖關-我會擦桌子、擰抹布



新生闖關-我會掃地



輔導-生命教育宣導



保健-健康促進宣導



總務-友善校園宣導



教務-學校業務宣導

南投縣集集國小 112 學年小一新生家長宣導注意事項



學校重要行事

促進交流與合作，達成教育共識。

才藝

9/4起，每週一、四、五下午
1:30-4:00課後才藝課程。

班親會

9/20(三)-
18:30~20:30

運動會

11/18(六)運動會，
11/20(一)補假

評量

1/10~12 期末評量
1/19 休業式



家長注意事項

01

思想上

父母身教、言教
-好的典範是傳家寶。

02

生活上

訓練孩子做家事-培養做事的能力與態度。

03

學習上

一起共讀、共學-關心你的孩子，他會學得更好、更出色。

04

體質上

生活作息要正常、規律，早睡早起身體好。



3C 成癮風險檢測

Q：過去一年內常常有這些情形？

是否

過度使用 功能損傷

- 學生花費過多的時間上網，曾向家人師長隱瞞真正上網的時間
- 學生因為過度上網而影響健康、學業、工作及和家人朋友的關係
- 學生為了上網自己犧牲家人朋友的相處、讀書及過去喜愛的活動

不該愛 卻迷戀 失控

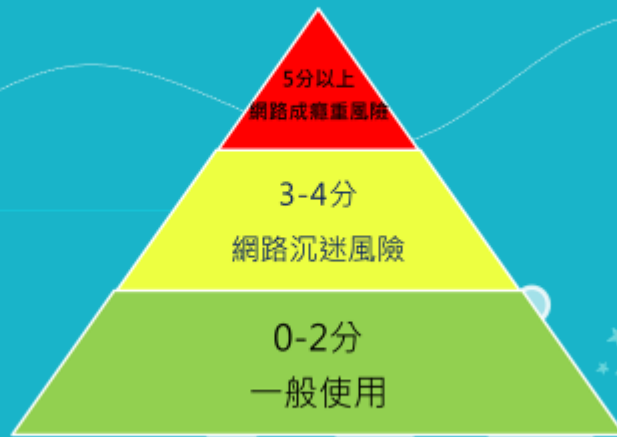
- 學生即使沒在上網也在想著網路上的事情
- 學生雖然有人告訴他/她應該減少上網時間，但他/她仍然無法減少
- 學生明知道上網已帶來許多壞處，但他/她還是無法減少時間
- 學生用上網來忘憂解愁、暫時忘掉壓力

耐受性、 戒斷反應

- 學生需要花更多時間上網才能感到滿足
- 學生不能上網時，會坐立不安、發脾氣、心情不穩定、緊張或沮喪



3 C 成癮風險檢測



中國醫大
網路成癮防治中心

資料來源：亞洲大學心理所臨床心理組柯慧貞教授研究室



3 C 成癮風險檢測

矯正孩子手機成癮的方法：

1. 制定規則：在給孩子智慧型手機前，先坐下來講好使用手機的規則。
2. 監控使用：要完全掌握孩子如何使用、以及花了多少時間在手機上。
3. 暫時停止：在特定時間將孩子手機上的某些應用程式關閉，以避免成癮。
4. 以身作則：皮尤研究中心報告指出，約46%的成人也有手機成癮的傾向。想避免孩子手機成癮，家長要先控制自己。



六讚讚

多稱讚學生健康上網行為

五慣

培養五種網路使用好習慣

人：和學生討論網路交友情形

事：保護自己與他人隱私

時：規定每天網路使用時間上限、每天先做功課再上網

地：睡覺時手機不放床邊、電腦放在公共區域、上課時手機管理政策

物：網路守護天使過濾不當網站與控管

六讚讚

一聽

一聽

以同你心傾聽學生的心

二規

二規

教導學生上網規範

三動動

三動動

每用30分鐘就要站起來活動10分鐘

四感

高四感生活

歸屬感、愉悅感
成就感、意義感

健康上網
一起來