

901 健康守則

1. 用眼 30 分鐘，
休息 10 分鐘。
2. 我愛白開水，
拒絕含糖飲料。
3. 正餐吃飽飽，
少買零食好。

Communication	Information			Notes	Homework · Tests · Things		
	科目	成績	作業未交	學校辦的菸癮防制 活動很有趣，能一邊 玩遊戲一邊學習知 識。	休息10分鐘 用眼30分鐘	國文 英語 數學 歷史 地理 公民 生物 理化 地科 科技 健體	3月8日 星期五 體溫：
	國文						
	英語						
	數學						
	歷史						
	地理						
	公民						
	生物						
	理化						
	地科						
活規範	科技						
<input type="checkbox"/> 盡責打 <input type="checkbox"/> 上課認 <input type="checkbox"/> 課業 <input type="checkbox"/> 上學	健體						

說明：要健康就要有正確觀念。

親師聯絡欄 Communication	課業訊息 Information	生活札記 Notes	作業·考試·攜帶用品 Homework · Tests · Things	第 7 週
() 點 () 分到校 () 點 () 分離校 生活規 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/> 熱心助 <input type="checkbox"/> 盡責打 <input type="checkbox"/> 上課認		用眼三十分鐘， 休息十分鐘。 我愛白開水， 拒絕含糖飲料。 正餐吃飽飽， 少買零食好。	英卷訂正 英教題本 早修考教題本 解析	3月8日 星期一 體溫：

說明：眼到，嘴到，才會周全照顧到健康。