

彰化縣彰化市民生國小 113 年度學生寒假行事曆

日期	活動事項
1/19(五)	◎休業式 ◎發學期成績單
1/20(六)	注意事項：
1/21(日)	因「陽明門球場工程整建」，自 1/22(星期一)起，「陽明門暫時關閉」，工期約 3 個月，學生進出校園，改從「民生門」和「長壽門(民生派出所前)」進出。
1/22(一)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎多元資優營 ◎足球營(第一梯)
1/23(二)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎多元資優營 ◎足球營(第一梯)
1/24(三)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎多元資優營 ◎足球營(第一梯)
1/25(四)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎多元資優營 ◎足球營(第一梯) ◎音樂班寒訓
1/26(五)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎多元資優營 ◎足球營(第一梯) ◎音樂班寒訓
1/27(六)	
1/28(日)	
1/29(一)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎足球營(第二梯)
1/30(二)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎足球營(第二梯)
1/31(三)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎足球營(第二梯)
2/1(四)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎足球營(第二梯)
2/2(五)	◎田徑隊、體操隊集訓 ◎足球營(第二梯)
2/3(六)	
2/4(日)	
2/5(一)	◎田徑隊、體操隊集訓
2/6(二)	◎田徑隊、體操隊集訓
2/7(三)	◎田徑隊、體操隊集訓
2/8(四)	◎小年夜
2/9(五)	◎除夕
2/10(六)	◎農曆初一
2/11(日)	◎農曆初二
2/12(一)	◎農曆初三
2/13(二)	◎農曆初四 ◎田徑隊集訓
2/14(三)	◎農曆初五 ◎田徑隊集訓
2/15(四)	◎開學日(調整放假)
2/16(五)	◎ 2/16(五)正式上課 (一二年級 12:30 放學、三四五六年級下午 4:00 放學) ◎課後照顧班開始上課 ◎注意：學生進出校園，改從「民生門」和「長壽門(民生派出所前)」。
2/17(六)	◎ 2/17(六)補行上課 (補 2/15 調整放假)

寒 假 健 康 生 活 叮 嚀

* 寒假健康生活：

1. 寒假期間，好好 Eye 護行動，請遵守「用眼 30 分鐘，休息 10 分鐘」。
2. 正常作息，睡足 8 小時，配合規律「333 居家運動」。
(每次運動至少 30 分鐘、每週 3 次、運動後心跳速率須達到每分鐘 130 次以上)。
3. 均衡飲食天天五蔬果。

