

**B.【生活·有愛】**  
分擔家事，表達愛

(以下建議供同學參考)

1. 每天整理自己的房間
2. 洗碗筷、倒垃圾
3. 過年大掃除

經過思考，我在「生活·有愛」上的決定是(請同學自行填寫於下)

**C.【運動·學技】**  
動動肢體，樂活又強身

(以下建議供同學參考)

1. 每天跑步 30 分鐘
2. 每天跳繩 100 下
3. 每天仰臥起坐 30 下

經過思考，我在「運動·學技」上的決定是(請同學自行填寫於下)

經過思考，我在「閱讀·書寫」上的決定是(請同學自行填寫於下)

## 新湖國小。幸福學習【五年級】

### 這個寒假你有什麼計畫呢？

用心執行、努力實現的同學，開學後，  
將有機會獲得「自我挑戰獎」！



**D.【挑戰·圓夢】**

自己的夢想，自己構築

(以下提醒，請用心想一想)

1. 哪些事，平常沒時間做
  2. 哪些事，做了對自己有幫助
  3. 哪些事，做了對別人有幫助
- (可參考背面所列的自我挑戰項目)

經過思考，我在「挑戰·圓夢」上的決定是：(請同學自行填寫於下)

**A.【閱讀·書寫】**

閱讀，讓生活更豐富

(以下建議供同學參考)

1. 每週至少讀一本好書
2. 每天至少讀一篇新聞
3. 每週至少寫一篇文章

我會規劃自己的  
假期生活  
出發囉！

耶，完成了！

給自己一個



**E.【分享·共學】**

學習佳餚上桌了

(你打算用什麼方式呈現)

1. 記錄單
2. 圖畫書
3. 學習檔案
4. 相片
5. 影片
6. 通關卡

親愛的小朋友，恭喜你/妳完成了專屬於自己的假期生活規劃。接續，請用心執行、努力實現，「自我挑戰獎」等你/妳來拿！

五年\_\_班\_\_號 姓名\_\_\_\_\_