

班級制定健康生活守則

一年甲班

【一-甲健康公約】

一.我會早睡早起，準時上學不遲到。

二.第二節下課認真跳健身操20分。

三.儀容整潔，正確洗手保健康。

四.提醒自己走廊不奔跑。

五.潔牙後2小時不吃東西。

六.牙刷朝上擺放保持通風。

七.餐後、睡前要潔牙。



二年甲班

二甲健康公約

- 一.我會早睡早起，準時上學不遲到。
- 二.上學用品會帶齊，並自己主動整理書包。
- 三.第二節六下課，一起跳課間操 30 分鐘。
- 四.打掃認真，愛惜用具並擺放整齊。
- 五.儀容整潔，正確洗手保健康。
- 六.保持禮貌，主動向師長問好。
- 七.提醒自己走廊不奔跑。
- 八.潔牙後 2 小時不吃東西。
- 九.潔牙後杯內水倒乾，牙刷朝上擺保持通風。
- 十.一起維護自己座位與教室的衛生整潔。

