

# 同安國小書包減重活動

1 年 1 班 座號 2 姓名： 劉鈞翌

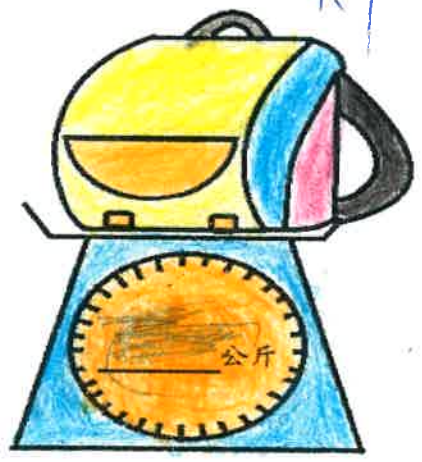
小朋友，如果書包太重，或是背書包的方法不正確，可能會使身體受傷喔！現在開始讓我們養成整理書包的好習慣，健康快樂的學習吧！

## 一、量一量、畫一畫：

1. 我的體重 ( 18.6 ) 公斤

2. 書包超過 ( 2.3 ) 公斤就太重了！

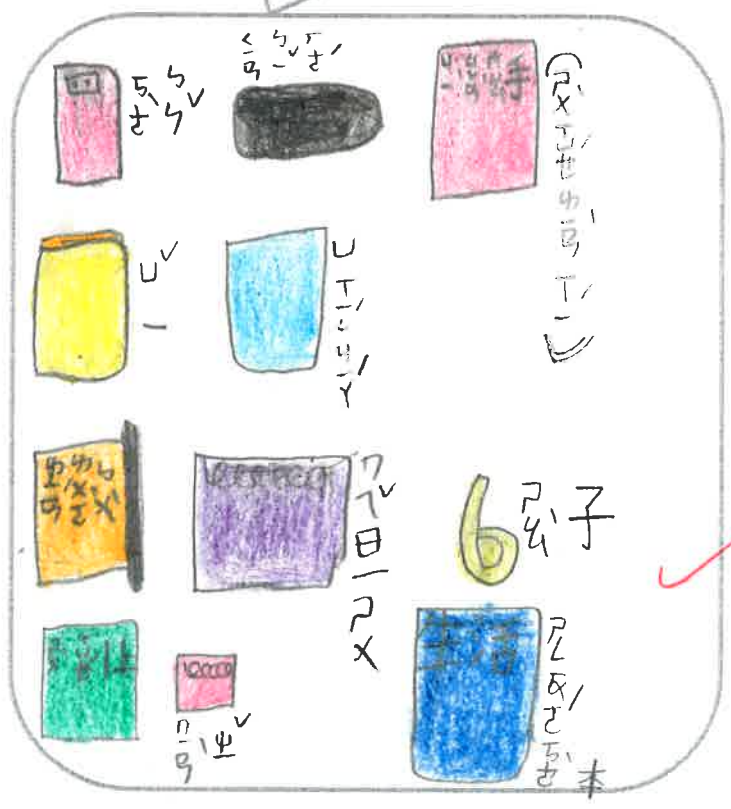
3. 今天書包重 ( 4.9 ) 公斤



YA!! 我的書包沒超重！

哇!! 我的書包超重了！

畫一畫，你的書包裡有哪些東西呢？



## 二、書包減重的方法：

想一想，哪些是書包減重的方法呢？在  內打 。

定時整理書包，只帶需要用到課本。

把所有玩具都帶來學校，和好朋友分享。

把所有書本、文具放書包，就不怕忘記帶了。



家長簽名： 劉鈞翌

寶貝您的小孩，從書包減重開始！ 同安國小訓導處

# 同安國小書包減重活動

1 年 一 班 座號 16 姓名：黃子庭

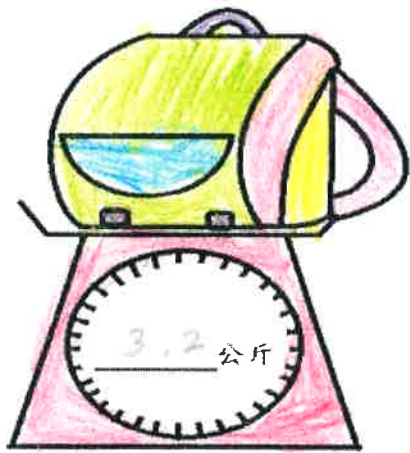
小朋友，如果書包太重，或是背書包的方法不正確，可能會使身體受傷喔！現在開始讓我們養成整理書包的好習慣，健康快樂的學習吧！

## 一、量一量、畫一畫：

1. 我的體重( 25.5 )公斤

2. 書包超過( 3.2 )公斤就太重了！

3. 今天書包重( 3.2 )公斤



YA!! 我的書包沒超重！

哇!! 我的書包超重了！

## 二、書包減重的方法：

想一想，哪些是書包減重的方法呢？在  內打 。

定時整理書包，只帶需用到的課本。

把所有玩具都帶來學校，和好朋友分享。

把所有書本、文具放書包，就害怕忘記帶了。



家長簽名：陳碧戎



寶貝您的小孩，從書包減重開始！

同安國小訓導處