

別再叫我小迷糊！

一年一班 姓名：(李尚佑)

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☐
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☒ 忘了爸爸媽交代的事	☒
6. ☐ 忘了戴名牌	☐
7. ☒ 忘了帶餐具	☒
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☒ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

二. 想一想：要如何改進小迷糊的狀況？

方法一：(早睡早起)

方法二：(睡前檢查)

三. 家長檢查核及簽名：(廖安茹)

我的寶貝 ☒ 仍然小迷糊 ☐ 不再小迷糊，進步多了！



別再叫我小迷糊！

Room

一年級 班 姓名：(羅安迅)

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☒
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☒
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☒
5. ☒ 忘了爸爸媽交代的事	☐
6. ☒ 忘了戴名牌	☐
7. ☐ 忘了帶餐具	☒
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☒
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☒
11. ☐ 其他 (先穿鞋襪、先刷牙、先洗手)	☐

二. 想一想：要如何改善進步迷迷糊的狀態？

方法一：(先刷牙、先洗手、先穿鞋襪)

方法二：(先刷牙、先洗手、先穿鞋襪)

三. 家長檢核及簽名：(張信明)

我的寶貝 ☐ 仍迷迷糊 ☒ 不再迷迷糊，進步多了！

別再叫我小迷糊！

一年一班 姓名：(徐健維)

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☒ 忘了爸爸媽交代的事	☒
6. ☒ 忘了戴名牌	☒
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☒ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☒
11. ☐ 其他 ()	☐

二. 想一想：要如何改進迷糊的狀況？

方法一：(早睡早起)

方法二：(做事認真)

三. 家長檢核及簽名：(莊僑信)

我的寶貝 ☐ 仍然迷糊 ☒ 不再迷糊，進步多了！

一年²班 姓名：(康希屯)

別再叫我小迷糊！

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☒
2. ☒ 睡前忘了刷牙	☒
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☒
5. ☒ 忘了爸媽交代的事情	☒
6. ☒ 忘了戴名牌	☒
7. ☒ 忘了帶餐具	☒
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☒
10. ☒ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☒
11. ☐ 其他 ()	☒

二. 想一想：要如何改進迷糊的狀態呢？

方法一：(提醒自己)

方法二：(提醒同學)

三. 家長檢核及簽名：(彭慈雲)

我的寶貝 ☐ 仍然迷糊 ☒ 不再迷糊，進步多了！

林亞香

別再叫我小迷糊！

一年2班 姓名：()

以下項目你曾經發生過的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☒
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☒
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☒
5. ☐ 忘了爸爸媽交代的事	☒
6. ☒ 忘了戴名牌	☒
7. ☐ 忘了帶餐具	☒
8. ☒ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☒
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☒
11. ☒ 其他 ()	☒

二. 想一想：要如何改進迷糊的狀態呢？

方法一：()

方法二：()

三. 家長檢核及簽名：()

我的寶貝 仍然迷糊 ☒ 不再迷糊，進步多了！

別再叫我小迷糊！

一年級 3 班 姓名：(謝嘉寧)

一. 以下項目你曾經發生過的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☐
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☐ 忘了爸媽交代的事情	☐
6. ☒ 忘了戴名牌	☒
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

二. 想一想：要如何改進迷糊的狀況？

方法一：(下 午)

方法二：(午 後 午 午 午)

三. 家長檢查核及簽名：()

我的寶貝 ☐ 仍然迷糊 ☐ 不再迷糊，進步多了！

別再叫我小迷糊！

一年級 3 班 姓名：(姜采葳)

一、以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☒
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☒
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☒
5. ☐ 忘了爸爸媽交代的事情	☒
6. ☐ 忘了戴名牌	☒
7. ☐ 忘了帶餐具	☒
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☒
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☒
11. ☐ 其他 ()	☐

二、想一想：要如何改進迷糊的狀態呢？

方法一：(訂下規)

方法二：(訂下目標)

三、家長檢查及簽名：()

我的寶貝 ☐ 仍然是迷糊 ☐ 不再迷糊，進步多了！

別再叫我小迷糊！

一年級 3 班 姓名：(張豫龍)

一. 以下項目你曾經發生過的請打✓	現在已進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☒ 忘了爸媽交代的事情	☒
6. ☐ 忘了戴名牌	☐
7. ☒ 忘了帶餐具	☒
8. ☒ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

二. 想一想：要如何改進小迷糊的狀況呢？

方法一：(訂下規則)

方法二：(自己提醒)

三. 家長檢查核及簽名：()

我的寶貝 ☐ 仍然小迷糊 ☐ 不再小迷糊，進步多了！

別再叫我迷糊！

一年級 4 班 姓名：(范美芯)

一、以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☐
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☐ 忘了爸媽交代的事	☐
6. ☒ 忘了戴名牌	☒
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☒ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

二、想一想：要如何改善迷糊的狀況？

方法一：(多提醒)

方法二：(多提醒)

三、家長檢核及簽名：(范美)

我的寶貝 ☐ 仍然是迷糊 ☒ 不再迷糊，進步多了！

宋長育

別再叫我小迷糊！

一年 4 班 姓名： ()

一、以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☐
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☐ 忘了爸爸媽交代的事	☐
6. ☐ 忘了戴名牌	☐
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☒ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

想一想：要如何改善進步迷迷糊的狀態呢？

方法一：(多注意時間)

方法二：(提醒自己)

家長檢查核對及簽名： (宋國宏)

我的寶貝 ☐ 仍然迷迷糊 ☒ 不再迷迷糊，進步多了！

葉仲恩

別再叫我小迷糊！

一年4班 姓名：(葉仲恩)

一、以下項目你曾經發生過的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☐ 忘了爸爸媽交代的事	☐
6. ☐ 忘了戴名牌	☐
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

二、想一想：要如何改進迷糊的狀況？

方法一：(寫出迷糊的原因)

方法二：(寫出改進的方法)

三、家長檢核及簽名：(葉榮根)

我的寶貝 ☐ 仍然迷糊 ☒ 不再迷糊，進步多多了！

別再叫我迷糊蟲！

一年級 5 班 姓名：(劉 嘉 豪)

一、以下項目你曾經發生的請打✓	現在已一經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☐ 忘了爸媽交代的事	☐
6. ☐ 忘了戴名牌	☐
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

二、想一想：要如何改進迷糊蟲的狀況？

方法一：(設定提醒)

方法二：(設定提醒)

三、家長檢查核及簽名：(林政隆)

我的寶貝 ☐ 仍迷糊蟲 ☒ 不再迷糊蟲，進步多了！

別再叫我小迷糊！

一年五班 姓名：(蔡日辰)

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☐
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☒ 忘了爸媽交代的事	☒
6. ☒ 忘了戴名牌	☒
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

二. 想一想：要如何改善進步迷迷糊的狀態？

方法一：(早上起床後，先刷牙)

方法二：(每天睡前，先刷牙)

三. 家長檢核及簽名：(蔡日辰)

我的寶貝 ☐ 仍迷迷糊 ☐ 不再迷迷糊，進步多了！

別再叫我小迷糊！

一年級 5 班 姓名：(呂歆小兒)

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☒ 忘了吃早餐	☒
5. ☒ 忘了爸媽交代的事	☒
6. ☒ 忘了戴名牌	☒
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

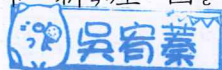
二. 想一想：要如何改善進步迷迷糊的狀態呢？

方法一：(訂下目標，每天完成)

方法二：(每天出門前，先檢查一遍)

三. 家長檢查核及簽名：(簡輝如)

我的寶貝 ☐ 仍然迷迷糊 ☒ 不再迷迷糊，進步多了！



別再叫我小迷糊！

一年級 6 班 姓名：()

一、以下項目你曾經發生過的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☒
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☒
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☒
5. ☐ 忘了爸媽交代的事	☒
6. ☐ 忘了戴名牌	☒
7. ☒ 忘了帶餐具	☒
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☒
10. ☒ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☒
11. ☐ 其他 ()	☐

二、想一想：要如何改進迷糊的狀態呢？

方法一：(每天睡前檢查功課，出門前檢查東西)

方法二：(每天睡前檢查功課，出門前檢查東西)

三、家長檢查核及簽名：(謝文婷)

我的寶貝 ☐ 仍然迷糊 ☒ 不再迷糊，進步多了！

別再叫我迷迷糊！

一年級 6 班 姓名：(甘怡喬)

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已曾經進步的項目請打✓
1. ☒ 忘了寫功課	☒
2. ☒ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☒ 忘了吃早餐	☒
5. ☐ 忘了爸媽交代的事情	☐
6. ☒ 忘了戴名牌	☒
7. ☒ 忘了帶餐具	☒
8. ☒ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☒ 忘了穿鞋襪就出門上學	☒
10. ☒ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☒
11. ☐ 其他 ()	☐

二. 想一想：要如何改進迷迷糊的狀況？

方法一：(認真聽講、認真寫功課)

方法二：(上課認真聽講、下課先去上廁所)

三. 家長檢核及簽名：(甘怡喬)

我的寶貝 ☐ 仍然迷迷糊 ☒ 不再迷迷糊，進步多了！

別再叫我迷糊！

一年級 班 姓名：(江 宇 軒)

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☐
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☒ 忘了爸媽交代的事	☒
6. ☐ 忘了戴名牌	☐
7. ☒ 忘了帶餐具	☒
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

二. 想一想：要如何改進迷糊的狀況？

方法一：(寫功課時，先寫容易的)

方法二：(起床後，先刷牙、洗臉)

三. 家長檢查及簽名：(徐錦亭)

我的寶貝 ☐ 仍然迷糊 ☐ 不再迷糊，進步多了！

別再叫我迷糊蟲！

一年七班 姓名：(張馨蔓)

一、以下項目你曾經發生過的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☒ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☒ 忘了爸媽交代的事情	☒
6. ☐ 忘了戴名牌	☐
7. ☒ 忘了帶餐具	☒
8. ☒ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☒ 其他 (忘記帶書)	☒

二、想一想：要如何改進迷糊蟲的狀況呢？

方法一：(每天睡前檢查功課)

方法二：(每天起床後刷牙、洗臉、穿鞋襪)

家長檢查核對及簽名：(蔡欣利)

我的寶貝 ☐ 仍然迷糊蟲 ☒ 不再迷糊蟲，進步多了！

別再叫我小迷糊！

一年七班 姓名：(謝欣妤)

一、以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☐
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☐ 忘了爸媽交代的事	☐
6. ☒ 忘了戴名牌	☐
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☒ 其他 (全學期都在進步)	☒

二、想一想：要如何改進迷糊的狀況呢？

方法一：(前一週每天寫日記)

方法二：(前一週每天寫日記，並在睡前)

三、家長檢查核及簽名：(謝長志)

我的寶貝 ☐ 仍然是迷糊 ☒ 不再迷糊，進步多了！



別再叫我小迷糊！

一年七班 姓名：(林妍安)

一、以下項目你曾經發生的請打✓	現在已進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☒ 睡前忘了刷牙	☒
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☐
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☒ 忘了爸媽交代的事	☒
6. ☒ 忘了戴名牌	☒
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☒ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☒ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☒
11. ☐ 其他 (忘記帶錢包)	☐

二、想一想：要如何改進迷糊的狀況？

方法一：(提醒自己)

方法二：(提醒自己)

三、家長檢查及簽名：(林展弘)

我的寶貝 ☐ 仍然迷糊 ☐ 不再迷糊，進步多了！



別再叫我小迷糊！

一年級 8 班 姓名：(東賢山寺睿)

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已進步的項目請打✓
1. ☒ 忘了寫功課	☒
2. ☒ 睡前忘了刷牙	☒
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☒ 忘了爸媽媽交代的事	☐
6. ☐ 忘了戴名牌	☐
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☒ 忘了老師交代要帶的東西	☒
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☒ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☒
11. ☐ 其他 ()	☐

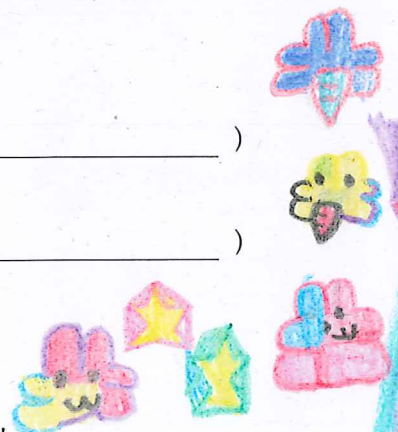
二. 想一想：要如何改善進步迷迷糊的狀況？

方法一：(出工，下工)

方法二：(出工，下工)

三. 家長檢核及簽名：(廖明煌)

我的寶貝 ☐ 仍然是迷糊 ☒ 不再再迷糊，進步多了！





別再叫我小迷糊！

一年級 8 班 姓名：(郭 友 豪)

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☒
2. ☒ 睡前忘了刷牙	☒
3. ☒ 起床後忘了洗臉	☒
4. ☐ 忘了吃早餐	☐
5. ☒ 忘了爸媽交代的事情	☒
6. ☐ 忘了戴名牌	☒
7. ☒ 忘了帶餐具	☒
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

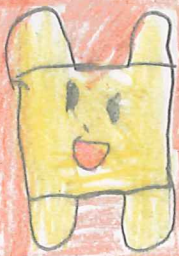
二. 想一想：要如何改進迷迷糊的狀況？

方法一：(起床後先刷牙)

方法二：(出門前先檢查)

三. 家長檢查核及簽名：(郭友豪)

我的寶貝 ☐ 仍迷迷糊 ☒ 不再迷迷糊，進步多了！



徐御熙

別再叫我小迷糊！

一年級 8 班 姓名：()

一. 以下項目你曾經發生的請打✓	現在已經進步的項目請打✓
1. ☐ 忘了寫功課	☐
2. ☐ 睡前忘了刷牙	☐
3. ☐ 起床後忘了洗臉	☐
4. ☒ 忘了吃早餐	☒
5. ☐ 忘了爸媽交代的事情	☒
6. ☐ 忘了戴名牌	☐
7. ☐ 忘了帶餐具	☐
8. ☐ 忘了老師交代要帶的東西	☐
9. ☐ 忘了穿鞋襪就出門上學	☐
10. ☐ 下課貪玩，忘了先去上廁所	☐
11. ☐ 其他 ()	☐

二. 想一想：要如何改進迷糊的狀況？

方法一：()

方法二：()

三. 家長檢查核及簽名：()

我的寶貝 ☐ 仍然迷糊 ☒ 不再迷糊，進步多了！

