

小一新生爸媽完全手冊

大手牽小手 快樂上小一

專題內容

- ▶ 幼小銜接・有愛無礙 2
- ▶ 小學生活大不同 4
- ▶ 比分數更重要的事 5
- ▶ 開學前重點暖身 6
- ▶ 如何挑選安親班？ 10
- ▶ 親子共讀 甜蜜好時光 12



採無毒環保大豆油墨印製
一起守護您的健康



蟬鳴唧唧，宣告小學開學的脚步近了！

如果家中有即將進入小學就讀的孩子，家長心中多少都會有些忐忑、焦慮，一方面期待自己的孩子能夠順順利利踏上正式學程的第一步，另一方面更希望孩子能夠好好適應小學生活，當個快樂的小一新鮮人。

「幼小銜接」指的是從幼兒園教育到正式教育的轉換過程。孩子要面對的包含學習環境、學習方式、學習態度與各種行為「型態」的轉換，而家長須要隨著轉換的則是「心態」。在孩子正在適應不同型態的學習時，給予適時的鼓勵與協助，才能讓孩子擁有自信和勇氣，面對不同的學習階段。

在轉換過程中，不單只是注音符號或是數學加減法的銜接。幼小銜接最重要的是一生活習慣、自理能力與學習能力的建立，像是：

◎生活作息的調整：為了適應小學的生活作息，必須及早訓練固定且規律的生活作息，培養早睡早起和吃早餐的生活習慣。

◎自理能力的建立：學會自己的事情自己處理，如：衣物的整理與穿脫、用餐及如廁的自理、書包文具的整理，以及主動請家長簽核聯絡簿等，培養獨立、自主、負責的態度。



◎養成良好的學習態度與方法：小一生的學習重點在於適應新的學習環境和團體生活，培養正確的學習方法、習慣和態度，對於日後漫長的學習過程是助益匪淺的。

在進入小一生活還有另一重點——在於建立「自律」的能力與「尊重」的品格。小學與幼兒園的學習環境與模式並不相同，孩子在小學時，常常要獨立面對問題，會有許多須要自己解決問題的機會，尤其是與同儕之間不良的互動摩擦。所以家長更需要耐心陪伴、以身作則，引導孩子建立自律與尊重，並在孩子獨立解決問題時，展現出同理心與自律能力。

親愛的爸媽，「上小學」對孩子而言是人生大事。讀書不是只有分數與競爭，在有愛無礙的前提下，用愛引導，用對的方式讓孩子懂得尊重與自律，在和諧的人際互動中，快樂、開心的上學，展開愉快的學習旅途，這是爸媽責無旁貸的任務喔！



小學生活大不同

幼兒園與小學生活大不同，爸媽們可以在暑假就開始收集資料，先了解幼兒園和小學有哪些不同？再好好調整自己和孩子開學後的生活作息。

幼兒園

小學

上學時間

時間彈性大，較不受拘束

時間固定，約7:40前到校

學習時間

上課時間彈性大，約30分鐘

上課時間固定，約40～45分鐘

學習方式

不會限制學童在固定座位久坐

按照桌椅排列方式，固定座位

作業規定

老師無硬性規定繳交作業

幾乎每天都要繳交固定作業

測驗規定

啟發式教育／無紙筆測驗

學科教育／有紙筆測驗

午休方式

午睡採用躺睡

午睡採用趴睡

提供午餐

提供午餐、點心

自備午餐或學校營養午餐

如廁環境

採用半開放或全開放空間、坐式馬桶

採封閉式空間、蹲式馬桶



比分數更重要

★升上小學一年級，孩子將面對與適應學習壓力，替自己和孩子做好心理準備，是一項必要的功課。一起來看看，可以在開學前、做好哪些準備呢？

- ★和孩子一起去就讀的學校走走，熟悉上學的環境與路線。
- ★培養孩子規律的正常作息，養成「早睡早起」的生活習慣。
- ★注重孩子的禮貌，主動和人打招呼，例如：早安、您好、謝謝。
- ★訓練孩子的應變能力及危機處理，例如：拒絕陌生人邀約。
- ★孩子自己收拾玩具、文具和整理書本，養成負責任的態度。
- ★培養孩子良好的衛生習慣，如：吃飯前洗手，如廁後洗手。
- ★看看孩子是不是已經具備上小學前的基礎學科能力。
- ★準備好上學的用品：書包、文具、水壺。
- ★在孩子使用的文具和用品，寫上班級、名字，避免遺失。
- ★和孩子一同討論學校生活，關心孩子的成長和學習狀況。
- ★關心孩子和同儕之間的互動、談話。
- ★記住班級導師的名字和聯絡方式，方便了解孩子在校情況。
- ★留下家裡和服務單位的電話，以及父母、第三位緊急聯絡人的手機號碼、家中地址，讓學校在緊急情況時方便聯繫。
- ★上學第一天可能有不適應的情形，好好安撫孩子的情緒，幫他做好上學的心理建設。



開學前 重點暖身



孩子準備好上小學了嗎？上小學前的暑假，對小一新鮮人來說是多麼特別，爸爸媽媽除了幫孩子加強預備學習能力之外，還可以為孩子做一些上學暖身活動。來看看有那些在開學前必須要做的事。

【開學前要做的事-與孩子談上小學】

九月，是六歲孩子邁入另一個學習階段的季節，這群「小學新鮮人」該如何面對他們的新生活呢？

許多父母都很擔心即將進入新環境的孩子會出現適應上的問題，事實上，若能事先與孩子談談「上小學」這件事，可以幫孩子做好心理準備，讓他能更快融入新環境當中。這裡，就將根據六歲孩子的心理特質，提供父母一些好法子。

體驗長大的滋味

如果家裡已經有上小學的哥哥姊姊時，那麼父母可以請哥哥姊姊來說說小學生活的甘苦談。若小朋友是家中第一個上小學的孩子，也可以請鄰居的大哥哥、大姊姊或表哥、表姊，來談談小學生活與幼兒園有什麼不同。讓孩子體會到上小學是小孩子做的事，自己也已經長大了，也要像他們一樣上小學了。

增加孩子的自信心

研究發現自信心也是提升適應能力的要件之一，所以，當孩子相信自己有能力應付新環境時，他也真的能適應的比別人更好些。



父母應該在平日便對孩子的嘗試與努力，多給予讚賞和支持，並給予孩子更多的自主權。例如，在開學前帶著孩子一起去選購文具用品，多尊重他的意見，孩子會覺得自己真的長大了，因而更願意表達自己的想法，也對自己更有信心。

來一趟校園巡禮

家長不妨在開學之前，先帶孩子來一趟認識校園之旅。首先帶孩子認識校門及警衛室的位置，並且跟孩子說明校警的工作，當遇到緊急事故的時候可以請校警叔叔幫忙。接下來，帶孩子到各班教室及老師辦公室走走，另外，保健室、操場和孩子最喜歡的遊戲場，也是可以一起去探訪的場所，一邊走可以一邊和孩子談談遊戲時要如何注意安全，以及受傷時可以到何處去求助等。最後，如何上廁所及使用公用電話，也是需要認識的重點。

最後提醒家長，記得給孩子足夠的時間適應新環境，觀察期可以延長至一個學期，孩子若表現得不盡理想，家長需要把過渡期的因素考量進去，不要過於緊張，就認定孩子是不是有什麼問題。放鬆心情，傾聽孩子的心聲，有您的耐心陪伴，相信孩子必定可以順利適應小學的新生活。

【開學前要做的事-上下學安全守則】

下列提供一些提醒孩子的上下學安全守則，希望能幫爸媽培養孩子的安全意識，讓孩子每天快快樂樂、平平安安地上下學。

上學前小叮嚀：

- 請先教孩子記住家裡的電話或爸媽的手機號碼，並教會孩子如何使用公用電話，出門前確定孩子身上有電話卡或足夠打電話的錢。
- 家人或安親班接送，請和孩子約在學校固定的時間和地方碰面。如果超過時間，家人或安親班老師還沒來，請孩子回教室找老師，切勿自行離開或跟其他人走。
- 上學前請先教會孩子如何過馬路、遵守交通規則。
- 提醒孩子上學、放學一定要有大人或小朋友結伴而行，不能自己落單。
- 熟記 119、110 等重要電話號碼及用途。

上下學途中小叮嚀：

- 走路時請務必專心，切忌邊走邊玩，隨時注意靠邊行走，提醒孩子別愈走愈接近路中央。
- 看清交通號誌，遵守交通規則，而且盡量走有導護志工的馬路。
- 盡量走大路及熟知的固定路線，不要隨便抄捷徑、走小路或經過人少的地方。
- 如果身旁有車在後退，必須立即遠離，保持距離。
- 多留意上下學途中的安全場所，如警察局、消防隊、商店等，以便在緊急的時候能立即反應，向裡面的人求助。
- 放學立刻回家，別在路上逗留。

陌生人提醒：

- 不隨便和不認識的人講話，如果有陌生人請求幫忙，請他去找大人；事先沒有爸媽的允許，更不能隨便搭別人的車，即使是認識的人。
- 不要隨便相信別人說的「急事」，除非先向爸媽或老師確認過。
- 如果發現可疑現象，例如有陌生人在家或學校附近探頭探腦，一定要跟爸媽說。
- 如果自己交了新的大人朋友，一定要讓爸媽知道。



【小一新生入學前查核表】



範圍	項目	內容	完成	完成
生理	作息時間	早睡早起&吃早餐，養成良好固定習慣，每日睡眠須達9-10小時以上(含午睡)		
	心理建設	練習應對和解決問題，不過度強調要上小學了，只把上學需要的能力融入日常學習，讓孩子有機會多表達想法和處理問題		
身體	儀容	頭髮、指甲要修剪，儀容整潔勿邋遢		
	運動	培養好體能，健康的孩子適應力會較強亦可增加自信心		
學習	適應常規	培養專注力，拉長孩子的專注時間，以延長至30-40分鐘為目標慢慢調整(小學一堂課的時間)，課堂上不可隨意交談，有事要傳達需要舉手表示		
	自動自發	自己準備及整理上學用品，並按時完成作業		
	聽說讀寫	練習耐心聽人說話，訓練表達能力，學習傾聽與表達；培養閱讀習慣，大量閱讀累積孩子的經驗與知識，學習新事物容易舉一反三，另外，在家也要勤於運筆練習，學會寫自己的姓名並注意握筆姿勢		
	危機處理	讓孩子知道遇到重大、危險狀況時的處理方式(包括撥打求救電話110)		
	自理能力	學習上蹲式廁所、使用公共飲水機，讓孩子熟練照顧自己		
	認識新環境	參觀小學，教室、廁所、大操場、保健室、公共電話，及認識學校周邊道路等，並知道放學時與父母或安親班老師接送的時間及地點		
學用品	書包	健康、耐用、輕質、安全、符合人體工學 請盡量使用後背式書包，排隊行走或上下樓梯時，拖拉式書包容易造成意外。		
	鉛筆盒	早睡早起&吃早餐，養成良好固定習慣，每日睡眠須達9-10小時以上(含午睡)		
	鉛筆	至少要有5枝削尖的鉛筆、橡皮擦、直尺、黑色雙頭簽字筆、彩虹筆		
	橡皮擦	簡單好用、不花俏，實用為訴求		
	直尺	短尺，簡單量測功能即可，約15CM可放入鉛筆盒(袋)為主		
	衛生用品	手帕、衛生紙、漱口杯、牙刷、牙膏等，另外要帶一條清潔用抹布(最好有附勾圈條)		
	小錢包	放至零錢&電話卡備用，零錢以10元為限，勿給多，教孩子如何使用電話，例如：手錶手機、和老師借電話		
	水壺	依孩子的平日飲水習慣，以800cc容量為基準 可掛在桌子旁的掛勾或放在書包側袋裡，以避免水壺落地		
	餐盒餐具	餐盒大小規格內容依孩子食量喜好而定，重視餐盒與餐具材質，不建議使用塑膠材質。(有些學校、老師會統一採購不銹鋼餐盒餐具，可先確認後再採購)		
	服裝	依照學校規定時間穿著校服、運動服及便服，視校方&老師而定，可於新生報到或開學當日確定後再購買		
	姓名貼	專屬姓名貼，用於辨識私人物品 (有些學校、老師會統一訂製，可先確認後再採購)		
	手錶	不管是指針錶或電子錶都可以，主要在於養成孩子的時間觀念，學習規劃、善用時間		
	記事本	給小記事本或手冊，學習負責態度(學校若有聯絡簿，此項可省)，讓孩子習慣記錄注意事項(老師交代事情)或心情與學習心得		



如何挑選安親班？

如何為孩子挑選理想的安親班？希望孩子能夠在放學後有個安心的去處，又能夠配合家長的時間接送放學，真是讓每位工作忙碌的爸媽傷透腦筋！

其實，爸媽們可以先衡量自身的需求，掌握以下幾個基本的原理原則，就能夠輕鬆選擇適合孩子的安親班喔！

合法性

1. **合法立案，評鑑優良：**爸媽在挑選安親班時，可以查看是否具有教育局核准立案的證書及評鑑證書，先讓政府單位幫您篩選合格、優良的安親班，才能讓您放心、孩子開心。
2. **與補習班簽訂書面契約：**透過簽訂書面契約，細列雙方各自應負擔的責任、義務，才能保障自身權益，避免雙方在發生糾紛後，求償無門。
3. **娃娃車是否安全、合法：**娃娃車是每天載送孩子放學的重要交通工具，仔細觀察安親班是否在車身上載明立案字號及乘載人數限制，司機是否為安全駕駛人，以及具有隨車導護人員維持孩童的安全與秩序。

安全性

1. **環境安全：**觀察安親班周遭環境是否乾淨；有無不適合孩童出入的營業場所；出入口和防火巷是否堆放雜物；牆角、桌邊、樓梯扶手是否有防護設備，可避免孩童衝撞受傷等安全措施。

2. **設備完善：**觀察安親班是否擁有標準的消防設備、緊急出口及安全門；照明、採光、通風良好，廁所乾淨、排水通暢；桌椅、洗手檯適合孩子的高度。

師資

1. 大學或專科幼兒教育相關科系畢業。
2. 教學認真、樂於與孩子相處、對話。
3. 對兒童的身心發展具有基本認識，具有設計課程的能力。

學習安排

1. **課程安排合理：**安親班的教學理念是否與實際相符，能夠提供孩子放學後的生活照顧；注重孩子的人格養成及身心發展，並提供完整的課程輔導，包括學校功課的複習、預習。且具有足夠的活動空間，讓孩子的五育得到均衡的發展。
2. **家長與導師互動、溝通良好：**能提供孩子完整的活動計畫、課程表，以及孩子的活動紀錄，並提供透明的溝通管道，讓家長能夠充分了解孩子在安親班學習的情況。

溫馨小叮嚀

在上小一前，爸媽可以先讓孩子熟悉安親班的作息，讓孩子在放學時，知道該在什麼地方排隊、等待安親班的老師接送。





親子共讀 甜蜜好時光



文 / 許麗萍

莎士比亞說：「生活裡沒有書籍，就好像沒有陽光；智慧裡沒有書籍，就好像鳥兒沒有翅膀。」給孩子一雙充滿熱情、智慧、想像的翅膀，讓他飛進最遙遠的梦想國度裡，父母唯一能做的就是——和他一起閱讀。

這裡給父母一些閱讀上的建議：

1. 順其自然，輕鬆自在

別擔心您不會說故事，就像讀一篇文章，將內容念出來。不要逼孩子一定要坐在您的身邊聽故事，如果孩子坐不住，沒關係！在孩子聽得到您聲音的範圍內，讀給孩子聽。

2. 選孩子喜歡或內容有趣的書來讀

為小孩朗讀一本他可能會喜歡的書，也可以選一些內容活潑有趣的書，勾起孩子閱讀的慾望。例如：有關魔法的幻想故事、小動物的生活趣味故事等。

3. 以身作則，營造舒適的閱讀空間

家裡應隨處放置孩子們喜歡的書籍，讓孩子熟悉書本的存在。父母也應該讓孩子經常看到自己在閱讀書籍、雜誌或報紙，並且營造一個舒適的閱讀空間。



4. 在圖畫中散步，與圖對話

引導、陪伴孩子翻看書本裡的圖畫或插圖，就像是在畫中怡然自得的散步。您可以根據插圖告訴或問孩子，例如：「唉喲！小豬的嘴巴怎麼發出唏哩呼嚕的聲音，牠在做什麼呀？」、「咦！躲在那裡的是誰呀？我怎麼看不清楚……」這樣有趣的對話。

5. 重視孩子的每一個提問

孩子與生俱來的好奇心常會因書中內容而大大的提升，並引發一連串奇奇怪怪的問題：「我是從哪裡來的？」、「人會不會死？」、「為什麼一定要上學？」請盡量回答孩子的問題，如果不知道答案，也請如實告訴孩子，讓孩子了解父母並不是萬能的，你們可以一起從書上尋求解答或請教別人。

6. 減少孩子看電視的時間，轉移孩子的注意力

電視的聲光刺激將會大大影響孩子對書本的興趣，因此在孩子尚未培養出閱讀的興趣與習慣時，最好減少孩子坐在電視機前面的機會。將孩子的視線轉移到書本上，和孩子一起探索書上的一切，有助於培養孩子思考與發問的能力，並擴充更多的知識。

7. 當孩子不想聽您說故事，別氣餒，想個好點子再出發

當孩子還在培養閱讀的習慣，不肯好好坐下來聽故事是正常的，您千萬別因此而放棄！找個孩子喜歡的布偶或洋娃娃放在您的腿上，翻開書說給娃娃聽，有的孩子會因為這個舉動而被吸引過來，這策略就成功了！

8.喜歡重複閱讀的孩子，盡量滿足他，或換個方式來讀

親子閱讀應該「重質不重量」，許多孩子會要求父母重複說同樣的故事，這時請您不要失去耐性，認為孩子沒有學到新東西。其實孩子喜歡重複聽一個故事，可能是受到故事的某些情節所吸引，從多次重複閱讀中，他會更深刻的感受到其中的意義。如果這本書已經讀過很多遍了，您不妨換個方式，例如：換布偶來說這個故事，或當讀到某個段落時假裝忘記接下來的故事，相信孩子會不由自主的幫您說下去呢！

9.故事CD有時也可以取代父母的聲音

當父母忙碌而無法說故事給孩子聽時，適時的運用故事CD，也是不錯的選擇。當孩子在玩玩具時，也可播放故事CD讓孩子聽，即便孩子正玩得開心，他的耳裡還是會聽見故事的片段，而時常播放某片故事CD，孩子也能對故事中的一些語詞或句子產生共鳴，甚至不經意說出來。當然，如果父母能親自錄下自己說故事的聲音，當有需要時，播放給孩子聽，那就更棒了！

10.善用圖書館，只要孩子喜歡，借書不嫌多

和孩子一起上圖書館，讓孩子在這裡自由選書、看書，輕鬆自在的沉浸於書香世界，並且多借幾本孩子喜歡的書本，讓他們享受閱讀的樂趣。圖書館常常舉辦「說故事活動」，父母也可以和孩子一起參與，除了可以和孩子一起享受聆聽的樂趣，也可以從講師身上學到說故事的技巧喔！

筆記。note





© 2023 .YOYO.All rights reserved