

## 小一愛的叮嚀！

親愛的新生家長：

首先，恭喜您的寶貝上小學了！同時，也十分歡迎您與孩子加入南科實中國小部的大家庭。由於小學和幼稚園有很大的不同，為了讓孩子能很快的適應新環境、新老師，有許多事情需要家長們多費心幫忙、提醒孩子，因此，希望爸爸媽媽們能在忙碌之餘關心孩子學習上的點點滴滴，並與孩子的老師保持密切的聯繫，共同為孩子的教育打拼，與我們一起成為孩子的最佳引航者。以下將分為「在校」、「在家」、「自我檢核」共三個部分協助家長了解開學的相關聯繫事項，請家長撥空詳閱。

敬祝 闔家平安

南科實中國小部敬啟

### 在校的部分

- 一. 上學時間：按照學校規定，孩子應於7:30~7:50到校，因有安全顧慮，請勿讓孩子太早到校，亦盼望孩子們盡量不要遲到，這樣會有較多時間善用早自習的美好時光。
- 二. 服裝：體育課當日請穿著體育服裝及運動鞋，其他則穿便服即可。
- 三. 放學時間：請按照每天孩子放學時間準時接回孩子，以維護貴子弟之安全。
  1. <星期一、三、五>：上課半天，中午用餐完畢後，12:40放學。
  2. <星期二、四>：上課整天，15:55放學。
- 四. 學童接送區域：
  1. 家長接送(機車)〈等候地點:國小部警衛室前、依年級排隊〉
  2. 家長接送(汽車)〈等候地點:操場前川堂、依年級排隊〉
  3. 校外安親班〈等候地點:一樓中走廊，由各安親班老師來帶隊〉
  4. 校內課後安親〈仍然按照汽機車放學路隊放學，延長拖育請到一樓警衛室〉
  5. 備註：
    - ◎老師會依不同路隊帶到指定位置讓學童習慣，請家長在家多跟孩子說明接送模式。
    - ◎安親班學童要熟記安親班名字，方便老師引導。
    - ◎汽車接送之家長將車停放操場外的路旁，學童在川堂等候，避免在校園中亂跑。
    - ◎機車接送之學童務必在國小部警衛室前等候，請孩子勿到生態池邊或其他地方玩耍。
    - ◎若遇臨時狀況，請孩子返回教室或辦公室尋求老師的協助。
    - ◎放學後要趕快回家，不要在路旁逗留或到別人家去玩。
- 五. 課後照顧：
  1. **8月30日(五)開學日開始。**(報名方式請參看行政處室之規範和說明)
  2. 請家長按照放學時間準時接送，勿讓未熟悉環境的孩子久候；若您下班時間未能配合，建議讓學童參加延長托育，並跟孩子約定:「不在放學後於校園遊蕩玩耍，非常危險！」
- 六. 午餐：
  1. 開學日當天開始在校用餐，週一~五都是用完營養午餐後才放學。
  2. 餐具、便當盒需每日帶回清潔，在校禁止清潔餐具，以免造成水管堵塞。

3. 不要帶零食到學校以免影響午餐的食慾，希望他們長得健康，也希望孩子們能夠專心吃光午餐，老師在校會協助觀察指導。

七. 教室的學生設備：每個孩子在班上都會有一格置物櫃放置學用品、課本。

八. 書包減重：孩子的書包盡可能不要用拉桿書包，因為上下樓易造成危險，反而加重孩子的負擔。老師會推行書包減重及持續養成學童每日整理書包的習慣，希望孩子只帶作業及聯絡簿回家，也希望孩子只帶作業及聯絡簿到校，請家長多配合指導！另外，安親班的補充教材勿直接放置在書包內，請另外準備一個袋子裝(可以提來學校，放學時再一併帶走)，讓孩子整理東西更清楚。

九. 開學當日必備用品：請參看各班導師的紙本資料【給家長的一封信】或各班溝通平台上的公告。

十. 申請各項減免：家長或就學子女領有身心障礙手冊，低或中低收入戶證明，請影印戶口名簿及手冊或證明送交註冊組。

十一、其它注意事項：

1. 每天依照日課表上課，書包於前一天晚上整理好。
2. 家長要每天簽閱【家庭聯絡簿】。
3. 若有問題，請多與級任老師聯繫。(聯絡簿上有級任老師的電話號碼)
4. 請多利用本校圖書館。
5. 學生因事不克到校上課，請事先與級任老師聯繫請假。
6. 上課時間請勿到教室與老師交談，以免影響教學。
7. 上學期間禁止學生攜帶手機、漫畫書、電動玩具、撲克牌、玩具等非學用品到校；有配戴智慧型通話手錶者，請教導孩子正確使用的方式，以免影響學生上課的專注度。
8. 本校電話：5052676 班級分機 2+加上班級(例如 2101)請多利用。(請勿在上課中打電話，以維護學童上課權益)

## 在家的部分

### 1. 教孩子練習蹲廁所

目前一般家庭中大都使用坐式馬桶，但學校為了衛生和清掃方便，大都使用蹲式廁所。許多小朋友在家中坐慣了馬桶，常因不會蹲廁所，到了學校就拼命忍耐不上洗手間，最後竟患了便秘或膀胱炎的毛病。為了消除孩子的「如廁恐懼症」，家長最好利用外出的機會，多讓孩子練習如何蹲廁所，俾能及早適應學校環境。此外，並教導其正確使用廁所的方法及習慣，如：如何關門及鎖門？因為現今家中多喇叭鎖，而學校採用門栓鎖，故有些孩子也常因不會鎖門而造成不敢上廁所。

### 2. 給孩子必要的身心規範

□給予心理建設多和孩子聊聊自己的學習經驗，讓孩子喜歡學校，喜歡上學；請多從正面來介紹學校的學習環境，在孩子面前多讚美老師，若有關於孩子的相關問題，請務必私下與級任老師溝通討論，以建立孩子和老師的親近關係，有利學習。切勿以「如果你不聽話，就要叫老師打你」之類的話來嚇唬孩子，讓孩子認為學校及老師只會剝奪自己的快樂，而討厭上學。

□調整作息時間由於小學上學時間較早，所以要養成孩子早睡早起的習慣，請不要讓孩子沈迷於電視節目，而耽誤就寢時間，造成睡眠不足，而影響次日的學習效率。調整孩子的作息時間，包括：上學時間、刷牙梳洗、吃早餐、做功課及睡覺時間等，並嚴格實行調整後的作息時間。另外，要培養孩子固定上大號的時間，以免因上課中上大號太久，而影響自己的學習或因太急而弄髒褲子。

□培養自理能力孩子上小學後，不能再像幼稚園裡，什麼事都可由老師幫著做，而要學習如何照顧自己，並承擔團體勞動服務。因此，父母應訓練孩子一些簡單的生活技能及做家事的能力。如：，自己整理書包及文具用品、使用削鉛筆機自己洗澡、穿衣服、倒垃圾、掃地、擦桌子、會隨天氣變化自己加減衣服、繫鞋帶等，請您教導他，而不是替他做。

□其他

- \* 不偏食，不過量。
- \* 會幫助別人。
- \* 做錯事能誠心誠意的道歉。
- \* 會安靜仔細聽別人說話，並且清楚表達自己的意思。
- \* 玩遊戲器材會注意安全，並樂於與人共享。
- \* 自己的事會自己做。
- \* 愛惜自己的物品，並且能妥善收拾。

### 3. 早餐盡量在家吃完

鼓勵盡量在家或車上用完早餐，若實在不方便，可告知老師討論適當的解決方式，孩子到校後常因為一些事情忘記吃帶到學校的早餐，有適當的營養，才有健康的身體，有健康的身體才能快樂的學習，一定要督促孩子吃早餐。

### 4. 入學用品全部記名並且歸位

開學後學習上必備的文具用品最好及早準備，並且全部寫上名字，還要教孩子辨識自己的姓名和文具，以免上學後自己的文具用品和同學混淆，同時丟了也比容易找到。一般小朋友剛上一年級時，常發生丟文具事件，其實究其原因都是：孩子用完後，沒有馬上收好，掉到地上後，自己又不認得，覺得不是自己的，不想撿。因此，學用品備妥後，應儘可能和孩子一起決定收放位置並歸位，讓他學習管理自己的物品。切忌「你一丟我就買」，造成孩子有恃無恐，養成不收東西的壞習慣，家長一面生氣但又一面跟在後頭買。

結語：即將送子女入小學的父母，尤其是吾家有兒(女)初上小一的父母，如果能祛除急躁，秉持著愛心與耐心，逐步訓練孩子，一定有助於孩子的自立與成長。現代家庭子女人數少，每個孩子

### 5. 其他建議

目前校園已開放，則請家長撥空利用假日，帶著孩子到未來要念的小學走一走，帶著他認識一下操場、教室、廁所的位置，並熟悉一下一年級的遊樂器材，告訴孩子：「這是你未來要念的小學，你會在這裡學到好多東西，要加油哦！」可幫助他認識環境，消除恐懼！

都是父母的心中寶，看見孩子每天快快樂樂的上下學，做父母的一定比什麼都安慰和寬心吧！

## 自我檢核

小一新生應該具備的 30 個基本能力~「個人生活自理能力」、「與他人相處的能力」都很重要喔! 請家長在開學前陪孩子多多練習~改編自郁映老師的部落格~甜蜜 CD 家

以下分成兩部分，提供家長檢核一下...請孩子一項一項挑戰，看看哪些能力已經具備了?哪些還需要家長陪孩子加強一下(例如:擰乾抹布不滴水、拿剪刀剪出一個圓形...等)

如果孩子做不好，切勿斥責、也不要取笑孩子，請有耐心的示範、指導，陪著孩子多練習幾次，相信孩子很快就學會了~

我將這些基本能力，分成**個人生活自理能力**和**與人相處互動的能力**兩部分，一共 30 個基本能力

### 一、生活與自理能力

- 1. 會自己**穿脫衣服、拉拉鍊、扣鈕扣、穿襪子、穿鞋子、綁鞋帶**...等。
- 2. 會**自己吃飯、喝湯**、吃帶骨的雞腿肉或玉米等，而且**不偏食、不挑食**。
- 3. 會自己上廁所(自備衛生紙)，並會自己用衛生紙**擦屁股**。
- 4. 會正確的搓洗雙手，知道飯前、如廁後要**洗淨雙手**。
- 5. 會正確**刷牙、漱口**，知道飯後要潔牙。
- 6. 會自己**擰乾毛巾、抹布、會擦桌椅、掃地**等基本打掃能力。
- 7. 會把**垃圾丟到垃圾桶**裡，知道垃圾不能亂丟、也不能亂塞。
- 8. 會打結、換垃圾袋，**綁垃圾袋**。
- 9. 會**正確握筆**寫字，會正確使用橡皮擦，並愛惜學用品。
- 10. 會正確的**寫自己的姓名(筆順也要正確)**。
- 11. 能記住父母(主要照顧者)的**名字和電話**。
- 12. 會用**剪刀剪紙、用膠水黏貼紙張**。
- 13. 會收拾玩具、整理**書包和鉛筆盒**(檢查帶齊功課、學用品，並削尖鉛筆等)。
- 14 會**收拾整理**私人的用品(例如:口罩的存放、收折外套、擦淨餐碗並收好等)。
- 15. 會**正確使用**帶來學校的所有用品(例如:雨傘、雨衣、資料夾、茶壺裝水等)。

- 16. 能分辨左右、前後等，有方向感。
- 17. 會走路、會跑跳，具備基本的活動能力(例如:拍球、投球、踢球...等)。
- 18. 有時間概念，不拖延，不遲到。
- 19 早睡早起，在家吃完早餐再到校。
- 20. 服儀乾淨清潔，儀態端正，坐姿端正、走路抬頭挺胸...等。

## 二、與人相處、溝通表達的能力

- 1. 能情緒穩定、養成認真謹慎的態度。
- 2. 會有禮貌，常說「請」、「謝謝」、「對不起」。
- 3. 能清楚完整的敘述一件事情(建議平時多練習)。
- 4. 能有耐心排隊等待的習慣，有禮貌的與人互動。
- 5. 能大方的舉手發表，笑臉迎人。
- 6. 能靜心聆聽，不插嘴，舉手再發言。
- 7. 能知錯道歉，反省並改進。
- 8. 能控制情緒，不急躁、不哭鬧。
- 9. 理性的表達自己的需求與感受。
- 10. 具有「物權」的概念，不可以隨便拿別人的東西。
- 11. 養成「誠實負責」的態度，即使犯錯也要勇敢面對。

希望孩子在就讀小學前，就能具備以上這些基本能力，開心迎接小學生活。