



親愛的家長您好：

歡迎您與孩子加入永寧國小大家庭，小寶貝要上小學了，您的心裡一定既歡喜欣慰又焦慮擔憂。歡喜的是：我的小寶貝要上學了！那個處處依賴您，時時黏著您，令您牽掛的小寶貝已經平平安安的到了另一個人生階段，即將展開學習獨立的人生旅程。擔憂的是：從今天起，小寶貝將開始面臨各式各樣的挑戰，孩子能適應嗎？和同學能愉快相處嗎？能遵守學校老師的規定嗎？學習趕得上進度嗎？真的有好多好多令您焦慮擔憂的問題呢！輔導室在此特地提出下列幾件家長可以做的事，期待您能在孩子開學前跟孩子分享，安定孩子的心。

## 一、介紹幼兒園與國小的不同



方向	幼兒園	國小	可以跟孩子這樣說
作息	彈性較高，孩子可能較常因天氣不好、前一天假日玩太晚…等原因而請假或遲到。	每天 7:20-7:30 到校，缺席、早退需正式向老師請假，針對遲到問題可能也會有所處置。	寶貝上小一囉！已經是個大孩子了，要遵守跟老師約定的上學時間，才是負責任的小朋友喔！
專注時間	視主題活動內容彈性調整，無固定時間限制，1 個活動通常持續 15~20 分鐘，中途可自由上廁所。	每堂課 40 分鐘，下課時間 10 分鐘，老師會希望同學盡可能於下課時間上廁所，以維持課堂秩序。	學校裡有兩種鐘聲，你知道上下課的鐘聲有甚麼不一樣嗎？ 聽到上課鐘響趕快進教室，老師才放心喔~
作業及交代事項	作業一般無硬性規定，老師的交代事項會以聯絡簿直接與家長聯繫。	每天有固定作業量，以紙筆書寫作業居多，孩子開始要自己承擔「做到老師交代事項」的責任（如：自己寫聯絡簿），不能以「忘記」作為藉口。	長大的孩子手指頭更有力氣了，所以老師會給你小學生才有的任務，希望你能用更有力氣的雙手來完成老師的任務。
上課方式	活動式為主，小朋友多是坐在地板上上課。	室內課以固定座位為主，室外課會由老師集合後帶往上課地點。 	每個教室裡都有好多書本、櫃子和桌椅，為了小朋友的安全，不會撞到或是擋住別人，所以要好好坐著上課，讓小屁股跟椅子當好朋友。
學習評量	無紙筆測驗。	開始紙筆測驗、闖關等多元評量。	長大的小朋友開始學認字了，試試看，你認識多少了呢？

## 二、用正面的字眼跟孩子描述未來

每個「新開始」，都是給予祝福的最佳時機。小一新鮮人即將面對「規律生活、正規學習」的日子，家長在日常交談中，多用「可以交到更多朋友」、「可學到更厲害的知識」、「操場更大」、「圖書館故事書更多」等正面語句形容小學，讓孩子期待小學生活的正向情感不斷滋長，減低害怕、焦慮的負向情緒。

## 三、一起來永寧走一走

建立環境熟悉度，是「穩定軍心」最有效方式。家長可以利用假日造訪永寧校園，認識學校位置，以及教室、廁所、警衛室等最常接觸的場所。以廁所來說，由於學校多為蹲式廁所，男生的小便斗也比較高，父母可藉機指導孩子如何放好雙腳、抓好「角度」與「方向」，掌握最佳「噓噓」與「嗯嗯」位置，並示範如何才不會弄髒地面與衣褲。此外，務必與孩子確認接送地點。若孩子走路上學，最好帶著孩子多走幾遍上下學安全路線，遵守交通號誌。

## 四、預備生活自理能力

從書包書桌整理到衣著整齊清潔，都是小一學生在學校必須面對的「生活功課」，父母在家應把練習機會還給孩子。抽屜的整理可透過「書背朝自己，大書住下面、小書住上面」的置物原則，以及教孩子找書時掌握「整疊拉出一半，抽出需要的那本」等小訣竅，讓抽屜井然有序。櫃子裡面也可放一個小籃子，指導孩子將小文具放籃內、大物品放籃外排好。清潔能力在家也能先訓練，若在家裡有練習拿掃把的角度與力道，掃地就不會變成「揮掃把」。中午用餐後課桌難免油膩，若在家就練習擰乾濕抹布，清潔課桌面就能游刃有餘。

## 五、一起準備學用品

請帶著孩子一同準備，並且寫上（貼上）名字，以防遺失。



- 書包：質輕、實用，雙肩背式，拖拉式的書包會影響孩子的姿勢及行的安全。
- 衛生紙：塑膠或紙盒包裝抽取式。
- 準備小手帕（擦汗）、刷牙用具（貼上姓名貼）、茶杯或水壺，本校走廊備有溫熱飲水機。
- 鉛筆盒：貼名字、削尖鉛筆3-5枝（勿用自動筆，怕力氣無法控制筆芯常斷）、橡皮擦、15公分直尺。
- 美勞用具：彩色筆、粉蠟筆、保麗龍膠、膠水等（會放置學校個人置物櫃）。
- ※過重的書包會讓孩子的骨骼成長受到影響（書包的重量請不要超過孩子體重的1/8）。

### 您的陪伴是幫助孩子順利登上小一的最大關鍵

一年級是正規義務教育的起步，孩子離開幼兒園的舒適圈，有期待也有害怕，請家長給孩子更多同理心與耐心，給學校及老師更多的信心與放心，讓我們一起陪伴孩子大步向前走。



永寧國小輔導室敬上