



臺中市大里區崇光國民小學 小一新生家長手冊

一所榮耀孩子未來人生的幸福學園



臺中市大里區崇光國民小學110學年度班級教室配置圖 2021.08.05

大 明 路

警衛室

校 門



北側門

3 F	A312	A311	A310	A309	A308	A307	A306	A305	A304	A303	A302	A301	A313	
	廁所6	電腦教室 【A】	6-6	6-5	6-4	綜合 教室	視聽教室		6-3	6-2	6-1	本土語 教室	廁所3	
2 F	A212	A211	A210	A209	A208	A207	川 堂	A206	A205	A204	A203	A202	A201	A213
	廁所5	2-8	2-7	校長室	輔導室	總務處		學務 處	教務處	人事室 會計室	辦公室			廁所2
1 F	A111	A110	A109	A108	A107	A106		A105	A104	A103	A102	A101	A112	
	廁所4	資源班 【2】	資源班 【1】	2-6	2-5	2-4	2-3	2-2	2-1	創新實 驗教室	諮商室 哺乳室 油印室	廁所1		
	棟間 通道						步 道							A113
								廚房						
								A114						
								家長會						
4 F	B412	B411	B410	B409	B408	B407	B406	B405	B404	B403	B402	B401	B413	
	廁所14	自然教室 【6】	社會教室 【6】	5-7	5-6	5-5	英語教室 【5】	自然教室 【5】	5-4	5-3	5-2	5-1	廁所10	
3 F	B312	B311	B310	B309	B308	B307	B306	B305	B304	B303	B302	B301	B313	
	廁所13	英語教室 【6】	3-8	3-7	3-6	自然教室 【3】	3-5	教師 休息室	3-4	3-3	3-2	3-1	廁所9	
2 F	B212	B211	B210	B209	B208	B207	B206	B205	B204	B203	B202	B201	B213	
	廁所12	本土語 教室	活動 教室	社會教室 【5】	電腦教室 【B】	圖 書 室			多媒體 視聽室	班級 書箱室	英語教室 【3】	社會教室 【3】	廁所8	
1 F	B111	B110	B109	B108	B107	B106	川 堂	B105	B104	B103	B102	B101	B113	
	廁所11	1-7	1-6	1-5	1-4	健康中心		音樂教室 【2~3】	體育 器材室	1-3	1-2	1-1	廁所7	
	B1F	BB111	BB110	BB109	BB108	BB107	BB106	BB105	BB104	BB103	BB102	BB101		
		檔案室	衛材室	樂活運動站		跆拳道教室		志工 辦公室	桌球教室					

東棚

機車
車棚

聚寶屋

益

民

西側門

路

4 F	廁所21	C401
	空調間	舞台
		廁所22

5 F	檔案室	看台區	C501
	看台區	看台區	C502

1 F	廁所15	C106 舞蹈教室/幼兒園寢室	C105 幼兒園 辦公室
	C101 音樂教室 【5】		
	C102 音樂教室 【6】	C103 幼兒園	C104 幼兒園
			廁所16

2 F	廁所17	C206 4-3	C205 4-4
	C201 社會教室 【4】		
	C202 自然教室 【4】	C203 4-1	C204 4-2
			廁所18

3 F	廁所19	C306 4-8	C305 4-7
	C301 英語教室 【4】		
	C302 電腦教室 【C】	C303 4-5	C304 4-6
			廁所20

南後門

東 明 路

請家長協助，準備好下列的文具用品，帶到學校使用。

*放在書包裡的物品	*放在學校裡的用品
1 墊板	1 白膠、膠水(學校統一訂購)
2 鉛筆盒、輕便雨衣(自備)	2 抽取式衛生紙(請開學當日帶到學校)
3 橡皮擦	3 安全剪刀(自備，放書包或抽屜)
4 削好的鉛筆，最少五枝，不要用自動鉛筆或一截一截的免削鉛筆，建議使用三角鉛筆。	
5 手帕或小毛巾(天熱擦汗)，容易流汗的同學準備一套衣物放置物櫃備用。	4 旋轉蠟筆 (學校統一訂購)
6 水壺(在家裝滿水，如喝完後，可使用學校設置的飲水機，補充飲水)	5 姓名貼紙、抹布 (學校統一訂購)

- * 小朋友的課本和習作，因種類較多，除了聯絡簿和當天要書寫復習的簿冊外，一律放於教室抽屜內，不必天天帶來帶去，以免增加書包的重量。
- * 每週三穿便服，要配戴掛式名牌；其他時間按課表穿著制服或運動服(不可穿涼鞋，避免在學校活動時，腳趾頭外露容易受傷)。
- * 布名牌要縫在學校制服和運動服上，剩餘布名牌也請妥為保管，以便購買冬季校服時使用。(如附件一圖示)
- * 在校用餐採團膳方式(打菜)請自備餐具，請帶有蓋的便當盒(因使用餐盤收納不方便，又容易弄髒餐袋)。(如附件二)
- * 上學時間 7:15--7:40。
放學時間:星期一.三.四.五(12:30)放學, 星期二(下午 4:00)放學
- * 如因事或生病無法到校，務必打電話向老師或學校請假。

【學校請假專線 04-24818836 轉 5024；總機轉 9】

謝謝家長配合

一年級全體老師 謹上

附件一：

布名牌有大小規格兩種

*小張布名牌縫在學校制服和運動服上(在校徽上預留的空白位置)如下左圖

*大張布名牌放入名牌套內(週三穿便服時, 要掛戴名牌套). 如下右圖



附件二：

消基會對消費者呼籲：

1. 選購不銹鋼餐具時，可先檢視商品標示，檢視標示是否完整，在材質方面，可先檢視餐具的本體，通常廠商都會標示 18／10（鉻／鎳比標示法）或 304 系列，若本體沒有標示，只能依標示來判斷。
2. 新購買的不銹鋼餐具也建議先以中性的食品用洗潔劑清洗乾淨後，再用熱水沖洗數次，以去除製造過程中所殘留的表面髒汙。還有若餐具已出現汙點且無法去除，代表不銹鋼已遭到銹蝕，最好丟棄不要使用，以免更多的金屬溶出。

BOX：認識不銹鋼

不銹鋼的種類相當繁多，目前大約有 150 種以上的不銹鋼，新的產品仍不斷地在開發中。參考 CNS 8497 及 8499，不銹鋼可依其晶體結構分為沃斯田體系(Austenitic)、肥粒體系 (Ferritic)、麻田散體系 (Martensitic) 等。

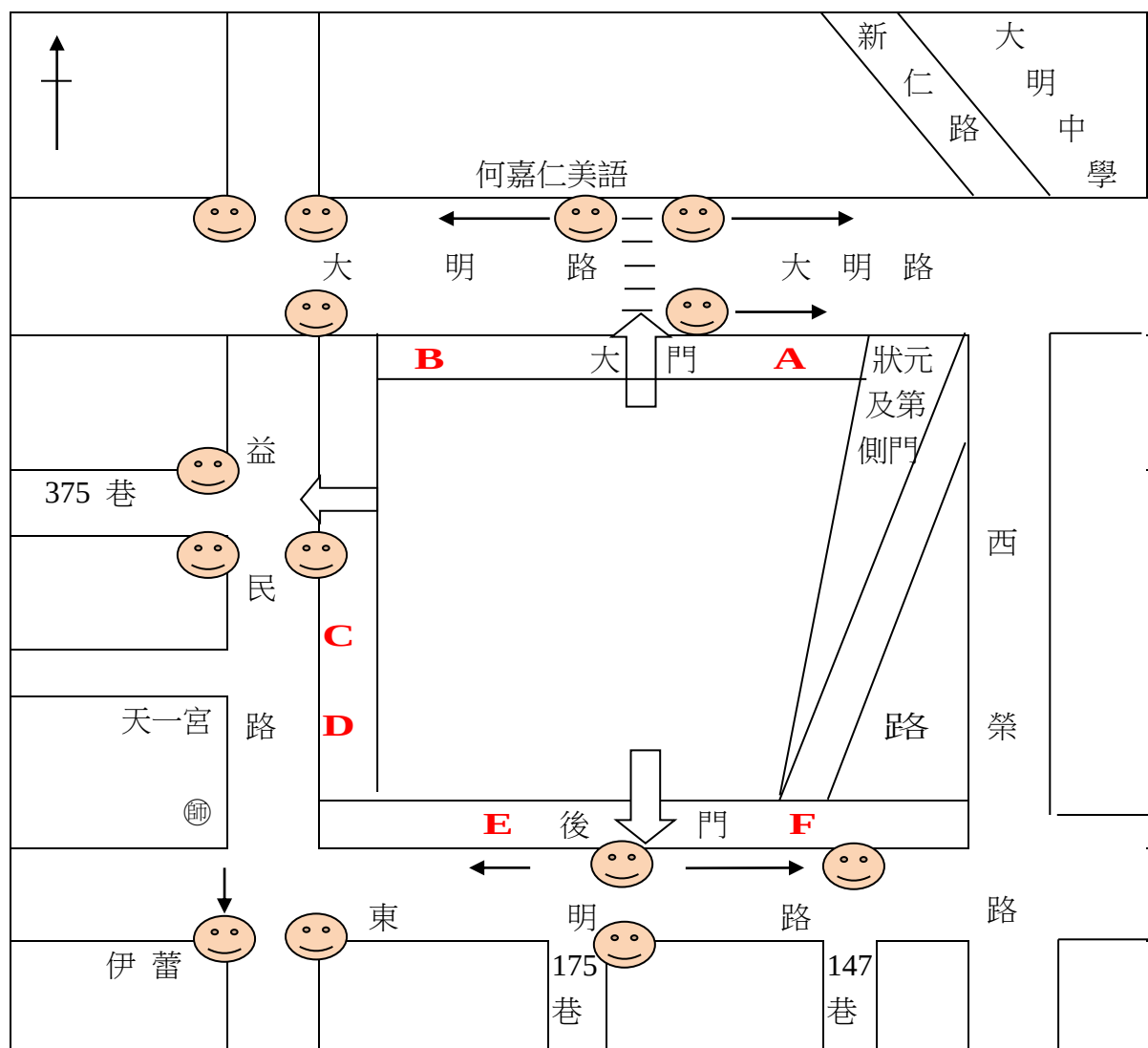
但若以化學組成來分類的話，就只分成鉻鎳系及鉻系兩大類。

沃斯田體系即所謂的鉻鎳系，其特徵為不具磁性、耐腐蝕性、容易加工，可細分成 200 及 300 系列。

其中 300 系列中，304 系因含有 16% 的鉻和 8% 的鎳，是最普遍的不銹鋼種類，無論是民生工業、汽車工業及食品工業都會使用到；其他如 316 系列則是添加了鉬，對於抗氯離子腐蝕的能力更勝於 304 系列，適於較苛刻的條件如化工業及沿海設施。200 系列抗腐蝕性雖比 300 系列差些，200 系列利用氮及錳來取代鎳，所以價格較為低廉，特別是當鎳礦短缺或價格飆高時，200 系列就會廣泛的使用。但因抗腐蝕較差，所以可以使用的範圍較少，但家用許多產品都會使用到，如水槽、家電、料理器具及汽車等。也由於 200 及 300 系列的不銹鋼皆不具磁性，所以磁鐵無法判別。鉻系則有麻田散體系及肥粒體系，代號為 400 系列。由於錳及鎳含量低，所以原料價格較便宜，具有磁性、可經由熱處理硬化、增加強度。抗腐蝕性比一般的 304 較差，故只能用於輕度腐蝕環境。一般用途有軸承、醫療用具及刀具、廚房用具、織網及飾品等。

請至財團法人中華民國消費者文教基金會搜尋相關資料

臺中市大里區崇光國民小學110學年度家長接送區安排說明圖



一、家長接送區共分為：ABCDEF 六大區域，說明如下：

大明路 A 區：汽車接送區(駐車彎) B 區：機車接送區(駐車彎)
益民路 C 區：等候安親班接送區 D 區：汽機車接送區(駐車彎)
東明路 E 區：汽機車接送區(駐車彎) F 區：安親班接送區(步行)

二、接送車輛請勿逆向行駛或在校門口附近迴轉，以利交通順暢。

三、駐車彎為重點拖吊區域，請留一人在車上，切勿違規停車，汽機車出駐車彎時請注意左側來車。

四、請準時接送學生。中午未留校用餐者勿超過 12：00。留校用餐者勿超過 12：40。下午勿超過 16：10。

五、放學時，導護撤哨後，如家長(安親班)尚未接送，為維護學童安全，在門外等候的孩子將被帶至大明路正門的警衛室等候，累計三次將通知家長。

六、☺：愛心媽媽或導護老師護送上學。

臺中市大里區崇光國民小學 110 學年度新生入學注意事項

1. 原則上 9/1(三)~9/3(五)放學時段，家長及安親班教師可至教室外走廊接送孩子。(但視中央疫情指揮中心有無訂定新規範而做彈性調整)。9/6(一)開始，請家長或安親班教師在接送區接送孩子。
2. 9/6(一)開始，請家長將孩子送到校門口，讓孩子自行走進教室，以維護全校學童安全。9/7(二)起每週二小朋友讀全天課，下午四點放學，其餘則為半天課。
3. 上學時，學校開放兩個路口接送區，分別為大明路口、益民路口；放學時，學校開放三個路口接送區，分別為大明路口、益民路口及東明路口。
4. 9/1(三)11:00 放學不用餐。9/2(四)、9/3(五)供應便當，請自行攜帶餐具。9/6(一)起打菜，須帶全套餐具(含餐盒、碗筷、湯匙)。
5. 放學時，請家長(或安親班)準時接送以維護學童安全，逾時未接送，我們將把學生帶至警衛室以確保學童安全，安親班遲到並且沒有安排老師照顧者則通知家長協助處理。
6. 請事先教導孩子交通規則及應注意事項，並提醒孩子排路隊上放學。(請協調鄰居結伴同行)
7. 請勿讓孩子攜帶危險物品或玩具到學校。
8. 為預防放學時天氣突然變化，請幫孩子準備輕便型雨衣，放在書包中以備不時之需。
9. 孩子若有特殊狀況或需注意事項，請務必事先告知級任老師。
10. 請為孩子準備早餐，並盡量於上學前用餐完畢，避免孩子帶早餐到學校來不及吃。
11. 為維護校園紀律，因此會請糾察同學登記違規的孩子，目的在提醒孩子安全意識與養成守紀律的習慣，意不在懲罰，當孩子被登記時請您能配合藉機教育孩子，您就是孩子最佳的榜樣。
12. 請安心把孩子交給我們並和我們保持聯絡，相信孩子在家長、導師和學校三方的共同努力下，一定會愈來愈棒、愈來愈好。

孩子的安全與健康是我們首要考量，感謝您的配合及協助！

學校電話：24818836 轉 5020、5021、5022、5023

學務處敬啟 110/9

◎本校校服代售地點(請自行購買至少一套制服、一套運動服)

- 1、參次方書局：大里區西榮里益民路二段 292 號 (04) 24816635
- 2、貝爾學苑：台中市大里區益民路二段 359 號 (04) 24811002
- 3、衣學院：大里區至聖路 110 號 (04) 24876333
- 4、泰和書局：大里區東榮路 374 號 (04) 24819626
- 5、新芳一百貨行：大里區新仁路三段 74 號 (04) 24833198

臺中市大里區崇光國民小學 110 學年度上放學說明

親愛的家長您好：

為了讓您更了解孩子上放學時間及維護孩子的安全，並養成良好的生活習慣，特發此一通知書，請您注意下列事項：

一、每日上學時間：7：15~7：40

此一時間內有導護人員執行導護工作，請勿讓孩子太早或太晚來校，以免發生危險，並養成良好的習慣。

二、放學時間：

年級 \ 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
低年級	12：30	16：00	12：30	12：30	12：30
中年級	16：00	16：00	12：30	12：30	16：00
高年級	16：00	16：00	12：30	16：00	16：00

三、接送區規劃：為了維護您孩子的安全及交通順暢，請您配合下列注意事項：

1. 家長接送時懇請依上放學畫定之區域接送，勿隨意進入校園。
2. 上放學時段請依指定方向及汽機車區分至規定接送區下車。
3. 請鼓勵孩子步行上學，以養成獨立自主、刻苦耐勞的精神。
4. 請家長接送貴子弟時，勿將汽機車駛入校園，並切記勿在校門口上、下車，以免影響出入。
5. 請家長接送時，勿逆向行駛或在校門口附近迴轉，以利交通順暢。
6. 早晨送孩子來校時，勿將汽機車久停於接送區內；除非有特別需要，勿陪同孩子入校。
7. 放學時家長汽機車可停在指定接送區內，並和孩子約好地點等候接送。
8. 請您和孩子請事先做好準備工作，以減少停留在接送區的時間。
9. 為您和孩子的安全著想，騎乘機車請戴安全帽，切勿超載。
10. 搭乘車輛孩子請由內側下車，並注意後方來車，切記不要在路口上下車。
11. 請告知孩子，久候家長未到，請向學務處、附近導護商店、學校警衛或熟人求援；並隨身攜帶家裡、親戚和學校聯絡電話。
12. 請遵從警衛或導護人員的指揮調度，如有違規事項，本校依規定通知鄰近派出所舉發。
13. 請家長（或安親班）準時接送，逾時未接送易生危險，我們會把學生帶至警衛室，以確保學童安全。
14. 請提醒孩子切勿拿取陌生人給的東西，也不要隨意跟陌生人離開。

感謝您的協助！

崇光國小學務處敬上 110/08

臺中市大里區崇光國民小學 110 學年度第一學期代收代辦費減免標準（教師版）

下表是本學期代收代辦費用的減免標準，請班上有符合減免標準者，務必先至學務系統登錄身分類別，如屬舊生上學期已有繳交證明文件者不用再繳證明文件，如屬新生、轉學生或新增者，請於開學一週內將相關證明文件繳交至教務處幹事處彙整，各項補助相關申請表均須重新填報，如有問題請洽總務處王淑卿組長（5032），感謝您的配合！

身分別	家長會費	學生團保費	教科書	午餐費	證明文件	備註
低收入戶	免繳	免繳	免繳	免繳	區公所 110 證明	
中低收入戶	免繳	免繳	免繳	免繳	區公所 110 證明	
原住民學生		免繳 (保險公司 補助)	免繳	免繳	戶口名簿影本	
重度身心障礙學生		免繳 (原則上本校無此類學生)			學生身心障礙手冊	限 重 度
家長是重度身心障礙者		免繳 (保險公司 補助)			家長身心障礙手冊	限 重 度
有弟妹就讀於本校	免繳					
急困學生	免繳	免繳	免繳	免繳	申請表 需家訪	需 審 核

*參加校外教學、使用冷氣(電費及冷氣維護費)、購買畢業紀念冊者一律需繳費，如有特殊困難者可申請愛心基金（輔導室）補助。

臺中市崇光國民小學 110 學年度推動校園閱讀

~班際閱讀接力暨金頭腦比賽實施計畫~

一、依據：崇光國小本位課程發展計畫

二、目的：

- (一) 鼓勵學生廣泛閱讀，提升校園閱讀學習風氣。
- (二) 以活潑多元的發表形式，檢核學生之閱讀成果。
- (三) 提供學生讀經成果發表舞臺，激發學生讀經學習動力。

三、承辦單位：教務處

四、實施對象：全校學生

五、實施時間：每學年辦理一次，下學期 5-6 月，詳細時間另行公布

六、內容規劃：閱讀推動小組與讀經組志工

七、課外書單與讀經範圍：

1. 基本的課外書單：由學年教師與課程推動小組擬定各學年書單，班際閱讀接力賽題庫由此範圍出題，金頭腦題庫則不限於此範圍。

2. 讀經範圍：依讀經課本與預訂之學期進度擬定。

八、活動辦法：每學年以一節課辦理，分兩段式進行。

(一) 班際閱讀接力比賽(約 30 分鐘)：

1. 組隊：每班一隊，全班參與。
2. 競賽方式：每班 25 棒次，接念讀經題可 2 人以上，依序排列出場每人答 1 題。
3. 題目：a. 年級書單之閱讀認證題庫為出題參考，皆為選擇題；b. 接念讀經句子。
4. 答題方式：每題每班依序由一位代表至”答題區”以舉號碼牌答題。
5. 計分：答對一題計 1 分(錯別字注音等不扣分)

(二) 金頭腦個人競賽(約 10 分鐘)：

1. 競賽方式：每班挑選閱讀能力優秀的 5 名選手進入”答題區”。
2. 題目：符合年級水準之各項知識與常識(科學, 藝術, 國語, 數學, 社會…)
3. 答題方式：共同答題，答錯者淘汰離開答題區，逐題淘汰後擇優頒獎。

九、獎勵方式：

1. 團體獎：依班級在能力、態度、團隊等整體表現頒發獎項。
2. 個人獎：在班際比賽答對者，立即頒贈”書卷卡”書籤獎勵；在金頭腦個人競賽表現優異者公開頒發獎狀。

十、經費來源：崇光國小家長委員會

十一、本計畫奉核後實施，修正時亦同。

臺中市大里區崇光國民小學推動校園閱讀線上認證獎勵辦法

103.12.09 修訂

閱讀認證獎項	獎勵標準	獎勵	備註
【個人獎】	1. 到達白頭翁、綠繡眼、紅鳩、紅尾伯勞等級者	1. 於閱讀認證榮譽榜公布名單	※【榮譽榜】 設於北棟川堂、校務布告欄及崇光圖書館網頁
	2. 到達紅嘴黑鵯、白耳畫眉等級者	1. 於閱讀認證榮譽榜公布名單 2. 台中市教育局獎勵：「紅嘴黑鵯」、「白耳畫眉」書卡 3. 學校獎勵：獎狀乙張	
	3. 到達台灣藍鵲等級者	1. 於閱讀認證榮譽榜公布名單 2. 台中市教育局獎勵：「台灣藍鵲」書卡及「台灣藍鵲」鑰匙圈，「台灣藍鵲・閱讀飛行」專書乙冊 3. 學校獎勵：獎狀乙張、獎品乙份和校長單獨合照	
	4. 每月閱讀認證積分達到標準(高年級 30 分/中低年級 50 分)	1. 高年級每 30 分給一張獎勵卡，(60 分得 2 張，依此類推.) 2. 中低年級每 50 分給一張獎勵卡 (100 分得 2 張，依此類推.) 3. 集滿 6 張不同書籤可兌換禮物	
【班級-每月】	1. 高年級每月積分到達 200 分，中低年級達 300 分者	1. 優等獎狀乙張 2. 書卷獎卡 3 張，由導師獎勵優秀學生	※優等獎乙張，代表積分 1 分。 ※特優獎乙張，代表積分 3 分。
	2. 高年級每月積分到達 400 分，中低年級達 800 分者	1. 特優獎狀乙張 2. 書卷獎卡 6 張，由導師獎勵進步或閱讀寫作優秀學生 3. 糖果或點心乙罐(包)或全班籃球卡	
【期末獎勵】	1. 班級積分達 3 分者：全班每人得獎卡 1 張 2. 班級積分達 9 分者：全班每人得獎卡 3 張及導師獎勵		

小一老師的開學前提醒：別把國小生當幼兒園孩子教

by 邱紹雯（親子天下 2018.05.24）

孩子即將要上小學了，身為家長的您，心情是否七上八下，為了讓小孩能順利的銜接小學生活，如何協助他們順利進入小學階段，在此提供一些建議：

1. 家長不插手，讓孩子做自己能做到的事訓練肢體協調能力

小孩如果活動量少，從大肢體動作到精細動作的協調性都普遍不佳，手眼協調度也不行。因此，教室內，孩子的鉛筆盒常會連續掉3次以上，也不會調整；一天到晚東撞西撞受傷，成為保健室常客；更重要的是，自己渾然不知。這類型孩子很容易常常造成別人的麻煩，自我價值也低落

建議：

每週要固定安排帶孩子外出運動的時間，在家中，必須有意識的讓孩子在他能力可及的範圍內，自己完成事情，大人盡量不要插手，例如：讓孩子自己拿東西、自己穿脫衣服、甚至是自己倒水，縱使打翻了，也是一種學習。

2. 培養孩子用完整句子對話——訓練語言表達能力

忙碌的家長們，你有算過，一天和孩子講到幾句話嗎？現在很多家庭，孩子可能在家是沒有人跟他們講話，或是親子間的對話都只流於單詞，不會講完整的一個句子。例如：「今天想吃什麼？」「義大利麵」、「那個好吃嗎？」「嗯」。林怡辰指出，此種「日常用語的破碎化」情形會影響孩子上小一後的口語表達，無法清楚自己的想法，造句不會造，甚至影響課文中的書面語言理解。

建議：

親子共讀是培養語言表達能力最好的方式，大量的聽讀，可以增加表達的字彙，過程中，家長要有意識的與孩子用完整的句子對話，「你可以把這個故事再講一次嗎？」「你的感覺是什麼？」「你認為這樣好嗎？」也提醒孩子回答要把一句話講完整，這樣的練習，才能讓語言從表達進入到思考層次，這也有助於日後國文課中的造句或寫作。

3. 讓孩子開始做家事——打造生活自理能力

「現在小學生很多不會拖地不會擦桌子、不會擰拖把不會擰抹布，拖過的地愈髒，掃過的地等於沒掃……」生活自理能力的養成可以從放手讓孩子練習做家事開始，最重要的是，要讓孩子知道，什麼是他的責任。例如：整理自己的玩具。很多時候孩子收東西是東漏一個、西丟一個，此時，家長不是要幫他收拾，而是詢問：「有沒有還沒收到的玩具呢？」這樣的練習，可以避免上了小學，老師要求訂正作業，總有孩子改了這題、那題又沒看到。

4. 練習聽指令、專注於完成任務——訓練專注力

進入小學後，專注能力是相當重要的學習基礎。聽懂老師的語言，並且能專注在被交付的任務上（例如：現在要抄聯絡簿），忽視與任務無關的干擾（例如：身邊同學的嬉鬧行為或教室外的聲響）。在上課時間專心聽講，在班級活動時能依循規則與指令完成工作等，對孩子而言相當重要。

專注力的練習，讓孩子在家中從練習專心聽別人說話開始，眼睛要能注視著爸媽，把指令聽完，對於交付的任務，能重新敘述一遍，確實知道對方說了什麼。除了會聽指令，也要讓孩子練習專注的完成任務，例如：拿一個杯子去給奶奶，你會發現，孩子光拿個杯子過去，中間他就會分心做很多事情。

給家長的建議：

家長不妨陪著孩子坐下來閱讀，從讀一個字到可以讀一個句子，讓他能專注在某一件事情上，先持續 5 至 7 分鐘就好，這是一個 6、7 歲孩子正常的專注力時間。

最後提醒：

幼小孩子過度使用 3C 產品，習慣面對螢幕與接收聲光刺激的效果時，是影響課堂專注力的元凶。讓孩子放下手機、平板、少吃含糖飲食、充足運動，是提升孩子專注力的方式。

小一階段是孩子重要的起跑點，讓我們一起好好陪伴孩子長大！

崇光國小輔導室關心您

孩子準備好上小一了嗎？

作者：李佩芬 出處：親子天下

從幼稚園步入小學，是孩子面臨生活大轉變的開始，父母該怎麼協助，讓孩子順利適應小學生活？

短短兩個月，小一新鮮人得面對的生活型態與作息，與幼兒園大不相同。

步入小學，孩子得開始適應：鐘聲是作息的最高指導原則，下課才能喝水上廁所，上課不能隨意走動，學會注音符號後要開始抄聯絡簿，午睡是趴在桌面上休息……哇！怎麼頓時風雲變色？

別擔心！多位低年級導師與過來人父母，合力傳授實用教戰法寶，讓你把幼小銜接的「大階梯」，化為漸次向上的「緩升坡」，順利登頂小一。

法寶一：用正面字眼，描繪新環境

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。

法寶二：大手牽小手，校園走一走

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校園，認識學校位置，以及教室、廁所等最常使用的場所。以廁所來說，由於小學多為蹲式廁所，小男生的便斗也比較高，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，放學時間人車雜沓，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，儘量多走人行道或騎樓，別貪圖快速而鑽入偏僻小巷。

法寶三：遊戲器材，注意安全

許多學校健康中心都發現，低年級最常因遊樂器材使用不當，導致發生瘀傷、跌傷、撞傷的比率最高。帶孩子熟悉校園遊樂場時，家長可示範正確玩法，提醒孩子玩盪鞦韆時手要抓緊、不要還沒停好就跳下來；玩滑溜梯時不可頭下腳上或站著溜；與他人玩翹翹板時，不可在動態的板上行走，也不能突然跳開讓另一邊友伴掉下來。

法寶四：打敗起床氣，吃頓好早餐

如何讓孩子順利在七點四十分前進校門？除了「全家總動員」調整生理時鐘，家長還可與孩子一起制定「作息時間表」與「獎懲規則」。幼稚園經常使用的「集點獎勵」制度，對小一生依然很有魅力。

開學前，父母可陪著孩子思考：以後每天晚上有多少事情必須完成？做這些事需花多少時間？讓孩子自己制定時間表，並透過貫徹獎懲規則，達到早睡早起目的。

小孩作息深受大人影響，夜貓族父母也應嘗試調整作息。可先陪孩子入睡，再起床繼續處理未完成的事，不僅創造睡前相處時間，也避免孩子跟著父母晚睡，錯過優質早餐時間。好好坐在餐桌旁，從容吃頓富含優質蛋白質的早餐，是父母可提供給孩子的最佳學習武器。

法寶五：生活自理能力，最重要

「台灣家長都太重視課業學習，忽略了生活自理能力」，不只一位低年級導師如此感慨。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。

如學校課桌抽屜，孩子經常塞得亂七八糟，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。

保持座位整潔，在家也能先訓練。有些學校會讓孩子負責班上或座位週遭打掃工作，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，若在家就曾練習扭轉濕抹布，清潔課桌面就能遊刃有餘。

法寶六：等待與耐性，需同步成長

幼稚園到小學，也是從「立即獲得」到「學習等待」的過程。幼稚園有兩位老師，較能周全顧及全班情緒；但小學每班通常僅一位老師掌控，孩子必須學習有耐性「等待」老師幫忙。父母可每天花十分鐘，讓孩子練習「坐在座位上，做自己喜歡的事」，數週後漸次增加至二十分鐘，至少以三十分鐘為目標。

*要改變幼小孩子行為，可掌握以下步驟：

- 一、一次只改一件事情。
- 二、有進步就記錄、給予獎勵。

三、一開始採取低標，隨熟練度提高可提高標準。

四、一項行為改好後再換下一個。父母要有至少兩星期到數月的長期抗戰心理準備，中途停止就前功盡棄了。

先跑未必先贏，學習態度更重要

一年級是正規義務教育的起步，孩子必須開始跟著教科書進度，專心聽講學習。為協助低年級孩子建立良好學習習慣，多位專家建議父母運用以下訣竅，幫助孩子減少減少學習過程的挫折與不適應。

訣竅一：購置學用品，重安全實用

「自己的」新書包、「我的」新鉛筆盒，都可增強上學的期待感。但父母在購買學用品時，不能任憑孩子喜好，也須留意實用與安全性。

-  鉛筆：小肌肉不夠發達的孩子，可從 HB 三角鉛筆開始練習，之後再慢慢轉用六角與圓形鉛筆。也可透過握筆器，建立正確握筆姿勢。小一生還不太能掌控握筆力道，不建議使用自動鉛筆。
-  色鉛筆或彩虹筆：留意是否容易塗抹上色，彩虹筆則須容易抽換顏色。
-  橡皮擦：忌選複雜造型，以白色軟性橡皮擦為佳。
-  尺：不要太厚或太長，儘量選擇透明材質，方便對準目視。
-  鉛筆盒：花俏機關不宜太多，以免上課把玩分心，大小要能裝入筆與尺。
-  美術用品：體積龐大的組合式用品，會佔據整個桌面，最好分項購買。若使用姓名貼，每枝蠟筆或色筆各貼一張，會比只貼在盒上有效降低遺失機率。

訣竅二：功能性書包，須搭配正確收納習慣

拉桿式書包上下樓不易，容易絆倒自己或他人，對小一生暗藏危險，多數老師仍推薦傳統雙背帶式書包。購買時千萬別只看圖案，最好能先試背，留意是否隔層分明、輕巧實用、密合防雨，以及能否容納大開本書籍等。

現代父母重視孩童發育，講求人體工學的功能性書包順勢崛起。要注意的是，再好的書包也要搭配良好使用習慣，才能發揮作用。例如書包底部儘量貼近尾椎，最好有可調式插扣腰帶減輕肩膀壓力。書包連同書本重量，不宜超過體重的一五%，愈厚重的書本應該愈貼近背部擺放，並加以固定避免晃動。若書包一側放了裝水水壺，另一側最好也放些物品平衡，避免受力不均。

訣竅三：水壺餐具，留意耐熱標示

若水壺的材質有問題，或設計不良難以清洗，反而容易成為病菌滋生溫床。購買時須留意標示材質的三角形內數字，編號二號與五號可耐熱到沸點以上，多用來製作奶瓶或微波容器，較穩定安全。市售的寶特瓶、瓶裝水罐，容易因悶熱而釋放化學物質，應該避免。

訣竅四：坐姿與執筆姿勢，護眼關鍵

以握筆姿勢來說，父母可掌握「大姆指與食指夾住筆桿，中指在筆桿下當靠山，無名指與小指併攏」的原則，離筆尖約三公分，讓筆桿自然落在虎口。

訣竅五：建立閱讀與訂正習慣

一年級課業不會太難，多位老師都認為，與其讓孩子花很多時間寫評量，不如及早培養閱讀習慣，更有建設性。尤其語文能力高低，會連帶影響其他科目，例如數學應用題，就必須以足夠的文字理解力為基礎。

不只一位老師指出，良好的訂正習慣，要從低年級培養。家長檢查作業時，可往前檢查孩子是否確實訂正，並讓孩子說出前後差異何在，避免一錯再錯。

訣竅六：注音符號，並非認國字的基礎

注音與國字是兩種截然不同的符號系統。許多研究都指出，孩子不需先學會注音才能辨認國字，與後續的學習適應狀況也沒有直接關聯，家長不必過於擔憂。若仍希望孩子能提早學習注音符號，則需留意方法，免得打壞學習胃口。

常見讓孩子從ㄅㄆㄇㄋ背到ㄅㄆㄇㄋ，然後從中間隨便指一個問孩子「這怎麼唸」的方式，不僅枯燥沒效率，也容易陷入「不從頭開始背就回答不出來」的窘境。可以透過有注音的童書問孩子：「這頁哪些字有ㄅ？哪些字有ㄆ？」或讓好動的孩子以身體「扭」出注音符號。

系統性的拼音，最好還是等老師教。現在學校都是先拼下面兩個韻符，再搭最上面聲符發音，如「點」(ㄉㄧㄢˇ)，會先拼一ㄢˇ，再加上ㄉ音。此外，有些注音符號發音近似，如ㄣ與ㄨ（ㄨ有ㄨ的音），ㄝ與ㄟ（ㄟ有一的音），ㄣ與ㄥ（發ㄣ音口腔較扁平），家長指導孩子時要留意正確性，以免日後反而得費時矯正。

訣竅七：數學培養「量感」，背誦前先理解

有些孩子入學前就開始背數字或乘法表，但其實更重要的是具備數字與數量關係的「量感」。平常吃葡萄或荔枝時，可以一顆顆拿給孩子並數出數字，讓數字與數量相互對應。太早背誦而不瞭解意義，對孩子的數學能力並無幫助。

量感建立後，家長可透過「輪流」與「先順背再倒背」的技巧，讓孩子熟悉數字。例如上樓梯時一人唸一個數字，從一慢慢開始正數；順著數很熟悉後，再輪流練習倒數，都有助低年級的數學學習。