

新生家長座談好文推薦

竹林國小輔導室 105.8.6

給家長的話

吾家有子(女)初長成，是人生一大樂事。恭喜您有小寶貝要上一年級了，相信此刻您的心情一定既興奮又充滿期許，希望寶貝有好的開始，更希望寶貝能順利學習與成長。

當您的小寶貝告別幼稚園的生活，正式從幼稚園畢業，就意味著您的小寶貝已經慢慢長大了，即將邁入他人生中第一個階段的求學生活。看著小寶貝興奮的穿上剛買的新制服，喜悅的背著新書包，開心期待上學去的模樣，您是否也感染了他那一份天真和快樂。

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，不知道小寶貝能不能適應學校的規律團體生活，能不能遵守學校老師的規定，能不能和同學愉快的相處，能不能順利應付繁重的課業壓力，上課能不能專心聽講，學習能不能趕上進度.....等。真的有好多多令您焦慮擔憂的問題ㄟ！

信誼基金會曾經針對教養問題做過一份調查，「入學適應」的問題亦名列「十大教養問題」中的其中一項，可見孩子上小學的適應問題是值得關切注意的。根據心理學家皮亞傑的「兒童心理認知與發展」理論，剛上一年級的小朋友剛好處於個性較依賴、愛幻想的「前運思期」，和具初步邏輯思維、較獨立的「具體思維運思期」之過渡階段。孩子的身心發展是逐漸形成的，不會因為孩子九月要上小學，八月份就會大幅成長，剛上國小一年級的小朋友，在心理上並不會一下子就能獨立自主。因此，適當的「幼小銜接」環扣措施，可以縮短寶貝的適應期，讓寶貝儘早適應新環境，並融入學校規律的團體生活中。

國小一年級對一個兒童而言，是人生一大轉捩點，升上小學一年級，孩子將面對與適應學習壓力，替小朋友做好心理準備是一項必要的功課。面對小一生活，家長和寶貝都得做一番調適，事先做好準備。為了協助寶貝早日適應學校的作息活動，家長必須幫助孩子適應新環境，用關心、愛和支持來陪伴寶貝面對小一生活的一連串新規範，寶貝才能穩健踏實的踏出每一個步伐，進而順利且愉快的學習與成長。

從幼稚園升上小學一年級的小朋友要先具備一些知識及基本能力，才能更順利的銜接小學一年級的學習生活唷！（可先在口內打“✓”檢核）

一、安全知識：

- 1. 熟記並能撥打重要電話：家裡、父母手機及工作機關電話。
- 2. 熟記家裡的地址。
- 3. 會用國字書寫自己的姓名，知道父母的姓名
- 4. 不隨便接受陌生人的東西，不與陌生人交談
- 5. 正確使用剪刀、鉛筆...等文具用品，注意安全。
- 6. 認識基本的交通規則，如辨識紅綠燈、走斑馬線...等。
- 7. 了解遊樂器材的使用方法與安全，確實遵守使用規範，排隊輪流使用。
- 8. 避免單獨行動，不到危險的地方或學校裡的陰暗角落。
- 9. 知道並做到不在走廊及教室裡奔跑嬉戲。
- 10. 知道並做到不攀爬欄杆、窗戶...等。

二、基本學習能力：

- 1. 會自己收拾書桌抽屜，整理書包。
- 2. 會拿鉛筆寫字。
- 3. 能有定力專心坐好維持 40 分鐘。
- 4. 能分辨基本的顏色。
- 5. 能分辨昨天、今天、明天。
- 6. 能分辨上、下、左、右、前、後六個基本方向。
- 7. 能認識並說出日常生活常見的物品，例如：桌椅、文具用品、電器...。

三、與人互動能力：

- 1. 與同學要和睦相處不吵架。
- 2. 要能用適當的語言，適度表達自己的情緒。
- 3. 與同學一同遊戲要有分寸，互相尊重，遵守遊戲規則。
- 4. 學會與他人互助合作，一起玩遊戲，一起完成老師給予的任務。

四、語文能力：

- 1. 會用正確的語言表達自己的意見、想法及需求。
- 2. 能用簡單的句子描述一件事情的人、事、地、物及時間。
- 3. 能認識基本的注音符號。
- 4. 能認識基本的國字（人、大、小、中...）。

五、數學能力：

- 1. 能正確數數（1~50）。
- 2. 能分辨基本的幾何圖形。（圓形、三角形、正方形、長方形）
- 3. 能認識基本的時間，看懂整點的時鐘。

暑假中的基本訓練

在暑假中，家長可以陪伴寶貝做一些準備功課，進行基本訓練，協助寶貝能在幼小銜接過程中，順利踏出穩健成功的第一步。

- 一、規律的正常作息時間：模擬學校的作息時間規劃安排活動，將家裡的作息做一個適當的調整。養成早睡早起的習慣，避免日後早上賴床，上學遲到及親子戰爭。
- 二、在家吃完早餐的習慣：早餐是一天當中很重要的一餐，可以提供寶貝一整個早上的學習活力，吃完早餐刷牙，可以讓寶貝擁有健康的牙齒。
- 三、替寶貝做好心理建設：和寶貝討論幼稚園和小學的不同，讓寶貝初步認識與了解小學的學習與生活，調整心態。
- 四、帶寶貝參觀學校：先讓寶貝熟悉學校學習環境，有助於先在內心接納學校，心理上產生歸屬感。
- 五、專心及定力訓練：能持久維持 40 分鐘坐在書桌前，不站起來走動，心無旁騖專心做一件事。
- 六、表達能力訓練：能主動、勇敢且清楚的表達自己的想法、意見和需求。
- 七、傾聽與回答問題的能力訓練：多與寶貝對話、討論，訓練寶貝交談時能注視對方的臉及眼睛，耐心傾聽他人說話、不插嘴，並能用清楚完整的語句回答問題。
- 八、與人打招呼 and 一起玩遊戲的習慣：訓練寶貝主動與人打招呼（問早、你好、再見...），和他人和睦相處一起遊戲，有助於增進人際關係。
- 九、基本生活能力的培養：穿脫衣服及鞋子、扣釦子、拉拉鍊、綁鞋帶、收（掛）好外套、整理書包、使用湯匙或筷子吃飯、上廁所脫褲子、蹲馬桶、掃地、拖地、擦桌子及窗戶、擰乾抹布...等。
- 十、愉悅的期待與準備：愉悅的和寶貝聊一聊小學生活，讓寶貝覺得上小學一件很快樂的事。和寶貝一起準備開學需要用的學用品，讓寶貝對小一新生活有參與感。

