

給一年5班家長的一封信

爸媽事前準備好，小孩上學免煩惱

親愛的家長您好：

我是一年5班的導師—陳一菁老師，恭喜您的孩子上小學一年級了，很榮幸有此緣份能成為孩子在博愛的第一位導師。相逢相識自是有緣，希望在未來的兩年裡，我們能合作愉快，同心為孩子的學習成長而努力。

從事教職迄今已邁入第22年，擔任多年低年級導師的我，本身也是一位有兩個孩子的母親，非常能理解您現在的心情是擔心大過於期待！小學不論是學習環境或上課方式與幼稚園都有很大的不同。在開學前，除了與孩子一同準備開學用品之外，心理建設、建立概念、調整生活作息等，期盼您和孩子都能預先準備妥當，以從容愉快的心情迎接新的學習生活。

當學生面對一個新班級、一位新老師，彼此都需要磨合的時間，希望我們能幫助孩子很快的適應新學習階段，共同合作，為孩子啟動學習的鑰匙。

以下的說明或許有些冗長，請您撥空看完後與孩子一起討論，讓我們的寶貝對即將到來的小一生活做好充足的準備。

一、開學前的準備：

(一)調整作息，早睡早起

1. 上學時間：7：30～7：50（導護志工和老師值勤時間），請協助督促孩子每日早睡早起、準時上學，參與班級晨間活動。有正常穩定的生活作息以及充足的睡眠，才有充沛的體力和清醒的頭腦。
2. 放學時間：每週一、三、四、五半天課（12：00 放學），每週二整天課（16：00 放學）。
3. 每週二午餐說明：以下方式3選1，請於表單中告知。
 - ①訂購學校營養午餐，桶餐方式供應（自備便當盒和餐具），最多人選擇，讓孩子體驗團體生活，方便又營養。
 - ②或帶便當到學校蒸飯；
 - ③或由家人送午餐，請在午餐上書寫：學生班級、姓名，放置在校門口警衛室旁的鐵櫃，家長不送到教室。

(二)培養基本生活能力

1. 自理能力：小學每班每堂課只有1位老師，因此多數的事情需要自己動手做，擁有自理能力，可讓孩子打理好自己，進而提升自信。
 - (1)每天定時排便，最好在上學前完成，並學會使用蹲式馬桶的方法，養成用完沖水和擦屁股、如廁後洗手的習慣。
 - (2)學會穿脫外套、綁鞋帶、刷牙漱口、整理書桌、洗擰抹布和擦桌子、用衛生紙擦拭便當盒、穿脫雨衣等，都是必備能力。
 - (3)學會正確的握(鉛)筆，寫字時要：坐姿端正、抬頭挺胸、雙腳踏地。除了要會寫自己的名字，也要能說出父母親的名字、手機號碼以及家中的住址。
2. 表達能力：身體不舒服、遇到困難時會懂得表達。有的孩子在下課時間會玩過頭、

- 忘了上廁所，上課時尿急也不敢說，因此尿褲子。除了養成下課上廁所的習慣，如果遇上肚子痛、尿急、想吐……身體不舒服的狀況，一定要學會主動告訴老師。
3. **提升專注力**：小學一堂課有 40 分鐘，有些孩子一時無法適應要安靜坐著這麼久的時間，趁開學還有段時間，家長不妨透過親子共讀、拼拼圖、玩桌遊等，建立小一新生應有的專注力。
 4. **責任感**：書包、桌面、抽屜都要自己維持乾淨，作業也要如期完成，上了小學後，不能仰賴爸媽協助，讓孩子準備好為自己負責。
 5. **安全警覺性**：這不僅是小一新生準備的重要能力，更應提前在幼兒園就要完成。學會遠離陌生人，當有人要摸自己的身體時，要大聲拒絕或求救。此外，上廁所時懂得結伴同行，在學校不要落單行動。

(三)請帶下列物品到校：(務必貼上姓名貼或用快乾筆書寫班級姓名，避免混淆或遺失)。

1. **後背式書包**：現在的簿本製作精美，但重量不輕，有許多孩子還得帶安親班和英文班的作業，請以輕巧或護脊的書包為考量。由於博愛為滿額學校，教室空間小，人數多，座位空間有限，為了孩子拿取方便，書包通常都掛在椅子後面。**建議不要購買日式翻蓋書包**，因為包體厚重，沒有空間掛放，若放在走道上，也容易絆倒他人；**也不要購買有拉桿拖拉式書包**，上下樓梯非常危險。
2. **鉛筆盒**：樣式越簡易越好(布材質筆袋)，切勿帶有機關功能的硬式鉛筆盒到校，導致孩子上課分心。
3. **三角或六角鉛筆**：至少要準備 5 支，**建議挑選 B 或 2B**，字跡顏色適中。**勿帶自動鉛筆**，因筆芯過細，容易因出力不當而折斷筆芯，不適合初學寫字的孩子使用；**也別讓孩子帶高價的筆到校**，避免遺失或遭他人覬覦。**請養成每天檢查鉛筆盒，削尖鉛筆和替補文具的好習慣**。
4. **兩個好擦無毒的橡皮擦**：請在橡皮擦本身寫上姓名，否則很快就不見。
5. **紅色、藍色原子筆(做筆記)和雙頭的黑色簽字筆(畫圖描邊用)**。
6. **三枝細字白板筆**：黑、藍各一枝，勿帶紅色，否則會和老師批改顏色混淆。
7. **一枝螢光筆(黃)**：標示重點用。
8. **一把直尺**：長度約 12-15cm，刻度和數字要清楚，勿帶摺疊尺，導致上課分心。
9. **水壺**：透明水壺可方便孩子自己監督喝水量，需要每日帶回清洗，若是忘了帶水壺，就暫用自己的漱口杯代替。
10. **雨衣**：建議準備斗篷式雨衣(輕量型)，孩子好穿脫。勿帶雨傘，容易戳傷他人。
11. **個人儲物櫃必備用品(期末再帶回)**：

- | | |
|-----------------------|------------------------|
| (1)備用上衣褲子一套含內褲(裝袋) | (2)牙刷、牙膏、漱口杯(貼姓名貼或寫名字) |
| (3)小型收納箱(剪刀、口紅膠、保麗龍膠) | (4)輕便雨衣一件(備用) |
| (5)雙頭美工筆一盒(不易褪色) | (6)色鉛筆、旋轉蠟筆 |
| (7)抽取式衛生紙一包 | (8)備用口罩一盒(每天替換) |

12. **每週二整天課**，記得帶便當盒和碗(以有蓋子、不鏽鋼材質為佳，勿帶玻璃製)。以孩子容易拿取(隔熱)、開闔為主。使用過的餐具不在學校清洗，請帶回家處理。

(四)有空先來校園熟悉環境

1. 開學前先帶孩子參觀學校（前門、教室、離教室最近的廁所、飲水機及洗手台、健康中心、操場、後門、放學後接送的地方），事先熟悉新環境。
2. 放學路隊分為前門（警衛室旁邊的門）及後門（操場旁邊的門），請考量孩子課後時間安排，在表單中告知孩子的放學路隊。

二、8/30(三)開學當天事宜:

1. 開學當天早上 8 點前，帶您的寶貝（穿便服，帶上述物品）到一樓 105 教室報到，中午 11:50 提早放學。
2. 若有參加校內課後照顧班，開學當天放學後便開始上課，請記得帶便當盒。若孩子有報名校內課後照顧班或課後社團，請在表單中告知老師，課後照顧班和社團教室都不在原班，放學後會請孩子坐在教室外的長椅，負責的老師會來接孩子去上課的教室。
3. 請家長務必攜帶藍筆和立可帶，方便當場填寫各項資料，煩請詳閱並填寫完整，若未完成，請於隔天 8/31(四)交回，以利後續各項作業，感謝您的配合。
4. 開學日預定流程：教室前門領名牌和資料袋→再次向老師確認放學路隊→依桌上名牌入座→將學用品整齊擺放於後櫃→家長填寫各項資料→老師宣達開學注意事項：加入 LINE@（一生一帳號）/資料填寫方式→8:50 家長移步到演藝廳參加新生家長座談會至 11 點，孩子留在教室進行迎新活動→11:40 排路隊準備放學。
5. 新生家長座談會於上午 9 點在總務處旁的 2 樓演藝廳舉辦，請務必參加以便了解學校行事，並且讓孩子獨自在教室進行班級活動，11:40 再到一年 6 班走廊陪孩子一同排路隊走出校門。
6. 剛開學期間，老師會帶領前門路隊，走出校門後右轉直走到幼稚園遊樂場的圍牆邊才解散，家長和安親班老師請在此處接孩子，請勿在校門口接走小孩，人多易造成混亂。開學一段時間後老師會視狀況，只送孩子走到警衛室外就解散；甚至漸漸會讓孩子排路隊自行走出校門。
請家長和安親班務必事先與孩子約定好放學後接送的位置，並實際演練和提醒注意安全。老師必須站在解散處監看所有孩子的狀況，無法單獨送某個孩子去集合地點，務必叮嚀孩子沒見到家長或安親班老師，不可自行離開，請站在解散處靜待安親班老師和家長，也請家長在開學近期要密切注意孩子的放學接送是否成功。

三、開學後家長配合事項:

1. 請在家中吃完早餐再上學：早起才有充足時間盥洗及吃早餐，盡量不要空腹到校；請不要帶早餐到教室吃。早上一進教室隨即進行早自習活動（繳交作業、抄寫聯絡簿、晨間任務），孩子常常沒時間吃早餐或忘了吃，甚至塞在教室抽屜或書包，容易滋生蟑螂和老鼠，請考量孩子的健康，調整好作息。
2. 開學第二天 8/31(四)起為維護校園安全，請家長送孩子到校門口即可，讓孩子自己走進教室。每天早上進教室後，早自習活動有：交作業、抄（貼）聯絡簿、閱讀（可自行帶書來看）、晨間任務。因此請孩子務必準時在 7:50 之前進教室，以免打亂當天學習的步調。

3. 依據功課表決定穿便服或運動服(功課表開學日才會確定)，一週有兩天有體育課，要穿運動服和運動鞋，其餘三天穿便服。運動服上衣要縫名牌(左胸)，名牌由學校統一製發。運動服校內不販售，請自行到社區商家購買。
4. 課本和習作已經裝訂精美，為了環保不需要特地包上書套，國語課本為最常使用的課本，建議包書套延長壽命，聯絡簿、各類簿本等封面為普通紙質，是包裝較為單薄的常用書，為避免簿本破損或掉頁，請裝上書套。
5. 養成孩子每天自動拿出聯絡簿和作業讓家長檢查，家長除了查看作業是否寫完之外，也要檢查字體是否端正，尤其前次作業如有錯誤要先訂正，聯絡簿上簽名；通知單和考卷簽名後也請按時繳回給老師。
6. 請讓孩子養成自己整理書包的好習慣，請指導孩子按照聯絡簿的作業一邊把作業和學用品逐項檢查打勾，自己放入書包，並整理鉛筆盒和削尖鉛筆，不要替孩子做，而是要養成會整理的的能力。不可以帶玩具、零食、飲料、金錢等到校。
7. 請為孩子準備一個安靜、不受干擾的場所寫功課，剛開學建議家長陪同孩子寫作業，作業量是老師根據全班學習狀況和當天教學進度而指派，無法因孩子個別因素而調整全班的作業量。若有特殊原因，無法如期完成回家作業，家長可寫聯絡簿或電話告知老師。
8. 每天最後一堂課，老師會帶著全班把作業和聯絡簿一樣樣放入作業袋後再放進書包。若孩子有簿本或作業沒帶回家的情形，請不要再帶孩子回教室找，隔日請孩子主動告知老師，再利用下課時間補寫後繳交，讓孩子為自己的行為負責。
9. 每節一下課老師就會提醒全班先做下課三件事：喝水、上廁所、洗手，下課時間老師要處理班級事務和批改訂正簿本，無法個別提醒或督促喝水，請孩子要養成下課自動上廁所的習慣。
10. 門禁管制：為了維護校園安全，如果家長需要入校請依據規定先到警衛室『實名制換證』再入校。為讓孩子及早適應學校生活，開學第一天(8/30)，新生家長可陪同孩子到教室。第二天(8/31)起為維護校園安全，請家長配合門禁管制措施。
11. 學校各項費用：包含註冊費、午餐費等，將於開學後陸續通知後再繳交。若有各項補助的證明或經濟上的問題需要申請補助，請務必主動讓老師知道，使註冊手續能順利進行。
12. 請不要讓孩子帶手機到校，若有配戴智慧型手錶一入班請關機，放學時再開機。讓孩子記住家中電話、家長手機號碼，有事需要聯繫，請老師幫忙打電話就好。
13. 每天 7:30—7:50 正逢孩子們陸續進教室，請家長避免這段時間到校找老師談孩子，建議另外約時間再溝通。
14. 每個月都會換座位，第一個月會依照身高，依公平原則，下次坐在後面的孩子會往前調動，坐前面的孩子也會輪坐在後面，每班近視的孩子多，無法因為個人視力問題坐在前面，如有視力問題請儘快到門診處理，請積極解決孩子視力問題，正常視力是坐在最後一排也能看得很清楚。

四、親師溝通

1. 與老師聯繫方式：若有任何疑問或意見，歡迎家長主動和老師聯絡。
(1) 手機 0975-605-528(7:00-7:30/放學後-20:00)：每晚老師也得和家中孩子打拼作

業，若未接手機或訊息，請您見諒。

(2)LINE@(7:00-7:30/放學後-20:00)：開學日當天，每生一位家長加入（有月費和免費訊息則數限制）。

(3)聯絡簿：急事請打手機溝通，緩事可寫聯絡簿或LINE@詢問。

2. 為了讓孩子學習能獨立清楚的傳遞學校消息，請您每天花點時間和孩子聊聊學校近況，也怕LINE@上文字容易造成誤會和打擾，重要的事情請您利用電話或約時間當面溝通，了解孩子在校情形。
3. 若孩子會晚到或臨時要請假時，請家長於當天上午7:30前告知老師，完成請假手續，讓老師隨時掌握孩子的行蹤。一般請事假，請家長預先在一週前告知老師，作業則無法先給，需請長假3天以上，請至學務處填寫長假申請單。
4. 如果您對於老師的教學或做法不清楚，或是當孩子在學校與同學有衝突時，希望您能主動直接和老師溝通。有時候孩子並不了解事情的全貌，當孩子有抱怨時，希望您能理性安撫並了解情形，切勿和孩子一起批評老師或同學，有您的支持和信任，孩子也會更喜歡老師和同學。
5. 孩子剛上小學，請每天給予愛的鼓勵並傾聽他的心聲，尤其是需要上安親班的新生，多溝通幫助孩子及早適應。若孩子有特殊情況，也請主動告知老師。
6. 9/9(六)上午9:00~11:00辦理學校日親師座談，歡迎家長踴躍出席，了解這學期各項學習活動。

五、新生家長放輕鬆

感謝您耐心看完這長篇的叮嚀，老師寫了這麼多，無非就是希望您與孩子都能對小一生活有個初步的了解，孩子一陣子後就能進入狀況適應新環境了，我們先讓孩子定下心來，對學校有信心，對老師能接納，一切就會進入佳境。

開學後，一切事務繁忙，一個班一節課中只有1位老師在教室照顧近30位學生，與幼稚園相比，小學師生比降低許多，孩子或許會覺得與老師的互動和得到的關注沒有這麼多。在小學生活中，孩子首要目標是學習獨立和融入大團體，孩子應能和同學和睦相處，合群互助。每節下課，老師會鼓勵孩子主動去交朋友；上課時，也會要求孩子能先自己解決問題，自我負責，老師變成了引導者和協助者，說話的語氣變得比較權威和成熟，與幼稚園老師主動幫孩子解決問題的互動模式大不同。

請您別擔心，放手讓孩子自己面對，學習適應環境，如有任何問題，歡迎直接與老師聯繫；若您要到學校與老師會談，也希望您事先來電告知，好讓我能專程為您空下晤談時間，謝謝您的協助與體諒。

敬祝 闔家平安 健康順心！

一菁老師敬上 2023.8.15