

我家孩子要上學了

小學入學親職易讀手冊



我家孩子要上學了

小學入學親職易讀手冊



本書人物介紹



小易



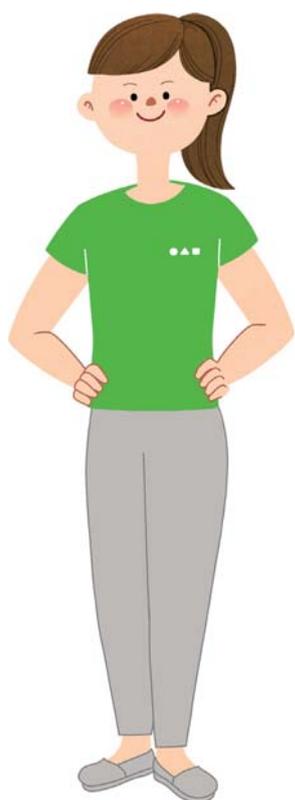
小易媽媽



小易外婆



小易外公



花花老師

她是小易和小言的老師
時常會在這本書出現，
給爸媽貼心的小叮嚀。



小言



小言媽媽



小言爸爸

關於這本手冊

這本易讀手冊，分成 3 篇

第 1 篇 上小學前的準備

第 2 篇 小學生活的適應

第 3 篇 爸媽加油站

爸媽可以一頁一頁往下看，
了解可以幫忙孩子的地方。
也可以直接翻到自己有興趣
或有需求的那一頁，
看看怎樣陪伴孩子比較好。

你可以邀請家人 社工 學校老師，
一起來看手冊，收穫會更多。

這本是 _____ 的手冊

目錄

第 6 頁 第 1 篇 上小學前的準備

- 第 8 頁 ① 調整生活作息
- 第 16 頁 ② 認識小學校園和生活
- 第 24 頁 ③ 學習環境的準備與能力的培養
- 第 28 頁 ④ 準備上學用品

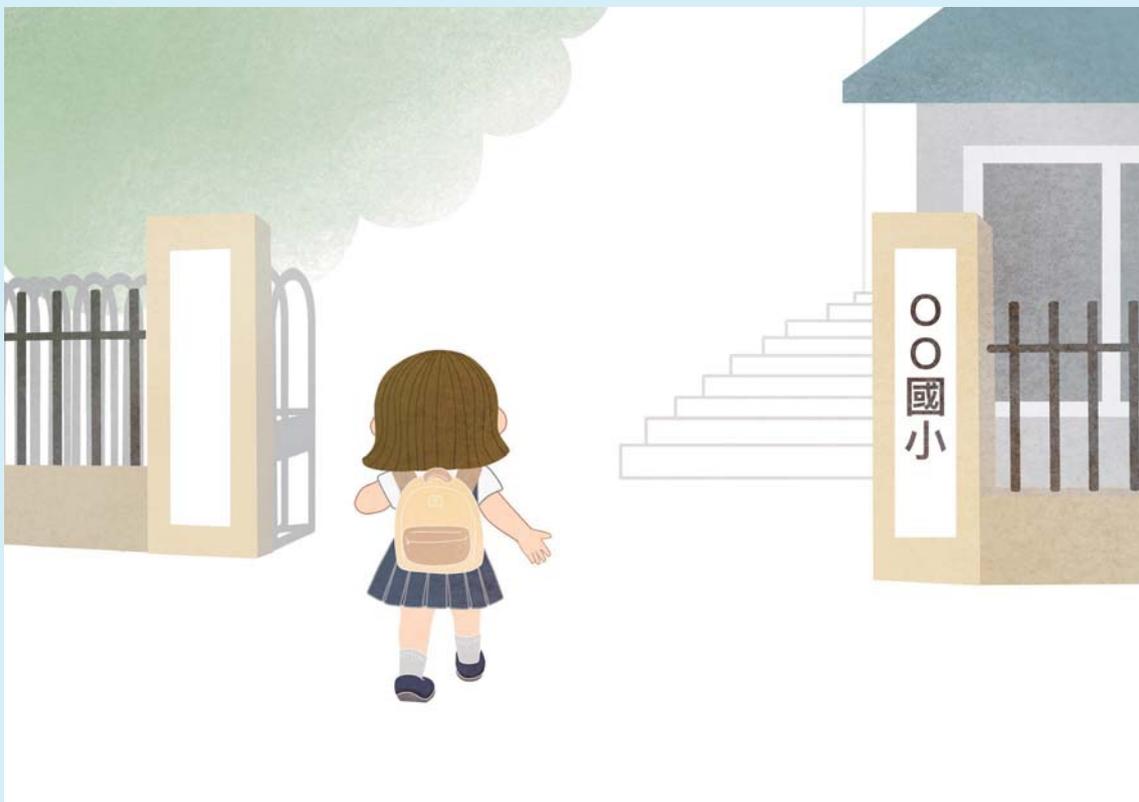
第 34 頁 第 2 篇 小學生活的適應

- 第 36 頁 ⑤ 教孩子適應上課的方式
- 第 42 頁 ⑥ 教孩子適應課業的學習
- 第 48 頁 ⑦ 教孩子交朋友
- 第 52 頁 ⑧ 運動身體好

第 54 頁 第 3 篇 爸媽的加油站

- 第 56 頁 ⑨ 親師溝通好方法
- 第 63 頁 ⑩ 陪伴力量大
- 第 70 頁 ⑪ 安排孩子的課後時間
- 第 77 頁 ⑫ 學費 雜費和補助
- 第 78 頁 ⑬ 推薦親職網站

第 1 篇 上小學前的準備



開學前，先和孩子做好準備，
協助孩子，順利適應上學的生活。

第 8 頁 ① 調整生活作息

- 第 8 頁 ● 爸媽要做好的工作
- 第 10 頁 ● 養成好習慣
- 第 12 頁 ● 制定家庭的作息時間表

第 16 頁 ② 認識小學校園和生活

- 第 16 頁 ● 介紹小學和幼兒園的不同
- 第 20 頁 ● 參觀小學的校園
- 第 22 頁 ● 提醒孩子需要小心的地方

第 24 頁 ③ 學習環境的準備與能力的培養

- 第 24 頁 ● 布置學習的環境
- 第 25 頁 ● 布置看書的環境
- 第 26 頁 ● 使用生活中的數字與數量
- 第 27 頁 ● 讓孩子練習打掃

第 28 頁 ④ 準備上學用品

- 第 28 頁 ● 合適的書包
- 第 30 頁 ● 開學的文具
- 第 33 頁 ● 學校的用品

1 調整生活作息

爸媽要做好的工作

下面是爸媽照顧孩子時，最重要的責任。



1 天吃 3 餐

每天提供早餐 午餐 晚餐，
讓孩子可以吃飽。



穿對衣服

配合天氣給孩子穿衣，
天熱時，要穿涼快的衣服，
天冷時，要穿保暖的衣服。



保持乾淨

每天洗澡，更換衣服，
經常洗手，乾乾淨淨，
就不容易生病。



讓孩子睡飽

足夠的睡眠時間，
對孩子的大腦
和身體成長很重要。



帶孩子看醫生

當孩子生病時，
要帶孩子去看醫生，
按照醫生的交代，
餵孩子吃藥。



好好陪伴孩子

陪孩子聊天 吃飯和遊戲，
接觸生活中的新事物，
解決遇到的困難。

養成好習慣

用固定作息時間，儘可能讓孩子每天睡滿 9 到 11 小時。
幫助孩子早睡早起。



養成每天洗澡的好習慣

讓孩子練習自己洗澡。



養成刷牙的好習慣

學習正確的刷牙方式。



在床邊說故事

為孩子說說故事，
給他溫暖的陪伴。



抱抱孩子

互相說晚安。

制定家庭的作息時間表

陪孩子一起制定作息時間表，在時間內把事情做好，更有責任感。



寫出每日上學任務單

和孩子討論，把每天上學前要先準備的事，都寫在任務單上，張貼出來。



列出時間表

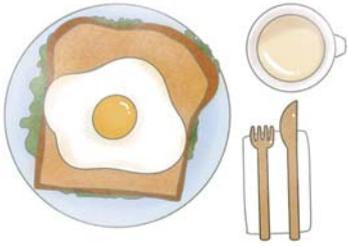
把可以運用的時間畫或寫出來，陪孩子一起填入，每一件應該完成的事情。



剛開學時，爸媽可以和孩子一起練習，清楚每天的作息時間後，再來填表，可以讓孩子練習在時間內做完事情，更有責任感。

上學任務單

完成這些上學任務，可以幫助孩子上學不遲到。

這是小言的任務目標	你家小孩的任務目標
<p data-bbox="263 414 651 459">□ 鬧鐘響起，不賴床</p> 	
<p data-bbox="306 837 608 882">□ 換衣服，洗臉</p> 	
<p data-bbox="368 1261 544 1305">□ 吃早餐</p> 	
<p data-bbox="391 1684 520 1729">□ 刷牙</p> 	

下午時間表

這裡用下午 2 點到 5 點的時間來做例子，
寫下和你小孩討論要做的事，有哪些。

小易要做的事	和你小孩討論要做的事
<p>下午 2 點到 3 點</p>  <p>上才藝課</p>	
<p>下午 3 點到 3 點 30 分</p>  <p>運動時間</p>	
<p>下午 3 點 30 分到 4 點 30 分</p>  <p>寫功課</p>	
<p>下午 4 點 30 分到 5 點</p>  <p>玩遊戲</p>	

晚間時間表

用晚上 7 點到 8 點 30 分的時間來做例子，
寫下和你小孩討論要做的事，有那些。

小言要做的事	和你小孩討論要做的事
<p>晚上 7 點到 7 點 30 分</p>  <p>晚餐</p>	
<p>晚上 7 點 30 分到 7 點 45 分</p>  <p>洗澡和刷牙</p>	
<p>晚上 7 點 45 分到 8 點</p>  <p>檢查聯絡簿 整理書包</p>	
<p>晚上 8 點到 8 點 30 分</p>  <p>自由時間，陪孩子玩遊戲</p>	

2 認識小學校園和生活

介紹小學和幼兒園的不同

跟孩子說，小學和幼兒園有哪些不同，讓他提前做好準備。



上學時間變早

小學上學時間變早，每天在規定時間到，不要遲到。

我穿制服

我穿運動服

一年一班課表				
一	二	三	四	五
國語	國語	國語	國語	國語
英語	英語	英語	英語	英語
數學	數學	數學	數學	數學
自然	自然	自然	自然	自然
社會	社會	社會	社會	社會
音樂	音樂	音樂	音樂	音樂
美術	美術	美術	美術	美術
體育	體育	體育	體育	體育
勞作	勞作	勞作	勞作	勞作
健康	健康	健康	健康	健康
生活	生活	生活	生活	生活
其他	其他	其他	其他	其他



要穿制服

每天依照課表，穿制服 運動服或便服。



沒有點心時間

小學不會提供點心，每天一定要吃早餐，吃飽再上學。

上課鐘聲響



有分上課 下課的時間

上課時間每節是 40 分鐘，
下課時間有 10 或 20 分鐘，
要注意聽提醒的鐘聲。



下課時間

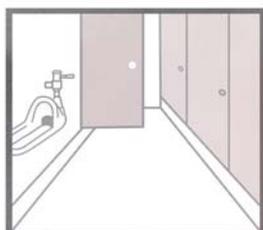
可以玩遊戲 喝水或上廁所，
如果在上課時想上廁所，
可以舉手跟老師說。



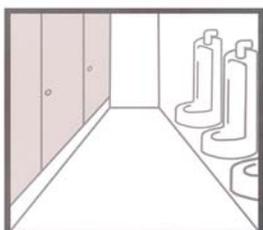
午覺要趴著睡

午休時間不能躺著睡，
要趴在桌子睡。
睡的時間也變短了。

女廁



男廁



上廁所的方式不同

小學廁所使用的
不是坐式馬桶，
是蹲式馬桶。



回家有功課

小學的老師每天都會
安排回家的功課。



需要陪著孩子練習蹲式馬桶的使用，
教他怎麼蹲及瞄準，上廁所要記得關門，
女生要用衛生紙從尿尿的地方擦到屁股，
擦乾淨了，才不會生病，穿好褲子再出去。

想一想

除了前面提到的不一樣，小學生活還有什麼改變呢



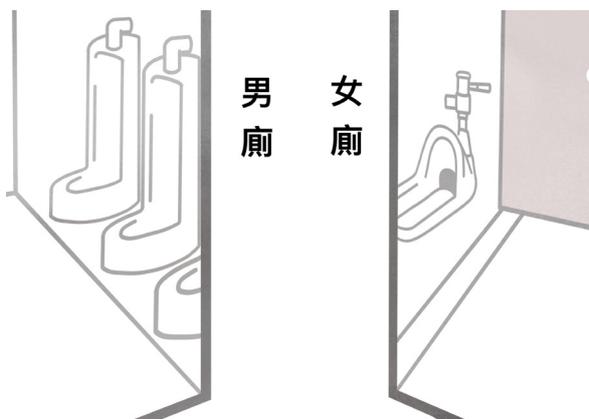
參觀小學的校園

帶著孩子參觀小學校園，提前熟悉環境。
參觀校園後，也可以熟悉校園周邊的環境。



1 年級的教室

帶著孩子熟悉從校門
走到教室的路線，
依照班級編號或名稱，
找到教室。



最靠近教室的廁所

和孩子一起，
找出離教室最近的廁所。



飲水機

和孩子一起，
找出教室附近的飲水機，
練習裝水的方法。



兒童遊戲場

陪孩子到兒童遊戲場，
玩一會兒。



操場

和孩子穿運動鞋到操場，
走一走 跑一跑。



健康中心

找出健康中心的位置，
告訴孩子身體受傷或不舒服，
可以找護理師阿姨
或叔叔幫忙。



參觀小學校園的時候，在孩子喜歡的空間，
例如兒童遊戲場 操場，讓他多玩一會兒，
讓孩子更期待上學。

提醒孩子需要小心的地方

上小學後，老師不會隨時陪著孩子，提醒孩子要注意安全。



用走的，不奔跑

不要在
樓梯間和走廊上奔跑，
要慢慢走。



以免撞到別人而受傷。



不去沒有人的地方

提醒孩子不要一個人亂跑，
也不要自己
走到沒有人的地方。



身體不舒服該怎麼辦

身體不舒服時要告訴老師，
老師會幫忙打電話，
請爸媽來接回家。

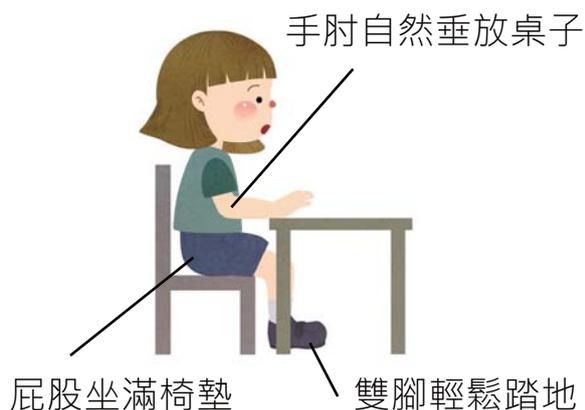


開學後留意老師提醒的**校園安全地圖**，
地圖上可以看到校園中有危險或人少的地方，
告訴孩子，那些地方不要自己去，保護自己的安全。

3 學習環境的準備與能力的培養

布置學習的環境

上小學後，孩子需要學習讀寫算，回家也有功課要寫，陪孩子一起布置學習空間，讓他做好上學的心理準備。

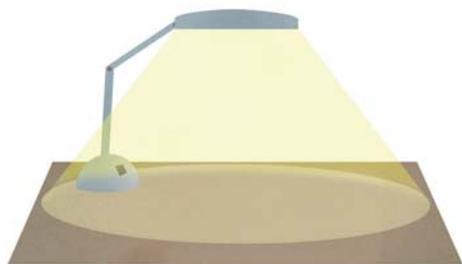


書桌椅

用家中現成的桌椅，或購買新的桌椅，都要符合孩子的身高。

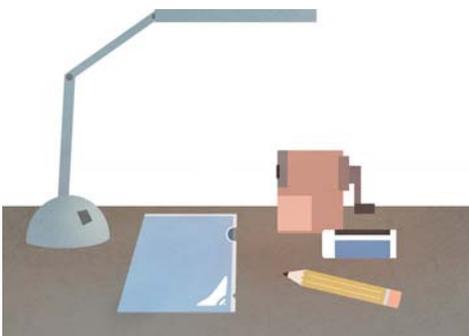
檯燈

選擇亮度均勻的檯燈，最好可以照到整個桌面。



好用的文具

購買鉛筆 橡皮擦 墊板 削鉛筆機 資料夾，沒有卡通圖案的文具可以讓學習更專心。



因為孩子會漸漸長高，不要買太貴的桌椅。

布置看書的環境

從小養成閱讀的習慣，上小學時會對認識文字，更有興趣。



把書架的低處留給孩子

爸媽的書，放在高的架子。
孩子的書或用品，
放在較低的架子。



訂出家庭看書時間

訂出每天家庭看書時間，
10 分鐘也可以，
從爸媽陪孩子讀圖畫書，
漸漸地，可以自己看書。

使用生活中的數字與數量

陪伴孩子在生活中使用數字，認識時間會看日期和幾點鐘，熟悉數字和數量，幫助他未來在學習上更輕鬆。



認識日期

準備日曆或月曆，

唸出每天的日期，

例如，

111年12月1日，星期四。



認識時間

陪孩子學習看時間，

例如，

我們7點吃早餐。



練習數0到10

請孩子幫忙時，

讓孩子練習數一數，

說出數量。

例如，

3雙* 筷子 3個碗

3支湯匙。

* **3雙**，1雙是2支，3雙是6支。

讓孩子練習打掃

上小學後，孩子在學校需要做打掃工作，
 在家中可以先做練習，讓他開學後，更容易習慣。



物歸原位

用過的東西要放回原位，
 看完的書要放回書架，
 玩過的玩具要收回玩具箱。



擦桌椅 洗抹布

練習用抹布擦桌椅，
 擦完後，要把抹布洗乾淨。
 擰乾後，掛起來晾乾。



掃地 拖地

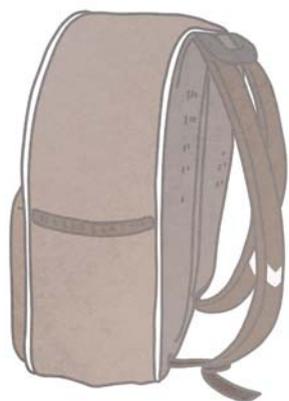
練習使用掃把與拖把，
 把地板清潔乾淨。



做家事是全家的事。讓孩子學著打掃時，
 可以跟孩子說，我們一起來做家事，
 把家裡打掃得乾乾淨淨。

4 準備上學用品

合適的書包



雙肩式的書包

選擇雙肩 寬肩帶款式，
讓書包的重量，
能平均分配到兩邊的肩膀。

~~2.5~~ 公斤



重量輕一點的書包

小一的書包，
在裝入書本和文具後，
不要超過 2.5 公斤。



讓孩子背背看

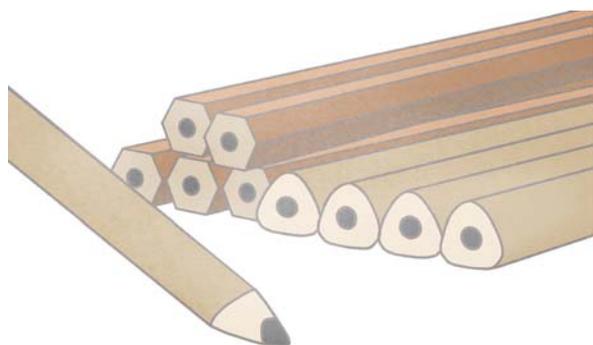
選擇貼近身體
腰背部的書包，
背起來會比較省力。



書包不一定要買新的，
也可以用哥哥姐姐或其他人用過的書包。
爸媽可以陪孩子一起整理書包，
讓他練習把文具用品裝進書包裡。

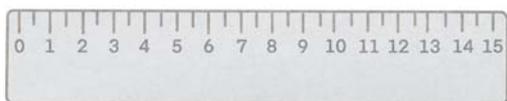
開學的文具

挑選正確的文具，讓孩子開學後寫字更順手，還能增加對上學的期待感。



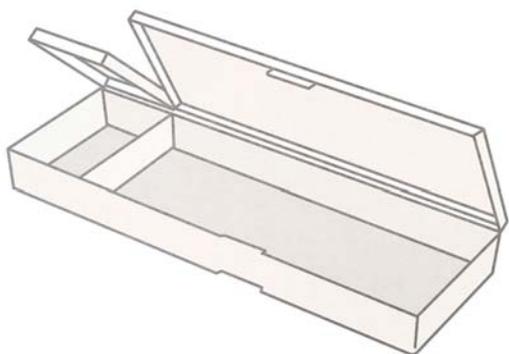
寫出來顏色較深的鉛筆

選擇寫字較黑 好握的鉛筆，寫字時會比較省力。



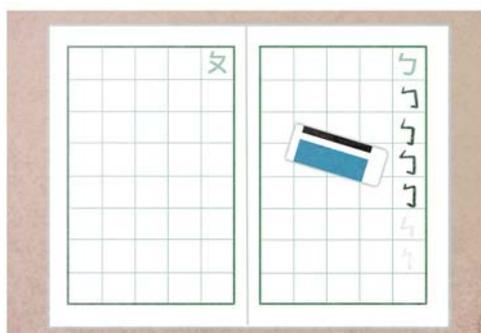
尺

選擇數字及刻度清楚，小學一年級可選用 15 公分的尺。



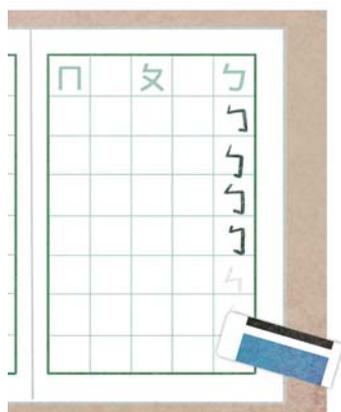
鉛筆盒或筆袋

選購簡單或透明的款式，
能幫助孩子更快
找到文具。



橡皮擦

選擇款式簡單的，
能擦乾淨字跡。



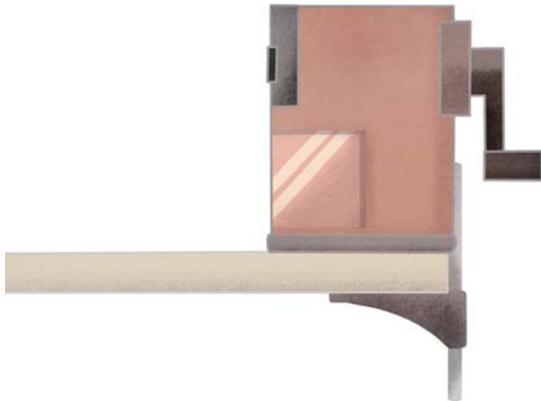
A4 墊板

A4 就是跟這本手冊一樣大。
寫作業時用墊板，
寫字時會更輕鬆。



A4 資料夾

準備跟這本手冊一樣大的資料夾，
將學校發的通知單 考卷
學習單收好。



削鉛筆機

買一臺削鉛筆機，
隨時把鉛筆削尖。

學校的用品

上小學前，幫孩子先做準備，開學後會更容易習慣。



餐具

準備便當盒 湯碗
湯匙 筷子，
方便孩子使用。



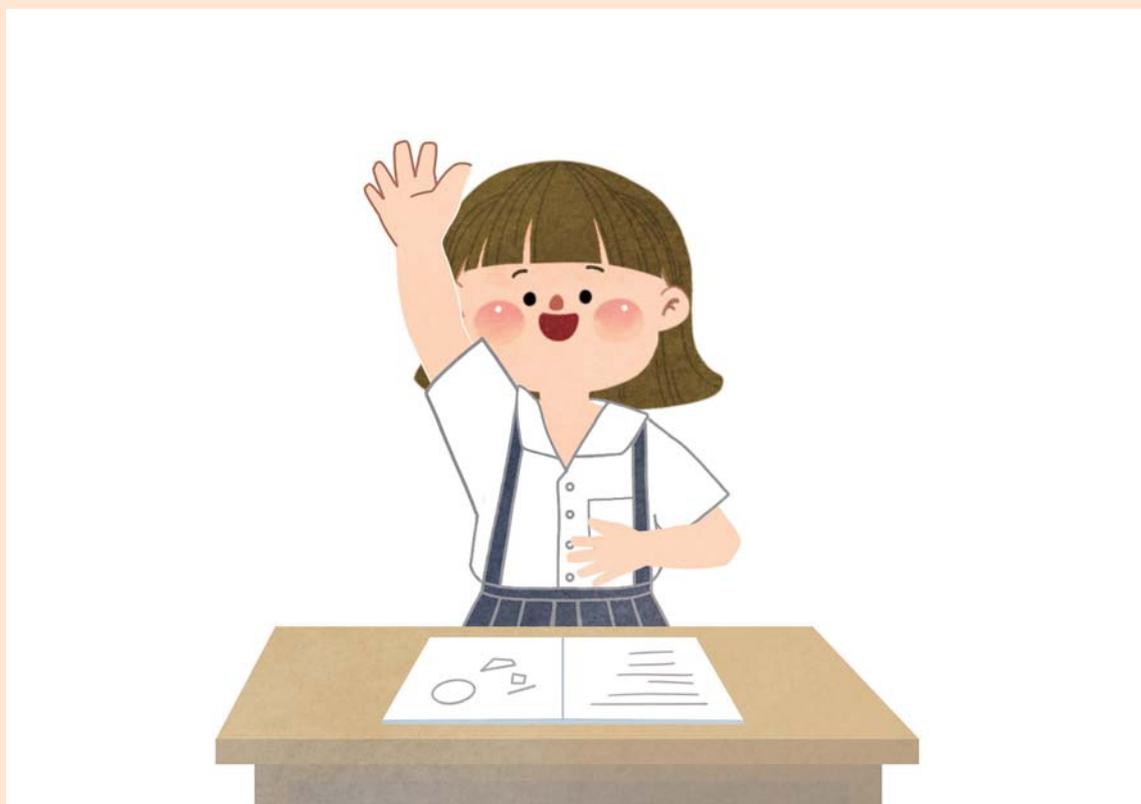
潔牙用品

幫孩子準備，
牙刷 牙膏 漱口杯，
養成飯後潔牙的好習慣。



一開始購買文具和用品，不要買太多，
等老師發**文具和用品清單**，開學後可以再慢慢補齊。

第 2 篇 小學生活的適應



開學前，先和孩子做好準備，
協助孩子，順利適應上學的生活。

第 36 頁 ⑤ 教孩子適應上課的方式

- 第 36 頁 ● 認識上課規定
- 第 39 頁 ● 養成生活好習慣
- 第 40 頁 ● 養成負責好習慣

第 42 頁 ⑥ 教孩子適應課業的學習

- 第 42 頁 ● 養成寫功課的好習慣
- 第 44 頁 ● 教孩子準備考試
- 第 46 頁 ● 常見的問題與幫忙的方法

第 48 頁 ⑦ 教孩子交朋友

- 第 48 頁 ● 常常和孩子聊天
- 第 49 頁 ● 主動交朋友的技巧
- 第 50 頁 ● 關心孩子交朋友的狀況
- 第 51 頁 ● 增加孩子交朋友的機會

第 52 頁 ⑧ 運動身體好

- 第 52 頁 ● 認識運動的好處
- 第 53 頁 ● 養成運動的好習慣

5 教孩子適應上課的方式

認識上課規定

讓孩子知道，上課的時候應該做到這些事，
幫忙他很快習慣上課方式的改變。



上課鐘響，要回教室

只要聽到上課鐘聲，
就要走回教室，準備上課。



做好上課的準備

在老師上課之前，
先把課本和文具準備好，
這堂課用不到的物品，
都先收起來。



專心聽老師上課

要坐好，
用眼睛看 用耳朵聽，
專心聽老師上課的內容。



要發言，先舉手

想問問題，
或想回答問題時，要先舉手。
老師請你回答，再回答。



離開位置，取得同意

上課時要離開自己的座位，
要得到老師的同意
才不會影響大家上課。



上課時不說話

上課和同學說話，
會吵到大家，
有想說的話，等下課再說。

上課時，哪些事可以做 哪些不能做

和孩子一起想一想，對的打○，錯的打 X

上課發言，先舉手



跟旁邊的同學聊天



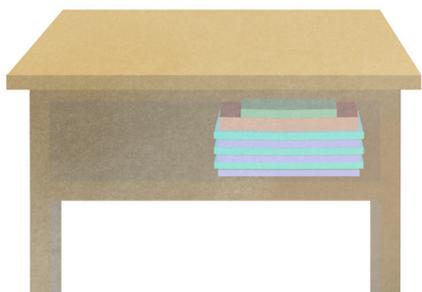
專心聽老師上課



解答在第 82 頁

養成生活好習慣

讓孩子認識並做到這些生活習慣，在學校就會比較順利。



保持整潔

隨時保持整齊清潔的習慣，
桌面 抽屜 櫃子內物品
都要整理好。



教孩子常洗手

手髒了就要用水和肥皂洗手，
特別是吃東西和遊戲，
上廁所前後。

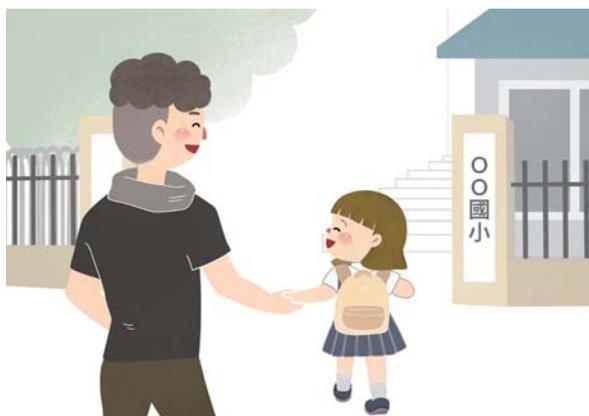


對老師和同學都有禮貌

見到老師和同學，
要微笑 問好，
常說請 謝謝 對不起。

養成負責好習慣

讓孩子知道，每天把該做的事情，都自動自發做好，就是最棒的小一生。



上學要準時

早睡早起不賴床，
準時到學校。



功課按時交

放學回家，
寫完功課要放進書包。



工作要做好

當值日生，
要把工作做好。
不知道時，
可以先問老師或同學。

想一想

跟孩子聊一聊，有哪些事情做不好。
和孩子一起想出做好的方法。



6 教孩子適應課業的學習

養成寫功課的好習慣

孩子一開始寫功課的時候，可能需要爸媽的幫助。



每天寫功課

了解孩子的功課內容，
每天和孩子一起檢查，
確定功課都有做完。



約定寫功課的時間

讓孩子來安排，
自己的功課與遊戲的時間。



桌面整理乾淨

寫功課的時候，
桌上只能放書本
作業簿和需要用到的文具。



在安靜的地方寫

在安靜的環境，
讓他能夠完成作業。



解決功課的難題

鼓勵他翻課本，
或陪他一起找答案。



檢查聯絡簿及簽名

跟孩子一起檢查，
確認作業都做完，再簽名。
有不清楚的地方，
可以問老師。



如果每天作業太多或太困難，要花很久的時間寫，
爸媽可以跟老師說，或請孩子上學時問老師。

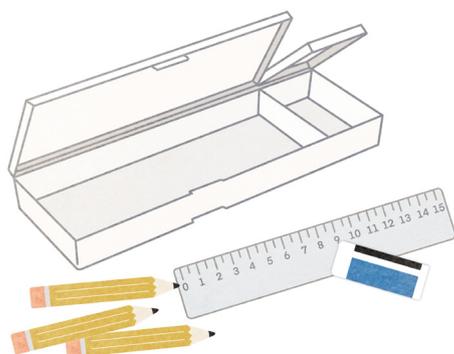
教孩子準備考試

上小學後會考試，告訴孩子，考試的分數不重要，重要的是讓老師和他自己知道學會了那些。



告訴孩子考試的規定

考試時不說話，
老師同意，
才可以離開座位。



教孩子準備考試用具

考試前一天，
提醒孩子檢查鉛筆盒，
把鉛筆 尺 橡皮擦
都放進去。



告訴孩子要檢查考卷

拿到考卷，

先寫好名字，再回答問題。

寫完考卷後，要檢查答案。



剛開始孩子還在練習考試的方法，如果成績不好，
爸媽不要太緊張 罵孩子，
這是發現孩子的學習哪裡需要調整的好機會。

常見的問題與幫忙的方法



問題 ①

不知道怎麼幫孩子
複習功課。



父母可以這樣做

陪孩子一起看熟課本內容，
一起算數學課本裡的題目。



問題 ②

當孩子考不好，
傷心的時候，怎麼辦



父母可以這樣做

不要罵孩子笨 粗心，
先告訴孩子下次再努力。



陪孩子一起訂正考卷，
把錯的地方改成對的。



當孩子考試的成績不好時，爸媽也可以請老師協助，
一起找出考不好的問題在哪裡。

7 教孩子交朋友

有爸媽的幫忙，可以讓孩子更順利交朋友。

常常和孩子聊天



和孩子聊聊什麼是朋友

和孩子一起討論，
朋友是什麼
可以跟朋友一起做的事。



讓孩子認識自己

跟孩子討論他的喜好，
幫助他更了解自己。



鼓勵孩子主動表達

常常和孩子聊天，
鼓勵他說出自己的感覺
與想法。

主動交朋友的技巧

昨天看了恐龍的卡通



和朋友聊天

鼓勵孩子跟同學，
多聊自己喜歡的東西。

我可以一起玩嗎

好喔



邀請朋友一起玩

跟孩子討論，
怎麼加入別人的遊戲，
或邀請別人一起玩。

謝謝

我的鉛筆借你



幫助同學

當同學忘記帶東西
需要幫忙時，
鼓勵孩子要主動幫忙。

關心孩子交朋友的狀況

今天體育課，玩什麼



學校的生活

和孩子聊一聊，
午餐吃什麼
上了什麼課
有沒有高興或不高興的事。

我和同學一起去借書。



班上的同學

和孩子聊一聊，
有哪一些朋友
一起做什麼事
聊了什麼話題



問老師的意見

跟老師聊一聊，
了解孩子跟同學相處的情況。

增加孩子交朋友的機會



給孩子穩定的玩伴

親戚或朋友中，
年紀接近的孩子的家庭，
可以約他們一起
吃飯 玩 運動。



鼓勵孩子參加學校社團

增加孩子與其他小朋友
互動的機會。



假日多帶孩子接觸新事物

增加孩子的生活經驗，
讓他可以有更多跟同學
聊天的話題。



孩子進入小學後，交到新朋友，可以讓他更快樂，
爸媽應該鼓勵他，幫助他找到交朋友的好方法。

8 運動身體好

認識運動的好處

運動有很多好處，可以讓孩子的身體好，心情好，大腦更聰明。



越動身體越好

運動能夠提升免疫力，
讓孩子更不容易生病。



越動越開心

運動可以幫助孩子，
有穩定 開心的情緒。



越動越聰明

運動可以刺激孩子，
讓他的大腦反應
越來越聰明。



現代的孩子比較少運動，爸媽帶頭陪孩子一起，
對孩子的健康和學習都很有幫助。

養成運動的好習慣

從小培養孩子，養成愛運動的好習慣。



戶外運動

到住家附近公園活動，
也是很好的運動。



全家一起運動

例如，
帶孩子去附近運動場
跑一跑，
也可以到附近的山走一走。



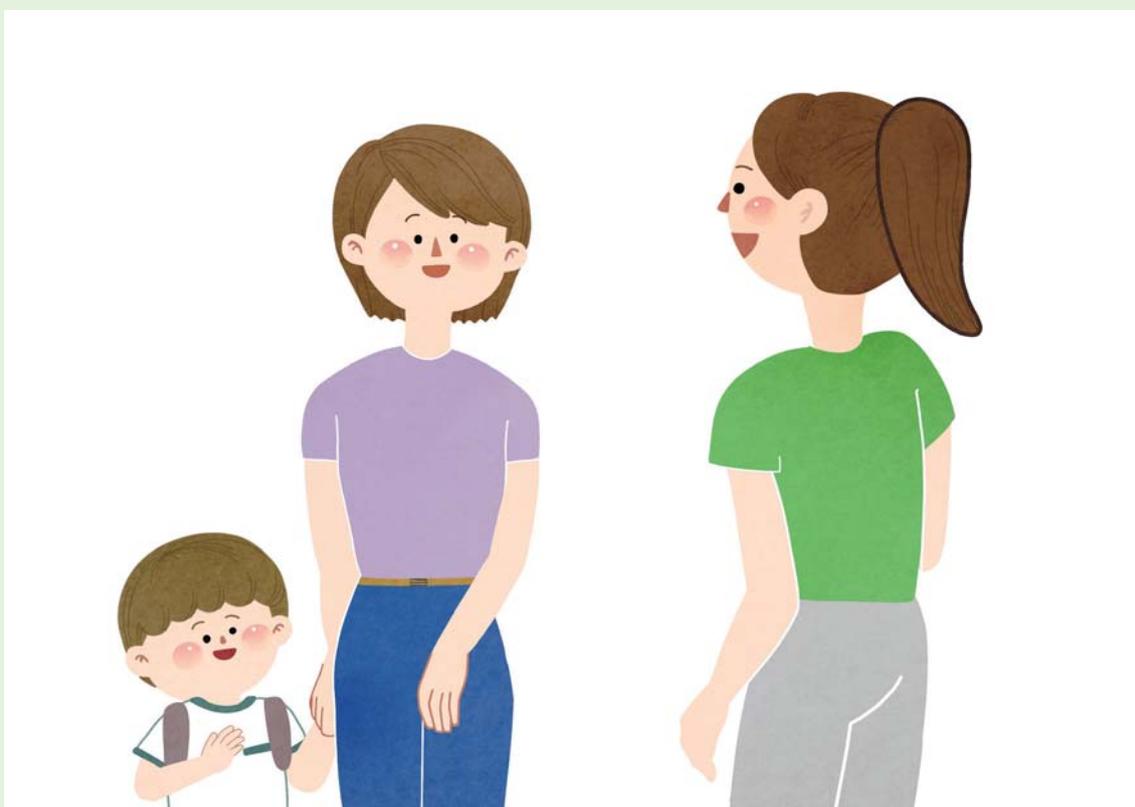
接觸各種運動

從孩子喜歡的運動開始，
例如跑步 跳舞 玩球。



運動時，爸媽可以提醒孩子多喝白開水，
適當休息讓身體更健康。

第 3 篇 爸媽的加油站



爸媽適時的協助，
可以讓孩子的學習和生活，越來越順利。

第 56 頁 **9 親師溝通好方法**

- 第 56 頁 ● 良好的親師溝通
- 第 58 頁 ● 班級群組聊天技巧
- 第 60 頁 ● 主動參與孩子的學校活動
- 第 62 頁 ● 親師溝通時要有禮貌

第 63 頁 **10 陪伴力量大**

- 第 63 頁 ● 愛與陪伴
- 第 64 頁 ● 溫暖的親子關係
- 第 65 頁 ● 做家事培養責任感
- 第 66 頁 ● 了解孩子的需求
- 第 68 頁 ● 陪孩子面對困難
- 第 69 頁 ● 陪孩子面對情緒

第 70 頁 **11 安排孩子的課後時間**

- 第 70 頁 ● 放學後，孩子需要什麼
- 第 71 頁 ● 課後照顧的安排
- 第 72 頁 ● 學習才藝
- 第 73 頁 ● 課後安排要注意的事情
- 第 74 頁 ● 家庭時間的安排

第 77 頁 **12 學費 雜費和補助**

第 78 頁 **13 親職好網站推薦**

9 親師溝通好方法

良好的親師 * 溝通

孩子在學校會遇到交朋友 功課或其他的問題，
用下面這些方法，跟老師好好討論，可以幫助孩子。

親師交流		今日功課					○
○	○						○月○日
要記得帶水壺喲！							天氣
謝謝老師的 細心提醒！							
家長簽名	家長簽名						
							

聯絡簿

這是重要的溝通管道，
想要跟老師說的話，
可以寫在上面。



打電話到學校

如果孩子生病了，
要打電話跟學校請假。
電話號碼可以在網站
或聯絡簿上找到。

* **親師**，親是家長，師是老師，親師就是家長和老師的意思。



班級聊天群組

有些班級會有線上群組，
可以和老師或其他家長，
討論班級的事情。



爸媽要尊重老師的專業，
和老師當教養孩子的好伙伴，
一起幫助孩子學習成長。

班級群組聊天技巧



耐心等待老師回復

老師上課時，
沒辦法馬上回復訊息，
要耐心等待老師回復。



老師問問題，要回答

已讀不回，很沒有禮貌。
讀到訊息，
記得要回復老師。



營造友善的班級群組氣氛

在群組中只討論班級的事情，
可以說出你對事情的看法，
不要生氣罵人，
要多謝謝老師和幫忙的家長。



這些事私底下溝通

如有希望老師幫忙的地方
或有問題要問老師，
請私底下跟老師說，
不要在班級群組傳訊息。



在班級群組上，應該要避免討論政治*的事情，或是為自己的工作或公司做宣傳。

* 政治，跟選舉 政黨和國家有關的事情。

主動參與孩子的學校活動



參加班親會

透過班親會，
能了解老師的帶班方式，
班級活動，也能認識
其他的家長。



參加學校活動

除了班親會，
也可以參加學校的活動，
例如，
親職講座 運動會 園遊會。



擔任志工幫忙老師

主動擔任班級志工，
增加親師之間的互動機會。



上學後，學校的事情，常會用通知單來告訴爸媽。
比較不會閱讀的爸媽，可以主動問老師。

10 陪伴力量大

愛與陪伴

當孩子長大後，要負責的事情也會越來越多，爸媽的陪伴，會成為孩子面對挑戰的助力。



多聽孩子說話

多聽孩子說一說，
在學校發生的事。



做有興趣的事

一起散步，
一起玩遊戲。



常對孩子說愛

常常表達愛與關心，
陪伴他一起面對挑戰。

溫暖的親子關係



多鼓勵

面對新的環境，
常常為孩子加油，
給他更多時間學習。



接受孩子的特質 *

每個孩子都不一樣，
接受他不一樣的樣子。



每天讚美孩子

找到孩子做得好的地方，
或是孩子很努力的地方，
摸摸他的頭或抱抱他，
然後稱讚他。

* 特質，讓我們和別人不一樣的特色和個性。

做家事培養責任感

教孩子管理好自己的行為，也是做自己主人，很重要的事情。



說話要算話

和爸媽約定好的事情要做到，例如，負責的家事要做好。



討論家事分工

和孩子討論他可以做哪些簡單的家事，例如，擦桌子 擺碗筷。

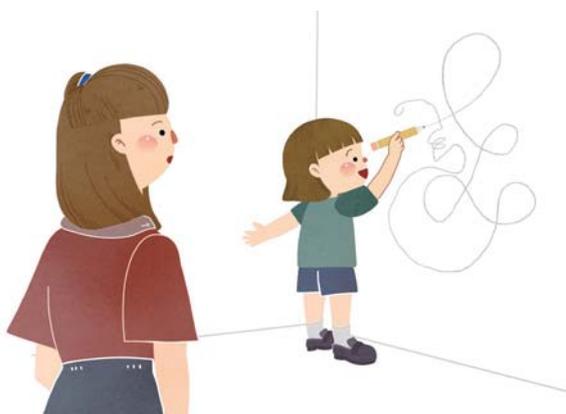


肯定孩子的參與

孩子做完家事，謝謝他讓家裡變得更整齊 乾淨。

了解孩子的需求

當孩子調皮的時候，不代表他不聽話，
爸媽要試著看出他的需求，儘可能滿足他的需求。



狀況 ①

當孩子在牆壁上畫畫

孩子想畫一張很大的圖畫，
卻畫在不正確的地方。



給孩子更大張的圖畫紙

可以貼在牆上或地上，
讓他隨意的畫。



利用浴室的磁磚

也可以讓孩子用水彩，
在浴室磁磚上畫畫。
畫完就可以沖洗乾淨。



狀況 ②

孩子把玩具拆開來

孩子對玩具的裡面很好奇，
想知道是什麼。



提供可以組裝的玩具

幫孩子準備
可以組合的玩具，
引導他拆解後，再組裝起來。



孩子會調皮，不是他不乖，而是他有很想做的事。
幫忙孩子用更好的方法來完成，孩子會更開心。

陪孩子面對困難



當孩子碰到困難時

例如，學會騎腳踏車，
卻學不會。



了解孩子遇到的問題

先安慰他的情緒，
再了解困難的原因，
陪伴在旁邊。



鼓勵他多練習

遇到困難時，不要放棄。
多練習幾次，就能學得會。

陪孩子面對情緒 *



當孩子心情不好的時候

先安慰他，
讓他說出自己的心情。

下雨了，你不能出去玩，
心情很難過嗎



找出壞心情的原因

幫忙孩子，
找出壞心情的原因。

我們今天在家玩。



協助孩子處理情緒

陪伴孩子，
一起找出改變心情的方法。

* 情緒，每當有事情發生，所引發出來感覺和心情。

11 安排孩子的課後時間

放學後，孩子需要什麼



需要大人照顧

上小學後，大部分是半天，
下課後需要有大人接送
準備午餐。



和孩子一起檢查功課

等孩子寫完功課，
幫忙檢查有沒有漏寫。



陪他玩

做完功課後，
也需要大人陪他
運動和遊戲。



孩子放學後，需要爸媽的陪伴和照顧，
千萬不要讓孩子自己待在家裡。

課後照顧的安排

如果爸媽沒辦法自己照顧，可以請其他人幫忙。



參加學校的課後照顧班

學校的老師，
會幫助孩子完成功課。
可以問老師，
有些家庭可以優先參加
和補助費用。



請家人協助

請有空的家人幫忙，
例如，阿公 阿嬤 阿婆。



去兒童課後照顧服務中心

[全國兒童課後照顧服務中心資訊網](#)



這裡可以找到合格的
課後照顧服務中心，
要先問環境安全
接送方式和費用，
再決定。

學習才藝

爸媽也可以利用孩子下午沒課時，安排學習才藝。



養成孩子的能力

和孩子討論，
安排孩子喜歡的才藝，
讓他學習更多不同的能力。



學校的社團活動

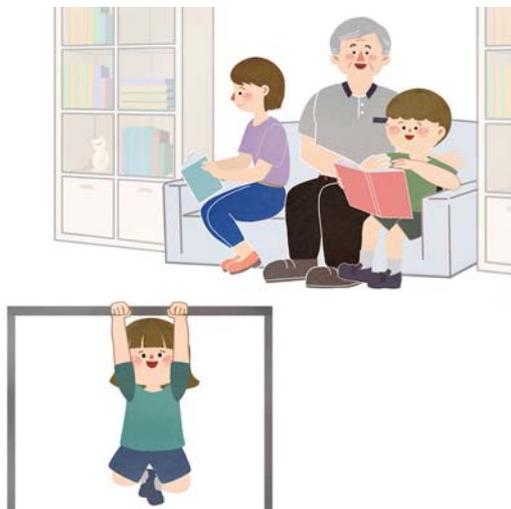
幫孩子報名學校的社團課，
例如，科學社團 羽毛球。



學才藝，要考慮孩子的興趣 體力和時間，
最重要的是快樂地學習。

課後安排要注意的事情

先跟孩子討論，配合他的想法，再來安排課後的計畫。



有動有靜更有趣

有坐著的活動，
例如，看書 下棋 畫圖。
也有運動的活動，
例如，跑步 跳舞 打球。



配合孩子的體力

安排剛剛好的課後活動，
不要讓孩子太累。



配合孩子的興趣

孩子喜歡的課程，
他會學得比較好。

家庭時間的安排

記得保留全家人相處的時間，這對孩子很重要。



一起吃晚餐

和孩子一起選擇晚餐
準備餐點，再一起用餐。



一起出門散步

到住家附近散散步，
一邊走一邊聊天，
聊聊今天發生的事情。



一起玩遊戲

讓孩子選，
他覺得放鬆的遊戲，
一起遊玩。

想一想

先和孩子聊一聊，
最想要爸媽陪著做什麼事，
再來安排你家的家庭活動。



需要大人幫忙的事情，有哪些呢

和孩子一起想一想，請把這些事情，連起來吧。



● 需要照顧



● 和孩子一起檢查功課



● 陪他玩

解答在第 83 頁

12 學費 雜費和補助

上小學不用繳學費

小學是**義務教育***，孩子上學不需要繳學費，只需要繳一些雜費 書籍費等等。



要繳的費用

包括，雜費 班費 書籍費等等。



有些孩子可以申請補助

政府為不同身分的家庭，提供不同的經費補助，有需要的話，可以問學校老師。

* **義務教育**，國家規定一定要接受的基本教育。

13 推薦親職網站

學養育孩子的方法

網路上有很多網站，可以搜尋**怎麼養育孩子**的方法，也可以打電話給家庭教育諮詢專線。



教育部
家庭教育資源網

家庭教育資源網 

這裡有學怎麼養育孩子的活動、書和影片。



全國家庭教育中心 

點地圖上你住的地方，可以找到家庭教育中心在哪裡和電話，問學養育孩子的資源或活動。



全國家庭教育諮詢專線

412-8185



412-8185



02-412-8185



衛福瞳鈴眼 

這裡的影片，
演出孩子常常發生的問題，
讓爸媽學習怎麼處理。



國立臺灣圖書館 
資源教室列表頁

這裡有很多
易讀版手冊 影音資源。



文化部兒童文化館 

這裡有很多有趣的故事
有的故事有影片，
有的故事是用聽的。



花花老師的叮嚀總複習

第 1 篇 上學前的準備

第 12 頁 ● 剛開學時，爸媽可以和孩子一起練習，
清楚每天的作息時間後，再來填表，
可以讓孩子練習在時間內做完事情，更有責任感。

第 18 頁 ● 需要陪著孩子練習蹲式馬桶的使用，
教他怎麼蹲及瞄準，上廁所要記得關門，
女生要用衛生紙從尿尿的地方擦到屁股，
擦乾淨了，才不會生病，穿好褲子再出去。

第 21 頁 ● 參觀小學校園的時候，在孩子喜歡的空間，
例如兒童遊戲場 操場，讓他多玩一會兒，
讓孩子對上學更期待。

第 23 頁 ● 開學後留意老師提醒的**校園安全地圖**，
地圖上可以看到校園中有危險或人少的地方，
告訴孩子，那些地方不要自己去，保護自己的安全。

第 24 頁 ● 因為孩子會漸漸長高，不要買太貴的桌椅。

第 27 頁 ● 做家事是全家的事。讓孩子學著打掃時，
可以跟孩子說，我們一起來做家事，
把家裡打掃得乾乾淨淨。

第 29 頁 ● 書包不一定要買新的，
也可以用哥哥姐姐或其他人用過的書包。
爸媽可以陪孩子一起整理書包，
讓他練習把文具用品裝進書包裡。

第 33 頁 ● 一開始購買文具和用品，不要買太多，
等老師發**文具和用品清單**，開學後可以再慢慢補齊。

第 2 篇 小學生活的適應

第 43 頁 ● 如果每天作業太多或太困難，要花很久的時間寫，爸媽可以跟老師說，或請孩子上學時問老師。

第 45 頁 ● 剛開始孩子還在練習考試的方法，如果成績不好，爸媽不要太緊張 罵孩子，這是發現孩子的學習哪裡需要調整的好機會。

第 47 頁 ● 當孩子考試的成績不好時，爸媽也可以請老師協助，一起找出考不好的問題在哪裡。

第 51 頁 ● 孩子進入小學後，交到新朋友，可以讓他更快樂，爸媽應該鼓勵他，幫助他找到交朋友的好方法。

第 52 頁 ● 現代的孩子比較少運動，爸媽帶頭陪孩子一起，對孩子的健康和學習都很有幫助。

第 53 頁 ● 運動時，爸媽可以提醒孩子多喝白開水，適當休息讓身體更健康。

第 3 篇 爸媽的加油站

第 57 頁 ● 爸媽要尊重老師的專業，和老師當教養孩子的好伙伴，一起幫助孩子學習成長。

第 59 頁 ● 在班級群組上，應該要避免討論政治的事情，或是為自己的工作或公司做宣傳。

第 61 頁 ● 上學後，學校的事情，常會用通知單來告訴爸媽。比較不會閱讀的爸媽，可以主動問老師。

第 67 頁 ● 孩子會調皮，不是他不乖，而是他有很想做的事。幫忙孩子用更好的方法來完成，孩子會更開心。

第 70 頁 ● 孩子放學後，需要爸媽的陪伴和照顧，千萬不要讓孩子自己待在家裡。

第 72 頁 ● 學才藝，要考慮孩子的興趣 體力和時間，最重要的是快樂地學習。

第 38 頁 解答

上課時，有些事可以做 有些不能做

和孩子一起想一想，對的打○，錯的打 X

上課發言，先舉手



跟旁邊的同學聊天



專心聽老師上課



第 76 頁 解答

需要大人幫忙的事情，有哪些呢

和孩子一起想一想，請把這些事情，連起來吧。



● 需要照顧

● 和孩子一起檢查功課

● 陪他玩

我家孩子要上學了：小學入學親職易讀手冊 / 翁舒玫，王士瑀，張庭維編輯。-- 初版。-- 臺北市：教育部，民 111.03

面；公分

ISBN 978-626-7106-40-2(平裝)

1.CST: 親職教育 2.CST: 親子關係 3.CST: 小學生
528.2

111003197

我家孩子要上學了：小學入學親職易讀手冊

出版機關：教育部

地址：臺北市中山南路 5 號

電話：02-7736-6666 (代表號) 機關網址：<https://www.edu.tw>

承辦單位：玖樂文創有限公司

計畫主持人：盧明

協同主持人：林千惠

審查委員：沈柏勳 徐宜廷 張菀茹 陳秋玲 劉玉美 (依姓氏筆劃數排序)

諮詢委員：王方伶 吳怡慧 呂偉白 李英琪 周麗端 林綠紅 邱滿艷

洪榮照 陳誠亮 唐先梅 黃俐雅 (依姓氏筆劃數排序)

編輯群：翁舒玫 王士瑀 張庭維

繪師：楊雯婷

出版年月：111 年 03 月

版(刷)次：初版

定價：新臺幣 150 元

展售處

- 五南文化廣場 403018 臺中市西區臺灣大道二段 85 號
電話：(04) 22260330 <http://www.wunanbooks.com.tw/>
- 國家書店松江門市 104472 臺北市中山區松江路 209 號
電話：(02) 25180207 <http://www.govbooks.com.tw/>
- 國家教育研究院 106011 臺北市大安區和平東路一段 181 號 1 樓
電話：(02) 77407689 <http://www.naer.edu.tw/>
- 教育部員工消費合作社 100217 臺北市中正區中山南路 5 號
電話：(02) 77366054
- 三民書局 100003 臺北市中正區重慶南路一段 61 號
電話：(02) 23617511 <http://www.sanmin.com.tw/>

ISBN：978-626-7106-40-2

GPN：1011100327

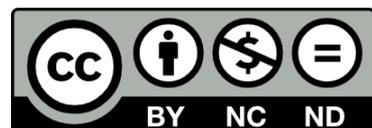
其他版本類型說明：

本書同時登載於家庭教育資源網 (<https://familyedu.moe.gov.tw/>)

著作財產權人：教育部

本手冊採創用 CC「姓名標示 - 非商業性 - 禁止改作」授權條款釋出此授權條款的詳細內容請見：<http://creativecommons.tw/explore>

© European Easy-to-Read Logo: Inclusion
Europe. More information at www.inclusion-europe.eu/easy-to-read





9 786267 106402

GPN : 1011100327

定價：新臺幣150元整