

臺北市中山區中正國小附設幼兒園

112 學年度

# 家長手冊



# 目次

內 容	頁 次
第一學期行事曆	2
我們的信念	4
教學活動特色	5
幼兒作息表	6
家長須知	7
腸病毒防治小叮嚀	10
託藥管理辦法及託藥單	11
教養相關資訊及好文分享	12

# 臺北市中山區中正國小附幼 112 學年度第一學期園務行事曆

週次	日期	主題	園務	宣導教育 全園活動	備註
預備週	8/20~8/26	準備週	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 全園環境總消毒</li> <li>◎ 學用品領取</li> <li>◎ 9月點心表規劃</li> <li>◎ 消防安全檢核</li> <li>◎ 幼生管理系統登入資料</li> <li>◎ 學生團體保險辦理</li> <li>◎ 設備器材安全檢核</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 園務會議</li> <li>◎ 期初課發會</li> </ul>	
1	8/27~9/02		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 8/28(一)-8/29(二)備課</li> <li>◎ 8/30(三)開學日</li> <li>◎ 8/30(三)課後留園開始</li> <li>◎ 各項衛生安全檢核</li> </ul>	◎ 相見歡	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 8/28、8/29 教師備課日</li> <li>◎ 8/30(三)開學，正式上課</li> </ul>
2	9/03~9/09		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 9/7(四)8、9月慶生會</li> <li>◎ 繳交預防接種卡影本</li> <li>◎ 填寫兒童發展檢核表</li> </ul>	◎ 9/8(五)學校日	
3	9/10~9/16	主題教學週	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 各項補助開始申請</li> <li>◎ 新移民子女調查</li> <li>◎ 原住民子女調查</li> <li>◎ 母語教學開始實施</li> <li>◎ 新生 I. E. P 期初會議</li> <li>◎ 10月點心表規劃</li> <li>◎ 幼兒身高體重測量</li> <li>◎ 畢冊遴選(暫定)9/14</li> </ul>	◎ 防震防災宣導	
4	9/17~9/23		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 設備器材安全檢核</li> <li>◎ 各項衛生安全檢核</li> </ul>	腸病毒防治宣導 921 防震防災演練 園務及教學會議	
5	9/24~9/30		◎ 全園環境總消毒	◎ 視力口腔保健宣導	◎ 9/29(五)中秋節放假
6	10/01~10/07		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 8、9月餐點核銷</li> <li>◎ 「親子共讀圖書借閱」開始</li> <li>◎ 10/5(四)10月份慶生會</li> <li>◎ 在校生鑑定及安置</li> </ul>	◎ 病媒蚊防治宣導	
7	10/08~10/14		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 規劃校外教學</li> <li>◎ 11月點心表規劃</li> </ul>		◎ 10/10(二)國慶日放假。
	3				

8	10/15~10/21	主 題  教 學 週	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 設備器材安全檢核</li> <li>◎ 各項衛生安全檢核</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 校慶運動會節目練習開始</li> <li>◎ 園務及教學會議</li> </ul>	
9	10/22~10/28		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 全園環境總消毒</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 校慶運動會節目練習</li> </ul>	
10	10/29~11/04		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 10月餐點核銷</li> <li>◎ 11/3(五)校外教學(暫定)</li> <li>◎ 11/2(四)11月份慶生會</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 校慶運動會節目練習</li> <li>◎ 園務及教學會議</li> </ul>	
11	11/05~11/11			<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 校慶運動會節目練習</li> </ul>	
12	11/12~11/18		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 12月點心表規劃</li> <li>◎ 11/18(六)校慶運動會</li> </ul>		
13	11/19~11/25		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 11/20(一)校慶運動會補假</li> <li>◎ 設備器材安全檢核</li> <li>◎ 各項衛生安全檢核</li> </ul>		
14	11/26~12/02		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 11月餐點核銷</li> <li>◎ 大班畢冊拍攝(暫定)</li> <li>◎ 全園環境總消毒</li> <li>◎ 六歲以下幼兒塗氟11/28</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 性別平等宣導</li> <li>◎ 園務及教學會議</li> </ul>	
15	12/03~12/09		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 入國小鑑定及安置(轉銜)</li> <li>◎ 12/7(四)12月份慶生會</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 家暴性侵防治宣導</li> </ul>	
16	12/10~12/16		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 1、2月點心表規劃</li> <li>◎ 寒假課後留園調查</li> </ul>		
17	12/17~12/23		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 設備器材安全檢核</li> <li>◎ 各項衛生安全檢核</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 12/22(五)聖誕節全園活動</li> </ul>	
18	12/24~12/30		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 親子共讀結束</li> </ul>		
19	12/31~1/06		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 12月餐點核銷</li> <li>◎ 1/4(四)1月份慶生會</li> <li>◎ 全園環境總消毒</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 園務及教學會議</li> </ul>	
20	1/07~1/13		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 期末評量</li> <li>◎ I. E. P 期末會議</li> <li>◎ 行政簿冊整理</li> <li>◎ 2.3月點心表規劃</li> <li>◎ 第二學期課後留園調查</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 1/8(一)親子共讀表揚</li> </ul>	
21	1/14~1/20		<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 1/18(四)課後留園結束</li> <li>◎ 1/19(五)休業式</li> <li>◎ 1月餐點核銷</li> <li>◎ 第二學期專團及特助申請</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 期末園務會議、課發會</li> <li>◎ 圖書教具歸檔</li> <li>◎ 期末整理</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◎ 1/20(五)寒假開始</li> </ul>

§ 以上行事內容，均視學生學習及當時狀況做彈性的調整 §

# 我們的信念

以幼兒生活經驗為出發點，採用統整的方式進行教學，內容涵蓋新課綱六大領域—身體動作與健康、語文、認知、社會、情緒、美感。

- 統整課程取代分科教學。
- 培養幼兒主動探索、發現問題、解決問題的能力。
- 引導幼兒擁有覺知辨識、表達溝通、關懷合作、推理賞析、想像創造、自主管理等六大核心素養。

幼兒教育是各教育階段的基礎，我們期待家庭的教育與學校的教育密切配合，以達成下列目標：

- 一、維護幼兒身心健康。
- 二、養成幼兒良好習慣。
- 三、豐富幼兒生活經驗。
- 四、增進幼兒倫理觀念。
- 五、培養幼兒合群習性。
- 六、拓展幼兒美感經驗。
- 七、發展幼兒創意思維。
- 八、建構幼兒文化認同。
- 九、啟發幼兒關懷環境。

中正附幼全體教師 敬上





## 本園教學活動特色



本園課程依據幼兒園教保活動課程大綱，以主題教學為主軸，學習區操作相輔，運用團體活動、小組活動、個別活動以及自由活動等方式，貫穿教保新課綱六大領域，進而發展幼兒的六大基本能力—覺知辨識、表達溝通、關懷合作、推理賞析、想像創造、自主管理。生活化又富有趣味性的學習活動讓幼兒在遊戲中健康成長，達到均衡發展的目標。

- \* 校園佔地寬廣，綠化環境，各項設施豐富，提供幼兒一個最優質的成長環境！
- \* 在美麗的後花園裡，可以進行植栽、遊戲、辦家家酒、大肌肉活動…等。
- \* 每學期初舉辦學校日--親師懇談會。
- \* 注重生活教育，推動品格教育；配合品德核心價值，落實於生活與教學活動中。
- \* 加強性別平等教育、性侵害防治，落實於生活與教學活動中
- \* 配合教學活動，教師設計親子互動學習單，以充實教學內容，提升學習品質。
- \* 每學期一次校外教學，依教學活動主題為主軸，選擇合適的校外教學地點，將學習活動延伸到校園外。
- \* 每週一舉行全園的宣導及品格教育活動，由全園教師共同準備宣導課程。
- \* 每週五為借閱圖書日，推展親子共讀活動。
- \* 每個月初舉行慶生會活動。
- \* 幼兒餐點兼顧營養與美味，色、香、味俱全，讓幼兒吃得營養又健康。
- \* 整合性幼兒篩檢計畫，建立幼兒健康體適能護照。
- \* 幼兒跌倒、受傷，有設備完善的健康中心與經驗豐富的護理師，為幼兒護理。
- \* 運用面談、電話聯繫或教育資訊分享等方式，進行親師溝通。
- \* 教師記錄幼兒在園所有活動及學習成果，統整成學習檔案，期末發回與家長分享。
- \* 辦理課後留園服務、寒暑假課後留園，協助家長照顧幼兒。
- \* 選出家長代表，參加全校性家長會，協助園方推動各項活動。
- \* 配合小學部舉辦運動會、兒童節活動…等。
- \* 幼小銜接：參觀小學活動，讓幼兒為進入小學前做好準備。

# 臺北市中山區中正國小附設幼兒園作息表



星期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:00~9:00	幼生入園(簽到/日記圖/個別指導)				
9:00~9:30	出汗性大肌肉活動				
9:30~10:00	點心時間(洗手/喝水/如廁)				
10:00~10:30	全園性活動 或 宣導教育活動	主題教學活動(團體或小組活動)			
10:30~11:30	學習區活動				
11:30~12:00	半日班放學/全日班準備用膳(洗手/喝水/如廁)				
12:00~12:40	午餐				
12:40~13:10	盥洗/如廁/收拾整理/散步時間				
13:10~14:40	午睡				
14:40~14:50	起床/如廁/收拾摺被/喝水/梳洗				
14:50~15:10	點心時間				
15:10~15:50	學習區活動、小組活動團體活動、大肌肉活動				
15:50~16:00	全日班放學				
16:00~18:20	課後留園				
18:20~18:30	課後留園班放學				

以上作息內容，均視幼生學習及各班級狀況做彈性的調整，只要為轉銜時間，我們會提醒孩子喝水唷！





# 臺北市中山區中正國小附設幼兒園家長須知



親愛的家長，歡迎您的寶貝進入本園就讀，為了使您能瞭解本園的基本措施，請您詳閱此須知，如有任何疑問或建議，請隨時與本園老師聯繫，謝謝。

## 一、入園時間及接送辦法：

為維護幼兒學習品質以及安全，請各位家長遵守：

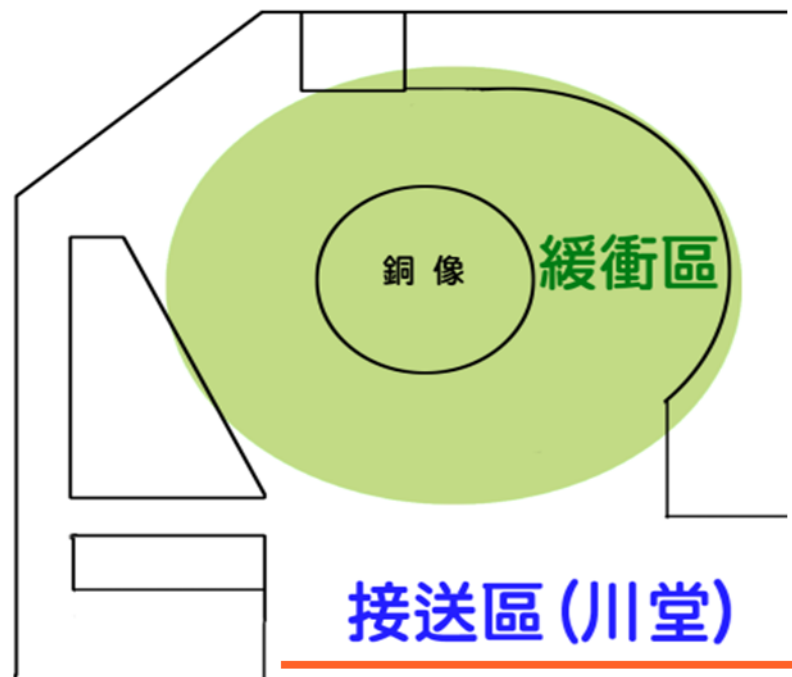
1. 7:30~9:00 之間為幼兒到校時間，為配合校園安全門禁管理家長勿進入教學區，請各位家長上學和放學皆從**西北側門**，盡量與國小學生分流，**家長請在川堂接送幼兒**。
2. 為保護幼兒安全，接送幼兒時請於門口**主動**出示**接送證**。(第二週起嚴格實施，為安全考量遺失恕不補發，若造成不便，敬請見諒！)。
3. 請各位家長於上學和放學時遵守現場動線，準時接送幼兒離開校園，請勿於緩衝區逗留群聚，我們會安排人員引導寶貝們上學與放學。
4. 請各位家長於西北側門接送時，多加留意兩側馬路交通狀況，維護幼兒與您的人身安全喔！
5. 以下為上學和放學資訊說明，如園所當天有特殊活動，我們將**視活動狀況彈性調整，並另行公告**：

事 項	時 段	地 點	備 註
上學入校	07:30~09:00	西北側門	幼兒於川堂排隊等待 (請務必 <b>簽完名</b> 後再接寶貝喔~)  請事先填寫接送時段表單 (若當日臨時有異動時段， 請 16:00 來電各班告知喔!)
半天班放學	11:30~11:40		
全天班放學	15:50~16:00		
課後留園	17:00~17:10		
	17:40~17:55		
	18:20~18:30		

※若家長無法於放學時間接孩子，或孩子由其他家人接送，請事先來電或當面告知導師。



南京東路三段 48 巷



白雲班  
接送區

星星班  
接送區

彩虹班  
接送區

太陽班  
接送區

月亮班  
接送區

小雨班  
接送區

## 二、其他注意事項：

1. 幼兒因故不能來園時，請來電請假。幼兒園專線電話：2506-3653，白雲班分機轉 171、星星班分機轉 172、彩虹班分機轉 173、太陽班分機轉 176、月亮班分機轉 177、小雨班分機轉 106，辦公室分機轉 174，多功能教室分機轉 175。
2. 請隨時留意查閱幼兒帶回的通知單或學習單，運用適當時間親師溝通與聯絡。為了不影響孩子的學習時間，與老師聯絡時間以上放學時段與幼兒午休 13:00 至 14:30為佳。
3. 若幼生發燒或罹患具傳染性疾病，請在家休息至康復，以免傳染給其他幼兒，一同守護寶貝們的身體健康喔！
4. 若幼兒需在園中服藥，請記得填寫託藥單，並詳細填寫藥量、服藥時間、日期及

幼兒姓名並簽名交給老師，託藥單不敷使用請自行自幼兒園或班級網頁下載影印。

5. 為維護幼兒清潔衛生，**隔週五**會帶回幼兒牙刷、漱口杯及棉被寢具，請各位家長協助清潔和消毒，並於**下週一**帶回供幼兒使用。
6. 書包、圍兜和水壺請定期清洗，並每天攜帶水壺和手帕。另請備**抽取式衛生紙及濕紙巾各一包、室外拖鞋一雙、一套換洗衣物及口罩 5 個**。
7. 在園中食用點心及午餐均使用不鏽鋼餐具，請家長務必每日協助幼兒檢查、清洗餐具。
8. **每星期一**請穿著幼兒園**體育服**〈不必加圍兜〉，**星期二～星期五**則穿便服加圍兜。
9. 為維護幼兒的健康和配合臺北市 12 區健康服務中心的作業，我們有塗氟活動、兒童發展檢核（包括視力、聽力、口腔、疝氣檢查及身高體重測量）屆時請家長配合協助學校各項檢查活動。
10. 幼兒若需晚到或早退，請您留意我們的作息時間表，提前告知老師，以免影響其他幼兒的作息。



臺北市中山區中正國民小學附設幼兒園關心您

# 腸病毒防治小叮嚀

腸病毒為一群病毒的總稱，共有 60 餘型，所以**無法得過一次就終身免疫**，兒童常會有重複感染情形，且又可經**口、飛沫及接觸**等途徑傳染，不易控制。

感染腸病毒在發病前數天，在**喉嚨**部位與**糞便**就可發現病毒，此時即有傳染力，通常以**發病後一週內傳染力最強**，也是病程變化最快的時期。其感染源經常是由兄弟姐妹或父母把病菌帶回家傳播給年紀較小的孩子，且 5 歲以下幼童約佔所有腸病毒感染併發重症病例的九成。所以當家中幼童出現**發燒、嘔吐、疱疹性咽峽炎、手足及口腔出現小紅疹或水泡**等疑似腸病毒症狀時，應儘速就醫，並**應請假在家休息至少 1 週**，避免病情惡化及傳染其他孩童。若小孩彼此間不斷相互傳染，容易造成病毒毒性增強，對孩子的健康威脅就更大，請配合停班停課規定，可有效防範疫情擴散及保護寶貝們的健康。

為確保寶貝的健康，衛生局提醒以下事項：

- ◆ 加強個人衛生：勤加且正確執行洗手 5 步驟：濕、搓、沖、捧、擦，並養成回家立即洗手習慣。
- ◆ 避免接觸受感染者：避免出入擁擠的公共場所，不與受感染者接觸。
- ◆ 增強免疫力：注意營養、均衡飲食、適當運動、充足睡眠並注意環境衛生。
- ◆ 如有疑似腸病毒感染症狀請儘速就醫。
- ◆ 寶貝感染腸病毒時應注意：
  - 多補充水分，**請假在家休息(至少一週)**，以避免傳染給同學。
  - 小心處理排泄物，可用市售 5-6% 漂白水消毒，處理完畢應立即洗手。家中相關環境消毒可用市售 5-6% 漂白水稀釋 1：100 清水。
  - 家中感染腸病毒的孩子要與家中其他孩子適當區隔，因第 2 個受感染的孩子，其病毒量往往較高，病況可能會較嚴重。
  - 有下列情況需立刻至腸病毒重症責任醫院就醫：
    1. 嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力。
    2. 肌抽躍（類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作）。
    3. 持續嘔吐。
    4. 持續發燒、活動力降低、煩躁不安、意識變化、昏迷、頸部僵硬、肢體麻痺、抽搐、呼吸急促、全身無力、心跳加快或心律不整等。

若您有相關疑問，可洽詢臺北市政府衛生局防疫專線（02-23753782）或行政院衛生署疾病管制局 1922 免付費諮詢專線，將有專人為您服務。



臺北市政府衛生局 關心您

**【託藥管理辦法】**

孩子的健康是大家衷心所盼，唯不小心生病

**〈發燒請在家休息，避免傳染〉**

必須用藥時，請家長配合託藥原則，讓老師協助幼兒安全用藥，早日康復。

提醒您：交託教師餵食的藥品，需有**醫師處方箋**

『託藥單與藥品同時交付老師，說明清楚如何用藥』或者叮嚀幼兒交給老師，並填寫清楚以下要項：

1. 請家長填妥「託藥單」，註明班別、姓名、藥品內容、用藥方法等資料。
2. 準備當日常服用藥物之份量(在藥包上寫上幼兒姓名)；將藥物及託藥單交給老師。
3. 藥品必須存放冰箱，請加註標明。
4. 幼兒在校若有身體不適的現象，我們會立即與家長聯絡，請務必及早接回就診；此外，為幼生用藥安全，我們不主動給予任何內服藥品。

◎ 確保孩子的用藥安全與健康，是您我共同責任，電子檔會上傳班級網頁，請自行依需要影印，謝謝大家！祝大家健康。

中正附幼敬上

臺北市中山區中正國小附設幼兒園託藥委託單

姓名		用藥原因	<input type="checkbox"/> 感冒 <input type="checkbox"/> 腸胃炎 <input type="checkbox"/> 其他：
用藥時間	日期：____年____月____日 早上點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 中午午餐 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 下午點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 其他：		
藥品種類	內用	<input type="checkbox"/> 藥水____色____CC、____色____CC (藥品名稱_____)	
	外用	<input type="checkbox"/> 藥粉_____包 <input type="checkbox"/> 藥錠_____包 <input type="checkbox"/> 藥膏(藥品名稱_____)，部位_____	
備註	<input type="checkbox"/> 其他：_____		
家長簽名		教師簽章	餵藥時間

臺北市中山區中正國小附設幼兒園託藥委託單

姓名		用藥原因	<input type="checkbox"/> 感冒 <input type="checkbox"/> 腸胃炎 <input type="checkbox"/> 其他：
用藥時間	日期：____年____月____日 早上點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 中午午餐 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 下午點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 其他：		
藥品種類	內用	<input type="checkbox"/> 藥水____色____CC、____色____CC (藥品名稱_____)	
	外用	<input type="checkbox"/> 藥粉_____包 <input type="checkbox"/> 藥錠_____包 <input type="checkbox"/> 藥膏(藥品名稱_____)，部位_____	
備註	<input type="checkbox"/> 其他：_____		
家長簽名		教師簽章	餵藥時間

臺北中山區市中正國小附設幼兒園託藥委託單

姓名		用藥原因	<input type="checkbox"/> 感冒 <input type="checkbox"/> 腸胃炎 <input type="checkbox"/> 其他：
用藥時間	日期：____年____月____日 早上點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 中午午餐 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 下午點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 其他：		
藥品種類	內用	<input type="checkbox"/> 藥水____色____CC、____色____CC (藥品名稱_____)	
	外用	<input type="checkbox"/> 藥粉_____包 <input type="checkbox"/> 藥錠_____包 <input type="checkbox"/> 藥膏(藥品名稱_____)，部位_____	
備註	<input type="checkbox"/> 其他：_____		
家長簽名		教師簽章	餵藥時間

臺北市中山區中正國小附設幼兒園託藥委託單

姓名		用藥原因	<input type="checkbox"/> 感冒 <input type="checkbox"/> 腸胃炎 <input type="checkbox"/> 其他：
用藥時間	日期：____年____月____日 早上點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 中午午餐 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 下午點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 其他：		
藥品種類	內用	<input type="checkbox"/> 藥水____色____CC、____色____CC (藥品名稱_____)	
	外用	<input type="checkbox"/> 藥粉_____包 <input type="checkbox"/> 藥錠_____包 <input type="checkbox"/> 藥膏(藥品名稱_____)，部位_____	
備註	<input type="checkbox"/> 其他：_____		
家長簽名		教師簽章	餵藥時間

臺北市中山區中正國小附設幼兒園託藥委託單

姓名		用藥原因	<input type="checkbox"/> 感冒 <input type="checkbox"/> 腸胃炎 <input type="checkbox"/> 其他：
用藥時間	日期：____年____月____日 早上點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 中午午餐 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 下午點心 <input type="checkbox"/> 前 <input type="checkbox"/> 後 其他：		
藥品種類	內用	<input type="checkbox"/> 藥水____色____CC、____色____CC (藥品名稱_____)	
	外用	<input type="checkbox"/> 藥粉_____包 <input type="checkbox"/> 藥錠_____包 <input type="checkbox"/> 藥膏(藥品名稱_____)，部位_____	
備註	<input type="checkbox"/> 其他：_____		
家長簽名		教師簽章	餵藥時間



## 家長如何幫助新入園幼兒適應環境？

幼兒剛接觸一個陌生的環境，可能會因為不習慣而哭鬧或不適應，而家長可能也會受影響而擔心、捨不得，這都是人之常情。為了幫助幼兒輕鬆的渡過剛入園的這段時間，並儘快適應園裡的一切生活，請您配合我們下列事項：

- 1、請您在孩子入園前，先幫助孩子建立對老師、學校的正向感覺，可以先帶孩子來學校認識環境，並陪他做好上學的準備，讓孩子能安心快樂的上學。
- 2、請多關心及配合園方行政事宜及老師的各項教學活動，並能主動與老師分享幼兒在家中的生活狀況，以利老師提供更適切的協助。
- 3、當您送幼兒到園，在離去和幼兒道別時，若幼兒不停的哭泣，請耐心溫柔安撫，讓他知道您瞭解他的感覺，不要責備他，本園老師也會特別關照他。給彼此多一點時間，一定會慢慢好轉，盡量不要只因幼兒哭鬧就長時間陪伴或讓他請假！
- 4、剛開學的最初幾天，請您準時來接孩子，以免他等得心慌，而影響日後上學的情緒。另外，在回家後也請多陪陪他，與他分享在學校的事情並鼓勵他，讓他感到溫暖、安全。
- 5、請鼓勵孩子接近老師，不要對他說：『不聽話！上學叫老師罵〈打〉你』等恐嚇的話，讓他覺得老師很兇而害怕上學。
- 6、請在入學前提早訓練生活自理能力（洗手、自己擦屁股、穿脫鞋襪、端茶杯喝水、自己進食、摺被子、會表達需要），具備這些能力可以更快適應上學生活喔！





# 幼兒園新生爸媽須知—入學適應技巧篇

諮詢／朱郁文 台北市立大學幼兒教育學系講師

文摘錄自：信誼 好好育兒

孩子上學後，可能會出現不同程度的分離焦慮，或是無法分享上學的狀況，爸媽需要耐心陪伴或引導，幫助孩子逐漸上軌道。

## Q1 如果孩子抗拒上學怎麼辦？

有時孩子不想上學的原因不只一種，每個孩子出現的時機也不同，有的孩子在頭幾天就出現不想上學的狀況，有的在上學後一、兩個星期之後或一個月後才出現。首先要與孩子以及老師溝通，了解原因，才能對症下藥。

常見的原因：

- 不想離開父母（分離焦慮）。
- 生活自理能力較弱，常有挫折感。
- 碰到不順心的事，例如：被人碰撞、被搶玩具、尿溼褲子。
- 一下子到人很多的環境，感到不舒服。
- 不習慣被要求或約束，例如：玩好玩具要收拾、聽故事要坐在位置上。
- 個性較內向或語言發展較慢，有需求時不敢或不會表達。
- 雖已逐漸適應，但想要用哭鬧來引起父母注意及呵護。
- 沒有人跟他玩，感到孤單無趣。

事實上，多數問題都可以透過家庭和園方的合作達到改善，而每個孩子適應的時間長短不同，爸媽不要拿自己孩子與他人做比較，以免帶給自己和孩子壓力。

如何增加孩子想上學的誘因呢？以下方式可供參考：

- 讓孩子帶自己的作品、圖畫書、花、昆蟲去班上和同學分享。
- 鼓勵孩子在學校做個美勞作品送給爸媽。
- 和孩子約定放學後再相見時要做的事，如：散步、吃點心。

但如果經過一個學期，狀況絲毫沒有改善，爸媽也確定是由學校的課程或老師素質不佳所造成，為避免孩子受到身心傷害，可考慮轉學。

## Q2 孩子因為分離焦慮不願上學怎麼辦？

孩子鬧著不想上學的原因大都是因為分離焦慮，孩子離開爸媽會哭是正常的，爸媽不捨孩子也是正常的，但爸媽須放心、放手，平靜地用同理心接受孩子的哭訴之後，便溫柔堅定地讓他上學，避免討價還價、懇求或威嚇的言語，否則孩子會感受到父母的焦慮或猶豫，於是長期的拉鋸戰便難以避免。

如何紓解孩子的分離焦慮？以下方式可供參考：

- 提供孩子安慰與再保證（例如：雖然暫時分開還是一樣愛他，保證一定會準時來接他，請他放心在學校玩，老師就是學校的媽媽，有事都可以找老師幫忙）。
- 可以讓孩子帶著心愛的玩具或依附物去上學；給孩子隨身攜帶一件代表爸媽的物品，如：親子照、媽媽的手帕，想念時可以看一下。
- 孩子會受父母道別時的態度所影響，如果父母對孩子的道別是充滿愛與快樂的，孩子也會以同樣方式回應，所以送孩子上學時請帶著愉快的心情和孩子道別，並約定接他的時間，讓他安心。

### Q3 明明喜歡上學，但為何還會哭鬧呢？

- 爸媽和其他舊生家長聊聊，就會發現，中班以前的入學哭鬧，是許多孩子學習路上必經的過程，是無須驚慌的「成長痛」。
- 如果孩子已經喜歡上學了，恭喜你！這表示他已適應學校生活了。
- 還會哭鬧，則表示他仍然捨不得爸媽離開、想撒撒嬌，看能不能「魯」來父母更多的陪伴。
- 你可以稍微陪伴一下孩子（時間長度事先約定好），也給孩子一樣代表爸媽的物品，如：照片、媽媽的手帕、手機吊飾，告訴孩子想爸爸媽媽時可以拿出來看。

### Q4 孩子如果持續焦慮，是否應該伴讀？

- 有的幼兒園會讓家長進教室陪伴有分離焦慮的幼兒，有的則希望家長盡快離去，由園方處理就好，前者是基於要讓孩子建立充分的安全感，後者是擔心家長在場會影響幼兒參與活動情形，也會造成老師的壓力。
- 爸媽最好是能告訴老師你的疑惑與需求，找出能符合學校政策又能讓你寬心的方式。同時了解一下家長與園方的溝通管道有哪些，看看是否能透過這些方式解決你對孩子在校狀況的疑惑。
- 如果學校的政策是讓爸媽留下來陪伴幼兒的話，你最好不要緊盯著孩子，不妨坐在一旁看書，讓孩子不會覺得自己一直被注意著，而能逐漸放鬆自己。
- 爸媽如果留在教室陪伴，也不要取代老師照顧孩子的責任，孩子有何需求還是讓他去找老師，才能讓老師和孩子建立關係。
- 應避免用批判的眼光看待老師的教學及其他孩子的行為，別將教室裡的情形自行解讀後傳遞給其他家長，以免造成誤解或對老師產生壓力。

### Q5 為何孩子不會談學校情形？即使問他也不說？

- 只有極少數的孩子能對學校的事侃侃而談，因為孩子不像成人，有能力挑重點說，對他而言，



一天下來做的事太多了，包括喝水、如廁、摳桌上的膠帶……等。

- 他不知道要從何說起，對於沒興趣的事也真的忘了，爸媽如果要知道他的飲食狀況，請避免問：「你今天吃了什麼？」而是要具體一點問他：「今天有吃飯、吃菜嗎？」
- 想知道活動情形，可以問他：「有畫畫嗎？有蓋積木嗎？有聽故事嗎？今天開心嗎？」但要避免有壓力的詢問，如：有沒有把飯吃完？有沒有睡午覺？
- 最重要的是，每天聽孩子分享上學的喜怒哀樂，具體稱讚孩子的各項進步，這樣孩子才會覺得 和您分享是件有趣的事。

## Q6 孩子是否有發展障礙問題？

- 孩子剛上學時，班上一定會有搶玩具、打人、上課時遊走的孩子，這是因為每個孩子氣質、表達能力、自我控制力、專注力、家長教養態度等不同所致。經過學習與練習，狀況會逐步改善，孩子的某些問題到底是屬於生理問題還是教育問題，或兩者皆是，須經過一段長時間觀察了解。
- 短時間內就對孩子下定論是危險的，因為有時候是大人忽略了孩子的個別差異，未提供適合這個孩子的學習方式與資源，或是孩子的個性無法適應較制式化、填鴨式的課程。
- 如果家長和老師經過一段長時間觀察與問題處理後，仍懷疑孩子有發展障礙問題，可去有公信力的醫療機構或早療機構進行評估。



# 5 歲兒教育觀-中正附幼親職教育文章剪輯

文摘錄自：康健雜誌 101 期

孩子不愛唸書，學習意願低落，是最讓父母頭痛的問題。有些家長每天緊盯孩子功課，提供他們最好的學習資源——買教材、送去補習，甚至為小孩打理一切生活所需，但孩子依然不願意認真學習。

## 父母做太多，孩子沒責任心

經常輔導中輟生的少年保護官盧蘇偉認為，現在的孩子表現「幼齡化」，大學生還像小學生，例如開學前返校，爸媽還要開車子一路把他和行李送到宿舍門口，原因在父母呵護過度，不肯放手。「我們常講親職教育，談父母的教養責任，卻忽略了『子職教育』，孩子也有他的職責，就是學習去喜歡他應該做的事，喜歡他的責任。」而且，父母急切地填塞知識給孩子，往往剝奪他們從探索中學到東西的樂趣。

台灣師大特教系教授洪麗瑜指出，以前的孩子也許學得不多，但有比較多機會可以自己慢慢摸索、體驗生活，因為親身經歷過，想忘都忘不了。但現在的孩子靠補習，被動接受重點和答案，想記都記不住，而且也失去了自己主動找答案的興趣。此外，一直被動接受大人要求的學習，孩子也會疑惑，「我為什麼要學這個，又用不到！」

親子教育專家柯志恩指出，如果父母不能陪孩子一起找到學習的意義，也會令他們提不起勁學習。

盧蘇偉認為，孩子應該從小學三年級開始就學習獨立，有些事父母應該讓他自己決定，例如做功課、準備考試、安排自己的時間、學習為課業負責。不然父母在小孩身邊又盯又唸，也無法讓他想要主動學習。

著名的幼教專家蒙特梭利曾說，成人對孩子發展最大的「干擾」，就是企圖以自己取代孩子，幫孩子行動。

## 要求太高，打擊自信

「為什麼孩子不喜歡寫作業、讀書、考試？因為他做這些事的時候，被罵的機會最多，」盧蘇偉說，如果和學習聯結的經驗都是不愉快，令孩子的學習意願跌落谷底。一向很反對用分數衡量孩子學習成效的陽明大學教授洪蘭指出，現在社會很多成功的人學歷不是很高，或學業成績不是最頂尖的。她相信如果減少成績的束縛，學習過程能夠多一點快樂。

## 支持、鼓勵取代責備、擔心

父母可以怎麼做，讓對學習興趣缺缺的孩子轉而樂於學習？首先，建立孩子的「自我概念」，也就是讓他覺得「自己是可以的」，有了這種「自我概念」，才會有動力，淡江大學教育心理與諮商研究所所長柯志恩指出。父母可以用具像的方式幫助小孩，例如答題時，五題裡面答錯了三題，鼓勵他還有進步的空間，讓他明白自己可以往上做得更好。有一個父親在兒子小時候就

經常罵他笨，一直到兒子上了國中，這個父親聽了柯志恩的演講之後，很後悔自己過去一直罵兒子笨，於是，他開始告訴兒子，「其實你並不笨」，沒想到兒子竟回答，「我還沒笨到你說我不笨，我就相信。」可見，過去父親的責罵深深影響這個孩子建立他的「自我概念」。

## 訂定合理可行的目標

父母應該理性評估孩子目前的能力在哪裡，然後將目標分成幾個階段，每次為孩子訂一個努力之後可以達到的目標，再慢慢往最終目標邁進。例如，你希望孩子從 60 分進步到 80 分，與其一下子要求他進步 20 分，他短時間內達不到，還不如先期待他每次進步 5~10 分，孩子比較容易達到你的要求，藉由每次進步累積信心，持續提高學習的動力。

## 多信任，少擔心

父母一味焦慮、擔心並不能改善孩子的學習意願，反而可能選擇逃避面對爸媽施加在他身上的壓力。證嚴法師常開導大家，「如果父母希望他的孩子有福氣，就要多多祝福，而不是擔心，如果父母常常擔心孩子，他的孩子會沒有福氣，因為福氣都被父母給擔心掉了。」因此，父母要做的是停止著急、擔心，放心參與及享受陪伴子女成長及學習的樂趣。

## 給孩子最大的鼓勵、肯定

例如孩子寫功課時，你對他說，你的字寫得真好！你怎麼辦到的？再寫一次給爸爸看好不好？孩子都希望自己表現很好，還可以讓爸媽看到，得到他們肯定的眼神和稱讚，學習自然變成一件孩子喜歡的事，盧蘇偉更指出父母親身示範的重要。洪蘭也舉例說，住在美國西雅圖的 8 歲華裔女童鄒奇奇，小小年紀就讀了很多書，還出書《飛揚的手指》，被大家視為神童。女孩說從小父親就經常唸書給她聽，而父親唸書時流露出愉快的神情，讓她感受到讀書是一件很快樂的事，因此她愛上閱讀。

## 優勢教育建立自信

每個孩子都有正反面、優缺點，糟糕的是，現在台灣的教育經常是「缺點教育」，親職專家游乾桂指出。像是孩子數學考不好，就一直被點出來，叫他要反省、要加強。但他說，「這個孩子數學不好，但也許中文或語言能力很好呢？這方面都沒有被大人肯定呀！」游乾桂舉作家張曼娟推行「小學堂」時，幽默笑稱自己「一無是處，只有中文好」為例，「這就是優勢教育，」父母應該讓孩子看到自己的優勢，加上父母的鼓勵，就能讓他向前。

## 培養積極正向思考

積極正向思考的孩子在碰到困難時，不容易被打倒，盧蘇偉指出，這牽涉到父母自己如何處理挫折，及面對子女遭遇挫折時的態度。像孩子考試考差了，父母把它視為「上天最好的安排」，而不是災難，父母重視的是孩子準備應考時學到的東西，而非考試結果，就算沒考好、沒過關，但該讀的書都讀完了，也是很大的收穫。他看許多壓力處理的研究，發現正向思考的能力和能否面對現實、管理壓力，及小時候的經驗有關。他的兒子學鋼琴，每逢跳級考試，就會

擔心考不過，但他總是跟兒子說，「根據過去經驗，每次你都能順利過關，所以這次也一定沒有問題。」不斷給孩子信心，就是要幫助訓練他正向思考，及培養調適壓力的能力。但如果反過來，每逢這種情況，父母就數落孩子，「平常叫你準備你不聽，現在才擔心有什麼用，這樣你八成考不過了。」久而久之，孩子碰上壓力時，習慣用負面思考，還沒迎戰就先放棄。

## 終生學習才是目的

學習是終生的事，其實不必急於一時，重要在於孩子能一直保有對學習的熱情，這需要父母的寬容等待。

陪伴、鼓勵、寬容、放心、耐心及以身作則，是父母的角色，而以下幾個相反詞：責罵、催促、急切地替他們做、自己負面思考、輕言放棄，就請都避開吧！

