

小一家長常問的8個怎麼辦？

文 | 李佩芬 插畫 | 李金玲

若把上學視為一階段的學習之旅，那麼從幼稚園到小一這層階梯，要比小一到小二高出許多。家有小一新鮮人，家長心中必定有許多疑問。聽聽過來人怎麼說！



生的便斗也比較高。不
園坐式廁所不同，男
廁所為蹲式，與幼
的意義。此外，小學
告訴孩子鐘聲代表
置。鐘聲響起時，
便介紹兄姊的教室位

例如，家長可趁著放假時，帶孩子到校園逛逛，告訴他一年級教室在哪裡，順便介紹兄姊的教室位置。鐘聲響起時，告訴孩子鐘聲代表的意義。此外，小學廁所為蹲式，與幼稚園坐式廁所不同，男生的便斗也比較高。不

A 幼稚園大班雖然是全幼兒園的「老大」，但小學一年級可是全校最「幼稚」的。面對全新環境，建議小一父母先以「學校是找到好朋友、發現新興趣的地方」、「老師是幫助你適應學校生活的人」等肯定語句，建立孩子對小學的正面情感。之後再具體從「帶領熟悉校園環境」起步，降低孩子的不安。

Q 如何讓孩子不害怕上小學，提早熟悉小學生活？



妨讓孩子先「試用」，提醒他蹲的方向，以及怎樣上才不會弄髒衣褲。這些雖屬細節，但小小練習有助於安定軍心。

熟悉環境之後，接下來可以協助孩子熟悉團體常規生活。友緣基金會執行長廖清碧指出，小一新生的適應問題，不外學習與生活兩大領

域。其中屬團體生活面的生活常規與生活自理能力，往往是老師對孩子的第一印象來源。家長可趁著暑假協助孩子練習，降低孩子懼學、甚至拒學的機率。

父母可從小一學校生活將獨及的活動，思考該做到哪些自理能力。例如以下生活自理事項，孩子都會了嗎？

- 能自己刷牙洗臉
- 能以筷子用餐
- 咳嗽時會遮住嘴巴，也會自己擤鼻涕
- 用餐前、如廁後，會正確洗手
- 會使用蹲式馬桶
- 會自己穿脫衣服與鞋襪
- 用完東西會物歸原處
- 要借用別人東西時，能清楚表達
- 會使用投幣與卡式公用電話
- 能安靜坐在椅子上，聽大人說故事達二十分鐘
- 買東西還沒有付錢不能拆封，也不能放到自己口袋



從課表來看，現在小一課程和以前很不一樣。究竟差別在哪裡？

A 九年一貫的教改理念，希望將過去強調「知識取向」的學習，轉為「能力取向」的教育；從以演算、背書、練習為主的教學方式，轉為培養孩子解決生活需求與問題的能力。這個變革，讓現今小學教育

不論是什麼名稱、老師教法、家庭作業與評量方式，都與以往有別。現在的小學一年級課程有語文（包括國語、英語與鄉

士語言）、數學、生活、健體（健康與體育）、綜合活動等五大領域。健體課是以養成適當的健康行為與運動習慣為目標，因此放在同一領域。生活領域是個多領域的統整學習，到了小三會細分為社會、藝術與人文、自然與科技。綜合活動則包括了過去如輔導活動、家政、童軍等，是大量融入「做中學」體驗活動的課程。

大體來說，九年一貫課程內容變活潑，過去常見的紙筆測驗減少，學校也期待家

聯絡簿要怎麼用？
如何與老師溝通比較有效？

A 親師溝通的管道，除可

利用每學期舉辦的親師座談會了解教學理念外，有些老師還會製作班級網頁，將重要行事曆、功課表與孩子作品放在網上，是了解孩子與班級同儕的另一方式。此外，孩子每天拿回的聯絡簿，也會要求家長每日簽



名，是更即時的溝通平台。

剛入學時，有些老師會將聯絡事項打字或影印附在聯絡簿內。隨著孩子開始熟悉注音符號拼音，老師會慢慢將回家作業與注意事項寫在黑板上，要求孩子抄在聯絡簿。然而，的確有些小

一生覺得寫家庭聯絡簿很吃力，該怎麼辦？父母可透過「互傳紙條」遊戲，讓孩子練習將事情以圖畫、數字或注音方式寫下來。或給孩子

一個小記事本，讓他從大班

開始書面記下自己優點卡的數目，或是自己借的書籍、DVD何時到期。這些練習，對於寫好家庭聯絡簿都有幫助。

聯絡簿是親師溝通的重要媒介，建議家長下筆時注意基本書信禮節，不僅對孩子是良好示範，也不至於不小心冒犯到老師。例如，有家長向老師反映功課太多，但寫聯絡簿時連稱謂語都省

略：「為什麼功課這麼多？」

孩子寫到十點才寫完！」質問的語句讓老師感到錯愕。若能改成「老師好：小明今天的作業寫到十點……」等委婉、陳述事實的方式表達，相信較能達到溝通效果。

經常舉辦親職演講的牧語軒建議：「父母應避免在孩子面前批評學校或老師，大人的事大人自己解決。」孩子其實很精明，父母若輕

常表示對老師不滿，等於是

以言行告訴孩子不必尊重老師，無形中也增加老師在學校管教的難度。因此，若知道老師的電子郵件或電話，可以此與老師做進一步溝通。家長也可參與班級愛心媽媽、說故事義工、戶外教

學或家長會等活動，了解老師的教學風格與方式，再找時間與老師當面溝通，讓雙方原有的善意，不致於在書信任返過程中產生誤解。

Q 有很多孩子已經學過注音符號，小一老師會不會跳過不教？孩子若趕不上進度怎麼辦？

A 在家長的壓力與期待下，目前的確有許多幼稚園提前進行注音符號教

這是教育部在課程綱要中所明定，老師絕對不會跳過不教。

學，安親課輔班也順應需求，推出「正音班」等小一先修課程。不過，一年級剛開始的前十週課程，「國語首冊」全都在教注音符號，

也有家長耳聞，老師因為班上絕大多數孩子都已學過注音符號，加快教學速度，擔心自己的孩子無法在十週內熟悉三十七個注音符號。

不過，現在許多學校都已取消開學後第十週的注音符號紙筆測驗，改以不限次數的「闖關」活動，來驗收孩子的學習成果。

注音符號並非單獨存在的科目，小一到小三的所有課本都會標注注音，即使無法

在十週內精熟注音符號，未來接觸的機會依然很多，家長不必過於擔心。

若父母仍希望孩子提早學習注音符號，則需留意方法是否正確。曾擔任幼教顧問的廖清碧舉例，家長在家可透過有注音的童話圖書，問



問孩子：「這一頁中哪些字有ㄅ？哪些字有ㄇ？」請孩子找出這些字，而不是直接切入符號。

此外，有些家長幫孩子複習注音符號時，會要孩子從頭背到尾，然後從中間隨

便指一個符號問孩子那是什麼。專家指出，這種教法不僅枯燥沒效率，也容易使孩子陷入「若不從頭開始背，就回答不出來」的窘境。建議從生活中認識注音符號，才不會一開始就壞了孩子學

中文的胃口。

在家裡，父母也可透過遊戲、兒歌或圖書，引發孩子

動的孩子以身體「扭」出注音符號。

認識注音符號的興趣，讓他們對ㄅ、ㄇ有模糊的輪廓。

例如在家裡貼上以注音符號標示的物品名稱，或讓好

至於系統性的拼音教學，為免家長或安親課輔老師教法與學校不同，日後孩子還需花時間矯正，建議還是留待小學時再起步。

Q 到底要不要先學英文？我的孩子沒有念雙語幼稚園，程度若趕不上怎麼辦？

A 英語的確是全球化不可忽視的競爭力基礎。雖然依據教育部課程綱要，小學二年級學英文即可，但許多縣市的確從小一就開始安排英文課，加上「不要讓孩子輸在起跑點」的迷思，許多父母打從幼稚園開始，就急切地想把孩子浸淫在全英文的環境中。

事實上，台灣家長對孩子學英語一直停留在「何時學」的迷思，卻忘了學習的核心應該放在：「為何

學？如何學？該學什麼？」師大英語系教授李櫻指出，在國小階段，英文只要能把握二十六個字母字音的關係、語音辨識能力學好就夠了。孩子在小學階段只要能建立語音辨識能力，未來就可省下死背單字的力氣。

從小學英文最大的優勢，並不是在背誦和記憶。李櫻也根據實證研究指出，年紀小的孩子對辭彙和句法的學習比較慢，因為辭彙和句法是抽象的組合，到孩子抽象

思考成熟了，反而學得更有效率。

對小一的孩子來說，最靈敏的仍是聽力與對語音的感知能力，父母應該了解孩子的生理發展階段，不必揠苗助長。

另外，「學得對」也比「學得早」更重要。與其焦慮地急著學、盲目學，讓孩子「摔在起跑點」，不如按部就班、持續學習，讓英語成為孩子願意終身學習、可以帶著走的資產。

另外，「學得對」也比「學得早」更重要。與其焦慮地急著學、盲目學，讓孩子「摔在起跑點」，不如按部就班、持續學習，讓英語成為孩子願意終身學習、可以帶著走的資產。

另外，「學得對」也比「學得早」更重要。與其焦慮地急著學、盲目學，讓孩子「摔在起跑點」，不如按部就班、持續學習，讓英語成為孩子願意終身學習、可以帶著走的資產。

另外，「學得對」也比「學得早」更重要。與其焦慮地急著學、盲目學，讓孩子「摔在起跑點」，不如按部就班、持續學習，讓英語成為孩子願意終身學習、可以帶著走的資產。

另外，「學得對」也比「學得早」更重要。與其焦慮地急著學、盲目學，讓孩子「摔在起跑點」，不如按部就班、持續學習，讓英語成為孩子願意終身學習、可以帶著走的資產。

另外，「學得對」也比「學得早」更重要。與其焦慮地急著學、盲目學，讓孩子「摔在起跑點」，不如按部就班、持續學習，讓英語成為孩子願意終身學習、可以帶著走的資產。



Q 我的孩子屁股好像長了針，念書寫功課總是坐不住，怎麼辦？

A 專攻腦神經發展與訓練的王秀園曾引述研究的報告指出，通常兩歲大孩子的注意力集中時間約有七分

鐘，到了五歲時大約是十五分鐘。不過，現在的

孩子注意力在逐年下降。王秀園認為，從現代孩子多采多姿的生活內容，不難看出端倪。現在

的孩子習慣接收影視訊息，這些媒體所需的專注時間，幾乎都是以「秒」為單位，而非「分鐘」或「小時」。孩子習慣多元目標變化快速

的刺激後，平日又缺乏深度與廣度的思考訓練，一日需要較長的專注力學習時，就容易適應不良。

要拉長孩子的專注力，父母可從生理、環境與技巧層面檢視。以生理面來說，飲食會影響孩子的安定性。例如，高熱量食物攝取過多，

會讓人感到倦怠；經常吃甜食、茶類飲料的孩子，由於食物內含人工色素與咖啡因，情緒較易波動，影響專注，最好避免。

學習時的周遭環境，也要儘量減少會讓孩子分心的事物。如寫功課的書桌應保

持清爽，不要把玩具、花俏的文具放在書桌上。孩子寫功課時，客廳電視機聲音若開得很大聲，也會讓自制力

仍嫌不足的小一孩子難以抗拒。除此之外，由於每個孩子個性不同，父母最好能根據孩子的學習風格，找出最

有利於孩子的學習方式。如果孩子很愛說話，屬於「聽覺型」學習，習慣把思

考過程口語化，可引導他們在安靜空間中透過朗讀達到專注效果。坐著時總是不安

分的「肢體型」孩子，父母可以給他一枝筆，鼓勵他上課時邊聽講邊畫重點，或是

即使是在看電視，也可訓練孩子選定一個頻道後就固定下來，看滿三十分鐘後再轉台，這些都有助於訓練孩子的定力。

到二十乃至三十分鐘。

一旦超過時間，就信守不簽名的規則，並在聯絡簿上告訴老師原因，親師一起幫助孩子建立「在時限內寫完功課」的責任感。

Q 如何讓孩子養成晚上自己寫功課、整理書包的習慣？

A 有的孩子回家一放下書包，就是坐在電視前看卡通，媽媽二催四請依然不

為所動。也有孩子在幼稚園時期，都是爸媽幫忙看聯絡簿、收書包。孩子步入小學後，父母應漸漸放手，把責任還給孩子。

廖清碧說，要養成孩子在一定時間內寫功課的習慣，

不妨透過聯絡簿，告知老師孩子在家寫功課的狀況。例如，父母可以規定孩子必須在八點半寫完功課，並將功課與聯絡簿交來檢查簽名。

廖清碧說，要養成孩子在一定時間內寫功課的習慣，

不妨透過聯絡簿，告知老師孩子在家寫功課的狀況。例如，父母可以規定孩子必須在八點半寫完功課，並將功課與聯絡簿交來檢查簽名。

一旦超過時間，就信守不簽名的規則，並在聯絡簿上告訴老師原因，親師一起幫助孩子建立「在時限內寫完功課」的責任感。

一旦超過時間，就信守不簽名的規則，並在聯絡簿上告訴老師原因，親師一起幫助孩子建立「在時限內寫完功課」的責任感。



Q 我們是雙薪家庭，學校卻只上半天課，下午該如何安排孩子去處？挑選時該注意哪些事項？

除此之外，屬心理輔導領域的「行為改變技術」，相當適合訓練年幼的孩子。這套方法步驟包括：(1)一次只

改一件事情；(2)有改正就記錄並給予獎勵；(3)標準可以調整，例如一開始可採低標準，隨著孩子逐漸熟練而

提高標準；(4)一項行為改好就換下一項。要有心理準備的是，孩子的行為不可能一下子調整過來，至少要有兩

個星期到一個月的「長期抗戰」準備；若中途停止，可就前功盡棄了。

A 目前國小一年級一星期有四天只上半天，為因應雙薪家庭需要，學校會

對五、六點才下班的家長來說，要另行安排孩子四點後的活動。

目前仍是雙薪家庭的主流選項。至於把關標準，建議家長可從鄰里口碑中選擇，再根據是否登記立案、軟硬體

設施、親自試聽感受、課室管理，以及師資理念、經驗與穩定性等層面來觀察。

學校老師輪流指導孩子寫作。也有國小委託非營利團體，代徵選愛心媽媽為課輔師資，屬於公私營協辦的課後活動。這類型態，學生中午放學後仍留在校園，

課後活動以體育、編遊、美術、閱讀為主，活動空間較為寬敞，接觸的同學也都是同校學生，環境較為單純。缺點是必須在四點前接回孩子，

至於社區內林立的才藝補習班或安親班，由於能配合家長接送時間，課輔老師指導功課較嚴謹，功課寫完後會透過寫評量等方式督促孩子學習進度，家長下班後也不必再費心盯回家作業，

「立案」對補教經營者來說是個「花錢費工、能省就省」的事情，這代表業者須在建築法規、消防滅火設備、緊急逃生路線、飲水機衛生標準等層面接受檢驗，是保障孩子課後環境安全的最低門檻。此外，家長也可透過教室有沒有擴增、學生人數是否成長等方式，間接了解班務是否持續成長。

除上述三種課後活動外，尚有國小委託非營利團體，代徵選愛心媽媽為課輔師資，屬於公私營協辦的課後活動。這類型態，學生中午放學後仍留在校園，

課後活動以體育、編遊、美術、閱讀為主，活動空間較為寬敞，接觸的同學也都是同校學生，環境較為單純。缺點是必須在四點前接回孩子，

至於社區內林立的才藝補習班或安親班，由於能配合家長接送時間，課輔老師指導功課較嚴謹，功課寫完後會透過寫評量等方式督促孩子學習進度，家長下班後也不必再費心盯回家作業，

尤其家長不能只看到老師指導後的「完美作業成果」，更要了解孩子完成作業的「過程」，是一氣呵成還是拖拖拉拉？孩子在學校與安親班的生活常規與同儕互動，有沒有問題？這些都更值得家長重視。

是必須在四點前接回孩子，

至於社區內林立的才藝補習班或安親班，由於能配合家長接送時間，課輔老師指導功課較嚴謹，功課寫完後會透過寫評量等方式督促孩子學習進度，家長下班後也不必再費心盯回家作業，

尤其家長不能只看到老師指導後的「完美作業成果」，更要了解孩子完成作業的「過程」，是一氣呵成還是拖拖拉拉？孩子在學校與安親班的生活常規與同儕互動，有沒有問題？這些都更值得家長重視。

更值得家長重視。