



青草湖寶貝~上學囉！



親愛的寶爸、寶媽：

您好！首先歡迎您與您的寶貝加入青草湖幸福家族，相信您與小寶貝在心情上一定和我們一樣，既興奮又期待！

為了幫助小寶貝能進入最佳學習狀態，一年一班智慧螺的林永珍老師、一年二班天使星的林佩諄老師、一年三班活力蚌的許恬寧老師、一年四班禮貌蟹的曹鈺白老師與一年五班寶貝蛙的陳芳修老師，列出下面幾項小學生活的注意事項，邀請您一起來協助我們的小寶貝們，適應小學生活節奏。若還不知道自己的班級，可上青草湖國小網站查詢「109學年度新生編班名單」或來電詢問註冊組(5200360 轉 2021)。

◆**作息時間**

1、**上學時間**：7：20~7：40（校門口有導護值勤。為維護學童安全，請勿在7：20前到校。）

2、**放學時間**：星期一、二、三、五半天~~用餐後12：40放學。

星期四上全天課，在校用餐，15：40放學。

※放學時間，請到〈正門警衛室〉接送，車輛請勿入校園以維護學童安全。

※若是小寶貝參加〈校外安親班〉，放學時，會統一在〈希望迴廊〉等候安親班老師來接送，再由側門出校門後，上安親班的接送車輛。

3、**課後照顧班**：若小寶貝參加〈校內課後照顧班〉，請家長依指定時間18:00到校門口警衛室接送。若要提前來接，請自行到教室，並告知課後班老師。

◆**服裝穿著**

1、星期三或補課日：便服；星期一、二、四、五：制服或體育服(會在課表出來後，再由各班老師進行通知)。

2、8月29日(六)新生班親會上午9:00~11:00在學校中廊現場進行服裝購買。也可以於9月7日(一)上午10:00~10:30在學校二樓總務處套量購買。如未購買到可自行採購。

廠商資料，僅供參考：

■ 新竹體育用品社 ■ 電話：(03)5225439 ■ 地址：新竹市東門街109號B1（東寧宮正對面地下室）

◆學費繳款

- 1、開學後導師會發下〈註冊繳費單〉，請您在期限內到便利商店繳費，學校回執聯交回導師。
- 2、具註冊費減免資格者，請備妥證件向導師提出申請。減免資格如下：
低收入戶、中低收入戶、學生或父母身障手冊、原住民、有同胞弟妹在本校就讀(含幼兒園)。

◆行政與教學方面

- 1、8/29(六)09:00 班親會暨家長座談會，鼓勵各位家長踴躍參加，地點為各班教室。
- 2、8/31(一)開學，當天正式上課。請養成在家用完早餐再到學校上學的習慣，7:40 分以前到學校。在校用完午餐，12:40 放學。當日校內課後照顧班開始上課。
- 3、新生報到時未繳交〈戶口名簿影本〉或〈預防注射黃卡〉的人，請記得帶來繳給導師。
- 4、健康小叮嚀：
 - (1)團體生活為維護健康，請孩子養成良好習慣，勤用香皂洗手。
 - (2)均衡飲食和規律作息，能增強孩子的抵抗力。
 - (3)若孩子有疑似感冒症狀，請戴口罩上學。
 - (4)發燒 38 度(額溫 37 度)以上，按疾管局建議，應請假在家休息。
- 5、開學前一周，請讓寶貝養成早睡早起的習慣，九點準時上床，良好的睡眠品質可以修復身體。
孩子在家用完早餐才上學，不帶早餐到教室吃，養成時間管理的習慣。
- 6、聯絡簿上有功課表，請指導孩子對照課表，在睡前整理好隔天需要的書本與文具，孩子需要家長的陪伴與檢核，希望家長能確實做到檢核的動作，也請孩子主動把作業跟聯絡簿拿給家長檢查、簽名。
- 7、放學時，小朋友們會排路隊走到校門口，請家長們到校門口接送即可。上學時也請家長把寶貝送到校門口即可，一方面可以培養孩子獨立，二方面也維護整體安全，所以請家長車輛不要進入校園。
- 8、請家長每天查閱小寶貝的家庭作業與家庭聯絡簿：看是否有溝通事項或通知文件、確定孩子已完成作業並且訂正好前面的錯誤。家長的回饋或疑問，也可藉由聯絡簿提出。
- 9、為配合「書包減重計畫」，請為孩子選擇輕質的書包；每天睡前整理書包，不要攜帶當天未用到的書本，也不帶玩具及糖果、零食、飲料到校，讓心專注於學習。
- 10、因學校小黑蚊較多，請家長多留意孩子是否被叮咬，建議可在家裡先噴防蚊液再上學。



小一新鮮人準備開學用品檢核表(請在開學前，跟寶貝**共同**準備，並將物品貼上姓名)

準備的物品	備妥請自行打勾
1. 書包	
不建議使用拉桿式書包，小一的教室都在一樓，但升年級後，可能需要爬樓梯，學生排路隊下樓時、路面不平整，常有絆倒同學或自己，甚至有扭傷手腕的風險。(如已購買可中高年級後再使用)	
2. 鉛筆盒	
建議購買普通樣式即可，不須有多功能彈跳，可增加孩子上課的專心度	
3. 削好鉛筆 6 枝	
不建議使用自動鉛筆，對初學寫國字的小一生而言，自動鉛筆的筆芯過細易斷，上課中常因不斷換筆芯而分散注意力；其次，寫出來的字過細，易造成近視。建議讓孩子多捏捏黏土或使用剪刀，幫忙做家事，訓練大小肌肉。	
4. 橡皮擦	
5. 尺(15 公分)	
6. 紅筆 1 枝	
7. 墊板(寫作業用)	
8. A4 資料夾一個	
衛生用品	
9. 衛生紙一包	
10. 水壺(有背帶佳)	
11. 潔牙用具(牙刷、小牙膏、漱口杯)	
12. 小手帕(擦汗用)	
13. 口罩(打飯時使用)	
14. 小掃把組(10 元商店或文具行有賣)	
15. 便服一套含內褲(突發狀況或流汗可替換)	
文具袋(低年級課程經常需要用到，備妥後請裝成一袋，會置於學校置物櫃中)	
16. 膠水或口紅膠	
17. 小釘書機(內含釘書針)	
18. 彩色筆一盒(12-24 色即可)	
19. 餐盒+餐具+餐袋(寫上班級姓名)	
<ul style="list-style-type: none"> ■餐盒請準備隔熱餐具飯碗+湯碗。 ■有時餐點會有湯麵，請選擇有隔熱材質的餐盒，方便拿取。 ■餐盒請儘量選擇開口大的，方便盛裝飯菜。 	



準備好了嗎!? 讓我們一起開心迎向小一的新生活吧!!



導師們給家長的信-養成好習慣，喜歡學習快樂成長

親愛的家長您好：

歡迎寶貝來到青草湖國小，恭喜您的孩子即將入學，同時也很高興有此榮幸擔任他(她)的級任導師，共同參與孩子的學習與成長！從幼稚園到小學，對孩子而言，的確是向前邁進了一大步，許多事情必須要慢慢學會自己做。俗話說：「好的開始是成功的一半」，在孩子即將跨越小學門檻的第一步，究竟，父母該如何扮演成功的推手呢？希望在家長與老師的共同努力下，孩子能很快的適應小學生活，並且喜歡上學！

開學前父母可以為孩子做什麼呢？

以下事項有您的協助，可以讓孩子儘早適應小學生活：

1. 孩子逛逛校園，認識環境，可減少開學後學生的焦慮感，並指導使用蹲式廁所及自我清潔。

學校的廁所大多是蹲式廁所，和家裡的坐式馬桶不一樣，許多小朋友在家中坐慣了馬桶，常因不會蹲廁所，到了學校就拼命忍耐不上洗手間，最後竟患了便秘或是膀胱炎。為了消除孩子的「如廁恐懼症」，家長最好利用外出的機會，多讓孩子練習如何蹲廁所，俾能及早適應學校環境。導師剛開學幾週也會教，但家長可以先教小孩怎麼上，一對一教學效果會更好呦！

2. 良好作息，早睡早起。開學後請用完早餐後於 7:20~7:40 間到校。

小學的上學時間比幼稚園早，讓孩子提早養成這樣的生活作息，早上起床才不會有賴床的問題。請盡量讓學生在家中用完餐再來學校，以免影響學校的課程進行。若有晚睡習慣作息也要慢慢調整，早上不賴床，吃早餐時間會比較從容，以後早上比較不會焦慮哭鬧。

3. 請利用開學前的時間指導學生認讀及書寫自己的姓名。

教孩子辨識自己的姓名和文具，以免上學後自己的文具用品和同學混淆，同時丟了也比較容易找到。一般小朋友剛上一年級時，常會發生遺失文具事件，通常是因為孩子用完後，沒有馬上收好，掉到地上後，自己又不認得，覺得不是自己的，不想撿。因此學用品備妥後，應儘可能和孩子一起決定收放歸位的位置，讓孩子學習管理自己的物品。避免「你丟我買」，養成不收東西的習慣。貼上姓名貼也是一個好方法喔！

4. 加強生活自理

收拾物品、整理書包、穿脫衣物、拉拉鍊、綁鞋帶、掃地、擦桌子等能力，以增加入學後小事須自理的成就與樂趣。孩子上小學後，不再像幼稚園裡，很多事都由老師幫著做，而要學習如何照顧自己。因此，父母應訓練孩子一些簡單的生活技能及做家事的能力，如：倒垃圾、掃地、擦桌子、刷牙、會隨天氣變化自己加減衣服、整理文具、使用削鉛筆機等。

5. 練習表達需求

孩子在新的環境，對於面對身體不適或生理需求，不好意思表達，可與孩子演練如果遇到身體不舒服的情況可以怎麼跟老師表達，孩子明確的表達需求，可以幫助老師了解其狀況並適時的協助喔。

6. 請指導小孩熟背「家中電話和緊急連絡電話」

寶貝開學當天注意事項

1. 8/31(一)為開學日(正式上課)。7:20-7:40 到學校；12:40 放學(帶路隊到校門口)。
2. 當天攜帶書包、文具(貼上姓名貼後可放個人置物櫃)、餐盒。
3. 如未購買制服，可於 9/7(一)10:00-10:30 在學校二樓總務處選購制服。
4. 務必跟孩子交代清楚放學後的接送地點和接送方式，第一天上學，孩子需要家長明確穩定的指令，要記得準時接寶貝喔，以免孩子等得心急焦躁。
5. 循序漸進的陪伴孩子成長，溫柔堅定的相信孩子可以適應學校生活，面對一個新的環境，孩子不安、害怕，甚至會有眼淚直流的情況，此分離的焦慮是很多孩子都有的相同感受，只是顯現程度和方式不同，孩子需要您對他們有信心，有技巧的引導和放手，有您的用心是孩子最大的福氣。

克服分離焦慮的小技巧(摘錄親子天下)：

五件事，幫孩子克服分離焦慮

一、增進親子關係。有空時陪孩子玩他想玩的遊戲、說故事、帶他出去玩、了解他的想法等。另外，留意家裡是否有些變動可能會造成孩子的不安，例如有剛出生的弟妹、有生病手足需要照顧、爸媽常吵架、改變照顧者等等。這些都會引起孩子擔心失去愛的感覺，因此與父母分離時就更不安了。

二、培養孩子降低分離焦慮的方法。給他一張你的照片或其他可以代替你陪伴他的東西，告訴他若想念你時，可以看看照片、告訴老師、跟小朋友玩、或看書等等。

三、離開孩子時要表現得溫暖而堅定。離開時抱抱孩子，溫和但明確告知什麼時候一定會去接他，希望他在學校跟小朋友玩得很開心，也相信他做得到。然後才把他交給老師。

四、準時接送。跟孩子的承諾一定要信守，如果遇到臨時情況無法準時，一定要事先告知何時會去接他。

五、在家裡玩躲貓貓遊戲。透過遊戲讓孩子體驗，父母暫時不見但還是會再出現的感覺。

感謝您看完這封信，日後不論在教學上或有關孩子的任何問題與分享，歡迎您隨時與導師保持聯繫，良好的親師互動，有助於孩子的學習，同時也可使教學工作更加順暢。我們攜手合作、一起努力，為我們共同的寶貝營造出一個優質的學習環境，讓學習成為一種樂趣，讓學校生活成為孩子生命中甜蜜的回憶。

一年級導師群敬上 109.08

109 學年度青草湖國民小學新生班親會暨家長座談會通知單

親愛的家長您好：

歡迎寶貝加入青草湖國小，一起開啟歡喜學習的幸福之鑰，為了讓您能更加了解學校，增進師生情誼，特於 109 年 8 月 29 日(星期六)早上 9:00 舉行本學期新生班親會暨家長座談會。而這次親職講座邀請到知名親職作家「番紅花」，番紅花老師除了擁有好文筆，著作多元豐富，也專注研究健康的家庭料理，連在餐桌上的聊天，也能從小培養孩子的閱讀素養，讓孩子成為終身學習者。

敬邀家長熱情參與並了解小寶貝們學習與成長的幸福園地!當天亦設置校內課後照顧班與志工招募攤位，歡迎家長詢問喔☺

◎當日活動流程

時間	活動	地點	內容	備註
9:00-10:00	班級相見歡	各班教室	1. 親師喜相逢 2. 各項宣導 3. 推舉班級代表	
10:00~10:30	家長幸福座談 (校長、各處室校務簡介)	視聽教室	1. 校長簡介 2. 各處室主任簡介	
10:30~11:50	親職講座- 放學後也是關鍵：培 養孩子的閱讀素養	視聽教室	1. 番紅花(王碧珠)暢 銷親職作家、料理研 究達人	寶貝們可到 圖書館進行 閱讀活動
11:50~	回幸福的家			

親職講座 講師介紹：番紅花(王碧珠)老師

育有兩個女兒。日常專注於家庭料理研究，也是業餘的文學讀者。

曾獲全國學生文學獎、時報文學獎。著有《教室外的視野》、《廚房小情歌》、《看得遠的，就是好母親》等書，目前致力於推動中小學生「菜市場的文學課」。

Facebook：「番紅花」、「番桌 番桌」



109 學年度青草湖國小新生親職講座

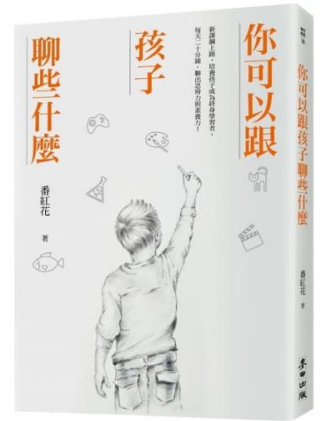
主題：放學後也是關鍵：培養孩子的閱讀素養

講者：番紅花(王碧珠) 親職作家、料理研究達人

時間：109/8/29(六)10:30-11:50

講座介紹：

通常家長談到親職關係與教養，總被各種理論、經驗的分享，搞得一個頭兩個大，知道要多跟孩子相處，卻對如何有品質的相處了無頭緒，不過家長們對煮出一道讓孩子津津有味的大餐可就變成行家中的行家，番紅花老師除了是親職作家，也是料理研究的達人，老師從生活中著手，用擅長的料理開始，讓進入孩子的每一口食物都是學習，深化與孩子們的對話深度，建立有品質的親職關係，讓我們跟著番紅花老師來一場菜市場文學課吧！



網路相關介紹

番紅花的親子共讀《食物從哪裡來？》：每一口食物都是學習，讓孩子對食物好奇是爸媽的功課！



網路相關介紹

親子作家番紅花 主婦媽媽的影響力 TVBS 一步一腳印



機會難得，座位有限，建議準時入座喔^^

番紅花

親職飲食作家

從吃把握幸福

