

親愛的一年級新生家長您好：

歡迎您的寶貝來到龍埔國小，國小一年級是學習生涯的起步也是一大轉換點，您與寶貝一定是又歡喜又緊張。在這段時間，您可以陪伴寶貝做一些準備功課，進行基本訓練，協助寶貝能在幼小銜接過程中，順利踏出穩健成功的第一步。

一、**規律的正常作息時間**：模擬學校的作息時間規劃安排活動，可計算孩子起床後洗漱、吃早餐以及上學路程的時間，決定孩子的起床時間。養成早睡早起的習慣，避免日後早上賴床，上學遲到及親子戰爭。

二、**在家吃完早餐的習慣**：早餐是一天當中很重要的一餐，可以提供寶貝一整個早上的學習活力，吃完早餐刷刷牙，可以讓寶貝擁有健康的牙齒。

三、**養成均衡飲食好習慣**：就讀半天課時，多數寶貝會在學校吃完營養午餐後放學，每個月由營養師設計菜單，由北大廚房供應午餐，請寶貝練習每種菜色都要攝取，並控制在20~30分鐘內吃完午餐，才能有充裕的時間準備放學。

四、**替寶貝做好心理建設**：和寶貝討論幼稚園和小學的不同，讓寶貝初步認識與了解小學的學習與生活，調整心態。

五、**帶寶貝參觀學校**：共5天(3天平日+2天假日) 8/20(四)-8/24(一) 上午9-12時開放新生家長入校，可以帶寶貝到龍埔國小散散步，熟悉學校學習環境，有助於寶貝先在內心接納學校，心理上產生歸屬感。

(也可利用這次的機會，教孩子使用學校的蹲式廁所，練習如廁禮儀。)

六、**專心及定力訓練**：能穩定一段時間坐在書桌前，不站起來走動，專心做一件事。

七、**表達能力訓練**：能主動、勇敢且清楚的表達自己的想法、意見和需求。

八、**傾聽與回答問題的能力訓練**：多與寶貝對話、討論，訓練寶貝交談時能注視對方的臉及眼睛，耐心傾聽他人說話、不插嘴，並能用清楚完整的語句回答問題。

九、**與人打招呼 and 一起玩遊戲的習慣**：訓練寶貝主動與人打招呼(問早、你好、再見…)，和他人和睦相處一起遊戲，有助於增進人際關係。

十、**基本生活能力的培養**：請於就學前，先檢視孩子的能力，如穿脫衣服及鞋子、扣釦子、拉拉鍊、收(掛)好外套、整理書包、使用湯匙或筷子吃飯、練習蹲式廁所的使用方式、削鉛筆、掃地、拖地、擦桌子及窗戶、擰乾抹布、摺疊雨衣…等。若有不及者，請在開學前，利用在家時間多多練習。

十一、**愉悅的期待與準備**：愉悅的和寶貝聊一聊小學生活，讓寶貝覺得上小學一件很快樂的事。和寶貝一起準備開學需要用到的學用品，讓寶貝對小一新生活有參與感。

◎新生校園生活相關叮嚀：

一、**8/31(一)開學日**：當天請著輕便服裝、背書包、帶餐盒，直接到教室就座。

二、**每日到校時間**：上午7:20~7:40，每天上學前若身體有不適，請留在家中休息，並通知老師。

三、**放學時間**：半天課(週一、三、四、五) 中午12:40 (用餐後統一放學)。
全天課(週二)下午4:00。

四、**運動服購買**：9月18日家長日下午18:00-21:00會有運動服展售，地點：龍埔國小總務處旁，可以現場套量購買。

課後班及社團：開學當天即有課後班及社團，請家長向寶貝確認班別及放學時間。

〈請注意：上學期新生課後班和社團，一律在大門放學〉

課後班相關事宜如需詢問，請聯絡學務處(02-26745666 轉 829 孫老師或 822)

放學路隊調查：請家長先向孩子確認放學路隊(安親班、大門、幼稚園旁側門、課後班)及接送地點，開學日老師會再確認一次。

為了您與寶貝對學校有更多的認識，今年學校在開學日安排了新生始業活動，讓各位家長與寶貝們能更熟悉校園，以及小學生活，安排活動時間如下：

新北市三峽區龍埔國小 115 學年度開學日

(新生始業式、新生家長說明會暨親職教育講座)

8 月 31 日 星期一

◎當天新生始業式活動將視疫情狀況進行調整，並另行公告

時間	內容	地點	參與人員	備註
07：40-08：20 早自習	親師生相見歡	各班教室	一年級親師生	
08：30-09：10 第一節	新生始業式暨迎新活動	展演廳	一年級新生 (不含家長)	因展演廳座位有限，請家長留在各班教室填寫學生資料
09：20-10：00 第二節	新生家長說明會	展演廳	新生家長	校長致詞、家長會會長致詞、各處室主任業務介紹
	◎認識班級與環境	各班教室	一年級新生	
10：00~10：20	中 場 休 息			
10：20-11：50 第三、四節	親職教育講座	展演廳	新生家長	講師、輔導室團隊
	◎各項生活常規指導	各班教室	一年級新生	
	◎級務處理與路隊組訓			

11：50 新生家長賦歸，新生在校用餐，12：40 放學

◎其他配合事項：

- 一、一切學雜費、簿本代辦費、午餐費……等收費通知單，開學後才會發下，請到農會或便利商店繳費。
- 二、學校運動服購買事宜，請參閱校網公告。
- 三、如果您的寶貝領有身心障礙手冊或身心方面有特殊情形，請務必告知導師，或來電詢問輔導室 843。

備註 1：近期內，各班老師會將給「新生家長的一封信」寄到孩子的通訊地址，請家長留意收信，並回覆信件內容，上述攜帶物品的內容，也會由各班老師的安排而有所調整，感謝您的協助與配合。

備註 2：龍埔國小為了減少新生家長的教養焦慮，特別邀請專業的資深優良教師張雅玲老師於 9/3(四)晚上 7:00-8:30 辦理小一新生適應的親職講座，請家長踴躍參加，並掃 QRcode，填寫您對孩子入學適應的相關疑問，只有 60 個名額，敬請把握並踴躍參與！



填寫連結: <https://forms.gle/DWwBggNpcFuK17Hr7>

小一新生適應的親職教育參與調查
(請用手機掃描填寫)