



新北市  
新莊區

丹鳳

Danfong

國民小學

Danfong Elementary School

Xinhuang District, New Taipei City

# 111學年度新生家長手冊



# 新北市新莊區丹鳳國民小學新生家長手冊目次

1. 111 學年度新生校園參觀暨新生親師座談日	2
2. 給新生家長的一封信	3
3. 丹鳳國小作息時間表	5
4. 了解幼兒園和小學的不同	6
5. 一年級的行為能力	7
6. 愛的十戒	8
7. 聯絡簿的功用	8
8. 教務處宣達注意事項	9
9. 學務處宣達注意事項	10
10. 總務處宣達注意事項	15
11. 輔導處宣達注意事項	17
12. 阿丹與小鳳的親職教室	22
13. 親師溝通的橋樑	24
14. 父母的職能	25
15. 孩子的學習	26
16. 「新北市政府家庭教育中心」宣導資料	27
17. 「電腦網路使用篇」宣導資料	28
18. 新家庭運動—幸福家庭 123	36

## 新北市新莊區丹鳳國民小學 111 學年度一年級新生校園參觀暨新生親師座談日

- 一、 日期：111 年 8 月 27 日(星期六)上午
- 二、 對象：一年級新生、家長(只限一人)、一年級班導師
- 三、 事由：
  - (一)為讓新生及家長於 111 年 8 月 30 日(二)暫定開學前，了解校園及班級環境位置。
  - (二)為讓新生家長與導師會面懇談，預作開學準備。
  - (三)為緩解開學日起，家長原則不入校(園)的需求。
- 四、 請家長配合事項：
  - (一) 預估本校一年級有 13 班(暫定)，本日(8 月 27 日)活動採新生男、女分流分梯次進入校園班級(如下表所示)，避免群聚。另外請利用當天時間參觀校園環境，請家長陪同孩子練習從進入學校時常走的門口(如大門\_新北大道、二側門\_天泉二街、三側門\_鳳山街)到所屬班級的路線。請家長放心，開學當天也會安排專人在學校各門口帶領貴子弟到班上上課。
  - (二) 進入校園之新生及家長(只限一人)，請全程配戴口罩、量測體溫，並配合所屬梯次時間入班簽到。
  - (三) 本活動視疫情狀況，滾動式修正。

時間	活動名稱	活動內容	活動地點	負責人
08:00-9:50	第 1 梯次 導師時間	各班：新生男生 相見歡-認識親師生 行政宣導 班級經營 親師座談	一年級 各班 教室	各班 導師
09:50-10:00	第 1 梯次 賦歸 校園參觀	平日親師溝通： 可運用聯絡簿、 電話或其他方式		
10:00-11:50	第 2 梯次 導師時間	各班：新生女生 相見歡-認識親師生 行政宣導 班級經營 親師座談		
11:50-12:00	第 2 梯次 賦歸 校園參觀	平日親師溝通： 可運用聯絡簿、 電話或其他方式		
12:00-12:30	清消作業	教室清潔與消毒		

# 給新生家長一封信



各位敬愛的家長：

恭喜您的孩子，在新學期成為本校的小新鮮人——就讀一年級。

『**金色童年，父母為伴**』孩子的教育是需要學校、家庭通力合作的，孩子、父母、老師三方面緊密配合才能培養出喜歡上學、主動學習的孩子。以下介紹幾點新鮮人輔導的要點及方法，供新生父母參考，希望能對小朋友有所助益。

## 壹、學習輔導：

一、**注音符號學習**：前十週國語課以注音符號教學為主，注音符號對孩子往後學習有關鍵的影響力，因此在關鍵能力培養上，您必須更加付出：關心、開心、愛心、耐心、信心，讓孩子感受到五心級的待遇。

輔導方法：1、**陪伴、關心、幫助他**，讓孩子學得**開心**，千萬不可操之過急  
2、**愛心、耐心、給予信心**是成功要訣。

二、**拼音練習**：直接拼音法。(全體)→(局部)，(綜合)→(分析)，  
(具體)→(抽象)。

輔導方法：1、自製或購買注音符號卡，配合進度在家佈置可隨機複習的情境。

2、每天配合班級教學進度，聽聽孩子朗讀課文。

三、**培養閱讀課外書刊能力**：選擇圖多而字少的書刊(繪本)，訓練孩子閱讀習慣及拼音能力。

## 四、執筆訓練：

### 1、寫好字的基本條件：

\*大小肌肉發育正常：手指間協調度，筆力的控制度等發育情形。

輔導方法：運用感覺統合的訓練，檢視孩子投、拍、擲等的靈活度。

\*注意集中：能專心聽課、不亂動、或坐立不安。

\*姿勢的正確及優勢手的決定：保持適當的距離並注意優勢手的決定。

\*正確的筆順觀念：先上後下，由左而右。

\*具方向感和空間感，對左右方向有概念，對上下前後的空間感也不錯。

\*安靜整潔而無干擾的寫字環境。

2、**文具的準備**：選擇濃淡適宜的傳統式鉛筆，少用自動鉛筆。一來因筆心不夠堅固易搖晃，二來孩子愛玩弄，影響上課專心度。橡皮擦除了注重外型、顏色、香味外，要留意其是否擦得乾淨。

## 貳、生活輔導：

### 一、配合學校方面：

1、**上學時間**：基於學童安全，請配合路口導護值勤時間到校。

- 2、養孩子養成獨立自主的習慣。例如：在孩子熟悉教室方位之後，請家長送至校門口就讓他自己進教室；由他自己背書包，若無安全顧慮，勿事事為孩子代勞。讓他動手學習。
- 3、請假最好先告知老師，臨時請假也請打電話至學校輔導處〔29035355-105 或 106〕學校志工會轉知級任老師。
- 4、每週三穿便服，其它時間依學校規定穿著，並縫掛名牌。
- 5、各類調查表格，請詳細而正確的填寫（尤其是父母緊急聯絡電話），以便老師瞭解學生及緊急聯絡之用。

## 二、家庭配合方面：

- 1、目前孩子還不會寫字，要叮嚀孩子注意聽講，回家請他複述老師交代事項之要點，以了解孩子上課的專心度。
- 2、有了聯絡簿以後，請按時檢查功課，並請逐條仔細詳閱之後簽名。
- 3、每天都要帶手帕、衛生紙、養成流汗擦汗、洗手擦手的習慣。
- 4、記住孩子就讀班級、導師姓名，及幾位同學的聯絡電話，以便不時之需。
- 5、請勿在孩子面前批評老師的不是，孩子若有委屈，聽完孩子的哭訴後，不妨再聽聽老師或同學的意見，再決定處理的方式。

## 三、合理的管教方式：

- 1、父母的管教態度要一致，建立明確的賞罰制度，確實執行。
- 2、孩子犯錯要明確指出錯之所在，並告知正確的做法，有效糾正錯誤。
- 3、身教重於言教，勿與學校的要求背道而馳，使孩子無所適從。
- 4、合宜的期望水準，了解孩子的程度，避免與別的孩子做比較。
- 5、零用錢的給予要適當，並指導正確的用錢方法。

## 四、親師管道：

有效的親師溝通，能使老師在最短的時間內了解孩子的個性，因材施教。家長也能配合老師的要求，合理而有效的管教孩子。與老師溝通的管道有

- 1、家庭聯絡簿。
- 2、電話聯絡。
- 3、親職教育講座、家長日。
- 4、簡易便函。
- 5、當面約談(需事先與老師約好時間)。

## 參、結語：

教育工作是百年樹人的大計。要孩子在快樂、健康的環境下成長、茁壯，需要您我共同攜手合作，灌溉一片愛的天地，讓這綠色的種子有好的開始。

敬祝

闔家安康

丹鳳國小 敬上

## 丹鳳國小作息時間表

時 程	時 間	事 務 內 容
上學時間	7:10~7:40	7:10 導護志工各路口就位，請學生依規定時間內進入校園以維安全。
學生上樓	7:20(鐘聲)	鐘聲響後各樓梯口鐵捲門開啟，提前進校園學生可於前庭、操場、籃球場稍候或運動。
晨間打掃	7:40~7:55	全校晨間打掃時間，小朋友依分配任務進行打掃工作。7:55 鐘聲響後，結束打掃工作。本校設立三項〈整潔、秩序、禮貌〉競賽評分，倡導學生爭取班級榮譽
中午放學	12:00	當日為半天課之年段。 (低年級星期一、三、四、五)
午間用餐	12:00~12:30	自備餐具(若未參加校內課後班僅週二在校用餐)
午休時間	12:35~13:10	學生在班級午休，不宜在校園走動，以維護安全，避免意外事件發生。注意出缺席管理。
下午打掃	15:40~15:55	低年級由班級導師指導打掃教室內外
下午放學	16:00 放學	15:55 廣播，交通糾察隊暨導護老師就位。請家長於校門家長接送區等候。

- 1、放學時間：【低年級】除週二全日課於下午 4 點放學外，週一、三、四、五皆為中午 12:00 放學。
- 2、培養孩子養成獨立自主的習慣。例如：在孩子熟悉教室方位之後，請家長送至校門口就讓他自己進教室。
- 3、遇有霸凌事件可先告知級任教師處理或與學務處聯繫。
- 4、每週三穿便服，其它時間依學校規定穿著，並縫名牌。
- 5、各類調查表格，請詳細而正確的填寫（尤其是父母緊急聯絡電話），以便老師瞭解學生及緊急聯絡之用。

## 了解幼兒園和小學的不同

項 目	幼 兒 園	國 小
課 程	身體動作與健康、認知、語文、社會、情緒、美感等六大領域。	國語、英語、數學、健康與體育、生活（自然與生活科技、藝術與人文、社會）、綜合活動、彈性課程等。
教 材	由教師自行編製教材。	有教科書及習作簿。
教 法	採合科教學，屬動態學習。	採主題式教學，各科配合主題進行教學活動。
進 度	依教師教學會議調整	按教學計畫進度
作 業	沒有家庭作業	有家庭作業
幹 部	沒有幹部	有班長、副班長、組長及各股長。
點 心	每天不同，變化多。	沒有。
如 廁	報告老師後 由老師帶領上廁所。	下課才能上廁所。
上 課 時 間	沒有截然的上、下課之分。	上課四十分鐘，下課十分鐘。
評 量	學習活動情形紀錄	形成性評量：教師隨時進行 總結性評量：固定時間進行

## 一年級的行為能力

有些新生對於陌生的校園，會認不清教室的方向，也不了解校規。此時老師和家長都要耐心的給他們一點時間來適應，同時，給予學校生活中應有的幫助。

以下就是一年級新生應培養的行為能力和習慣：

- 一、進入校門，能獨自走到教室，就算走出教室也能找到方向回來。
- 二、認識學校相關處所，例如辦公室、合作社、健康中心等。
- 三、會聽鐘聲作息。
- 四、會整理自己的抽屜。
- 五、能如期的完成老師交代的作業。
- 六、上課中不隨便離開座位。
- 七、上課發言要先舉手。
- 八、看到紙屑會自動撿起來。
- 九、常說請、謝謝、對不起。
- 十、能隨路隊回家，並能辨別行人交通安全號誌。
- 十一、每天隨身攜帶手帕、衛生紙，上廁所的時候，會先敲門，用完廁所會沖水、關門，並洗手(洗手五大步驟：溼、搓、沖、捧、擦)。
- 十二、熟記自己家中的住址及電話，但是不隨便告訴陌生人。
- 十三、未經允許，不取別人的物品，用完公共物品會放回原處。
- 十四、會認、寫自己的姓名。
- 十五、知道自己就讀的校名和班名。



## 愛的十戒

親親寶貝，以下十個項目，提醒家長注意，大家一起來親愛寶貝。

- 一、不要事事替孩子代勞，應該讓孩子有獨立學習的機會。
- 二、孩子放學時，家長不要直接到教室接人，以免影響校園秩序與安全。
- 三、孩子初入學階段，不要讓孩子攜帶任何玩具、零食到校。
- 四、不要讓孩子空腹上學。
- 五、不要在孩子面前向老師告孩子的狀。
- 六、更不要在孩子面前批評老師或指責學校，免得孩子產生衝突、無所適從，更嚴重者拒絕向老師學習或拒絕上學。
- 七、不要強求孩子樣樣比別人好。
- 八、不要苛求孩子考試一定要一百分或作業要得甲上不可。
- 九、不要再多加給孩子額外的家庭作業，學校作業在老師批閱以後，家長應檢查並簽名。
- 十、不要忘記親子溝通時間，無論父母有多忙，請每天給孩子三、五分鐘單獨談話的時間，給予關懷、傾聽他的心聲。

## 聯絡簿的功用

聯絡簿是老師和家長之間的橋樑，善用它，你會發現它的神奇功效。

- 一、培養小孩子自己整理書包，按課表攜帶學用品。
- 二、培養小孩子自己檢查功課上之錯字。
- 三、家長在聯絡簿簽名前，務必檢查您的孩子是否每一項均做到了，並且在每一項上方打「✓」，以方便老師檢查。
- 四、聯絡簿上必須寫上每日在家閱讀之課外讀物及所幫忙做的家事，以養成勤勞及閱讀的好習慣。
- 五、每一本簿子發下後務必要求訂正，家長請配合檢查當日每一項功課。
- 六、若有朗讀、準備故事等作業，請務必聆聽子女準備。
- 七、課程上常有蒐集資料或用具之準備，請將此種功課確實完成，不要幫孩子找藉口。
- 八、若為突發狀況之病假，請打電話至請假專線，將有專人傳達請假訊息給級任老師。若為事假，請於前一日在聯絡簿上告知老師即可。早退者，必須由家長親自到校接走學生。

## 教務處宣達注意事項-新生入學須知

親愛的家長：

您好！歡迎貴子弟就讀丹鳳國小，以下有關新生入學的注意事項，煩請您們配合與協助。

- (一) 暫定新生開學訂於 111 年 8 月 30 日 (星期二)，請於當天早上 7 點 40 分前，到達丹鳳國小，直接前往所編入的班級教室。(編班相關訊息請見下方附註)
- (二) 8 月 30 日開學當天放學時間為下午 4 時，新生由家長親自接送者，請務必約定接送地點。
- (三) 開學日當天為全天課，欲登記在校用午餐者，請自備餐具。
- (四) 新生入學當日穿著夏季制服。

◎開學後會發學號牌，請家長縫上制服。

夏季制服--男生為白色短袖襯衫、藍短褲，女生為白色短袖襯衫、藍短裙。

冬季制服--男生、女生皆為白色長袖襯衫、藍長褲、藍外套。

夏季運動服--男生、女生皆為白色短袖上衣、藍短褲。

冬季運動服--男生為藍色長袖上衣、藍長褲、藍外套。

女生為紅色長袖上衣、紅長褲、紅外套。

**附註**：1. 電腦常態編班暨導師編班日期：111 年 8 月 3 日(三)上午 9 時(以學校網頁公告日期為準)。

電腦常態編班暨導師編班作業地點：本校至善樓 2 樓(教師辦公室)。

新編班級暨導師編班結果公布時間：111 年 8 月 3 日(三)下午 4 時前。

公告編班結果：①網路公告：新北市新莊區丹鳳國民小學

(<https://www.tfon.ntpc.edu.tw/>)

②丹鳳國小值勤室旁穿堂之公布欄。

③教務處統一寄發通知單。

### 2. 社會補助申請資格:

持有低收入戶、中低收入戶、弱勢兒少、身心障礙(家長或新生本身)等證明文件者，為維護您的權益，請於開學後繳交證明文件至教務處註冊組。

(新生報到時若已繳交則不用再繳交)

# 學務處宣達注意事項

## 壹、生教組

### 一、行動載具管制規定：

本校訂定「學生使用行動載具規定」限制與課業無關之影音電子器材帶入校園，以免遭竊或影響正常上課作息。學生若確有特殊需要，監護人須先填寫申請表向學務處申請，始可攜帶，並遵守行動載具使用禮儀，違者，本校暫時保管，並通知家長領回及商討處理事宜。

### 二、注意交通安全：

搭機車、騎腳踏車應戴安全帽，上下公車要守秩序、禮讓老弱婦孺，家長勿准許孩子無照騎車。行走中正路與學校大門前的新北大道，穿越馬路請走陸橋。

### 三、安全校外生活：

應培養孩子正常作息，協助規劃假期生活；避免好奇心誘惑，遠離不當場所（如電玩店、撞球間、舞廳 PUB、廟會、KTV…等），防止涉及賭博遊戲。女同學出門應結伴出遊，如遇性騷擾甚或性侵時，應保持鎮定、記住加害者特徵，並迅速離開現場求援、就診。

### 四、培養正當休閒：

請父母協助孩子過濾電視節目、電腦網路、學藝休閒活動…，避免惡質內容戕害學生身、心、靈健康。瞭解孩子交友對象、活動內容，必要時與孩子一同參與，並提醒孩子遠離火源。

### 五、上學時間：

早上 7:10~7:40 為學童上學時間，請勿讓孩子睡過頭，以免導護收崗後，孩子落單造成危險。學校持續實施「不遲到運動」，也請家長配合準時上學的觀念。

### 六、汽、機車學生接送規定：

1. 請事先與孩子約定等待地點與時間，並帶孩子確認等待地點與時間。
2. 「身教重於言教」請家長配合確實遵守道路標線及交通號誌規定，騎乘機車請務必大人小孩都戴上安全帽。

### 七、服裝規定：

根據健康中心傷害統計，學生進行體育活動時，常因穿著不合宜的服裝、涼鞋及名牌套帶，造成運動傷害的比例相當高。為了讓孩子在體育教學時的安全，與運動時肢體舒展活動的舒適，落實學生於體育活動時適時穿著學校運動服，以避免運動傷害。

## 貳、訓育組

- 一、 禮貌問好品德讚-推動「禮貌運動」、善用聯絡簿請配合教導孩子常說「請、謝謝、對不起」；遇見師長、導護志工、同學時，養成問候「Hi、早、好」的好習慣。
- 二、 社團活動(以下社團時間依當學期發下招生單為主):
  1. 早自修時段8:00-8:40(付費社團):桌球社(二至五)、跆拳道社(三、五)。
  2. 放學時段16:10-17:40(付費社團): 週一至週五課程內容會於開學後發簡章，並公告於學校首頁。
  3. 校隊專長社團(低中高年級)，大多於早自修或週間下午時段練習；有弦樂團(低年級即開始招生)、合唱團(三年級招生)、直笛團(四年級招生)、原住民族合唱團(低年級即開始招生)、童軍團(三年級招生)。
  4. 寒暑假育樂營(付費參加): 2-4 週營隊辦理方式。  
寒暑假前發放簡章，課程內容另行公告至學校首頁。
- 三、 榮譽表彰:
  1. 丹鳳獎-個人最高榮譽:集滿丹鳳榮譽卡 25 張，即可獲頒丹鳳獎狀一張。
  2. 學生若自行參加校外比賽獲獎，可主動將獎狀送至訓育組，再由學務處在學生朝會中公開頒獎表揚。
- 四、 利用學生朝會、聯絡簿、校園中午廣播等進行品德教育、人權、法治與國防教育之各項宣導，理解教育意義與落實生活教育。

## 參、衛生組

本校重視學生視力保健並發展健康促進重點議題活動與計畫，實施整體規劃學校環境、衛生保健政策教育的規劃與實施。

- 一、 根據疾病管制法條例，當學生罹患傳染病，如腸病毒、流感、水痘、病毒性腸胃炎或其他等法定傳染病時，請落實「生病不上課」，以利疫情控制避免擴散，請於24 小時內通知導師並作傳染病線上通報，填報方式有以

下二種：

1. 丹鳳國小網頁：學校首頁/防疫資訊/新北市新莊區丹鳳國小學校疑似傳染病個案通報
2. Google 表單：<https://forms.gle/Lv59e7ResaJllyik9>

二、上全天課，可自帶便當也可以在校訂餐，本校採中央餐廚供餐方式，每月繳交下月餐費，不鏽鋼餐具請家長自行準備清洗乾淨，方便在校用餐。

三、除殘障廁所備有坐式馬桶外，學校也採用蹲式馬桶，請家長指導小朋友如廁時注意姿勢，以維廁所清潔。

四、依據教育部加強推動國民小學書包減重實施計劃，辦理書包減重。減輕學生學業壓力，書包重量約占學生體重 12.5%(1/8)為上限，建議採雙肩背負書包為宜，盡量不要使用滾輪拖拉式（材質過重，品質參差不齊，上下樓梯不便）。一年級體重 20 公斤學生書包（含手提物品）應少於 2.5 公斤，六年級體重 40 公斤學生書包（含手提物品）應少於 5 公斤。

五、持續推動健康促進學校計劃重點工作：

視力保健、口腔保健、衛生保健、拒菸拒檳、書包減重、快活運動。

、個人及環境衛生，注意身體、頭髮、指甲及衣服清潔，以及餐後潔牙以培養個人衛生好習慣。

甲、落實戴口罩：防疫新生活，請落實室內 1.5 公尺、室外 1 公尺以上的社交距離，若無法維持應佩戴口罩。

乙、正確洗手：飯前便後洗手，莫因天冷水冰而不洗手，洗手五步驟「濕、搓、沖、捧、擦」，疾病遠離我。

## **肆、體育組**

一、請鼓勵學生多參與學校之體育活動與競賽，並歡迎於課內、課餘到學校籃球場、躲避球場活動或利用學校設施及 PU 跑道健身。

二、本校遊樂器材、設施，分別位於天使班前方、三側門旁。請告誡孩子在使用時勿有危險動作並注意安全。

三、配合教育部推動防溺水計畫，深化學童防溺水觀念，減少溺水事件發生，加強水中自救知能，以維護學童水上運動安全，有效降低意外發生率。將水中自救知識及技能（水母漂、十字漂、仰漂等）列為六年級 9、10 月體育課

程優先實施 6-8 次游泳課程。

#### 四、推動整體學校體育教育的規劃與實施

1. 舉辦各年級班際競賽，規劃舉辦六年級拔河、大隊接力、樂樂棒球、各項田徑比賽；五年級拔河賽、大隊接力、樂樂棒球、各項田徑比賽；四年級樂樂棒球打擊比賽、樂樂足球射門 PK 賽、各項田徑比賽；三年級樂樂棒球擲準比賽、新式健康操比賽、60 公尺賽跑；二年級跳繩比賽、50 公尺賽跑；一年級呼拉圈比賽、50 公尺賽跑。
2. 擬定並推行有關「運動樂活」、「體適能」政策各項計畫，強化學童體適能提升心肺功能，請老師、家長配合指導，鼓勵學童從事慢跑或其他運動。
3. 擬定團隊訓練計畫並積極參加對外比賽，本校為田徑項目體育重點學校，成立有田徑隊與桌球隊。

### 校園安全地圖

## 新北市新莊區丹鳳國小校園安全地圖

5F	531	532	533	534	535	536
4F	431	432	433	434	435	436
3F	331	教務處	學務處	人事及社務	總務處	校長室
2F		教師辦公室(1)-234			教學資訊電腦室	
1F	空堂	活動室	城校聯合教室(1)-135		空堂	
B1						

**警消單位**

新北市政府警察局..... 80725454  
 新北市政府新莊警察分局..... 29924043  
 新北市新莊區丹鳳派出所..... 29083119  
 新北市消防局第二大隊裕民分隊 29022119

**醫療院所**

衛生福利部迴龍院區.....82006600  
 林口長庚紀念醫院.....03-3281200  
 衛生福利部台北醫院.....22765566

**通報單位**

新北市政府災害應變中心 ..89535599  
 新北市政府教育局...29603456

學校地址：新北市新莊區新北大道七段 437 號

## 健康中心提醒新生家長注意事項

- 一、為了您孩子的健康及增強抵抗力，請家長記得於入學前完成所有的預防接種並繳交影印本給班級導師。
- 二、因應學生在校傷病需緊急聯繫家長，請務必填寫正確連絡電話於生命安全資料表，越詳細越好，包括公司電話、手機或其他親友電話。
- 三、健康中心將於每學期開學後，為學童測量身高、體重、視力檢查，並發單通知家長，若有視力不良或身高不足，請家長協助就醫並繳交回條。
- 四、新北市教育局補助國小一年級及四年級學生健康檢查，會由醫療院所到校施作，若檢查有異常，請家長協助至醫院或診所複檢，並須繳回複檢報告
- 五、家長配合事項：
  1. 國小學童窩溝封填補助服務方案，對象滿6歲~9歲，免費填補第一大白齒(恆牙)，以預防蛀牙，健康中心會發通知單，請家長配合施作並繳交施作紀錄單。
  2. 新北市學童護眼方案，國小一到六年級學生，每年可至合約診所接受一次完整視力檢查。健康中心會發通知單，請家長協助施作並繳交「視力健康檢查複檢與矯治回條」。
  3. 請注意孩子讀書、看電視或使用螢幕時間，避免過度近距離用眼，傷害視力，遵守視力保健3010原則，每30分鐘休息10分鐘。每日戶外活動2-3小時以上，下課時間務必走出教室外活動或讓眼睛休息至少10分鐘。



## 總務處宣達注意事項

- 一、 為了維護學生安全，確實做好學校門禁管制，進出校園人員一律於大門警衛室辦理登記換證手續，請各位家長體諒並配合。(新生第一天請家長帶孩子進入校園，第二天起請遵守此辦法。)
- 二、 開學後會發下學雜費及簿本費通知，請家長於繳費期限內依通知單規定之任一處繳費，學生繳費之收據要交回給老師(請務必蓋上代收的戳章)。
- 三、 請家長配合學校上、放學時間，不要讓孩子太早到學校，放學務必事先指導孩子回家方式或清楚約好地點接回(請不要忘了時間安排接送您的寶貝)。
- 四、 學生於假日到校運動，校園內禁止騎乘腳踏車、打棒球、遛狗等容易影響他人的活動，務必請家長配合並由家人陪同運動以維安全。
- 五、 若家中有事學生必須於上課時間離開學校，請務必向級任老師請假，並由級任老師填具學生外出單，警衛憑外出單才可讓學生離開學校。
- 六、 上課期間如有物品送交學生，請放在警衛室，由警衛代轉，避免家長進出班級影響學生上課。
- 七、 請指導貴子弟放學時要細心檢查書包，若忘了把作業或學用品帶回家，為了校園安全及教學用品管理，放學後教室一律關閉，『學校不提供開門服務』讓學生與家長進教室拿作業取物品，不便之處，敬請配合。



## 新北市新莊區丹鳳國民小學門禁管理計畫

### 一、 依據：

(一) 新北市政府教育局 100 年 6 月 23 日北教環字第 1000654021 號

(二) 新北市政府教育局 107 年 5 月 28 日新北教安字第 1070972181 號

### 二、 目的：加強門禁管理，維護全校師生安全，配合校園開放，提供民眾運動場所，減少破壞。

### 三、 校園開放場所：操場、前庭、籃球場。

### 四、 校園開放時間：

(一) 平時：【上午】週一~五：6 時至 7 時 10 分止。

【下午】週一~五：18 時~21 時 30 分止，在學生課後輔導班及課後社團班活動結束後，校園開放籃球場、操場、前庭等區域為主，每晚 19 時~21 時加開夜間照明，請共同維護校園環境衛生及安全。

(二) 例假日（含寒暑假、國定假日）：6 時~21 時 30 分止，惟夜間開放籃球場區域為主(18 時~21 時 30 分)，請共同維護校園環境衛生及安全。

### 五、 校園門禁管制：

(一) 大門、2、3 側門開關時間：

【上午】週一~五：6 時 40 分至 8 時止。

【中午】週一、三、四、五：12 時至 12 時 30 分止，週二中午不開門。

【下午】週一~五：16 時至 16 時 30 分止。

非上述指定時間，學生請假或外出一律由大門進出，請勿攀越校園圍籬，以維護校園安全。

(二) 門禁時間：

【平時】8 時至 18 時止；21 時 30 分至翌日 6 時止。

【例假日】21 時 30 分至翌日 6 時止。

(三) 大門、車道開關由警衛負責。下班後若遇警衛巡視校園，車輛無法出入，請稍待或打電話（分機 133）與警衛聯絡。

(四) 上班及例假日車輛進出請走車道旁進入停車。

(五) 上班時進入校園之家長、來賓、廠商以證件換取識別證佩戴且必須在警衛室完成登記，本校家長委員、志工、成長班上課學員，請主動出示相關證件（委員證、志工證、上課證），或換證進入。

(六) 為維護校園整潔及安全，請來校運動人員勿攜狗及腳踏車入內。

(七) 校園開放時間，人員請走大門，來校運動人員之車輛不得進入。

(八) 車輛從車道進出，請注意大門進出之人員、車輛，小心慢行，會車時請互相禮讓。

### 六、 本計畫經校長核定後實施，修正時亦同。

# 輔導處宣達注意事項

## 壹、輔導組

### 一、課後照顧班：

1. 本校預定自 111 年 8 月 30 日（星期二）開學日起至學期結束前 1~2 日止，辦理一年級學童課後照顧班，為預先規劃班級，確實掌握人數，請於開學日（向導師索取）填妥報名表後交給導師，再由導師統一交至輔導處，以便安排上課事宜。低年級規劃兩個上課方案，如果要參加課後班，請家長們務必擇一勾選（方案一或方案二）。
2. 方案一：每週上課四天（一、三、四、五，下午 4：00 放學）  
方案二：每週上課五天（下午 5：40 放學）。  
※收費金額、上課時間以實際上課狀況而訂，相關收費金額會載明於報名簡章上，再請家長參閱相關訊息。
3. 具有低收入戶（不含清寒）、身心障礙（限學生本人）全部免費，原住民僅收午餐費，情況特殊者僅收鐘點費（以上身分需繳交證明文件至註冊組），其餘一律全額繳費，以 20 位學生為開班標準。
4. 中途退出者，該月份鐘點費不退費，剩餘月份鐘點費退全額，午餐費按剩餘餐數全額退費。

### 二、學生輔導：

在學生輔導活動方面，辦了很多活動，如：小團體輔導、社交評量測驗、阿丹與小鳳信箱等等，都是為了讓孩子得到更好的成長而辦的，請鼓勵孩子多多參與並善加利用，並以正面的心情參加。也可鼓勵孩子，輔導處是一個幫助孩子成長的地方，可到輔導處尋求協助；並不是有問題的孩子才到輔導處。以下是丹鳳國小輔導人力配置與職掌：

### 【專任輔導教師】

本校輔導處設置 2 位專任輔導教師，協助全校學生身心適應之輔導工作，從人際關係、性別、學習、情緒、生活適應、生涯探索、家庭關係、兒少保護等各項議題，進行發展性與介入性輔導。工作內涵：

- (一) 規劃與實施各年級班級輔導的主題課程。
- (二) 規劃並執行學生與教師輔導知能講座。
- (三) 親師生輔導諮詢。
- (四) 個別輔導與個案服務之管理工作。
- (五) 小團體輔導。
- (六) 輔導資源網絡的聯繫與運用。
- (七) 因應突發事件進行危機處理及輔導。

### 【兼任輔導教師】

本校輔導處設置一位兼任輔導教師，由具輔導專業及關懷熱忱之科任老師擔任，利用課餘協助輔導工作。工作內涵：

- (一) 小團體帶領。
- (二) 個別輔導。
- (三) 提供學生個案之家長與教師諮詢服務。

### 【學校社工師】

本校配置一位學校社工師，平日駐點於丹鳳高中，以巡迴服務的方式提供本校學生與家庭相關之社會福利資源。社工師服務對象涉及兒童及少年福利法、兒童及少年性交易防制條例、家庭暴力防治法、性侵害犯罪防治及身心障礙者權益保障法，須介入保護、社工處遇的學生及其家庭為服務範圍。

主要工作內涵：

- (一) 學生就學相關權益之維護
- (二) 學生及其家庭、社會環境問題之評估及處置
- (三) 社會資源的整合與應用
- (四) 提供教師及家長關於社會資源運用等諮詢及協助
- (五) 參與學校輔導工作之推展

### 【學校心理師】

本校配置一位學校心理師，提供輔導專業親師諮詢、個別諮商、學生心理評估、危機個案處遇等服務。接受諮詢對象：輔導教師、行政人員、教師、家長等；晤談處理議題：家暴、親子衝突、性侵、拒學、中輟、學生霸凌、親師衝突、自我傷害、人際困擾、精神疾患、濫用藥物、緘默不語等。

### 三、攜手扶助計畫-補救教學：

輔導處請各班導師提供學習嚴重落後學生名單，經篩選後遴聘學有專精的老師為學生進行補救教學，提升學生學習程度。

## 貳、資料組

### 一、志工隊：

本校志工大隊共有十大組，分別為：①導護志工、②健康中心志工、③圖書館志工、④補救教學志工、⑤電話志工、⑥故事志工、⑦校園安全志工、⑧硬筆書法志工、⑨幼兒園志工及⑩情緒課程教育志工。

志工大隊對丹鳳的師生幫助很大，歡迎您一起加入這個服務的行列！若您要報名擔任志工，請洽輔導處或志工大隊長陳俊憲隊長處報名。下次您看到本校志工時，也別忘了跟他們說謝謝哦！

## 二、親職教育：

輔導處利用『平日晚上』或『假日上午』時間辦理親職講座，邀請專家學者演講親子相關議題，歡迎家長踴躍報名參加。

## 三、丹鳳園地(校刊)：

由學校相關經費及家長會贊助之學生刊物，每學年期末定期出刊「丹鳳園地」，內容除包含行政處室辦學成果報告外，更重要的還蒐集各年級學生作品：童詩或心情日記(低年級)、小作家(三至五年級)、「主題創作」(一至五年級)、畢業班專欄----等，歡迎全校師生踴躍投稿，豐富這一份屬於我們大家的刊物。

### 一、學生學習輔導測驗：

學生學習輔導相關測驗將排定時程測驗包含 一年級 CPM 瑞文氏彩色矩陣 推理測驗、四年級 SPM 瑞文氏標準矩陣推理測驗，測驗結果再請導師利用親師溝通時機與您探討分析學生特質狀況。

## 參、特教組

### 一、資源(潛能)班：

本校設有 3.5 班資源(潛能)班，經新北市鑑輔會鑑定安置學生優先入班，無經鑑輔會鑑定安置之學生，若已有身心障礙證明或相關醫療診斷證明，請班級導師向特教組提出鑑定申請，之後會由特教教師心評晤談，最後再送鑑輔會進行審議和安置。

### 二、特教(天使)班：

本校設有 1 班特教(天使)班，領有身心障礙手冊學生較嚴重者，經鑑輔會審查符合入班資格者。

### 三、一般智能資賦優異資源班(簡稱資優班)：

本校設有 2 班資優班(3-6 年級)，採分散式編班，提供符合一般智能資賦優異學生學習需求、性向、興趣與學習潛能，兼顧認知、情意與技能學習之課程、教學與輔導。每年九~十月份公告初試與招生簡章，招考二~五年級學生，除本校學生外還包括光華、民安、裕民、三多、國泰等國小均可報考。

### 四、相關業務服務：

特教組業務如下：(將按新北市政府來文時程辦理)

特教班 資源班	特殊教育需求學生鑑定安置申請、專業治療服務申請、視障及聽障巡迴服務申請、普通班助理員申請、視障及學障特殊用書申請、交通車或交通費補助申請、特教學生獎助金申請、召開個別教育計畫(IEP)等。
資優班	辦理資優學生鑑定安置評量、提早入學鑑定申請、縮短修業年限申請、藝術才能資賦優異學生鑑定申請、個別輔導計畫(IGP)會議等。
普通班	召開特教推行委員會議、推動校園特教宣導活動等。

# 阿丹與小鳳的親職教室

## 陪伴孩子快樂上小一

專任輔導教師 簡君倫

輔導工作中，我們常運用投射性媒材了解孩子的感受與擔心。在四年級的班級輔導課中，我曾透過圖卡(註 1)選擇的活動，了解許多孩子心中都有一種很難和父母說出口的煩惱。

有些孩子選擇「面具」，想把自己脆弱的一面藏起來；有些孩子選擇「時光機」，想回到全家人和樂相處的過去；有些孩子選擇「獎狀」，好希望能得到家長的肯定；有孩子選擇「小狗」，因為孤單想要陪伴；有孩子選擇「抱枕」，在難過委屈時想獲得安慰...。孩子們在生活中遇到各種煩惱，在圖卡的投射中，反映出心中最大的願望。

很多煩惱，不好說，不外乎「說了也沒有用」、「不知道怎麼說」。這些想法很真實，孩子也有說或不說的自主權。但值得注意的是，許多孩子在現實生活中課業與人際表現很正常、還不錯，但是遇到內心的難過或期待，您的孩子會和您分享嗎？或是報喜不報憂呢？關於鼓勵與陪伴，幾個方向給家長們參考：

### 一、相聚與相處

回想一下在你們的家庭互動中，是否只有相聚，而缺乏相處？許多忙碌的現代家庭，家人雖有相聚時間，但大家各自與手機網路相處，或因疲累顯得缺乏耐性、說話急躁。孩子是敏銳的，當他們感受到「我的爸媽很忙」、「反正他也不會理我」...，為了不增加父母的負擔，很可能就選擇不說。

建議家長可嘗試每天固定睡前擁有一段優質的親子相處時光，大約 15-20 分鐘左右，這段時間可單純的說故事、閒聊、接納的傾聽、擁抱、親子按摩、聽聽音樂等放鬆心情。固定的時間與做法，可讓孩子可預測、有安全感，當家長能以柔軟的心情陪伴孩子，對孩子的情緒穩定度也是一種身教與示範。

### 二、聊天話題不設限

孩子上小學後，家長希望孩子積極學習，很自然的關心「作業寫完了沒？」、「考試考幾分？」、「這個很簡單怎麼都不會...」，回想一下，親子間的聊天話題大多是什麼呢？其實，最重要的就是上學適應與人際關係，當孩子適應學校生活、有穩定的人際關係，自然就喜歡上學、有自信、願努力的動力，都是培養孩子勇氣的

必要元素。

因此，可多和孩子聊聊他在生活/學校/事件/繪本對各種人事物的觀察與感受、人際相處點滴；即使遇到挫折，也可視為機會教育，先陪伴孩子討論改善的方法，如果狀況是安全的，家長不一定急著直接介入處理。因為，一個在錯誤中仍願意多次嘗試、多次努力的孩子，擁有穩健的心理素質，在往後成長的過程中也會更順利。

### 三、預告的概念

一般來說，對未知的事物能被預先告知、提早演練，較能建構安全感。孩子在進入小學新生活，有很多初體驗，家長就可以陪伴孩子練習、熟悉，過度這份焦慮。我遇過有些孩子對上學不安，尤其類似抽考、聽寫、有時間限制的考試等，經常擔心自己無法跟上或陷入無限循環的錯誤訂正，因此容易挫折、鬧情緒。如家長能在家先與孩子從小部分、小步驟嘗試，多做練習，就能協助孩子建立自信。

關於較難遵守規範或容易引發情緒的孩子，我們也可用類似的作法，作為自控力訓練，即，在孩子情緒穩定時，先做情境討論。例如：「今天有 30 分鐘的卡通時間，時間到了我就會關電視。」「每次為了卡通時間你都會發脾氣，讓我很不舒服，要如何提醒你，你就會好好遵守呢/你會如何練習讓自己冷靜下來？」如果孩子依約達成，家長可多回饋與肯定；如果無法達成，也可以與孩子討論無法達成的困難點，再行調整。

開學之初，家長們與導師充分溝通合作相當重要，每個孩子成長與適應的速度不一，但適度的壓力對提升孩子的自我概念是重要的。如同電玩闖關遊戲一般，太簡單的遊戲很無聊，太困難的遊戲沒有成就感，有點難又不難的遊戲，讓人忍不住一試再試，最是迷人。

註 1：媒材來源：選自鄭如安老師主編「圖卡媒材在遊戲治療上之應用——覺察、表達、行動、撫育、整合」能量圖卡。



## 親師溝通橋樑

一、有重要事情，該怎麼和學校聯繫？

您如果有重要事情，請先與孩子的級任老師聯繫，尋求解決，要進一步處理時，才依學校各處室職掌業務，至相關處室辦理。

※可直接先找級任老師協助的事有：

1. 請假。
2. 轉學。
3. 學習困難。
4. 行為問題。
5. 對學校建議事項
6. 學校重要行事活動內容（如：考試、放假、校外教學等）。

學校電話	02-29035355、29037355 轉總機 132 或直接撥打分機號碼	
※各處室重要業務介紹及分機號碼		
<b>(一)教務處</b>	<b>29035355 轉 111~115</b> (教務主任分機 111)	
1. 辦理教師進修、調課、代課及學生課表編排，語文競賽等事宜。		分機 112
2. 辦理學籍轉出入、中輟生復學、成績申請、畢業證書核發等事宜。		分機 113
3. 推動資訊教育、網站管理、電腦及網路設備、教學設備維護等事宜。		分機 114
4. 教學圖書、教科書遴選、分發、課程相關、實驗及非學校型態教育		分機 115
<b>(二)學務處</b>	<b>29035355 轉 121~126</b> (學務主任分機 121)	
1. 推行生活教育、交通安全教育、防災教育、反毒、反霸凌教育等事項。		分機 122
2. 學生社團推廣、模範生、自治市長組訓、童軍活動、品德教育宣導。		分機 123
3. 體育活動、水域安全宣導、學生體適能、運動團隊訓練。		分機 124
4. 辦理午餐業務、環境衛生、視力保健等工作。		分機 125
5. 健康中心：學生身體病痛、意外傷害處理、保健知識宣導。		分機 126
<b>(三)總務處</b>	<b>29035355 轉 131~137</b> (總務主任分機 131)	
1. 維護校舍校園安全、美化、綠化等。		分機 135
2. 學生註冊費繳納。		分機 136
3. 學生家長會組織及活動聯繫。		分機 137
<b>(四)輔導處</b>	<b>29035355 轉 141~145</b> (輔導主任分機 141)	
1. 課後照顧業務、補救教學、一般生及中輟學生輔導。		分機 142
2. 特教業務、甄別與輔導特殊兒童含資優、智能不足、學習障礙等。		分機 143
3. 志工業務、推展各類親職教育活動等。		分機 144
4. 學生個案輔導、小團輔、偏差行為輔導並提供家長諮詢服務等。		分機 145、147
<b>(五)學生請假專線</b>	02-29035355	(轉分機 105 或 106)
<b>(六)學生課後照顧班、課後活動社團</b>		分機 129

二、學校申訴管道

教師輔導與管教學生時，如有不當情形，致使孩子權益受損、或身心遭受重創時，可向學校提出申訴，其要點如下：

1. 學校輔導與管教學生實施方式，如有疑義，應先與教師取得共識。
2. 不當管教或輔導措施，可具體提出向學校申評會說明；家長會可提供協助處理。
3. 申訴資料及事實或理由應說明清楚，包括人、事、時、地、物等具體事件。
4. 教師如有違法事宜，應透過校方處理機制與途徑解決問題，勿個人意氣用事。

# 父母的職能

## 一、順情境，正向管教

管教方式要依孩子的發展和需要而調整，不可一成不變。您該如何合理的管教孩子呢？

1. 以愛為出發點：讓孩子了解，即使懲罰他們，也是愛他們的。
2. 明確的規範：訂定孩子行為標準，並切實執行，態度溫和。
3. 有建設性：指出孩子的錯誤，並教他正確的做法。
4. 有效的賞罰：多鼓勵、少責罰，每次賞罰前，一定讓孩子明白原委，以強化正確行為。
5. 立即糾正：孩子做錯事，立即說明指正，事過境遷再來翻舊帳，效果則大打折扣。
6. 避免情緒化：就事論事，切勿藉題發揮，大發脾氣。
7. 管教態度一致：讓孩子有所遵循可幫助孩子及早建立自我的行為標準。
8. 精神物質並重：切勿無限制滿足孩子物質需求，應漸以精神鼓勵代替。
9. 以身作則：孩子由父母的身教所習得的一切，是最自然且不費力的。

## 二、做典範，培養感恩

1. 父母以身作則：感恩、互助的示範。如：常說「請」、「謝謝」，孝順自己的父母。
2. 多做服務：透過指導孩子做家事，父母參與社區義務服務中體認回饋他人的重要。
3. 感恩談話：利用家人團聚、慶生會時，說出個人最感謝的人或事，彼此互動。
4. 教導施比受更有福：可將不須使用的玩具、衣服，送給需要的人或樂捐助人。
5. 實際行動：訪問育幼院、教養院、安養院等，體認自己的幸福。

## 三、用讚美，奠定行為

1. 讚美具體的行為：「小明，你把房間整理得好整齊，我很欣賞。」含糊籠統的說法，如：「你很乖」、「你很漂亮」，則無意義。
2. 不要吝惜讚美的話：有好行為就即時給予稱讚。
3. 真誠：讓孩子感受您對他的稱讚是發自內心，並對於他所做的事情感到興趣。過於誇張、不切實際的讚語是沒有必要的。

## 四、不比較，肯定殊異

每個孩子都有個別差異，不要拿他與另一個孩子比較，即使是兄弟姊妹也要避免。



### 請看看專家的分析：

1. 經常被比較為不如人的孩子常會表現：喪失信心、退化或幻想、仇視或敵意、害怕被遺棄、攻擊別人的缺點、為贏而不擇手段等行為。
2. 經常被比較為比人強的孩子常會表現：怕退步的焦慮、擔心失去手足朋友的情誼、凡是求完美而造成壓力、驕傲自大或不合群等行為。

### 因此積極的做法是：

1. 發現與肯定孩子的優點。
2. 鼓勵孩子欣賞別人的優點，但不可藉別人的優點批評他。
3. 鼓勵孩子自己跟自己比，有進步就可以了。
4. 讓孩子體會父母真心愛他。

**孩子都有優點和特有的能力，父母要多發現他的優點，鼓勵他成長和學習，而非一味地與人比較，協助他走出亮麗的人生。**

# 孩子的學習

## 一、「好」學生的定義

國民小學是以培養活潑兒童和健全國民為目的，因此生活教育及品德教育才是最重要的，德、智、體、群、美五育均衡發展是應努力的目標。評量的方法很多，紙筆測驗只是其中之一，人的智慧發展是多方面的，例如：語言、數學、空間、肢體動作、音樂、人際關係、自我反省等等。

因此，國小階段的「好學生」指的是下列表現：

1. 有良好的生活習慣和品德（如有禮貌、愛整潔、守秩序、負責任）。
2. 面臨問題會自己設法解決，並從經驗中學習。
3. 樂觀進取並有正當的休閒活動。
4. 能合群，人際關係良好。
5. 發展多元智慧，鼓勵行行出狀元。



## 二、協助孩子有效的學習

### （一）語言方面：包括說話、讀書、作文、寫字。

1. 願意傾聽孩子說話。
2. 留意孩子正確的用語，可以配合課本或其他教材，和孩子一起閱讀。
3. 從簡單的圖案認識語詞、句子、段落、文章。
4. 每天唸一篇好故事或好文章。
5. 鼓勵孩子說話，清楚的表達他的意見。
6. 有求知的習慣，可以培養孩子認同讀書的觀念。
7. 語言是日常工具，持之以恆的與孩子互動，孩子會逐漸的學習父母正確的口表達。

### （二）數理方面：

1. 從日常生活中學習數字概念，如一本書、兩隻手、三朵花。
2. 耐心的等待孩子解題。
3. 具體的生活經驗，如一公斤、一公克到底有多重？一公尺到底有多遠？一公分有多長？可以從他的身高和體重或是其他物品的度量衡測量做起。
4. 解題的方法很多，不只一種，多包容其他的好方法。

### （三）自然科學：

1. 讓孩子動手操作，如：觀察、收集、飼養、栽培等，提高學習興趣。
2. 養成主動參與及求知的意願。
3. 鼓勵孩子多接近大自然。
4. 肯定好奇心、大膽假設、小心求証。
5. 培養科學的方法，如：觀察、應用時間和空間的關係、分類、應用數字、測量、傳達、預測、推理、控制變因、解釋資料、操作型定義（說明做什麼）、實驗等。

### （四）社會科：

1. 良好的人際關係，培養合群的態度。
2. 與人互助合作，瞭解團結就是力量的道理。
3. 可以透過討論、角色扮演（扮家家酒）、戲劇等方式來學習。
4. 快樂的童年生活，促進孩子樂觀進取。

## 新北市政府家庭教育中心家長宣導資料

各位親愛的家長，您好：

我們有很重要的家庭教育資訊和資源要與您分享，請撥一點時間詳閱下列訊息，也鼓勵大家善加運用家庭教育中心資源，踴躍參與相關課程及活動，讓您的家庭因學習而更相愛！



### 壹、家庭教育重要資源

#### 一、★412-8185（幫一幫我）家庭教育諮詢專線★

- (一)服務內容：夫妻相處、親子溝通、子女教養、婚前交往、情緒調適、家庭資源、生活適應、人際關係等問題，歡迎撥打諮詢。
- (二)服務時段：週一至週五 早上 9:00-12:00、下午2:00-5:00、晚上6:00-9:00。  
週六早上 9:00-12:00、下午 2:00-5:00
- (三)面談諮詢服務：請撥412 - 8185專線預約面談時間。
- (四)手機請加區碼02

#### 二、★★其他相關諮詢電話★★

專線名稱	專線號碼	服務時段
全國保護專線	113	24小時
生命線	1995	24小時
張老師	1980	下午14：00～21：00
內政部男性關懷專線	0800-013-999	上午09：00～下午23：00
新北市新希望關懷中心 (失業、急難救助)	1957	上午08：30～下午17：30
新北市政府高風險家庭服務管理中心	8968-2380	上午08：30～下午17：30
新北市政府家庭暴力暨性侵害防治中心	8965-3359	上午08：30～下午17：30

### 三、★★新北市政府家庭教育中心網站資訊★★

本中心網頁(<https://ntpc.familyedu.moe.g> 【新北市家庭教育中心】QRCode→

家庭教育各項出版品參考。



### 四、★★我和我的孩子互動學習網★★(<http://family.ntpc.edu.tw/>)

(一)互動網內容:分別以國小低、中、高年級家長為對象(適用到國中),規劃【案例分享】-【自我檢視】-【專家的話】-【我可以這麼做】等四種互動設計。家長可透過互動網操作檢視親子互動情形,了解自我親職教育需求,並能快速正確的學習親職知能與技巧。

## 電腦網路使用篇

### 1. 學校要上電腦課了,是不是應該幫孩子買電腦?

學校要上電腦課,孩子要求父母買電腦,建議家長事先與孩子溝通,並了解買電腦的必要性後再決定。例如電腦課程回家作業的份量?這些作業是否能在學校完成?買電腦最大的用途等。

如果是剛開始接觸電腦課,不必急著買電腦,因為學生可在課堂上寫作業,或在課餘利用學校電腦教室寫作業,如此一來也可以讓孩子較有節制地使用電腦。若父母決定要買電腦,建議全家人一同討論電腦該放在哪裡?使用電腦的好處與壞處?如何適當使用(如什麼時間可以使用?一次可使用多久?可以下載什麼軟體?上網有什麼限制?…) ?誰負責管理與清潔?要不要裝網路?使用規則貼在哪裡?事先約法三章,也讓孩子清楚知道家長的疑慮及擔心,減少也避免日後因親子對使用電腦的認知不同而有所衝突。

當父母選擇買電腦時,建議考慮下列要點:

- (1)選擇適宜的主機及螢幕。
- (2)購買電腦時,可要求僅安裝作業及文書系統。
- (3)購置適宜孩子身材之電腦桌椅。

- (4)慎重選擇擺設地點。
- (5)以孩子學習的成效決定是否可以使用電腦及使用時間長短。
- (6)與孩子共同學習電腦，增進父母的電腦素養，也可促進親子感情。
- (7)瞭解如何運用電腦輔助學習，提升學習效益。

## 2. 孩子說電腦放要在他的房間，以便做功課，這樣好嗎？

建議將電腦視為資訊休閒產品，定位為全家共用之設備，擺設於家庭之公共場所，如客廳、餐廳、書房等。且根據研究，電腦若放在開放的空間，不僅能讓父母瞭解孩子的網路使用行為，也可以讓孩子不會過度使用網路。

從另一角度而言，許多家長希望給予孩子更多的尊重，也相信孩子的自制力，但電腦放在房間，仍要和孩子事先約法三章，要求他自律，不過度使用電腦，也不使用電腦做一些違禁的事。如果擔心孩子過度沉迷網路，可以裝設定時控制的開關，或與孩子達成電腦使用協議。

若家中孩子未成年，建議可以：

- (1)家長應瞭解給孩子的尊重是「有監護之下的自主權」。
- (2)未成年孩子仍處在發展階段，身心仍未完全成熟，易受不當資訊影響，因此仍然建議不要將電腦擺放在孩子房間。這樣不論孩子上網做什麼，家長都較能掌握。
- (3)視孩子自制力及自律程度，決定是否可以將電腦安裝在孩子的房間。
- (4)如果決定要將電腦放在孩子的房間，請注意：
  - 使用的時段及時間長短。
  - 使用電腦時不可鎖門。
  - 讓孩子完成某些事務才能上網；如達成哪些要求，方可使用電腦；或功課完成後才能使用等。
  - 如果違反規定，應立即將電腦移到他處。

- 告訴孩子電腦是全家共用的，只是借放在個人房間內，家人如果有需要，隨時可以使用。

(5)事先與孩子約定好，或使用家長監護軟體，查閱孩子的瀏覽記錄。

### 3. 孩子說寫作業都要上網，應該在家裝網路嗎？應該裝寬頻嗎？

請家長深入瞭解孩子說為了寫作業必須上網的理由，視實際需要而決定會較為妥當（例如作業內容為何？網路頻寬需求為何？）。大多數國中小作業並不需要高度的網路頻寬與速度，如果只是為了學校作業或練習而裝網路，撥接的速度應該就足夠了。

如果從經濟的效益來看，寬頻的確比撥接更節省費用，同時也可以縮短孩子上網等待的時間。上網固然是未來生活所需，但是網路世界複雜，裝了寬頻，孩子更容易快速地接觸到更多的資訊，當然也會包含不當資訊，因此唯有協助孩子建立合理安全使用網路的習慣，才是根本之道。

如果決定家裡不裝網路，建議家長可以：

- (1)請老師發派適量的電腦作業（許多縣市教育局已發文到各校，要求減少課後之網路查詢作業需求）。
- (2)先與導師或任課老師聯絡，請學校開放教室電腦，或是利用電腦課程時間完成作業，是否可用其他替代方式完成作業。
- (3)多數圖書館有提供網路及列印服務，家長可帶孩子到附近圖書館查詢所需資料。

如果決定家裡安裝網路（不論是撥接或寬頻），家長應注意：

- (1)裝設前先跟孩子一起討論裝設網路的優缺點、網路使用規則。
  - 在網路上可以做的事情和交談對象。
  - 使用的時段及時間長短。
- (2)引導孩子學習控制時間、適當使用網路，選擇與判斷網路資訊的正確性與可信度。
- (3)將網路使用規則寫下來，並張貼在明顯處，親子一起簽名、執行。

- 訂定使用條款：如功課完成或達成某些要求後，方可使用電腦。
- 訂定限制條款：如果違反規定，應立即停止休閒性使用。
- 訂定獎勵條款：若上網 30 分鐘，自動休息 10 分鐘的話，即給予立即性讚美或獎賞，鼓勵孩子學習自制。

(4)建議孩子每次都能有上網的主題或明確目的，以減少上網亂逛的情形。

(5)家長應盡量於一旁陪同並檢視，關心孩子使用網路的情形，包含使用時間、所瀏覽之網站、email 內容、聊天室之成員等。

(6)家長應裝設網路保護性措施，如防火牆、開機及密碼、時間限制軟體等。

(7)家長應裝設保護性軟體或網路服務，設定內容分級和網路使用時間，保護未成年孩子，協助孩子拒絕並遠離色情暴力等不良的網站內容。

(8)家長應隨時瞭解孩子所逛的網站、下載的資料、所玩的遊戲等。

(9)家長應提醒孩子在網路上需自我保護：

- 個人和家人的資料一定要保密。
- 網路的朋友不一定是真實，應多方觀察與瞭解。
- 不要開啟陌生人寄來的附件。
- 在網路上發生讓孩子感到不舒服的事情，應該要孩子立即告訴家長。

#### 4. 我發現孩子做功課時，一面聽音樂，一面在線上與同學聊天，一面瀏覽網站，有時還打一下電玩，這樣一心多用好嗎？

這是電腦網路多媒體的特性，也是現代孩子使用電腦時普遍的情況。但是做功課時，一面聽音樂，一面在線上與同學聊天，一面瀏覽網站，有時還打一下電玩，勢必無法專心。建議家長處理方式如下：

(1)做功課的地點應遠離電腦，不受干擾、安靜的環境。

(2)讓孩子完成某些事務才能上網，如功課完成後才能使用電腦等。

(3)要改善孩子做功課不專心的情形，得先抹去從前對孩子學習行為的負面印



象，再循循善誘。

- (4)引導孩子學習專心從事某一項活動，讓孩子養成專心做事的習慣。教導過程中，父母需幫助孩子，也要接受孩子，不要批評，應鼓勵好的行為表現。
- (5)訂下完成各項工作（功課、家事分擔等）的期限，做好時間控制。
- (6)告知孩子和別人對談需要尊重別人，不可對談之際還從事其他活動。
- (7)家長一起陪伴孩子做功課及上網，並從旁監督、引導。

## 5. 可以讓孩子玩電動或是線上遊戲 (Online Game) 嗎？

電動或線上遊戲是一種休閒娛樂，就好像看電視卡通或看漫畫一樣，是時下許多青少年休閒生活的一部份。玩電動優點包括訓練手眼協調能力、增進人際溝通話題等。有些電動或是線上遊戲，富有益智性、創造性、可訓練反應、培養興趣，對孩子是有益處的；但是也有許多電動及線上遊戲，內容過度暴力或涉及賭博、色情。因此，需要家長的關注。

過度玩電動會造成日常生活和身心發展的負面影響。孩子要求玩線上遊戲時，要讓孩子瞭解玩線上遊戲可能花費之金錢與時間，及其可能造成的正負面影響，並讓他知道如何處理一些困擾的狀況，與孩子一起討論規定，以確保孩子的遊戲安全。

讓孩子玩電動或是線上遊戲時，建議注意以下要項：

- (1)跟孩子一起挑選內容正當、年齡合適的遊戲軟體：認識遊戲分級、隱私權聲明及遊戲的使用條款，同時也應注意遊戲設計是否會造成傷害，如快速的畫面切換會影響視力、長時間操作滑鼠會造成手指或肩胛傷害等。
- (2)在孩子玩遊戲之前就要先訂好規則，包括訂定玩遊戲的時間長度、指定可上線的時間、自訂鬧鐘提醒時間、只能與現實生活中所認識的朋友一起玩，不與陌生人聊天，不提供任何個人資訊或自己的照片、不使用可能得知個人資訊的稱呼，也不使用可能引來騷擾的言語等。
- (3)線上遊戲多半牽涉到玩家之間的對話以及互動，家長應該審慎評估是否有

絕對必要性。如果遊戲玩家使用冒犯的言語、性暗示、或是過於積極索取個人資訊，鼓勵孩子主動告知父母，家長可封鎖玩家訊息，也可向該遊戲的系統管理員告發。

(4)協商使用時間：以每次、每週等時間單位和來協商，並訂定罰則，確實執行。請孩子準備鬧鐘在電腦旁，約定時限快到時，鬧鈴提醒，讓孩子能結束遊戲、離線。而且父母對孩子的約定，一定要堅持有信用，避免因考完試或放假就產生電玩假期。

(5)設定作業系統或是電腦密碼，並且不定時更換，避免孩子在沒有大人的陪同下，擅自上網或沉迷電玩，造成偏差使用行為或習慣。

(6)家長可以和孩子一起玩，注意孩子常玩的遊戲，以及和孩子一起玩遊戲的（線上）同伴，並將電腦放置在家長易於監看的公共位置。

(7)家長平時就清楚地告訴孩子健康的玩法，並可利用媒體機會教育，讓孩子瞭解其負面影響，也教育孩子如何處理一些困擾狀況。

## 網路沈迷篇

### 6. 我發現孩子沈迷於網路（遊戲），應該怎麼辦？

有些孩子只要玩網路（遊戲），就很難煞車，這是許多父母共同的難題。造成孩子沈迷於網路的原因很多，研究顯示越是自尊心較弱、缺乏自信心、無法妥善處理人際關係的孩子，網路沈迷的傾向越高。正當的網路遊戲可以適度紓解壓力，達到娛樂效果；過度沈迷網路，將會影響生活作息、課業、親子關係，嚴重的會造成逃學逃家及犯罪行為。

協助孩子避免沈迷於網路遊戲的建議如下：

(1)先觀察確認—觀察孩子是否沈迷網路遊戲，身為父母應從三個層面觀察：

- 行為層面：瞭解孩子大多是在什麼場所？什麼時間上網？常沈迷在哪種網路活動？是否因此對日常生活的其他事物喪失了興趣。

- 情感層面：瞭解孩子否因為無聊、心情鬱悶、逃避壓力、追求網上活動的成就感與快感而上網，常常上網是否對孩子產生了情緒上的影響（暴力語言出現、沮喪、對話異常等）。
  - 健康層面：觀察孩子是否有精神萎靡、恍惚的情形，是否因為上網而飲食不正常、睡眠失調、視力減退，和發育不正常的情形。
- (2)瞭解孩子最常使用的網路功能：例如瞭解孩子沉迷於聊天室或色情網站，有助於進一步釐清網路沉迷的原因。
  - (3)協助孩子體會自己的上網行為是否失當；跟孩子討論上網的動機與原因，以及導致其網路沉迷的可能潛在問題，並鼓勵孩子學習面對現實，說出潛在的心理需求。
  - (4)與孩子討論遊戲規則，包括：訂定能玩線上遊戲的時間長度、指定可上線的時間、電腦擺放客廳或父母房間、玩 30 分鐘休息 10 分鐘等。
  - (5)協助孩子自行規劃並改變生活目標，讓孩子自己提出改善網路沉迷的行動計畫，陪著孩子一起執行，並給予立即性獎賞與鼓勵。
  - (6)與孩子討論生活目標，建立一個短期較易達成之目標，配合自我擬定之作息時間表，學習自我管理，慢慢朝目標邁進，然後，再由易而難的提高目標，轉移孩子的注意力。
  - (7)固定時間陪伴孩子、培養其他的興趣，不論從事靜態或是動態活動，讓孩子注意力轉移到其他多元、健康的消遣娛樂方式。
  - (8)協同學校教師教導孩子正確使用網路或電腦的觀念；可與輔導老師晤談，共同尋求解決之道；也可向各地張老師 (<http://www.1980.org.tw/>) 或是少輔會/組求助；若是情況太嚴重，可至醫院心理/精神科就診。

## 7. 我發現孩子半夜都不睡覺，一直上網或玩 Game，應該怎麼辦？

網路本身具有「越夜越美麗」的特性，許多孩子會犧牲睡眠時間以便上網或是玩 Game。如果孩子半夜都不睡覺，有可能會對身體造成傷害，對發育有不良影

響。建議處理方式如下：

- (1)陪孩子一起上網，瞭解孩子到底在看哪些網路內容及使用哪些應用軟體。
- (2)觀察孩子的行為，注意孩子白天的生活作息是否正常；如果有精神不濟、焦躁不安等現象，應嚴加關切孩子的生活作息、網路使用時間及時段。
- (3)尋找可以與孩子談話的時機，提供一個溫暖的談話環境，表達關心並討論有關的問題，引導孩子瞭解相關的知識。
- (4)跟孩子討論半夜上網或是玩 Game 是否影響學校表現、身體健康，以及和家人朋友的關係，並請孩子自行估計花了多少時間上網，引導孩子改變想法，讓孩子體會自己的上網行為是否已經失當。
- (5)與孩子約法三章，規範玩遊戲之時段、每天上網時間長度、孩子寫完功課之後才能上網等。
- (6)將電腦放置在家裡的公共區域內，或是父母的臥室，增加孩子半夜上網的困難度；或是在父母房間內裝設控制網路或電腦電源的開關，定時關機。
- (7)若是孩子是購買線上遊戲點數卡，可限制每個月購買之點數與使用之時間。
- (8)只要發現孩子有進步與轉變，都要給予鼓勵，增加孩子自制與負責的行為。
- (9)不要期望過高或是不當的期待，如果希望孩子馬上就不碰電腦，只會造成親子的情緒低落與衝突。
- (10)培養孩子從事與電腦無關的休閒活動，轉移孩子注意力，例如閱讀、唱歌等。多帶領孩子從事戶外活動，或多消耗孩子體力，例如打籃球、跑步等，讓孩子體力與注意力集中於其他活動，晚上可以正常睡覺。
- (11)萬一孩子出現強烈的沉迷現象，可以請教專業輔導人員，尋求協助（相關資訊可至 eteacher 網站 <https://eteacher.edu.tw/Desktop.aspx> 查詢）。

【eteacher 中小學網路素養與認知網站】QRCode→



# 新家庭運動—幸福家庭 123

新北市政府家庭教育中心推行新家庭運動，希望藉由「幸福家庭 123」簡單、淺顯易懂的口語，邀約全新北市的家長「承諾」每 1 天至少陪伴孩子 20 分鐘，一起做 3 件事：共讀（讓親子攜手成長）、分享（溝通順暢，親子雙贏）、遊戲（讓孩子在快樂中長大）皆可，達到全面性有效地推動家庭教育，以提昇各個家庭互動的深度及內涵。其架構如下圖示：

