



幼稚園升小貼心建議

親子學習



12

當孩子從幼稚園升上小學，是他們成長旅程中的重要一步。對家長而言，這不只是選校與面試的挑戰，更是孩子生活習慣與心理調適的轉變期。作為一位在幼教界服務多年的老師，我希望透過以下建議，幫助家長和孩子輕鬆迎接升小生活。

選擇適合孩子的小學，家長可先了解學校的教學理念和課程特色，有些學校是比較重視品格教育、STEAM、體育項目或提供多元學習機會。又或是有家長選擇重視藝術的小學，因為孩子喜歡畫畫，結果在校表現出色。參加開放日也很重要，父母能親身感受校園氣氛，觀察在校學生的行為、表現和品德素養，也可藉此觀察老師對孩子的耐性和關愛，能讓父母安心地選擇學校。

選校與面試前準備

面試方面，家長可與孩子在日常對話交流中，多鼓勵孩子講話：「我叫天天，今年五歲，我喜歡砌積木。平日我喜歡和爸爸、媽媽踏單車和游泳。」家長也要在日常生活中與孩子建立良好的基本禮貌，例如：敲門、問好、禮讓、道謝、與人分享等。平日可透過親子活動培養孩子的觀察力與表達能力，家長可與子女一起遠足、參觀博物館，讓孩子在面試時自然地分享這些生活經歷，展現真誠與個人興趣。

生活習慣與心理調適

小學生活節奏較快，家長可在暑假開始便調整孩子作息，例如作息定時，早睡早起、定時自行進餐，與孩子一同訂立有效可行的時間表以適應新的小學生活。此外，也可設計「小學生任務卡」，每天完成一項小挑戰，提升自信心。日常出外活動時，應由孩子自己穿着衣服、帶備背囊、水壺、毛巾、紙巾等外出，在家也可穿着校服、收拾書包，從而培養其獨立及自理能力。心理方面，孩子可能會感到緊張或不安，可透過繪本或角色扮演幫助他們理解小學生活，例如閱讀《我上小學了》，並扮演老師與學生角色，讓孩子在遊戲中建立安全感。閒時亦可帶他們走到小學附近，以認識和習慣學校周圍環境，有助增強歸屬感。

假開始便調整孩子作息，例如作息定時，早睡早起、定時自行進餐，與孩子一同訂立有效可行的時間表以適應新的小學生活。此外，也可設計「小學生任務卡」，每天完成一項小挑戰，提升自信心。日常出外活動時，應由孩子自己穿着衣服、帶備背囊、水壺、毛巾、紙巾等外出，在家也可穿着校服、收拾書包，從而培養其獨立及自理能力。心理方面，孩子可能會感到緊張或不安，可透過繪本或角色扮演幫助他們理解小學生活，例如閱讀《我上小學了》，並扮演老師與學生角色，讓孩子在遊戲中建立安全感。閒時亦可帶他們走到小學附近，以認識和習慣學校周圍環境，有助增強歸屬感。

家校合作與持續關注

升小後，家長與學校溝通非常重要。父母可參與學校的家教會、義工隊、細心閱讀學校的通告，主動與老師交流了解孩子在校的情況。有家長每周與班主任簡短交流，當孩子遇到困難時，老師能及時通知家長，共同協助孩子解決問題。若孩子出現不願上學或情緒低落的情況，家長應及早與老師溝通，給予孩子適時的支持。



家長升學檢查清單

開心傾談升小學

- ☐ 傾談結識新朋友的事
- ☐ 介紹學校環境
- ☐ 一起準備新裝備
- ☐ 參觀新學校
- ☐ 鼓勵表達感受
- ☐ 倒數升小日子

調整作息與自理能力

- ☐ 孩子已開始早睡早起
- ☐ 能自己穿衣、收拾書包
- **設計「升小任務表」，每日完成一項挑戰！

練習面試與禮儀

- ☐ 孩子能介紹自己並懂得基本禮貌
- ☐ 已練習模擬面試的情景
- **一起玩「小老師與小學生」角色扮演！

與老師保持溝通

- ☐ 已建立聯絡方式並定期了解孩子情況
- **與孩子聊聊：「今天在學校最開心的事是什麼？」

心理調適活動

- ☐ 閱讀升小繪本並進行角色扮演
- ☐ 孩子能表達對升小的感受
- **畫一幅「我在小學的一天」圖畫，一起討論！

鼓勵閱讀及參與課外活動

- ☐ 有固定閱讀時間
- ☐ 曾參加課外或親子活動
- **一起去圖書館挑選「升小第一本書」！

完成提示：

當完成每項任務，不妨在方格加上剔號，也可以和孩子一起設計一張「升小勇士證書」，記錄這段努力與成長的旅程！願每位小朋友都能在新的學習階段中，展現光芒，快樂成長！

◀家長與孩子一同努力，輕鬆渡過升小的適應期。