

親愛的家長：

您好！歡迎您的孩子進入石門國小就讀。本『手冊』是向您介紹本校的一切基本措施，希望您抽空仔細閱讀，並與學校密切配合，學校各項活動重要訊息會在本校網站公告，如有疑問，歡迎您打電話與我們聯繫。謝謝您！

● 學校電話：(03) 4711752 請假專線電話：(03) 4714523

◇ 總機 510 或 9

◇ 一年級導師分機 211

◇ 校長室分機（陳秀惠校長）110

◇ 教務處分機（李碧玲主任）210

◇ 學務處分機（魏博彥主任）310

◇ 總務處分機（杜惠玲主任）510

◇ 輔導室分機（古明倉主任）610

◇ 附屬幼兒園 640

◇ 學校網址：<http://www.smes.tyc.edu.tw>

桃園市龍潭區石門國民小學 敬上



---石門，開展孩子豐富多彩的童年

親愛的爸爸媽媽您們好：

感謝您們將孩子交到我們的手中，孩子豐富的學習之旅就要開始，

我們承諾，以最大的努力給孩子最美好的六年時光。

孩子的學習路徑是多元而且富挑戰性的，

孩子是由一百組成的：

一百種思考方式，一百個念頭，一百個反應……

我們運用不同的教學方式以符應不同學生的學習需求，

我們努力傾聽孩子們的聲音，解決他們心中的疑慮。

我們搭建知識的鷹架，引領他們開啟世界之窗，

培養他們日常生活的應對進退好品格：

愛清潔、有禮貌、守秩序、能負責、重倫理、

會關懷、肯助人、懂合作、願分享；

教導他們各領域、各階段的學習，

讓孩子在國小六年學到應有的基本學力與能力，

健康、快樂是起點；樂群、希望為目標，

讓每個孩子充分展能、追求卓越！

感謝您，我們最尊敬的家長們、最關心孩子的教育合夥人，請您與我們站在同一條線上教育孩子，給我們最大的支持與協助，相信我們的教育專業，一起教育「我們」的孩子。

校長 陳秀惠 敬啟

前言

◎在孩子成為小學生之前，父母應該如何協助他們？

幼稚園與小學的銜接，一直是個問題，父母在這個階段願意花多少時間在孩子身上，是很重要的。不管是行為上的適應，或是學業上的學習，家長都可以幫忙，因為老師不可能對三十個孩子都非常仔細，家長卻可以直接幫助自己的孩子。例如，不管到一個開放或封閉的學校，孩子們都會很好奇，有些學校也許不會去解答孩子的疑惑，家長們就可以找機會帶著孩子看學校內的狀況，討論學校的事，滿足孩子的好奇心。

寫功課是每一個進入小學的孩子，最難適應的一件事。孩子們常會問：『我為什麼要寫字？』這個時候家長就可以告訴他們，是為了將來要讀書讀報或其他理由，所以要寫字認字，這比一味逼孩子寫來得好。有些孩子上課無法專心，坐不住，甚至喜歡打人，都有賴家長配合老師對孩子提供協助。

每一階段的孩子都會有改變，孩子進入小學前，父母應該給他們一些觀念，包括用餐的觀念，教導他們細心觀察與思考，懂得尊重他人及對自己負責，只要這些觀念先培養好，任何學習環境的改變，孩子都能適應。

家長與孩子最擔心的，是不曉得會面對什麼樣的老師？家長與老師應相互信任，儘量以見面或聯絡簿多溝通，沒有哪一個老師會刻意要傷害孩子的。另外，在孩子一、二年級階段，父母應多陪陪他們，協助孩子學習與適應。

107 學年度新生家長座談會各處室宣導資料

教務處

桃園市龍潭區石門國民小學 107 學年度第 1 學期行事簡曆

一、學生上學放學作息時間

	07：25~07：45	12：35	15：40
週一	上學 【本時段有交通導護及 交通志工維護學生上學 安全】	低年級放學	中、高年級放學
週二			全校放學
週三		全校放學	
週四		低年級放學	中、高年級放學
週五		中、低年級放學	高年級放學

二、重要行事

日期	星期	行事	備註
107.08.25	六	迎新及新生家長座談會	
107.08.26	日	祖父母節、童軍團聯合升團儀典	
107.08.27	一	教師備課日	
107.08.28	二	返校暨教師備課日	10：00 放學
107.08.29	三	教師備課日	
107.08.30	四	開學日、課後照顧班開始上課	依作息時間放學
107.09.06	四	班親會	
107.09.12	三	全校國字能力檢測	
107.10.10	三	國慶日放假 1 天	
107.10.27	六	運動會	
107.11.02	五	運動會補假	
107.11.13	二	期中評量【國語、自然、英語】	
107.11.14	三	期中評量【數學、社會】	
107.12.22	六	補行上班上課日	
108.01.01	一	元旦連假 4 天(12/29~1/1)	12/31 彈性放假
108.01.10	四	期末評量【國語、自然、英語】	
108.01.11	五	期末評量【數學、社會、健康與體育】	
108.01.18	五	休業式	依作息時間放學
108.01.19	六	寒假開始	
附註說明		107 年 2 月 11 日第 2 學期開學日	

桃園市龍潭區石門國小 107 學年度第 1 學期課後照顧服務調查

- 一、依據：桃園縣政府 100.1.24 府教小字第號 1000032167 函辦理。
- 二、實施原則：以自由參加為原則，經家長申請並同意按時自行接送回家。
- 三、實施時間：自 107 年 8 月 31 日起，週一至週五放學後至下午 05：40。
(除遇學校放假日，如國定假日、週休二日、學校補假等)。
- 四、內容：安排具活潑、多樣化之團體活動及作業指導為主。
- 五、對象：本校學生。
- 六、人數：每班以 20 人至 25 人為原則。參加人數未達 20 人之年段不開班。
- 七、收費：
 - (一) 持有低收入戶、身心障礙、原住民籍證明之學童，得減收當月費用。
(檢附相關證明有效文件正本及影本各一份)
 - (二) 每生每小時收費新臺幣 20 元，按月收取，並採全程收費方式為原則，學生請假不得申請退費。當月中途加入，收費不予另計；中途退出，剩餘日數不予退費；轉學生轉出、轉入當月可按日計算。
 - (三) 每日照顧時間至下午 05：40，費用亦計算至下午 05：40。(中途離校回家，費用不退回)。

八、說明：

- (一) 本學期上課預計至 107 學年度上學期期末。
- (二) 上課時間表

時間	低年級	中年級	高年級
星期一	12：40~17：40	15：40~17：40	15：40~17：40
星期二	15：40~17：40	15：40~17：40	15：40~17：40
星期三	12：40~17：40	12：40~17：40	12：40~17：40
星期四	12：40~17：40	15：40~17：40	15：40~17：40
星期五	12：40~17：40	12：40~17：40	15：40~17：40

- (三) **請家長務必仔細衡量，無法於 5:40 接送孩子者，請勿報名參加。**

107 學年度第 1 學期課後照顧服務調查回條

- (1) 填表前請詳閱各項說明。
- (2) 不參加者免交此回條。謝謝您!
- (3) 持有 身心障礙證明 低收入戶證明 原住民籍證明 無 (請打 v)

參加學生：() 年 () 班姓名 () 家長簽章：

聯絡電話 日： 夜：

● 特殊身分減免一覽表

身分別	繳納證件	註冊減免	備註
低收入戶	區公所開立低收入戶證明	保險費、家長費	
學生殘障	殘障手冊	保險費	重度(含)以上者才可減免
家長重度殘障	重度殘障手冊	保險費	重度(含)以上者才可減免
原住民	戶口名簿(戶籍謄本)	保險費	
外籍配偶子女	戶口名簿(戶籍謄本)	無減免	

開學後請繳交相關證件到註冊組。

開學後新生將由學校統一製作市民卡。

● 教學組

預計第 12 週(11/13)進行注音符號會考，無期中評量，期末評量與其他年級相同。

● 資訊組

學校首頁 www.smes.tyc.edu.tw

學校粉絲專頁 <https://www.facebook.com/tycsmes/>

開學後將會為每一位新生拍攝大頭照供校務系統及市民卡使用。

● 設備組

● 107學年度教科書決議採用版本

年級	科目	冊次	第一順位
一	國語	1	翰林
二	國語	3	翰林
三	國語	5	康軒
四	國語	7	翰林
五	國語	9	翰林
六	國語	11	康軒
一	英語	1	何嘉仁HiABC+

二	英語	3	康軒YoHo
三	英語	1	康軒Follow Me
四	英語	3	康軒Follow Me
五	英語	5	康軒Follow Me
六	英語	7	康軒Super Wow
一	鄉土(閩語)	1	真平
二	鄉土(閩語)	3	真平
三	鄉土(閩語)	5	真平
四	鄉土(閩語)	7	真平
五	鄉土(閩語)	9	真平
六	鄉土(閩語)	11	真平
一	鄉土(客語)	1	康軒
二	鄉土(客語)	3	康軒
三	鄉土(客語)	5	康軒
四	鄉土(客語)	7	康軒
五	鄉土(客語)	9	翰林
六	鄉土(客語)	11	康軒

數學決議採用版本為：

年級	科目	冊次	第一順位
一	數學	1	南一
二	數學	3	南一
三	數學	5	翰林
四	數學	7	南一
五	數學	9	南一
六	數學	11	翰林

社會決議採用版本為：

年級	科目	冊次	第一順位
三	社會	1	康軒
四	社會	3	南一
五	社會	5	康軒
六	社會	7	翰林

自然與科技決議採用版本為：

年級	科目	冊次	第一順位
三	自然	1	南一
四	自然	3	翰林
五	自然	5	康軒
六	自然	7	翰林

藝術與人文決議採用版本為：

年級	科目	冊次	第一順位
----	----	----	------

三	藝術與人文	1	康軒
四	藝術與人文	3	康軒
五	藝術與人文	5	康軒
六	藝術與人文	7	康軒

健康與體育決議採用版本為：

年級	科目	冊次	第一順位
一	健康與體育	1	翰林
二	健康與體育	3	翰林
三	健康與體育	5	南一
四	健康與體育	7	康軒
五	健康與體育	9	翰林
六	健康與體育	11	翰林

綜合活動決議採用版本為：

年級	科目	冊次	第一順位
一	綜合活動	1	南一
二	綜合活動	3	康軒
三	綜合活動	5	南一
四	綜合活動	7	康軒
五	綜合活動	9	南一
六	綜合活動	11	康軒

生活決議採用版本為：

年級	科目	冊次	第一順位
一	生活	1	康軒
二	生活	3	康軒

● 學務處

一、 上學及放學

1. 上學時間：07：25~07：45（考慮學生安全，不宜太早或太晚）
2. 自行步行學生，如需穿越馬路請到校門口聽從交通指揮過馬路
3. 家長接送及專車接送之學生，請將車輛停放在本校對面王朝餐廳停車場，再由本校交通指揮引導進入校園。（備註：請將車輛依序停好，勿佔用入口處，以免影響後車進行。）
4. 放學時間家長及專車接送之車輛亦停放在本校對面王朝餐廳停車場，放學時導師將送學生至大門，學生在本校大門兩側走道等候，如逾時未接送，學生回校內（溜冰場. 及中廊）等候。
5. 正門兩側車輛請勿停留或迴轉，以維持交通順暢。側門道路為學生上學徒步區，車輛請勿進入。
6. 本校大門口放學時間，嚴禁所有車輛進出，以維護學生安全。
管制時間：中午：12：20~12：50
下午：15：30~16：00
管制時間請本校所有家長們全力配合，如有不便之處請多見諒！
7. 家長接送、停車示意圖及其他說明，請參酌附件「學生通學安全宣導單」。

二、 服裝：當日有體育課者，請著本校體育服。無體育課之日著清潔整齊之服裝。體育服應佩掛名牌（建議將名牌縫於體育服左胸前）。

三、 校園無菸、反菸、拒菸宣導，請家長在家也能身體力行。

四、 為防止登革熱及腸病毒等傳染性疾病的發生，請注意個人飲食衛生習慣並協助清除居家社區病媒蚊孳生源。

五、 請假：如學生需請假，無法到校上課，請家長事先打電話通知導師。

六、 為維護學生用餐安全減少紙餐盒使用，請家長自己為子女準備便當或參加學校營養午餐。

七、 營養午餐：

1. 供應方式：委外辦理（葷素皆有）。供餐形式：3菜1湯，每週供應2次水果。
2. 費用：35元/餐。
3. 繳納收費方式：持註冊單至土銀或超商繳費，信用卡刷卡（相關手續費依各發卡銀行規定辦理），每學期收費2次。
4. 減免補助：家境清寒、持有低收入戶、中低收入戶、突遭變故者，視狀況向班導提出申請。
5. 其他：每週供應3天有機蔬菜、1天吉園圃蔬菜、1天非基改食材。

八、 其他：

1. 為考慮緊急情況，請家長提供緊急聯絡通訊資料，以備不時之需。
2. 請家長配合指導上學、放學安全，不可在路途中逗留，注意孩子放學返家

時間。

3. 多和導師聯繫，使彼此了解小朋友在校及在家情形，利於掌握小朋友的動向給予恰當之輔導。

九、 本校為健康促進學校計畫執行學校，請家長們配合學校主題宣導，建立無菸家庭、拒嚼檳榔，給孩子一個乾淨家園；為保護孩子視力，請注意家庭照明是否充足，並減少小朋友看電視、打電動電腦時間，注意小朋友讀書、寫字姿勢，減緩降低視力惡化趨勢，以確保小朋友身心之健康。

十、 石小志工召集令：

招募對象有交通志工、圖書館志工、品格說故事志工、健康中心志工、晨間課業輔導志工、體育志工等，歡迎您的加入。

十一、防詐騙宣導：

詐騙集團猖獗氾濫，常有家長接獲詐騙集團電話，謊稱學生被綁架，造成家長相當驚嚇與恐慌。為免讓歹徒有機可乘，請務必叮嚀小朋友注意本身安全。在上課時間如有接到詐騙集團電話—謊稱學生被綁架之事。緊急處理方式：

1. 先打電話到學校確認學生是否在學校？學校電話：03- 4711752 轉 310 學務處或轉 9、512 由總機轉接，並留下您的聯絡電話。
2. 學校接到電話後，會緊急確認小朋友是否安全在校上課，再由小朋友打電話給家長報平安。
3. 如果小朋友下課後上安親班時間，請直接與安親班老師聯絡，確認小朋友是否安全。
4. 接獲詐騙集團電話，謊稱學生被綁架，請務必冷靜，可撥打防詐騙專線「165」查證，不要慌亂讓歹徒有機可乘。預防詐騙大家同心協力合作，以確保生命財產之安全！
5. 請與孩子建立僅有您與孩子知道的通關密語，以茲辨識。

十二、學生通學安全宣導〈如下〉

學生通學安全宣導單

為了學生通學安全及週邊的順暢，請來校接送小朋友的家長們，能配合學校幾項措施，因您的合作與支持，我們的放學隊伍會更有秩序、更安全順暢：

- 一、請和小朋友約定每天等候地點，不管家長早到或晚到，在同一地點等候。
- 二、警衛室門口前附近及正校門口、兩小側門前的半圓環地帶，請不要等候及逗留，以利本校學生放學之順暢。
- 三、請家長們不要單獨帶小朋友穿越馬路及闖紅燈，麻煩配合交通指揮於旗手前排

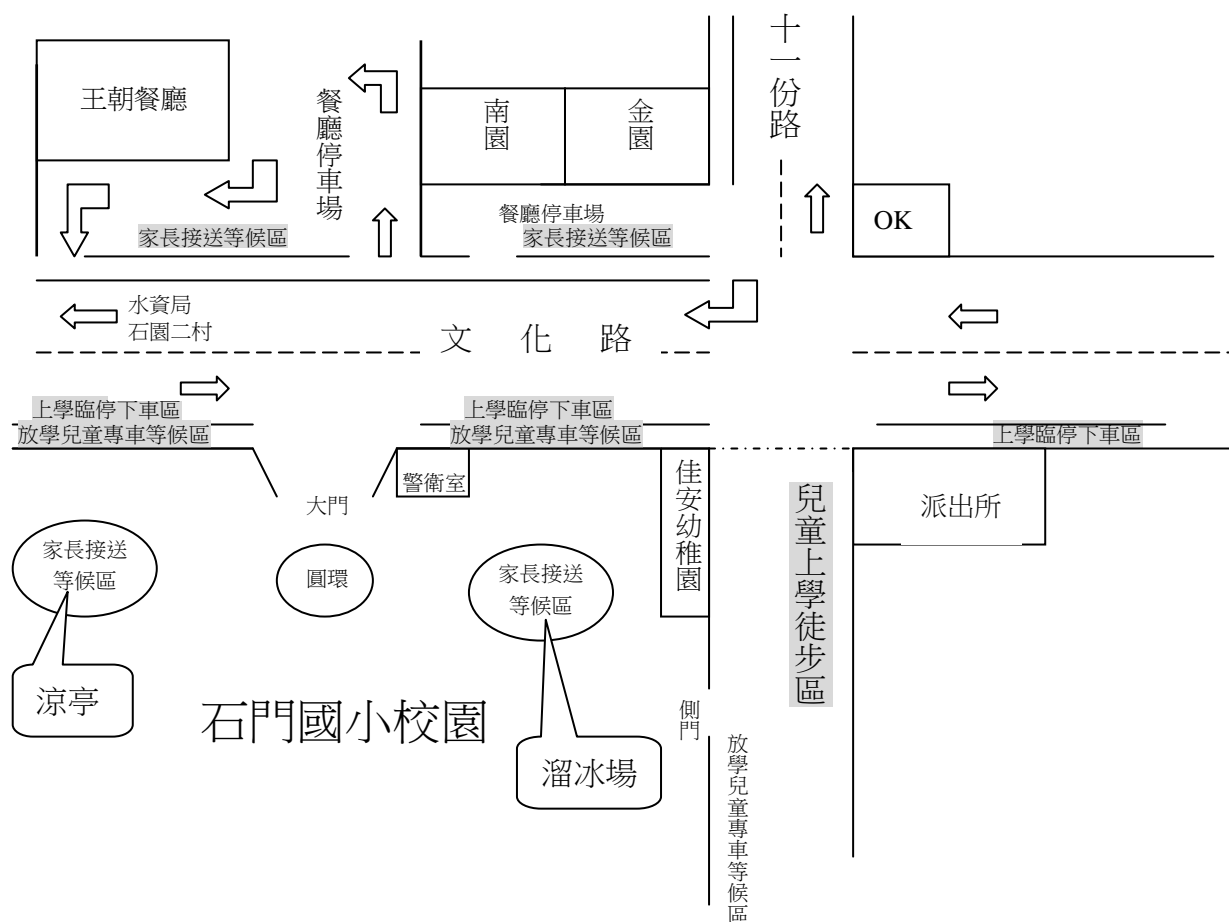
隊等候，謝謝！

四、校門口及對面網狀線，請不要停放車輛，以免影響到學生隊伍的順暢。

五、本校週邊馬路可停車位置有限，而家長請託載送學生之課後接送車數量眾多，為顧及學生安全及維持交通順暢，故規劃校門兩側及側門為課後接送車接送專區。自行接送學生之家長車輛請多利用校門對面活魚餐廳停車場。

以上幾點，請家長們能夠全力支持與配合。謝謝！

家長接送、等候學生及行車示意圖：



另因學校後側門因巷道狹窄，迴車不易，之前未實施管制時，常回堵至路口，影響主線道車輛的通行，而小朋友在車陣中穿梭，險象環生。自 94 學年度起（配合派出所啟用後實施），此巷道已設為「學童徒步區」，上學時段家長車輛禁止進入，以維護學童安全。自實施以來，大家都能配合，路口交通不再打結，家長也放心讓小朋友自行走側門上學。但學期中，仍因部分家長可能不知道這個維護學童安全的措施，而開〈騎〉車直接載小朋友到後側門，並影響到其他小朋友的安全。今特此通知 敬請配合。

其他相關措施如下：

1. 逸園下來左轉車輛，可於派出所前人行步道讓學童下車，沿學校側門巷道〈學生徒步區〉進入校園。
2. 逸園下來右轉車輛，可於金園、南園、王朝餐廳停車場讓學童下車，聽從警衛、交通服務隊指導，從正門口進入校園。
3. 石園二村方向來車，請於校門兩側接送區讓學童下車〈請勿久停〉，沿學校兩側人行道進入校園。
4. 注意事項：****車輛需久停，請停放在金園、南園或王朝餐廳停車場。**
****若小朋友因腳傷等因素有特殊需求須直接進入巷道時，請低速前進並禮讓徒步區內的小朋友。**
5. 行車示意圖：如上圖
6. 學生放學方式調查表：為了讓老師更了解貴子弟放學的動向，並便於規劃班級放學路隊，請詳填下表並於新生報到日當天撕下**調查表**繳交給導師。

石門國小學務處 敬啟

.....

學生放學方式調查表 〈 ___年___班、學生：_____〉

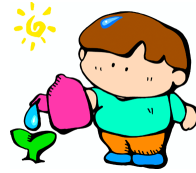
方式 1. 自己走路回家

方式 2. 家長接回《等待區：教室、溜冰場、涼亭、餐廳停車場、
警察局門口、其他 _____》

方式 3. 搭乘兒童專車
《上車地點：_____負責人：_____ 聯絡電話：_____》

方式 4. 搭乘安親班專車
《上車地點：_____名稱：_____ 聯絡電話：_____》

方式 5. 其他 _____



『石門國小志工』招募調查表

敬愛的家長您好：

孩子的教育，需要您我的共同參與！我們誠心歡迎您加入志工團隊這個大家庭，您的愛心將會給石門的孩子打造彩虹般多采多姿的未來！

殷切的期盼您能提供個人的經驗或專長，協助學校有效的推展各項服務，期待我們的孩子能在充滿關懷及溫馨的氣氛下健康快樂的成長。

目前本校正在積極招募志工新成員，志工的服務是自願性的工作，但它代表您對教育的愛心與奉獻。歡迎阿公阿嬤也能加入我們，也歡迎推薦街坊鄰居、社區民眾參加。石門國小將因您的參與而更美好。如有問題，請致電4711752轉310。

※ 您的參與將是我們熱切的期待；您的付出更是全體學子的福氣 ※

石門國小敬邀

本表填妥請繳回學務處訓育組

-----回-----條-----

我是____年____班____號 學生：_____的家長

我已是本校 圖書志工 交通志工 品格志工 學習輔導志工 生命教育志工
因為很忙，所以無法參加。

我很樂意參加，我願意加入下面的組別(可複選，如有問題可洽分機詢問)：

1. () **圖書志工**：學生上學期間，依時段輪值協助圖書館運作(分機 210 設備組)。
2. () **交通志工**：幫忙上、放學時段，學童安全過馬路的維護。(分機 310 生教組)。
3. () **學習輔導志工**：晨光時間，輔導需要個別學習指導的學生(分機 610 輔導組)。
4. () **品格志工**：週四晨光時間為班級孩子上品格課程(已有教材，分機 320 訓育組)。

註 1：第 1、2、3 項服務時間可議；第 4 項服務時間則固定。

註 2：生命教育志工限「已完成彩虹愛家課程訓練」家長，暫不對外開放。

※**有意願參與**，請填寫基本資料，以便建立志工資料及聯繫：

姓名			志 工 經 驗	<input type="checkbox"/> 其他單位志工 <input type="checkbox"/> 尚無志工經驗	志願 服務 冊	<input type="checkbox"/> 有 志工服務冊 編號	
出生 日期	年	月	日		<input type="checkbox"/> 無		
教育程度			<input type="checkbox"/> 國中及以下 <input type="checkbox"/> 高中(職) <input type="checkbox"/> 大專 <input type="checkbox"/> 研究所				
性別	<input type="checkbox"/> 男 <input type="checkbox"/> 女	身份證 字號			為資訊傳達，敬請註明，若無子女也可寫小幫手		
電話		(O)	(H)		子女姓名	就讀班級	
行動電話					年 班		
E-mail					年 班		
傳真			住址	市 區 里 鄰 路(街) 段 巷 弄 號 (之) 樓			

健康中心

親愛的新生家長您好：

國小階段的學童，生長發育及活動力皆處於高峰，故其生理發展及健康狀況特別需要家長及學校一同關心，也需要我們一同努力讓其養成健康的生活習慣。

(一)現今學生普遍的健康問題有「**視力不良、齲齒、體重過重**」，為防範這些問題，以下事項請您能夠注意配合！

1. 健康中心每學期執行測量身高、體重及檢查視力，如發現視力不良者將發下通知單，屆時請帶至醫院或診所做進一步的檢查，切勿直接帶至眼鏡行配鏡，應請醫師做進一步的確診。一般視力保健在於預防近視的發生及延緩發作的年齡以及在近視發生後，減緩其「增加度數的速度」，故請家長一同注意孩子均衡的營養、適度的運動及充足的睡眠，避免長時間近距離的用眼，注意其閱讀時適當的照明、正確的姿勢、大小適當的字體，看電視、電腦應用眼 30 分鐘休息 10 分鐘。

2. 齲齒方面，目前仍有錯誤的觀念，認為乳牙會換不必治療，導致兒童齲齒嚴重，其實每顆牙齒生長都有其時間表，每個乳牙會引導永久牙長到正確位置，如果乳牙因蛀牙的原因提早拔除，後面牙齒會逐漸往缺損處靠攏，使將來恆牙所能生長的位置不夠，造成齒列不正，不但影響美觀，且容易堆積食物殘渣，造成蛀牙或牙周病。且乳牙下面有恆牙，乳牙若有發炎或化膿狀況，都會影響發育中的永久牙，千萬不可輕忽乳牙蛀牙的問題。

氟化物已經被牙醫界證實可降低齲齒發生率，目前學校每週二執行含氟漱口水使用，也推行餐後潔牙工作，希望家長在家也能提醒餐後潔牙的重要性，助其養成習慣，發現孩童有齲齒問題，也能儘早讓孩子及早就醫矯治。

3. 體重方面，肥胖的兒童較易疲倦、呼吸急促、造成心血管器官負荷、體能亦較差，體重過輕的兒童則有發育不良的隱憂。為維持適當體重，其過程需要貴家長隨時注意貴子女日常飲食內容，避免攝取過多熱量與油脂，儘量少吃零食、甜食與高糖飲料，並增加運動頻率，以消耗多餘熱量，培養均衡營養飲食，以促進學童健康。

(二)為讓幼童能在入小學前於醫療院所接受醫師的診察接種疫苗，及早獲得保護力，故麻疹腮腺炎德國麻疹混合疫苗(MMR)、減量白喉破傷風非細胞性百日咳及不活化小兒麻痺混合疫苗(Tdap-IPV)、日本腦炎疫苗皆應於入小學前完成，並於入學後，統一繳交健康手冊之預防接種紀錄^影_本，以檢視幼童各項應接種之疫苗項目。若因故未能在開學前將學前注射完成，學校將會發給疫苗補接種通知單，家長請於一個月內帶學童至衛生所或醫療院所補接種疫苗，並將補接種證明單交回健康中心，以完成疫苗接種登錄。

(三)健康中心可為學生進行緊急傷病處理及提供短暫休息，但如遇緊急狀況或需要時會聯絡家人帶去就醫或學校協助送醫，故請於緊急聯絡單上明確清楚填寫孩童之身體健康狀況及注意事項，緊急聯絡電話有更改時，請隨時與健康中心聯絡。

(四)生病時要去看**合格的醫師**，勿相信偏方或密醫，加強指導學童勤洗手及戴口罩，減少到公共場所，罹患傳染病時，應主動請假在家休養並自我隔離，不勉強到學校。

(五)學校推行正確用藥合作之社區健保藥局為「**大立健保藥局**」，有任何用藥上的疑慮或受傷傷口的問題，專業藥師可以為您解答喔!

電話：4093487 地址：龍潭區民族路 218 號。

衛生組【請配合學生書包減重活動】

敬愛的家長您好：

您知道您的寶貝每天帶多重的東西上學嗎？您知道這幾年來本校一直大力推廣學生書包減重活動嗎？

根據醫學報導，學齡期的學童正處於骨骼生長階段，女孩 10 到 12 歲開始快速成長，16 歲左右遲滯下來；男孩在 12 到 14 歲開始快速成長，18 歲左右遲滯下來。這段時間骨骼可塑性大，再加上肌肉承重力、耐力不足，此時若有不正常的外力介入，例如：不良的背書包方式、書包超重…等，都可能影響脊柱的發展，嚴重的話還會造成脊柱側彎和肌肉、韌帶拉傷。

根據台大醫學院黃伯超教授提供的奧地利文獻資料，小孩如果背書包走 15 分鐘，書包重量應以體重的 12.5% 為上限；更有文獻指出不得超過體重的 10%。即體重二十公斤的小學一年級學生書包重量應少於 2.5 公斤；體重四十公斤的小學六年級學生書包重量應少於 5 公斤，否則就是超重，將會影響脊柱生長發育。除此之外，身體左右對稱也很重要，所以建議採用雙肩背負書包，重量應接近骨盆，緊貼腰背，肩帶加寬以減少對上背肌肉的壓迫（劉佩芬，民 96）。

總而言之，背書包及選用書包要注意下列事項：

- 一、書包重量〈含手提所有物品〉不可超過體重的 12.5%（即 1/8）。
- 二、書包應雙肩背負，肩帶要寬。
- 三、空書包宜量輕，材質佳。
- 四、重量接近骨盆、緊貼腰背。
- 五、每日上放學僅攜帶當日所需之文具、書籍，非必要帶回家之書籍及學用品，請置於班級個人置物櫃。
- 六、學生上安親班之物品請另行處理，盡量不要帶至學校，以免增加重量。
- 七、盡量不要使用拖式書包。（請考慮學生上、下樓梯之不便性。）

希望我們共同維護學童骨骼之正常發展，並培養學生良好的體態，減輕學童課業壓力，以促進身體健康及快樂學習。

石門國小學務處衛生組

總務處

一、上課期間校園不開放。校園開放時間：

平日週一至週五：早上 6:30~7:00，下午 17:40~18:30。

假日：6:30~18:30

二、學生註冊收費方式採用土地銀行代收、信用卡刷卡(相關手續費依各發卡銀行規定辦理)或便利商店(7-11、全家、OK 或萊爾富等四大超商均可代收，但要自行負擔手續費 6 元。ATM 轉帳或手機 APP 繳費，手續費依銀行規定) -，家長會費 100 元，一戶繳交一份，由最低年級繳交。

三、本校所有遊戲器材皆定時檢查維修並豎立使用規則。

四、本校自來水塔每年定期清洗一次，所有飲水機設備，三個月換一次濾心水質檢測，並定時維修，衛生安全無虞。

五、校園修繕：發現校園有須修繕地方請至總務處或上本校學務系統網站通報。

六、午餐供應廠商由學校上網招標辦理評選產生。

七、各班請於班親會時選出三位家長代表。其中一位為家長委員，另外召開家長代表大會，改選家長會組織。

輔導室

一、生活輔導

- (一)請將您牽引孩子的手，安心的交到學校老師的手上，共同為孩子的學習而努力。
- (二)請善用聯絡簿、電話等與導師保持密切聯繫，協助新生儘早適應國小生活模式。

二、學習輔導

配合老師的專業指導，學校學習課程規劃，陪同孩子一起建立良好學習的習慣。

三、特教服務

- (一)本校設有資源班，協助需要特殊學習服務需求的學生，能更有效學習以培育其優勢。
- (二)資源班服務對象的優先順序為領有身障手冊及經建輔會鑑定需安置的身障生。

四、夥伴招募

- (一)陪同孩子的學習需要您的支持與投入，歡迎家長投入認輔行列與學習輔導，擔任志工。
- (二)學習輔導志工報名請記得於學期初，報名學校志工招募，共同提升學生的學習能力。

五、親職教育

- (一)親職活動：每年於三月至五月底辦理親職教育日，及各學期會規劃班級親師座談會等交流活動
- (二)親職講座：申請教育部及市府等專案計畫，延聘學者專家辦理親職教育講座。

(三)親職資訊：學校定期出刊石門國小通訊刊物，提供家長親職教育專業與寶貴資訊。

六、 新住民學習輔導

有鑒於台灣地區外籍配偶日益劇增，且因時空因素形成相對弱勢族群，又缺乏文化自信，對社群關係疏離，故配合桃園市新住民學習中心辦理相關學習輔導活動。其目的希望讓外籍配偶均有機會參與多元學習，使能順利融入社會且又具備基本謀生及教養兒女的能力，提升生活中應有的知識與能力。

各位家長若有此類需求，請洽桃園市新住民學習中心，或逕洽輔導室，我們很樂意為您提供服務。

桃園市新住民學習中心：

網址 <http://ticfl.tyc.edu.tw/newarrivals/>

地址：324 桃園市平鎮區龍南路 315 號

電話：03-4506279、4501450#222

FACEBOOK <https://www.facebook.com/immigrantlc>

重要宣導與參考資料

成功的第一步

從幼稚園上小學是孩子真正邁入學校教育的開始，也是孩子面臨的第一件成長大事。父母此時必需扮演一個『引路者』的角色，把孩子送上學習的跑道，他才能平安順利的起步。父母該有的準備是：

1. 讓孩子瞭解小學和幼稚園生活常規、作息的不同。
2. 幫孩子們準備一個合適的讀書環境；有一張屬於他自己的書桌，且能遠離電視，讓他專心學習。
3. 剛入學頭幾天，父母可陪孩子上、下學，了解學校環境，協助整理書包、服裝儀容，但要逐漸放手，讓他獨立。
4. 親自為孩子準備早點，讓孩子吃了早餐再出門。
5. 養成孩正常作息，早睡早起的好習慣為了孩子您該以身作則。
6. 孩子做功課時，父母在旁看書，既能隨時指導，又可作良好示範。
7. 多抽空和孩子談談學校生活樂趣，如：『今天在學校有什麼有趣事情？』
8. 有問題和老師溝通時，宜理直氣和，不要當著孩子的面批評或貶責老師。
9. 和老師保持聯繫，瞭解孩子並共同尋求合適的方法教育孩子。
10. 善用聯絡簿，可與老師共同配合指導孩子的行為、習慣。
11. 不要太在意考試或太重視學業成績，那會造成孩子莫大的壓力，畢竟分數不代表一切，該在意的是孩子是否快樂的學習。
12. 適度的壓力及不傷害孩子人格自尊的小挫折，將會幫助孩子成長。不要過於縱容孩子，那會寵壞他。受過挫折而成長的孩子，翅膀會較堅強，將來可以飛得較高較遠。
13. 鼓勵孩子做家事，做他該做、能做的事。
14. 留下家中及工作地點電話、地址，以便校方遇緊急狀況時聯絡使用。
15. 知道孩子就讀班級和級任老師姓名。

家長怎樣與學校聯繫

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。

下列事情可直接先找級任老師協助：

1. 請假。【請假專線電話：(03) 4714523】
2. 轉學。
3. 學習困難。
4. 行為問題。
5. 學校重要行事活動內容（如評量、放假、校外教學等）
6. 對學校建議事項。



家長與學校之間的配合

食：

1. 每日務必讓孩子用畢早餐再上學，以保持良好的體力，從事學習。
2. 指導孩子不購買路邊攤販不潔食物。
3. 上全天課時，儘量請父母為孩子準備『愛心便當』或參加學校午餐。
4. 鼓勵孩子多喝開水，少喝加味飲料。

衣：

1. 請配合課程活動，指導孩子穿著運動服或便服以利學習。（課程有體育課時請穿著體育服）
2. 下雨天請穿著長度適中黃色雨衣，避免攜帶雨傘，以維護安全。

住：

1. 請指導孩子記住自己家中，或父母上班地點的電話，以備緊急聯絡之需。
2. 認清孩子自己的班別、教室位置及教師辦公室、健康中心等。
3. 請隨時指導孩子迷路走失的處理能力，宜立於原地不慌亂，認明附近明顯建築物，並迅速向家人警察或商家求助。
4. 指導孩子不隨便聽信陌生人，而告知自家住處。

行：

1. 請依學校規定時間，指導孩子上下學，為安全起見，請勿遲到早退，切莫提早到學校。
2. 請配合學校規定，指導孩子排隊上下學。
3. 接送孩子上下學，務必約好時間地點開車接送回家，切勿在校門口讓孩子上下車。



家長如何幫助孩子學好注音符號

當孩子進入小學，第一個面對的考驗，就是注音符號。如果注音符號學得好，國語文才能學得好；而國語文又是一切科目的基礎，是所謂的『工具學科』，由此可見學好注音符號有多麼重要。身為家長，又該如何幫助學好注音符號呢？提供下列建議供家長參考。

◇ 多複習：

當孩子放學後，不妨陪孩子做功課，了解他當天所學的課程，然後叫孩子把功課唸給你聽。當他唸得正確，而且也了解意思，這功課才有意義。千萬不要讓孩子變成『抄寫機器』，一味的抄抄寫寫，當有人問他寫得是什麼？他卻答不出來，豈不白白浪費時間學習。其次，把課本拿出來，請孩子唸唸課文給你聽，要特別注意的是，要分辨孩子是完全了解之後才唸出來，還是像唱歌或念經般絲毫不懂的『唱』出來或『背』出來？如果是前者，孩子能指出每一個字，並了解其意義；如果是後者，你要他指出某字，他會感到困難，那就需要加強指導了。

◇ 拼字練習：

注音符號課本每一課都有拼音練習，家長可以跟孩子一起學習。因為拼音大半是無關連、無意義的字串在一起練習，如『ㄉㄚ、ㄎㄚ、ㄌㄚ、ㄇㄚ』，所以許多孩子不是混淆在一起，就是根本弄不懂。因此家長可以用聯想造詞的方式，使這些注音符號意義化，才比較容易記住。像前例中的拼音練習，可以提示為『滴答的ㄉㄚ、拉鍊的ㄌㄚ、咖啡的ㄎㄚ、青蛙的ㄇㄚ』，更可讓孩子自己來聯想，說不定他想的比你更好，而且他自己想出來的，記憶更深刻呀！

◇ 製作注音符號卡片，指導小朋友練習：

親子共同製作三十七個注音符號的卡片做為拼音練習的工具。最好分為四組：各組不同顏色。

第一組是聲符『ㄉ、ㄋ、ㄌ、ㄇ』，共二十一個，必須和韻符或介符結合，如ㄉㄚ、ㄉㄚ；或和介符、韻符相結合，如ㄉㄞ。而且聲符一定是放在上面。

第二組是韻符『ㄚ、ㄛ、ㄜ、ㄝ、ㄞ、ㄟ、ㄠ、ㄡ、ㄢ、ㄣ、ㄤ、ㄨ、ㄩ』，共十二個，只能放在聲符或介符的下面如一ㄚ、ㄉㄚ；也可單獨使用，如ㄚ，這種情形比較少。

第三組是一、乂、凵三個介符，可單獨用、放在上面、下面或中間。
第四組是儿，只單獨使用或用在儿化韻的字尾，如勺弓 ㄎ丫儿。

我們人一生下來，即使生於家庭環境中，那兒有父母的細心呵護，有兄弟姊妹的友愛互動，因此，在學齡前的兒童，所面對的是最自然的學習環境，凡周遭一切形、聲、色，都是他學習的對象，學起來輕鬆自在而沒有壓力。即使進入幼稚園就讀，所學的也不過是粗淺的語文常識，及人間的基本應對。

步入國小階段後，整個學習情境與方式有很大的改變，注音符號成了整個學習的進階。兒童甫上一年級，即得學習注音符號，面對這種抽象而拗口的符號，學習能力強者，多能進入狀況，瀕得滿分；次者，亦能加緊腳步，迎頭趕上；最糟的是不能適應，或反應差者，則始終原地踏步，致厭惡國語文，討厭讀書。

兒童入學期間，對他們影響最大，除了級任老師之外，就是父母親了，父母在這個階段中扮演著舉足輕重的角色，兒童若能得其鼎力關懷與協助，必可逐漸適應環境，發展潛能。



教孩子學寫字

孩子初入小學，父母在家裡應正確而有效的督導孩子如何端坐，如何拿筆，養成他寫字的良好習慣。這對孩子以後的學習影響很大，為人父母者不能掉以輕心。

如何正確有效的督導初入學的孩子學寫字呢？提供下列意見供大家參考：

1. 執筆正確：『工欲善其事，必先利其器』，假如拿筆的姿勢都不正確，要把字寫好就難了。正確的拿筆方法是：食、拇指握在距筆尖約三公分的地方，中指頂托住筆；筆與桌面約成六十至七十度角。書寫時，手臂配合字由上而下移動，或移動簿子的位置。
2. 坐姿端正：坐的姿勢正確與否，會影響寫字的好壞，良好的坐姿應該是：平肩、挺胸、直腰，與桌面保持適當距離。下巴與桌面的距離，是孩子張開兩隻手掌所連接的高度，而且身體離桌沿大約要一個拳頭的距離。
3. 筆順正確：許多人雖然會寫字，但是筆畫常常是錯誤的，因此在孩子初學寫字時，不必馬上要求他把字寫得工整漂亮，筆畫正確與否才是重要的。如果急著要求孩子要把字寫得工整，易造成他日後寫字慢，字體僵硬的不良後果。
4. 字體大小：父母要提醒孩子把字寫滿格，如此不會因骨骼、肌肉協調與字體小所造成的寫字疲勞，而引起怕寫字的毛病。
5. 保持心情愉快：寫字是一輩子的事，在孩子練習寫字階段，應儘量讓他覺得寫字是快樂的事，所以做父母的，並不是注意孩子是不是把字寫『漂亮』了，或為了合自己的意，讓孩子寫了又擦，擦了又寫。倘若孩子對寫字起了反感，那才真是煩惱的開始呢！

孩子的安全問題

如何安全的回家？

『快快樂樂上學，平平安安回家』，是老師的心願，家長的期盼。可是曾幾何時，擄人勒贖案頻傳，讓家長、老師及整個社會大眾，不禁為兒童的安全捏把冷汗。兒童是國家未來的主人翁，但由於其涉世未深，且身心並未完全發育成熟，因此更需要父母、老師的教導，整個社會的保護，才不致於因本身的善良、純真，而給予歹徒有機可乘，遭致殺身之禍。因此提醒兒童周遭生活環境的安全有所認識與警覺，才能確保自身安全，避免或減少意外發生。

孩子在放學途中，因老師、父母均不在身旁，不能給予任何的協助，因此其自身安全完全是由老師、家長平時對安全教育的指導，才能加以防備。

◎交通安全方面：

1. 走路靠邊走，不隨便穿越馬路。
2. 認識各種交通號誌，並努力遵守行的安全，及乘車安全。
3. 結伴而行、排隊上下學，不脫隊、不插隊。
4. 按照學校規定路線上下學，不要走捷徑或人煙稀少之路。

◎防止失蹤及拐騙的方法：

1. 親自帶著小孩，依照最安全容易辨識的路線，來往一趟學校與住家。
2. 教小孩確實記住家裡的電話號碼和地址，會說也會寫。
3. 確實指導小孩敘說父母名字，上班地址與電話。
4. 告知小孩，上下學途中不要隨便與陌生人交談，或應邀前往某處或做什麼事。
5. 告知小孩直接回家或上學，不在途中逗留。
6. 讓小孩跟著隊伍或群眾走，不要獨自走入小巷。
7. 父母接小孩的途中，如因順道辦事，不要隨便把小孩留在車內或人潮擁擠處（以免成為綁架的肥羊或被衝散）。
8. 如發現有人跟蹤，可先走入某一住商家避一避，或告知身旁路旁

大人。

9. 書包或衣服正面不要寫出字跡很大的名字或住址，以免被歹徒所利用（字跡可以寫在隱密角落，以利應用）。
10. 確實指導小孩使用電話，緊急時知道用電話報警等應變方法。
11. 隨時知道孩子的去處，讓孩子養成隨時向父母報告行蹤的習慣。

一些觀念與意見供各位家長參考

一、 培養良好的學習態度

好習慣要從小養成，父母是孩子最早的啟蒙老師，良好的家庭教育，能培養孩子良好的學習態度。良好學習態度是影響孩子學習成效的重要關鍵。學習態度的指導，可試著由下列事項做起：

1. 陪孩子一起閱讀，養成看書的習慣。
2. 佈置安靜單純的讀書環境，讓孩子專心一致。
3. 鼓勵孩子自我比較，自我肯定，不為分數而讀書。
4. 遇到疑問，建議孩子查詢參考資料，不要直接給予答案，以培養孩子好奇心，願意探尋真相的精神。
5. 孩子的各種成就，父母都能給予肯定。
6. 父母不只著重知識學科，並應兼顧藝能科及品德修養，達成多元智慧發展的目標。

二、 輔導孩子做家庭作業

完成「家庭作業」對某些孩子而言，是件苦差事，如何輔導孩子愉快並有效率地完成呢？試試看下列做法：

1. 當孩子無法持續長時間寫字時，可依照他的年齡和身心狀況，縮短寫作業的時間，如：每寫二十、三十分鐘休息一下。
2. 提供安靜的讀書環境，書桌附近不要有電視、玩具等會干擾注意力的東西。
3. 剛入學的孩子作功課時，家長可以在一旁安靜地看書，對孩子有安定心情的作用。
4. 發現作業有拖拉、髒亂、敷衍、不完整等情形，立即提醒，督促改善。
5. 習作的解答很活，有時不只一個答案，所以勿讓孩子一味抄襲參考書或媽媽手冊，反而限制了孩子的思考能力。

三、 鼓勵孩子一起做家事

別以為不讓孩子做家事，只要寫功課、讀書是為他好。您可知道，不參與家事孩子對家庭不會有親切感，長大之後，對家庭就缺乏責任感，可能會把家當作旅館。讓孩子分擔家務，可以培養他(她)成為有能力的人，提供以下方法，請試試看：

1. 將家務事列出清單，依照孩子的能力分配工作，要讓孩子覺得公平。
2. 家務工作的正確做法，父母應先示範再帶著孩子一起完成。
3. 不要擔心孩子做不好將增加自己的負擔，多練習幾次就會改善。而成為自己的好幫手。
4. 讚美他做得好的部分，他會更願意分擔家務事。
5. 不只以金錢做為獎勵，可依承諾滿足孩子的心願、需求或買他喜歡的東西。
6. 對孩子而言，能和父母一起完成一件事是最令他們高興與滿足的事情。和孩子一起工作一邊遊戲或談天，對他們日後的積極人格、良好人際關係有莫大影響。

四、營造溫馨的家庭氣氛

人類的發展跟家庭息息相關，而家庭氣氛對兒童的人格培養有著密切的關係。良好的家庭氣氛應該是溫馨的、尊重的、支持的、接納的。想想看，這麼做並不難：

1. 民主的管教方式：不以權威來壓制孩子，共同訂定家庭的互動規則，以鼓勵與尊重教導他。
2. 良好的親子關係：能拉近親子之間的距離。如：利用音樂、歌聲、運動。
3. 多與孩子相處：您的事業固然重要，但孩子更需要您多花時間與他相處，多聽聽他的心聲，並和他互相討論課業及生活點滴。
4. 給孩子快樂的經驗：莫讓孩子成為無辜的受氣筒，可利用紀念日、生日等重要日子，使他感受到家庭和樂融洽的氣氛。
5. 給孩子關懷或照顧親人的機會：尤其是對於尊長的照顧。
6. 提供多方面的生活經驗：以促進多元智慧的發展。

讓孩子受適當的苦，是父母有勇氣的愛

「你能伴隨孩子過一生嗎？」這個問題，可以讓家長好好去省思：自己是不是為孩子做太多，因而阻斷了孩子培養自治能力的機會。現在的家長對孩子的付出常常呈兩極的現象，不是漠不關心，就是關心過度，漠不關心固然是問題；關心過度一樣不是好現象。

現在「孝子」這個名詞常常被父母引用來形容自己，孩子襁褓其間父母無微不至的照顧自不待言，在孩子稍大之後，從接送上學、複習功課到穿衣、吃飯、父母都費心力；甚至孩子犯了錯，有了委曲挫折，都要代為排除，把所有的責任都攬在身上，看到這種現象，我們不禁要問：「您的孩子到底會做些什麼？而您能夠陪伴他一生嗎？」

目前的情況，很多家長每天釘著孩子做功課，到最後寫功課好像變成是為父母寫的，而不是自己學習分內應做的事。考試也一樣，太多的家長習於為孩子複習功課，一到考試，家長往往比孩子還著急。常有家長抱怨自己因為工作忙，一時疏於督導孩子的功課，結果考試就明顯退步，碰到這種情形，家長不知是否想過：「學習到底是誰的事？」

關心、愛護孩子雖是無可厚非的事，一旦過度，踰越了父母應當扮演的適當角色，對孩子的成長就會形成阻礙。譬如說，有些孩子上學遲到了或是忘了帶課本、學用品等、家長深怕孩子受老師責罰，不惜把孩

子親自送到教室，或擔任信差為孩子送東西到學校，甚至向老師說情，讓孩子逃避責罰。其實，不管遲到或忘了帶學用品，都是孩子自己應該負的責任，家長一手攬了過去，孩子會根本喪失處理自己問題的能力，如此後果，您說值得嗎？

日本靜岡一所學校親職刊物曾經有這麼一段話：「讓孩子受適當的苦是父母有勇氣的愛；學生全力嘗試之後，才能完成的活動或工作，有助於身心成長與健康。」那些自稱「孝子」的家長，就是欠缺給孩子吃「適當的苦」的機會，一個孩子應做、能做的事，最後在父母親勤於代勞之下，喪失了磨練的機會。

孩子一生當中，可以在父母親庇護下成長的日子其實非常有限，大多路是要靠自己走。如果在父母身邊的日子，家長不能及時培養他料理自己事務、承擔責任、化解委屈的能力，反而事事越俎代庖，以長遠觀點來看，這不是愛孩子，而是害孩子，畢竟能夠伴隨孩子的時間是有限的，不是嗎？