

# 新北市鶯歌區昌福國民小學

## 新鮮人家長手冊



親愛的家長您好：

恭喜您！您的寶貝即將邁入求學的新階段！

小學是人格養成的重要里程，也是培養正向學習態度的基礎，而昌福國小秉持著創校教育願景－「健康」、「關懷」、「智慧」和「創意」辦學，在良善的教學薰陶下，我們的孩子可以在此快樂的學習、健康的成長。

在您的孩子即將踏入昌福國小之前，孩子面對新的環境、同學和老師，需要一段時間適應與了解，我們有一些愛的叮嚀，讓您和孩子對新的學習生活更加放心與期待。



# 新北市昌福國民小學 114 學年度一年級新生開學通知單

## 一、開學日：114 年 9 月 1 日 ( 星期一 )

當天為半天課，開學當天在學校用餐，請記得帶餐盒，

12：35 統一放學。

## 二、到校時間 7：20-7：50。

## 三、本校低年級上課時間安排如下：

1. 星期一、三、四、五讀半天，中午在校用餐完畢後 12：35 統一放學。
2. 星期二讀整天，15：55 統一放學。

## 四、編班結果於 8 月 4 日中午後會公告於學校首頁及校門口。

## 五、午餐：

1. 請自備餐具，可以隔熱為佳。
2. 若不參加學校自立午餐，則請家長自行為孩子準備午餐。

## 六、潔牙用具(請參考備品說明)。



### 潔牙工具：

1. 如臉大、可站立可調整的鏡子
2. 開水瓶及漱口杯
3. 小頭、軟毛牙刷
4. 1000ppm 的含氟牙膏

## 七、學生上課服儀注意事項：

★新生於開學日不必穿著運動服。

1. 本校規定的服裝只有運動服，新生運動服裝會統一於開學後在學校套量，再發給學生及繳費通知。
2. 原則上每週二規定穿運動服，另一天由導師指定體育課穿著。

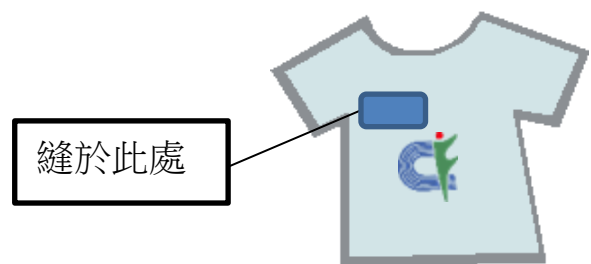
3. 孩子上學穿著除運動服外，以輕便舒適為主，儘量不穿無袖背心及涼鞋。

## 八、請完成學齡前預防注射，兒童健康手冊請於開學後統一交給導師。

## 九、課後照顧班 9 月 1 日(星期一)一年級新生開始上課，相關費用由家長自行負擔。(原住民、身心障礙學生，及低收入戶原則上可全額補助免費參加。)★課後班上課第一天課後班老師會至班上接學生。

## 名牌縫製位置請參考下圖。

將名牌裁剪後，縫於體育服裝的右上方。



- 十、政府對於部分學生提供就學補助或助學金申請，符合下列身份資格者，請家長儘快向班級導師提交相關證明文件，以免影響個人權益。  
(相關證明文件請於開學時交給班級導師。)

類別	資格限定	證明文件
新住民	新住民子女係指設籍本國之在學學生 其父或母一方為與國人結婚之外國人、無國籍人、大陸地區人民、香港或澳門居民，且在臺合法居留、定居或設有戶籍者	1. 戶口名簿影本
原住民	學生本人為原住民 (戶口名簿上有註記為原住民)	戶口名簿影本
低收入戶 中低收入戶	新北市政府或區公所核定之 低收入戶、中低收入戶	1. 社會福利資格證明 2. 戶口名簿影本
身心障礙學生 身心障礙人士子女	學生本人或 父母親之中一人領有殘障手冊者	1. 殘障手冊影本 2. 戶口名簿影本
軍公教遺族子女	領有撫卹證明文件，且新生本人享有 被撫卹身分	1. 撫卹證明影本 2. 戶口名簿影本

- 十一、如還有其他疑問，請來電洽詢。學校電話：8677-3322

各處室分機：教務處 101 學務處 201 總務處 301 輔導處 401

- 十二、學生請假，務必要通知導師，請下載新北校園通 APP 請假，事假請提前一週申請，三日以上請申請核章檢附證明，學校需掌握學生出缺勤動向，請家長確實配合，務必於新北校園通完成請假程序。。



- 十三、新北校園通 APP



## 歡迎來到幸福昌福～

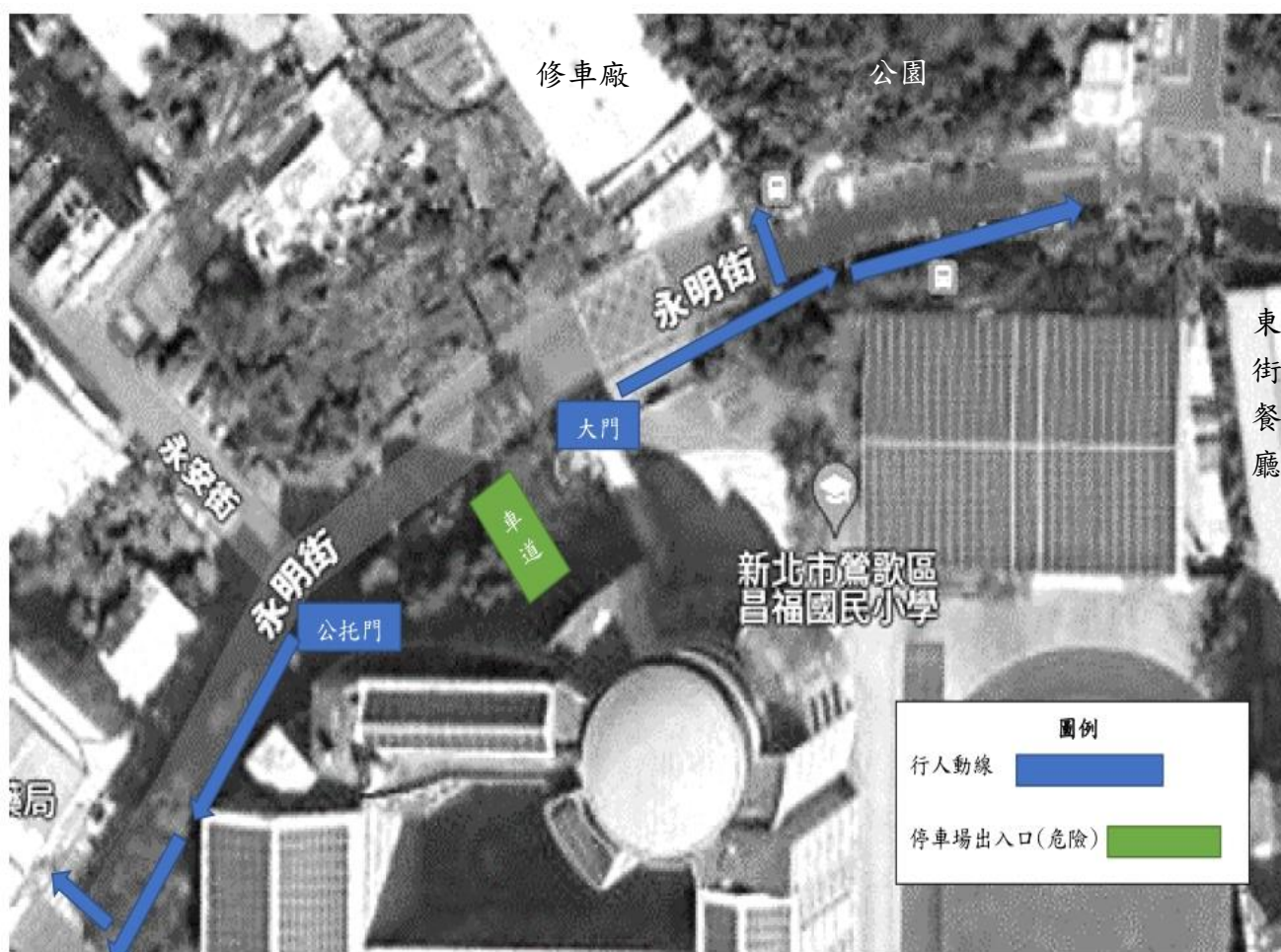
### \* 昌福孩子 上放學及家長接送相關事項

為了讓孩子們每天開心來上學、平安快樂回家，我們貼心地整理了上放學動線說明，請家長務必配合以下事項：

1. **上學時間** 7:20～7:50 **放學時間** 星期一三四五 12:35、星期二 15:55  
《每天在學校用完餐才放學回家》

2. **上放學進出學校共開放 2 個門：大門、公托門（請參閱下圖）**

★請家長留意動線，勿讓孩子穿過車道。



★住在永利街、鶯桃路方向者，走**公托門**。（公托門早上開放至 7:50）

★住在國光街、國華路、東街餐廳方向者，走**大門**。

### **3.汽機車接送注意事項**

★請至校園四周安全區域臨停，切勿逆向行駛或違規。(寧可讓孩子多走路運動，也不要讓自己和孩子處於危險環境)

★校門口斑馬線有導護志工協助過孩童馬路。

★校門口、車道口請勿臨停。

### **4.其他注意事項**

★上放學時間為確保學生安全，不開放讓家長進入校園，有需要洽談公事家長，請配合換證，以進行人員管控。幫孩子送東西，寄放警衛室，由警衛通知領取。

★為了避免小朋友淋雨生病或在雨中奔跑發生意外，請家長幫小朋友在書包中隨時放一件輕便雨衣。

★如孩子放學由安親班接送，請向安親班確認接送位置，告知孩子走正確的門口離開學校，至指定接送位置。

★孩子如因故需要請假，可由新北校園通 app 線上請假，或主動聯繫導師。

★本校現有導護志工多為無子女在校就讀的善心人士，如您願意為孩童交通安全盡一分心力，歡迎參加本校導護志工。有意願者請聯繫輔導處或學務處。



# 昌福國小課後社團與寒暑假育樂營介紹



歡迎您與孩子來到昌福國小，以下資料給家長您參考，開學會發下課後社團簡章，如果有報名意願請依照簡章方式進行報名。

## 簡介

1

學校提供課後社團和寒暑假育樂營，旨在豐富學生的課外生活。課後社團涵蓋範圍廣泛，包括音樂、藝術、體育等，學生能根據自己的興趣和特長選擇參加。寒暑假育樂營則為學生提供在假期中學習與娛樂結合的平台。



## 開課期程

2

依每一學年依照時序分成：上學期課後社團、寒假育樂營、下學期課後社團、暑假育樂營。



## 經常開課社團

3

本校經常開課社團有：書法社、羽球社平日班、羽球假日班、湧泉古箏樂坊、直排輪等。(依照每次開課不同會有所變動，請參考之後發放的報名簡章)



## 報名方式

4

採線上報名：1.於本校首頁【昌福大小事】點選【校園活動報名】進入報名網頁，【登入】輸入學生身分證號、學生生日，於學生所要報名的社團欄位點選【我要報名】。2.簡章的QR-CODE也可進行報名。



## 錄取與繳費

5

達到最少開課人數便能開課，若超過人數上限則依照社團不同為主(舊生優先再抽籤等)。繳費則以校內、校外社團有所分別，屆時請參考簡章。



# **家長可以協助孩子，幫助小一新生快快進入校園生活中的小秘技**

## **1. 到校與飲食建議**

6:30 起床刷牙盥洗，7:00 吃早餐，7:20 上學，理想到校時間為 7:20 至 7:50，請孩子務必吃完早餐再上學，勿攜帶零食及含糖飲料。早餐建議避免高糖分食物（如：奶茶、養樂多、巧克力醬、草莓醬等）。讓孩子吃飽才有飽滿的精神面對一整天的課程。

## **2. 建立良好的家庭作業習慣**

小一新生開始面對天天都有的回家作業，也許是朗讀課文給爸爸媽媽聽，也許是寫今天學到的注音符號，或者通知家長明天學校有什麼活動。可以請孩子自己拿出聯絡簿，告訴爸爸媽媽今天的回家作業有哪些項目，讓孩子分配時間自己一樣樣的完成。

## **3. 克服上學恐懼/分離焦慮**

如果孩子對於上學這件事產生抗拒，很有可能是上學前的準備不足，孩子面對新生活需要提早應對，不管是上小學或者幼稚園，父母親可利用各種機會分享新生活帶來的好處與影響，或利用開學前的暑期或假日，帶孩子到學校走走，引導孩子快速進入新生活的情境中。

即使是每周六日的小度假，星期日晚上都要一起做個收心操，告訴孩子：「明天要上學囉！又可以到學校和老師同學見面！」幫助孩子調整自己的狀態迎接新的一天。

## **4. 把你的擔憂與煩惱告訴老師(孩子適應狀況)**

有些孩子在學校動手打人、掐人或者施加暴力，被打的孩子當然很無辜，但施暴者的狀態，家長有義務要讓老師知道，有些孩子有過動症狀或者注意力不全，妥瑞症、自閉症等等，特殊狀況的孩子不一定能被分派到資源班，當你的小孩上學去，請讓老師知道孩子的真實狀況，在學校發生任何問題，老師可以第一時間掌握現場。有些特殊孩子在班上不一定會造成他人的傷害，請把老師當成你的伙伴，讓老師可以協助孩子進入團體生活。

## **5. 特殊生理需求**

請告訴老師：你的孩子的身體與心理的狀況發展。如對哪些食物過敏、氣喘或者心臟疾病，能吃或不能吃食物都要詳列出來。如果身體對特定食物過敏，家長也許要自行準備孩子的餐點送到學校去。

## **6. 善用親師聯絡簿**

當孩子幫忙做家事，如果媽媽寫在聯絡簿上告訴老師，有心的老師會在班上跟其他孩子分享表揚，讓其他孩子們模仿學習，帶動全班良好的互動風氣。被爸媽與老師認同和讚美，孩子天天都會想要主動參與家務，形成良好的互動與正向循環。

## **7. 開學前後舉辦家長座談會時務必參與**

把你的孩子狀況讓老師知道得越清楚，隨時跟上孩子的發展進程，透過與其他家長的團體討論，大家可以彼此分享對孩子教育的態度。

在親師座談會上，也是你觀察老師的最好機會，這位老師的教學態度與孩子互動的花絮，都會影響你的孩子就學的狀況與氣氛。

## **8. 尊重老師的教學風格**

每位老師都有自己的風格，盡可能尊重老師的教學方式，當老師明顯無法應付孩子們的需求，家長才有出現的機會。在不要出大狀況的前提下，放手讓孩子自然進入學校的遊戲規則，學著適應周遭同學與老師的步調。廣交各個朋友，學習與不同個性不同家庭的孩子相處，學著調整自己適應環境。環境適應力才是家庭裡無法營造的團體課程。也才是學校迷人的地方。

## **9. 專心做一件事**

小一學習階段最大的敵人是放空！讓孩子獨力完成家事，過程中家長避免介入主導，讓孩子練習專心做一件事。

## **10. 電子產品使用**

請留意孩子使用電子產品與觀看電視的時間，避免過度沉迷。建議每日使用時間不超過一小時，並每 30 分鐘休息 10 分鐘。



## 11.成長性思維培養與閱讀習慣

請引導孩子培養「成長性思維」，與自己比較、與自己挑戰，避免與同儕間過度比較。每天保持閱讀的習慣，即使只有 10 分鐘，也能讓孩子沉澱心情、穩定思緒。

## 12.課用品準備

每天晚上請協助孩子依照課表準備好隔天所需的課本、文具、水壺、餐袋及口罩。待孩子熟悉流程後，鼓勵其自行整理。為減輕書包重量，健體課本與母語課本原則上放置於學校；若需帶回，請於聯絡簿註明。國語、數學與英文的習作簿本亦放置於學校，僅有功課時才會帶回。

## 13.文具準備

請為孩子準備帆布材質的鉛筆盒，內含至少 3 枝削好的鉛筆、橡皮擦與直尺，並貼上姓名貼紙，教室備有削鉛筆機。原則上不使用自動鉛筆，一年級孩子因手部肌肉尚未發展成熟，使用自動鉛筆容易斷芯且難以控制書寫力道。木頭鉛筆筆身較粗，有助於養成正確握筆習慣。

## 14.備品與個人物品

請準備一套備用衣物（上衣、褲子、內褲、襪子），以供需要時更換。衣物請放入夾鏈袋並貼上姓名貼。另請準備牙刷、牙膏、漱口杯及衛生紙，這些物品將放置於學校的個人置物櫃中，不需每日帶回。

## 15.手帕與體育服

準備 2~3 條小手帕輪替使用。每日攜帶一 1 條手帕擦汗使用，並每日帶回清洗。體育課時請穿方便運動的服裝。

參考資料：親子天下 新生 60 問



# 背好書包上學去



姓名

開學物品準備單，準備好了就打勾。家長依清單和寶貝一起準備吧！每一樣物品都一定要貼(寫)上姓名唷！

## 書包裡面有



- ☐ 書包輕巧好背為佳，不買拖拉式書包避免危險
- ☐ 布料質拉鍊式鉛筆盒，不買多功能鉛筆盒避免分心

☐ 墊板

☐ 輕便雨衣

☐ 衛生紙

☐ 五個備用口罩

☐ 手帕

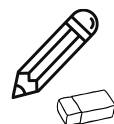


## 鉛筆盒裡面有

☐ 3~5枝削好的鉛筆  
不使用自動鉛筆

☐

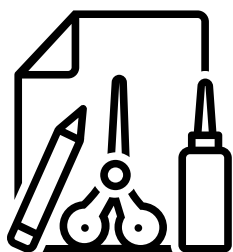
☐ 刻度清楚的直尺



## 請準備以下美勞用品放置學校

☐ 剪刀

☐ 膠水



☐ 12色以上的彩色筆  
每一枝筆都要貼姓名貼

☐ 12色以上的色鉛筆  
每一枝筆都要貼姓名貼

## 下面一些是長期放在學校使用或備用的東西

☐ 一套備用衣-用夾鏈袋裝(上衣.褲子.內褲.襪子)

☐ 牙刷和牙膏

☐ 不容易破的漱口杯



☐ 100抽以上衛生紙及小包濕紙巾

☐ 水壺(每天帶回家清洗)

☐ 餐袋：餐碗.湯碗.餐具(每天帶回家清洗)



## 剩下一項最重要的

☐ 一顆學習的心

數一數，你得到幾個✓？

我得到 [ ] 個！



# 114 新北市昌福國小新生【愛眼護齒通知單】

親愛的家長 您好：

★繳回期限：114 年 9 月 5 日

視力不良、蛀牙與體位不良是影響學童健康與學習的最大問題，為了解孩童視力與口腔狀況及避免開學後就醫潮，請定期於寒暑假期間帶孩子至合格的眼科及牙科醫療院所檢查診治，以早期發現異狀，早期治療。

檢查後，請醫師將診療結果記載於回條上(本通知單背面)，開學時交給導師轉交健康中心彙整。

＊為了孩子的健康，請家長協助配合健康中心愛眼護齒定期檢查活動。感謝您的配合支持！

完成定期檢查學童請於開學後準時交回通知單，可獲得神秘小禮物一份😊

此單可代替開學後發放之「視力/口腔健康檢查複檢與矯治回條」，已就醫者不需重覆就醫。

昌福國小健康中心 敬啟

★暑假學童較無課業壓力，請家長多加注意孩童使用手機、電腦等3C用品時間，以防視力惡化★

## ★視力保健建議及注意事項：

1. 學童每年度數易增加 100 度；**500 度以上即為高度近視**，高失明風險。高度近視已是國人失明原因第一位，請家長協助孩童複檢(就醫)控制近視度數，預防失明風險。
2. 戶外活動每天至少 **2小時**可預防近視，看電視打電腦或近距離用眼時間每**30分鐘休息10分鐘**，3C電子產品每天使用總時數不超過 2小時：養成遠眺休息的習慣。
3. 戶外活動須做好防曬措施，例如戴帽子或太陽眼鏡等遮陽。
4. **每半年定期視力檢查 1 次。**
5. 睡眠要充足，不要熬夜；均衡飲食，攝取足量的營養素。
6. 發現子女有眯眼、斜眼等現象，務必就醫診治。



## ♥「二要二不護好牙」，從齒健康♥

- 一要：餐後、睡前要刷牙，一天至少刷兩次
- 二要：要使用 1000ppm 以上含氟牙膏、含氟漱口水、每半年接受牙醫師塗氟及口腔檢查
- 一不：少吃甜食和含糖飲料
- 二不：不要與其他人共用餐具避免口水互相接觸



## 【眼科暑假定期檢查通知單】

此單可代替開學後發放之「視力健康檢查複檢與矯治回條」，已就醫者不需重覆就醫。

★請於開學後 114 年 9 月 5 日前交回給導師

一 年 班 號 姓名 ，醫師檢查結果：

目前有使用輔具：☐眼鏡☐隱形眼鏡☐角膜塑型→戴鏡視力：右眼( ) 左眼( )

未使用上述輔具時(角膜塑型不填)：裸眼視力 右：( ) 左：( )

若有異常，請打勾(可複選)

1. ☐弱視 ( ☐右眼 ☐左眼 )

2. ☐屈光不正

散瞳☐是 ☐否

度數：(請儘量填寫下列屈光值，若角膜塑型請填原始度數)

(1) ☐近視：右眼( )度 左眼( )度

(2) ☐遠視：右眼( )度 左眼( )度

(3) ☐散光(負值)：右眼( )度  
左眼( )度

3. 其他異常(請註明) \_\_\_\_\_

醫師建議處理：

1. ☐長效散瞳劑(阿托平 Atropine)

2. ☐短效散瞳劑

3. ☐其他藥物

4. ☐配鏡矯治

5. ☐更換鏡片

6. ☐遮眼治療

7. ☐配戴隱形眼鏡(☐軟式☐硬式)

8. ☐角膜塑型片

9. ☐視力保健衛教

10. ☐其他

11. ☐定期檢查

(醫師建議下次回診 日期： 年 月 日)

眼科醫師與學校聯絡事項：

醫療機構名稱： 眼科醫師簽章：

檢查日期： 年 月 日

家長聯絡事項：

家長簽章： \_\_\_\_\_

★檢查結果務必詳細填寫，若未攜帶本單張就診，請將就醫收據浮貼於本單張交回即可

+++++

## 【口腔暑假定期檢查通知單】

此單可代替開學後發放之「口腔健康檢查複檢與矯治回條」，已就醫者不需重覆就醫。

一 年 班 號 姓名

★請於開學後 114 年 9 月 5 日前交回給導師

診療院所名稱： \_\_\_\_\_

牙科醫師簽章： \_\_\_\_\_

<b>牙 醫 師 填 寫</b>	18	17	16	15	14	13	12	11	21	22	23	24	25	26	27	28	<input type="checkbox"/> 無異狀◎有獎品 <input type="checkbox"/> 口腔衛生不良 <input type="checkbox"/> 牙結石 <input type="checkbox"/> 牙周病 <input type="checkbox"/> 咬合不正 <input type="checkbox"/> 其他	
	上			55	54	53	52	51	61	62	63	64	65	上				
	右			85	84	83	82	81	71	72	73	74	75	左				
	48	47	46	45	44	43	42	41	31	32	33	34	35	36	37	38		下
☆本次矯治結果： <input type="checkbox"/> 矯治完成 <input type="checkbox"/> 尚未完成，需再次治療 注意事項：																		
<b>家 長 填 寫</b>	* 如果未到牙科矯治請✓選以下原因並請家長簽名後交回級任老師彙整。 <input type="checkbox"/> 不需要 <input type="checkbox"/> 沒有健保 <input type="checkbox"/> 經濟困難 <input type="checkbox"/> 其他 (說明： )										家長簽章： _____							
											日期： _____							