

# 準備開始上學

開始上學對兒童和家庭來說都是個重大變化。要適應新的人、地方和作息既令人振奮—又具挑戰。為了幫助孩子在學校有個好的開始，您可以做很多事。

## 怎麼樣才是在學校有個好開始？

家人和照護者就是孩子的第一任教師。您在家中與孩子一起做的所有事請，對他們的學習和發展都有幫助，並為他們做好學前準備。**遊戲**是支持孩子學習和發展的最佳方式。

在學校有個好開始，可以讓孩子學習得更好，更開心。當孩子能開心上學，就會想要持續學習。您孩子的學校會竭盡全力滿足孩子的個別需求，並在需要時提供額外支持。您亦可以和孩子做很多事來支持他們，幫助他們適應學校，讓他們有安全感和自信，且不覺得孤單。

## 在家遊戲與學習

遊戲最有助於孩子的學習。遊戲可以發展如算數、排序、分組和辨識大小等終生受用的數學技能。遊戲可以幫助孩子探索自然和科學，並發揮創造力。在遊戲中孩子也在了解各種情緒，並發展語言及讀寫技能。以下是您可以在家進行的一些活動：

- **日常活動**：孩子在如做飯、幫忙擺放餐具和收拾餐桌、整理衣物、收拾衣物和玩具，以及照顧植物和寵物的日常活動中學習。您可以問些問題來促進孩子學習，例如：「*我們需要幾杯麵粉？*」或「*你可以找到匹配的襪子嗎？*」
- **遊戲**：玩些簡單的遊戲，如 UNO 卡牌、撲克牌配對、記憶力考驗、I Spy 猜謎遊戲和捉迷藏，有助孩子學習和教孩子輪流。
- **積木**：用樂高、木塊或紙箱等做積木可以培養精細動作技能，讓孩子發揮創造力來解決問題。
- **美術和手工藝**：美術和手工藝活動亦可促進創造力，培養精細動作技能和解決問題的能力。
- **裝扮**：用舊衣服來裝扮成不同角色，有助提升創造力和語言技能。
- **聽音樂、說故事和跳舞**：閱讀、說故事、聽音樂並隨著起舞，還有在家中或庭院玩找東西的「尋寶遊戲」都有助提升孩子的語言技能。
- **戶外遊戲**：散步、攀爬、騎單車或滑板車、去遊戲場、搭建小房間、拋接球、用網球拍或軟板球拍打軟球、挖泥巴—這些全都對孩子的學習和發展有幫助。
- **調查並提問**：當孩子在遊戲時，問問這些問題：「*你可以描述.....嗎？*」、「*不知道如果.....會發生什麼？*」、「*這個問題你怎麼回答？*」
- **生活常規**：每天在固定在相同時間做相同的事，有助孩子建立生活常規以及調節情緒。生活常規有助孩子適應學校生活。建立睡前常規尤其重要，例如：晚餐後洗澡、換睡衣、刷牙、讀故事書然後上床睡覺。

## 熟悉學校環境

「準備好上學」與學術學習無關，而是了解學校會是什麼樣子並對學校有著正面期望。您可以做以下事情來幫助您的孩子：

- 參加所有孩子幼兒園或學校提供的學校銜接課程。
- 練習往返學校。
- 讓孩子與將上同一所學校的孩子們一起玩耍。
- 教導孩子如何著衣、上廁所、洗手、擦防曬霜、整理和攜帶書包來培養孩子獨立。
- 說說開學的話題。讓孩子對上學感到振奮並把擔心的事說出來。
- 閱讀或者說與上學有關的故事。
- 說說並練習放學後做什麼。
- 查看學校的上下學時間及接送地點，做好接送的安排。
- 在適當時候，開始提起老師的名字。

## 您孩子的幼兒園能提供的幫助

幼兒園亦會協助孩子做上學的準備。在幼兒園，孩子們透過遊戲、合作與結交朋友來培養技能。

孩子的幼兒園教師將編寫銜接學習和發展報告（銜接報告）來幫助您的孩子從幼兒園銜接到學校。銜接報告會提交到孩子要上的學校。報告會描述孩子的能力、強項、興趣以及最適合他們的學習方式。您會被邀請協助填寫您孩子的銜接報告，孩子也可以分享自己的想法和感受。

欲知銜接報告的相關詳情，請瀏覽本部網站（如下文）。

## 更多詳情

- [開學的提醒 \(education.vic.gov.au\)](http://education.vic.gov.au)
- [從幼兒園銜接至學校 \(education.vic.gov.au\)](http://education.vic.gov.au)
- [怎樣選擇學校並註冊 \(education.vic.gov.au\)](http://education.vic.gov.au)
- [開學：為孩子做好準備 | Raising Children Network](#)
- [在學校有個好開始 - Better Health Channel](#)
- [家庭專用銜接至學校資源 \(education.vic.gov.au\)](http://education.vic.gov.au)