

親職系列 12

預備上學去



網上版本



當孩子兩至三歲時，家長可考慮送他們上幼兒園或幼稚園接受學前教育。除了選擇一所合乎理想的學校外，家長也要在家中作好準備，幫助幼兒適應學校的生活。

如何選擇幼兒園或幼稚園

很多人以為選擇幼兒園或幼稚園需要考慮課程能否銜接小學，選校時側重了學科上的要求。其實學前教育的目的是提供一個啟發性的環境，因應孩子的發展，幫助他們在社交、情緒、認知、體能等各方面，得到適當的培育。幼兒園或幼稚園是一個讓孩子初步學習群體生活的理想地方，孩子只有在充滿輕鬆氣氛的環境中學好合群和守規，適當地表達情緒和與人溝通，日後才會愉快地學習。

1. 師資及人手比例

教師/幼兒工作員須有認可的訓練及資格，為人親切，並喜愛與孩子接觸。政府已立例規定人手的比例。每位教師/工作員所照料的幼兒數目越少，幼兒的需要便越容易得到照顧。

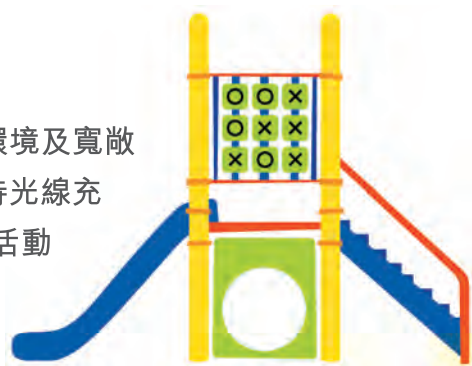


2. 課程的設計

課程應注重從遊戲及探索中學習，並要配合孩子的年齡和發展。例如四歲前的孩子，在小肌肉發展方面還未具備書寫能力，若學校過分要求孩子寫字，只會為孩子增添不必要的壓力。

3. 學校的環境及設備

學校要有安全、衛生的環境及寬敞的活動空間，同時要保持光線充足和空氣流通。學習及活動的設施要充足，並切合孩子的發展需要。



4. 校址與住處的距離

選擇鄰近的學校，可免幼兒長途跋涉，舟車勞頓。若需乘搭交通工具上學，家長便要作出妥善的安排。

家長為孩子報讀幼兒班之前，可先依據以上各點，聽取該校一些家長的意見；也可以親自到學校參觀，作實地觀察，或向教職員查詢。選好學校後，家長便可安心地讓孩子上學。

上學前的準備

幼兒在上學前習慣了家中熟悉的生活方式，一旦因上學而要與自己親近的人分離，走進一個陌生的環境，跟從新的指示和規律，實在不是一件易事。為了幫助孩子能順利地適應，家長可考慮在開學前數月，做好以下的預備功夫：

1. 鼓勵孩子學習自我照顧



讓孩子學習自己穿衣服、收拾、上廁所等自我照顧的技巧，可增強他的自信心，幫助他適應較獨立的學校生活。

2. 在家中建立簡單的常規和規律的生活

在家中訂下簡單的常規，讓孩子學習跟從指示，接受活動的轉換。家中各人亦要以身作則，讓孩子學習過有規律的生活。

3. 進行靜態活動

平日多與他進行一些靜態活動，例如：聽故事、畫圖畫、做黏貼等，讓孩子習慣靜下來安坐一會。



4. 讓孩子與其他小朋友相處



若孩子平日很少機會與其他小朋友相處，特別是獨生子女，可以多帶他到公園或遊樂場，與鄰居的孩子玩或參加小朋友的生日會等，學習分享與輪候。

5. 幫助孩子克服分離的焦慮

孩子可能不習慣與父母或主要照顧者分開而產生焦慮。為了消減孩子在開學時的焦慮，令他不用擔心你會在開學時留下他不顧，家長可在平日嘗試與孩子作短暫的分離。



- ★ 先為孩子選擇一個他喜歡親近的人作保姆；當孩子投入與保姆一起進行有趣的活動時，才與孩子道別。在道別時一定要說明你在什麼時候回來，雖然孩子沒有準確的時間觀念，但是你可把時間聯繫到一些活動或常規，使他明白，例如：「你吃過飯後，媽媽就會回來了。」你一定要遵守諾言，依時返回。初時你可嘗試離開他數分鐘，然後慢慢加長時間。你也可以留下你的一些物品（例如是外衣），吩咐孩子代你看守至你回來，這樣才能建立孩子對你的信心。
- ★ 平日要避免以「不要你」、「不許你回家」或「不聽話就叫老師罰你」等說話來恐嚇孩子，令孩子產生被遺棄的恐懼或對學校的反感，更可能導致他有拒絕上學的行為。

6. 讓孩子認識有趣的學校生活

- ★ 帶孩子到附近的幼兒中心或幼稚園走走。你可帶同他一起送兄姊上學，順道到訪學校，讓他先有一些學校生活的概念。也可通過看圖書及說故事來介紹有趣的學校生活，引起他有上學的盼望。



- ★ 在開學前，讓他熟習上學的路程。也可讓他在家中試穿上新的校服和背上新書包，玩假裝上學的遊戲。



- ★ 出席迎新會或迎新周，是一個讓孩子熟習校內環境和人物的好機會。孩子可嘗試使用校內的設施和玩園內的玩具，並接觸老師。這樣不但能減輕孩子對陌生環境的恐懼，還可增添他對學校的好感。

- ★ 預備陪同孩子去適應上學。可能的話，在職的家長可以向僱主預先申請一段短假期。

有些學校會容許家長在迎新周（由數天至數周不等）

陪同孩子一起在課室中上課，陪伴的時間會逐天縮短，讓孩子慢慢適應與家長分離，進而投入學校的群體生活。



縱使家長已作好上述的準備，仍須預計孩子在開學後會因未能習慣新環境而產生小問題（例如：爭玩具、哭鬧、坐不定），並且會有不安的情緒，或倒退的行為（如遺尿、像嬰兒般纏着你），這些情況都是常見的，毋須擔心。家長需與老師緊密聯繫，了解孩子上學的情況，並與校方合作，適當地處理他的需要，為孩子能高高興興地上學去而共同努力。

