

親愛的家長您好：

我是李冠亭老師，歡迎您參加本班的親師懇談會，很高興孩子升上四年級了，謝謝大家過去一年的配合，教育孩子的過程中，有您的參與，孩子實在幸福！歡迎大家隨時提出問題，即時溝通無障礙，以下是本學期的學習規畫，提供大家更瞭解孩子在校的學習。

一、班級經營理念溝通

（一）語文的加強

1. 快樂學語文-習寫累積實力
2. 品格聯絡簿-生活小日記寫作
3. 鼓勵圖書借閱、經典背誦、持續班級閱讀推動

（二）數學

1. 透過實作學習，讓孩子了解數學基本觀念的建立
2. 每單元結束會進行小測驗提供學生自我察覺與家長指導！
3. 課本教學單元順序調整，數學學習更順暢。

（三）品德教育

1. 要求日常生活常規：用餐禮儀、潔牙習慣、遵守班級規定。
2. 要求做家事：培養學生負責、獨立的基本態度。
3. 多給予社會性增強、口頭鼓勵，少給予物質上獎勵。

（四）懇請家長配合事項

1. 請每日檢查孩子作業，逐項打勾。
2. 在習作的等第上簽名，了解孩子學習的狀況。
3. 孩子在校或在家有好的表現，多鼓勵給予肯定。
4. 與孩子溝通每日固定的學習光陰(10-30分鐘)：閱讀、說故事
5. 節制 3C 並篩選小朋友上網或玩線上遊戲的種類與時間。

（五）學期成績

1. 50%定期評量（期中評量、期末評量）
2. 50%平時評量（實作、作業、習作、作品、課堂表現…）

二、學校重要行事

（一）評量日期：

※期中評量：11/1～3

※期末評量：1/10～12

（二）運動會：11/12（六）

（三）戶外教育：11/28（五）

（四）休業式：1/19（四）

三、班級現況、授課教師

＊班級人數：

本班目前男生 4 人、
女生 8 人，共計 12 人。

＊授課老師：何佩芳老師：英語、健康 郭素琴老師：閩南語
石俊衍老師：體育 林素梅老師：音樂
葉冠廷老師：電腦 林家豪老師：社會
黃雅蘭主任：自然

四、討論事項

項 目	活動說明	備 註
1. 閱讀閱經本、 課文背誦	1 唐詩、英文每週一次 2 課文配合上課進度	請家長協助在家中背誦。
2. 品格聯絡簿	1 與孩子聊聊，在校及在家有好表現，給予鼓勵。 2 小日記（100 字左右）	
3. 班級圖書	晨光時間閱讀。	
4. 聯絡簿- 做家事、運動	家事是家庭成員的事，孩子有責任做好份內的家事，別讓孩子認為是幫家長做事。家事種類包含按摩、打掃、洗碗、洗衣、晾衣、掃廁、洗車、倒垃圾……只要家長您認為可行的皆好。	請家長或小朋友寫上所做的家事種類、運動項目。
5. 作業項目(除國 數內容外將融入 繪畫、音樂、自 然、人文)	※回家的功課會有：快樂學語文學習單、甲乙本、國語習作、國語作業簿、數習、數課、數學作業簿、語文小達人、成語小達人、熊愛閱讀、英語作業、學習單、作文（每學期至少 4 篇，課堂引導習寫）、線上查資料、運動、做家事… ※學習吧、google classroom—線上作業	

五、意見交流

您對孩子的期望，希望老師協助之處，歡迎踴躍提出意見，藉此機會做雙向交流。
感謝您百忙之中抽空參加班親會，與我共同為孩子的學習與未來共同努力！

四年甲班導師 李冠亭 敬上

(手機:0934-290180 學校:049-2762027 轉 33)

好文分享一：開學了，家長也有功課？5 建議陪孩子打好學習基礎與態度

2022-08-30 00:00 更新：2022-08-30 13:40 by 親子天下媒體中心 - 黃敦晴

關於開學，父母除了叮嚀孩子收心、調整作息、跟上新學年的功課進度這些短期的「小事」，爸媽們其實還有更重要的功課，可以幫助孩子奠定一整個學年成功的基礎……

開學了，小孩忙著收心與適應開學作息、新班級、新學校，老師也忙著規劃新學年、認識新學生、或是設定新目標。那麼父母呢？除了幫助孩子開學後進入狀況，父母也有自己要做的功課！

《華盛頓郵報》刊登臨床諮商師暨學校輔導老師法格爾（Phyllis Fagell）的文章，指出新的學年仍然充滿不確定性與考驗，但是家長可以幫助孩子有更成功的新學年，並整理了不同諮商師的看法，提出了具體建議。

這些做法並不僅止於幫助孩子在短期內銜接校園生活與學習，也不固守於傳統以學業成績來衡量成功。她帶著父母看到長遠、更重要的事，這些才是在一年之始，邁向成功學習的基礎與態度。

一、忘了過去關於「正常」的觀念吧

因為疫情，大家得習慣被標示為「正常」、與「不正常」的學習方式。過去的「正常」是指沒有疫情攪局，天天在學校、乖乖坐著上課、沒有口罩與隔離或遠距教學的學習與生活。但是疫情還沒有結束，為了因應疫情的措施也已經改寫「正常」的定義。在新的學年，不要期待「回到正常」或拘泥過去的常態，幫助孩子正面看待與應對各種改變；也在家中閱讀、上課或做功課的環境中，布置一些令孩子放鬆、或有趣的元素，讓他們更能接受新的現況，也適應各種突如其來的變化與衝擊。

二、觀察孩子的情緒脈動

面臨疫情起起落落造成的學習與生活干擾，其實孩子心裡也跟大人一樣有苦難言。家長可以在開學前後跟孩子聊聊他們的心情，問問他們，對於開學、回學校上課最擔心的事情是什麼？也在學期中製造機會跟他們談心，例如，在晚上休息時間、氣氛比較輕鬆的時候，準備點心、宵夜，一起邊吃邊聊，詢問他們的感受，是否對什麼事情感到焦慮？希望大人怎麼幫助他們？當孩子們願意敞開心房時，不要否定他們，請接受他們的擔憂與心情，告訴他們，父母會在旁支持、幫助他們；父母也可以趁機判斷是否要跟老師溝通。

三、讓孩子思考他們個人的目標

孩子常會有無力感，因為他們真正可以自我掌控的事情不多，在變動中更是如此。但爸媽可以幫助、讓他們自己設定關於個人的目標，並且陪著他們完成，體驗在紊亂的時候，也能有自己能夠掌控並且成就的事情。例如，要參加籃球校隊、交朋友、或是哪一科的成績要進步多少。在過程中，爸媽可以強化他們的承諾與動機，也在途中幫助他們回顧與跟進，邁向成果。像是，父母可以請他們把目標寫下來。因為根據研

究，這會提高 42%的成功機率。

這樣的操練，也可以幫助孩子建立意義感與目的感，這是人生長期成功的一大助力。而且即使面對不確定性，他們也會學到如何掌握自己的人生，創造踏實的成就。

四、提供有組織且有趣的活動，與正向的社交時間

在過去二年斷斷續續的遠距、隔離、保持距離以免染疫等氛圍中，孩子們對交友又愛又怕，也很矛盾，需要大人幫助他們與人社交、保持連結，也藉此增進心理健康。父母可以依孩子的興趣幫助他們選擇、安排有組織的活動與社交時間，像是固定聚會的社團、才藝、運動、桌遊等課外活動。重點是他們要覺得有趣，又不會有太大的壓力，讓他們可以持續的跟志同道合的朋友交流。

五、要鼓勵並且相信孩子們會好好的

紊亂中，父母對孩子有比過去更多的擔憂，怕他們成績受影響、身體受感染、交友受阻礙……事實上，在這樣的時候，不要太拘泥孩子一時的學業表現或其他發展是否「在進度上」，只要知道與關心孩子的狀況，他們在忙些什麼，心情如何，保持冷靜，並且好好愛他們、陪伴他們就好，要相信他們會沒事、未來會好好的。

不斷擔心、提醒他們是否哪裡落後了、或是什麼事沒做好，只會削減他們學習的樂趣；不如幫助他們找出強項，鼓勵他們在變局中適應並且找到新方向、新作法，做個創新、改變遊規則的人。告訴孩子，如果他們能夠安度過去二年多的疫情與生活調整，就代表他們已經有很好的韌性與毅力，未來也會成功的。

好文分享二：說謊的孩子其實聰明且正常，但家長應該怎麼輔導？

2022-07-25 00:00 更新：2022-07-25 18:33 by 親子天下媒體中心 - 黃敦晴

大人發現小孩說謊時，通常難以接受。不過，研究發現，說謊需要繁複的認知與情緒能力，代表孩子的發展不錯，真正該擔心的，是他們說謊的原因，以及如何對症下藥。

說謊的孩子其實聰明且正常，但家長應該怎麼輔導？

在紐約大學新聞學院任教的科學暨教養作家莫伊爾（Melinda Wenner Moyer），常接到演講邀約。當話題聊到孩子的心理發展層面時，總會被問到有關小孩說謊的問題，所以她彙整了採訪與研究發現，在部落格上以專文深入的分享，如何看待小孩說謊這件事。

她先安撫了父母的心情指出，說謊代表孩子的發展有一定程度的好進展。先前，她就曾在《紐約時報》的文章引述西奈山伊坎醫學院（Icahn School of Medicine at Mount Sinai）臨床心理師陶安妮（Annie Tao）的分析，小孩說謊需要相當繁複程度的心智與認知能力，所以會說謊的孩子，代表有一定的發展程度與聰明。例如，他們

要在心裡盤算與規劃，為什麼與要不要說謊，謊言的內容，預先思考說不說謊的後果，以及說實話或謊話時，大人會有什麼反應等。甚至也要一些同理心（因為怕大人生氣才說謊），這些都需要能夠理解自己與他人心理狀態及想法可能不同的心智理論（theory of mind），高層次的認知，包括計畫、判斷、控制與決策的執行功能，以及相當程度的同理心。

另一方面，有時小孩說謊也代表他們的認知和情緒能力尚未成熟，或有脆弱的一面。例如，小孩的謊言有時很不合理，常常騙不了大人，他們卻自以為可以瞞天過海。有時，他們也會明知故犯，做一些大人禁止的事情，代表他們的控制力不足，出了問題後才用謊言作為藉口。另外，說謊也代表他們自知難以承受實情會帶來的情緒衝擊，而想要逃避。這些才是大人要擔心的事情。

大人行為影響重大

所以，面對孩子說謊，更要留意的是說謊的內容、原因與類型。

小小孩從三歲起，就能分辨別人想要的跟他們不一樣，此時說謊的最主要原因，就是要避免被罵、想要擺脫麻煩。從幼兒園起，他們還會為了要獲得某些好處或認可、面子而說謊。例如，騙朋友自己能舉起多大的重物，想讓人覺得他很神；或說每天晚餐後都有餅乾吃，想要讓朋友羨慕。另外，孩子也會基於善意或同理心、情緒感受，而說善意的謊言。隨著孩子愈來愈大，善意的謊言會愈來愈多，出於避免被罵、或為自己獲得好處的謊言會愈來愈少。

影響這些說謊類型的動機和行為，其中最大的影響就是身邊大人的作為。所以，莫伊爾也彙整了專家的研究發現與建議如下：

1. 大人以身作則，希望孩子怎麼做，自己就怎麼做

大人常說自己沒有、或不會在孩子面前說謊，但其實小孩的觀察敏銳，也時時刻刻都在學習，包括成人世界裡常見的說一套、做一套，以及用謊言控制孩子的行為。好幾個實驗都發現，看過大人說謊的孩子，在遇到可以作弊的場合，也會出現說謊的行為。而且說過謊的孩子，也很容易再犯。

2. 鼓勵與獎勵誠實

當孩子願意說實話時，儘管內容不那麼討人喜歡，也要讚美並感謝他們誠實以對，而且這樣反而可以幫助避免不必要、不好的後果，讓他們看到誠實的好處。

3. 平靜對待謊言

發現小孩說謊雖然令大人生氣，但要記得把說謊跟他們所做錯的事情分開來看，分別討論與處理、解決。

4. 不要過度嚴罰

因為這樣小孩可能會害怕被嚴懲，而更容易說謊，結果拖延與掩蓋了真正應該解決的問題。