

在家學習一頁紙：幼小銜接（5-7 歲）

每天可以做的事

- 盡量每天一起讀書，輪流唸一頁。
- 玩用到骰子、撲克牌或數字格的遊戲。
- 寫功課：固定時間、固定地點，家長在旁邊。
- 用「考一考」來複習：蓋住、說出來、再對答案。
- 讓孩子自己選先讀哪本書、先做哪件事。
- 睡眠：5 歲 10-13 小時，6 歲起 9-12 小時。

可以這樣聊

「你是怎麼想到的？」

「這個很難耶，你都沒有放棄。」

「你想先做哪一個？」

「今天學了什麼？教我好不好？」

少做這些

- 誇孩子「聰明」、「天才」。
- 用獎品或錢獎勵讀書等孩子本來就喜歡的事。
- 幫孩子寫功課。
- 吃飯時和睡前 1 小時看螢幕，美國兒科醫學會建議 0 到 5 歲的孩子避免。