

## 二、班級生活

我國各級學校學生入學後，大多以「班」為單位從事各項活動，級任教師者最應該注意的約可分為服裝儀容、飲食衛生、隊伍行進、整潔活動、環境維護、經費收支、休閒生活等項，茲逐一予以探討之。

### (一) 服裝儀容

服裝儀容除了代表自己和家庭，班級與學校之外，適當而得體的穿著更能顯現出個人的禮貌和素養，具體而有效的輔導方式如下：

#### 1. 指導學生隨天候變化及場合選擇衣服

如典禮時穿校服，運動時著運動服，但切勿穿著背心、內衣上課。穿外套時應將扣子扣好、拉鏈拉上。所有的服飾用品宜書寫班別姓名、學號，以利遺失時辨認。

#### 2. 養成經常整理服裝儀容的習慣

上課前利用一兩分鐘時間給予兒童整理服裝容貌之後才開始上課，下課前特別是戶外活動結束時，也提示兒童整理服裝儀容後方可離開。

#### 3. 利用生倫課或相關課程作正確衣著示範表演，或舉行圖片展覽，指導兒童穿的藝術。除整齊清潔端莊外，有關顏色的調和、大小長短的搭配等。但兒童的穿著仍以簡單、樸素、大方、活潑最為重要。

4. 教室內懸掛鏡子，讓學童隨時端正自己的服裝儀容。

## (二) 飲食衛生

進食應適時、適量，攝取均衡的營養及注意衛生。而常見的飲食問題及處理方式約有下列幾點：

### 1. 早餐問題：

教師應鼓勵學生在家用完早餐後再上學。遇有攜帶餐點到校者，宜督促其及時靜坐食用，千萬不可擱置不用形成浪費，且有損健康。

### 2. 中餐方面：

帶家裡準備的愛心便當最好，訂購營養午餐，檢驗合格的餐盒或營養食品亦可。教師宜宣導多吃自然新鮮的食品，不吃有礙健康的垃圾食物。勿將午餐費當零食花用。此外，教師最好規定學生在教室內用餐，一來可隨機指導正確的飲食習慣，二來可加深對學生的個性和家庭背景的瞭解。

### 3. 飲水：

要多鼓勵學生飲用白開水，既衛生又經濟。學校有飲水設備時請學童自備杯子，無此設備時鼓勵學生自帶水壺；以便隨時補充水份；對於一般包裝飲料，宜輔導兒童選擇適當者如：養樂多、牛奶可助消化。用畢包裝盒罐宜妥當處置，如清洗、摺合，以利回收。

#### 4. 零食：

吃零食會產生很多的後遺症，如上課遲到、亂丟紙屑、邊走邊吃、說謊、偷竊…等。並且衍生齲齒、浪費金錢等。教師輔導學生不吃零食的方法很多，如適當的安排下課十分鐘：①倡導有趣的遊戲運動。②鼓勵學童繼續討論上一節課的問題。③上廁所。④做班級的事務，使學生沒有時間購買零食。並常說明吃零食對人體的影響，提倡儲蓄，鼓勵捐款或做善事。教師應以身作則，自己也不吃零食。對少量多餐的病童，可要求家長準備健康食品，於課間食用，絕對禁止上課吃東西。

#### (三) 隊伍行進

隊伍行進可代表團隊精神，下列幾點提供參考：

1. 一般隊伍排四行最適宜，低年級採男女相間方式，中年級則可以身材高矮排列，或與高年級情形相同，兩行男生、兩行女生的隊伍排列，而男女生隊長則立於隊伍的最右方。
2. 縱隊容易看齊，適合行進時採用；橫隊有親和力，適合靜止聆聽師長說話時採用。
3. 練習整隊先要求安靜，再求正確，最後才練習迅速。培養兒童自我控制能力，並以團體的制約力來維持秩序。

4. 一年級新生前一、二週可以二人牽手行走。兩週後練習雙手自然擺動、前後對正，左右看齊。
5. 隊伍在行進間，若准予交談者如放學路隊，亦限兩人聽聞為度，不可大聲喧嘩，又隊伍中手攜物件宜避免擺動，以免傷及同伍或近鄰。

#### (四) 整潔活動

整潔活動可以養成勤勞、愛整潔的好習慣，且可培養公德心與合作的精神，可行的方法是：

1. 將班級負責的掃除區分配符合班級人數與勞逸相當之等分。再由學生依個人身材、能力、喜好自選工作以表現自己負責的態度，也可定期輪流更換，以示公平。
2. 推選小組長，協助教師領導並監督本班同學工作，事後向教師報告工作情形。
3. 指導學生妥為使用及保管掃除用具，更應注意操作時的安全，爬登窗戶或高處打掃均應阻止。
4. 教師應隨時抽空到本班責任區一一巡視，並逐一鼓勵與輔導，使學生工作更勤奮，校園環境更整潔。

#### (五) 環境維護

對於周遭環境中的各種情況或資源，能充分維持與愛護，努力地不使其遭受破壞或損失，若能創造出更美好的環境，則更佳。有關環境維護的方法是：

### 1. 維護教室整潔：

課桌椅、抽屜、座位附近走道為個人責任區，應隨時保持整潔，不亂丟紙屑，見了紙屑能自動撿起。教師可利用課前或課後一、兩分鐘檢查，整理學生個人責任區，對能保持整潔者，隨即給予讚許。安排值日生除負責教室內一般性清潔事項外，必要時得酌增處理資源回收，蒸飯箱清理工作等事務。翌日得由全班兒童檢討前一天值日生的勤務工作。表現好的加以公開表揚。

### 2. 加強環保意識：

輔導兒童建立「保護環境、人人有責」的觀念。舉辦環保資料和圖片展示及以環境保護為題之各種活動，多方接觸與環保相關之常識。並鼓勵參加各項環保活動，成為環保小尖兵，達到身體力行的目的。

### 3. 實施垃圾分類、資源回收：

是指「能將丟棄的垃圾，回收成為資源」的觀念。舉辦廢物利用創意作品比賽，優良作品可配合學校活動展示。辦理有獎徵答活動，並獎勵工作熱心人員。教室增設分類垃圾筒、各種資源回收箱，校園設置資源回收場，行政方面均應配合處理，才能貫徹實施。

### 4. 節約用水用電：

養成「當用不省、當省不用」的原則。儘量少吃

冷凍食品，少玩電動玩具，節制看電視時間，氣溫達到25°C才用電扇，28°C才開冷氣。洗手適量用水並儲存起來以便澆花草樹木之用。

5. 愛惜花草樹木：

引導兒童瞭解各種植物的特性，師生共同探討花草樹木對人類的益處，輔導學生認養校園的花草樹木，能每日為花木澆水，與花木談心。校外教學時能鼓勵學生多接觸大自然，做森林浴，並主辦以此為主題之徵文、演講、美術等比賽，讓學生能主動參與扮演擔任宣導的角色，體認環保的責任。

(六) 經費收支

國民小學教師除課、級務外，經手代辦學校收繳的費用也不少，一般費用約有註冊費、服裝費、營養午餐費、訂購鮮奶麵包費及校外教學交通費等。中高年級班級可請班級經建股長服務，但如有差錯，教師仍須負責。至於低年級則完全由教師代收，收費手續如下：

1. 收費前先發收費通知單，註明用途、金額及繳費日期，俾家長早作準備，繳費後將收據發給學生家長做為憑證。
2. 指導學生將費用裝進信封袋或用紙包好，並寫上金額、班級姓名，以免散漏，或遺失時可辨識失主是誰。

### 3. 防範遺失或被竊的方法有

- (1) 加強安全意識教育，兒童體認「錢不露白」「不要相信陌生人」的觀念。
- (2) 收費時間宜在早晨，期限越短越好，收齊後儘快交給出納人員入庫，如此既合法又安全。
- (3) 中高年級由兒童幹部擔任收款者宜逐日結帳，儘速將金額點交教師保管。

### (七) 休閒生活

泛指課餘之後的時間做有益於身心健康的生活。休閒生活分為下列幾類：

1. 益智方面：如閱讀、寫作、剪報、數學及電腦遊戲等。
2. 怡情方面：如奕棋、書法、繪畫、集郵、蒐集各種紀念物品等。
3. 健康方面：如郊遊、登山、健行、游泳、球類、國術、舞蹈等。
4. 娛樂方面：樂器彈奏、音樂舞蹈欣賞、觀賞電視、電影、國劇等。

以上休閒活動除由家長依子女性向予以培養外，學校方面也可以予以配合，其方法有：

1. 週末假日少交付指定課業，鼓勵家長做些親子同樂的休閒活動。如郊遊、下棋、看電影…。
2. 配合作文、週記命題時，以與休閒生活相關者為題目，例如：快樂的星期天，我的最愛（興趣）

- 。並利用說話課、班會(里民大會)做經驗分享。
- 3. 配合有關活動如校慶、教學成果發表會，舉辦集郵、剪報、寫作、書畫、個人寵物、嗜好蒐集展覽。
- 4. 教師隨機教學，鼓勵兒童將課餘休閒活動的經驗或興趣、成果，向同學報告介紹。

### 三、校園活動

校園活動是一種有目的、有計畫、實施群性的教育活動。茲分為自治活動、團體活動、校外教學、學藝活動、體育活動等。分別探討之：

#### (一) 自治活動

兒童自治活動為加強民主法治教育。可以培養學生獨立自主的精神，學習做事能力，發揮服務精神，以奠定守法守紀、認真負責、互助合作的美德。

##### 1. 自治市組織：

以國立臺北師範學院附設實驗國民小學，博愛市政府組織為例，本校學童自治活動的特色是能與學校行政相結合。各處室負責輔導相關的業務工作，即教務處輔導教育局、訓導處輔導環保局、警察局…等而且各班幹部也與各局相結合。如此，兒童可以學習更多更廣的做事能力與方法，而學校行政運作也能借用學童的力量推展得更落實、更有效，兩者相輔相成相得益彰。