

## 日本呼籲小學新生生活紀律第一、早睡早起吃早餐

• 2009年3月8日 日本每日新聞

教育部台北駐大阪辦事處派駐人員 文化秘書 林世英

日本的國小於2009年4月開始新學期，將有大約110萬名小學1年級新生。家長擔心這批小學新生，主要有學習層面及生活層面。

東京大學委託研究員矢野徹（幼兒教育專長）強調，「首先是生活層面，其次才是學習層面」。每年訪問日本全國30、40所幼稚園及國小，針對家長、教師等實施調查的矢野研究員指出，國小1年級新生的最近傾向而言，入學時在學習層面均能應對，生活層面的應對卻相對落後。學習習慣很重要，但是，只有培養良好的生活習慣才能有良好的學習習慣。

通訊教育 Benesse（學習資訊綜合出版公司）於2008年9月針對國小1年級新生的家長實施問卷調查，在「先做好比較安心」的項目上，前3項是「決定的時間內用餐（24.3%）」、「能夠跟老師或朋友說出自己想說的事（22.3%）」及「洗臉、換衣服及整理攜帶物品（19.4%）」等生活層面的項目。

即使如此，要求國小1年新生「要早睡早起」，有些小學生是不聽話的。矢野研究員指出，因為小學生不聽話而失去信心的家長越來越多，可以說是最近的特徵。因此，矢野研究員建議，10次、

20 次，也要常常提醒；有一天，小學生自然就會早睡早起。家長自己不要熬夜，跟小學生一起遵守早睡早起是很重要的，

評論家豬熊弘子認為，對家長而言，子女國小入學是遠離資子女的起跑點。子女入學後，家長（尤其是母親）也應該開始思考自我時間的生活方式。

依據通訊教育 Benesse 的調查，國小 1 年級新生入學之際，家長應該培養小學生以下事項：

- 
- 養成早睡早起的習慣
  - 練習片假名的書寫
  - 學習交通規則
  - 記住自己家裡的住址及電話等
  - 說明自己想說的事情
  - 自己洗臉、換衣服及整理攜帶物品等
  - 練習和式廁所
  - 看時間的行動練習
  - 習慣坐在桌子上
  - 在一定時間內吃完飯
  - 親子一起走通學道路確認危險廠所等