


聖公會聖米迦勒小學

家長會

學生輔導主任
關懷寶姑娘



04.09.2023



自主學習新一代
堅毅自信展奇才
正向校園相關愛
追求卓越創未來

自制、自律

責任感

自制、自律

1. 制定時間表 (作息要有規律)

由起床開始...



shutterstock.com • 726140047

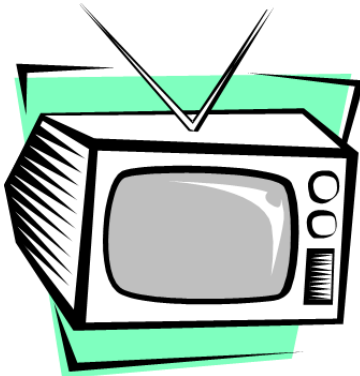
早餐/午餐



上學/網上學習、做功課、溫習



可以看電視嗎?



幾時有得玩呀?



作息時間表

時間	活動
上午6:30	起床梳洗
6:45	吃早餐
7:15	上學
下午3:30-4:00	小休/茶點
4:00-5:00	做功課/執書包/溫習
5:00-6:00	遊戲/洗澡
6:00-8:00	晚飯及親子時間

2. 非學習時間的上網安排

3. 定立學習時規則 (不離座、不玩文具)



4. 提供安靜、不被打擾的學習環境 (關掉電視、另闢學習空間)



營造專注環境



責任感

5. 家長要堅持訓練孩子—

自己的事自己做

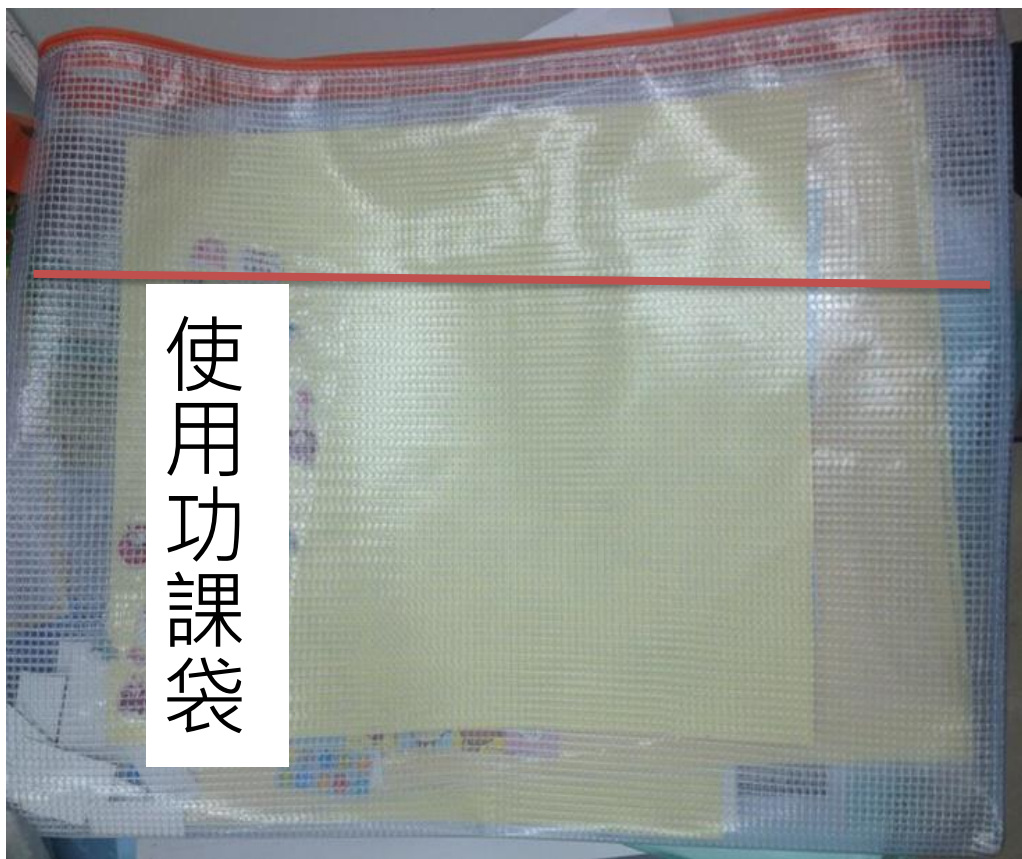


唔想欠帶書本/功課/唔見文具?

分類法



唔想欠帶書本/功課/唔見文具?



- *功課
- *手冊
- *通告
- *雜物要常清理

訓練孩子五步曲

(陪伴、扶持、鼓勵、按能力和需要)

1. 示範

2. 一起做

3. 越來越少協助

4. 觀察孩子自己做

5. 養成自己做的習慣



6. 情感上的需要




每天用10-15分鐘與孩子傾心事
每天傾談十分鐘，遠勝將來十個鐘！

請記着……

常滿





**學校與您同行，
家校合作和溝通
十分重要！**



參加學校舉辦的**家長講座/**
工作坊/小組也十分重要!

成為學校的**家長義工**，不但能**以身作則**
教養孩子、增強孩子對學校的**安全感和**
歸屬感，家長之間也可互相支援!



要記住…

身教很重要!



好的開始是成功的一半 正向態度成就快樂一生

