



聖公會聖米迦勒小學

小一家長會

學生輔導主任
關懷寶姑娘



26.08.2024

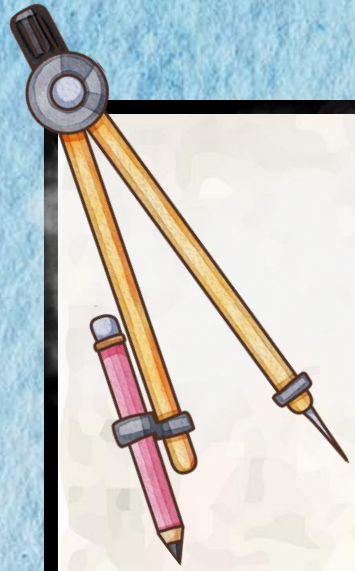
多元學習展新姿

和諧校園添暖意



如何幫助孩子適應 小一校園生活？





升小學了，孩子的反應如何？

開心



期待



抗拒



擔心



升小大不同

時間長，
何時才放學？

課程多，
科目怎麼分？

老師，你是誰？

我會迷路嗎？

規則多，
我會犯規嗎？



我不懂自己吃飯！
不懂去廁所！

沒有朋友，誰和我玩？

孩子面對甚麼挑戰？



時： 緊湊的時間表、作息時間、時間管理

地： 學校新環境（特別室）



人： 老師及同學、學習與人溝通和表達

事： 專心學習、抄寫、自理、社交

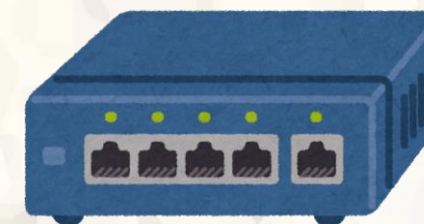


充足準備，愉快學習
校園生活，開心滿足



與孩子一起預備開學

1. 器材準備 (測試網絡、下載軟件)



2. 掌握**學校資訊** (通告、即時通訊、網頁、
家教會WhataApp群組、手冊)

3. 預備校服、運動校服、手冊、課本、文具
、功課袋及**防疫用品**等



4. 制定**時間表** (作息要有規律)



由起床開始……



早餐 / 午餐



上網/網上學習 做功課、溫習



作息時間表

可以看電視嗎？



父母幾時陪我玩啊？



5. 非學習時間的上網安排

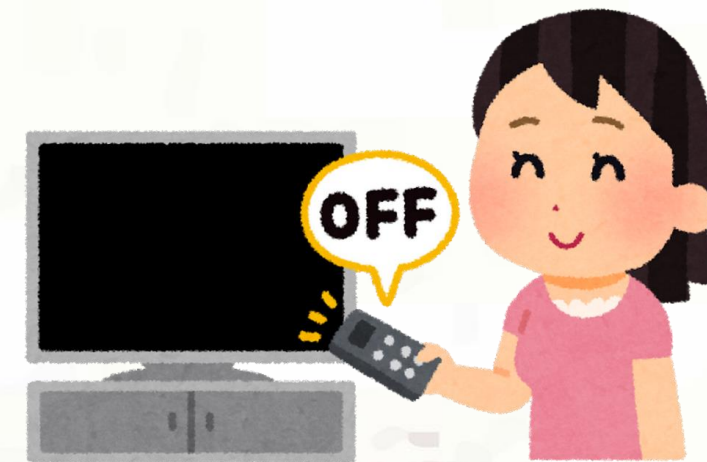
時間	活動
上午6:30	起床梳洗
6:45	吃早餐
7:15	上學
下午3:30-4:00	小休/茶點
4:00-5:00	做功課/執書包/溫習
5:00-6:00	遊戲/洗澡
6:00-8:00	晚飯及親子時間

與孩子一起預備開學

6. 定立學習時規則 (不離坐、不玩文具)



7. 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



1. 面向牆壁
2. 合適的椅桌高度
3. 時間表
4. 合適的燈光 / 天然光
5. 排除影響專注的物件 (如玩具、電子零件), 文具要簡單, 書桌要整潔
6. 安靜單獨的環境
7. 鐘 / 計時器 (看時間用)



與孩子一起預備開學

8. 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?



1. 功課
2. 手冊
3. 通告
4. 雜物要常清理

重要!

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



執書包訓練



=



吃飯訓練



社交訓練



角色扮演

如厕步骤



9. 身體上的需要



10. 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！

孩子上學後，

可能會出現以下情況……



可能會：

1. 不專心
2. 不合作
3. 跟不上



影響孩子學習差異的因素



1. 年齡的差距

歲

2. 不同幼稚園的學習模式

3. 疫情影響學習進度的差異



影響孩子學習差異的因素



4. 平日在家的生活習慣 (經常上網)
5. 家中慣常使用的語言
6. 有其他的學習需要 (可聯絡班主任)
7. 情緒影響專注力, 專注力影響學習

Hello!



請記着……

要点



先處理心情，
才處理事情。





孩子不會一夜間長大，
適應是一個過程，



需要時間讓孩子慢慢學習、

慢慢長大！



大部份的孩子在開學後
一兩個月便會適應

請記着.....



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!

****請留意輔導組或家長教師會通告****

**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持!**

如孩子持續出現以下情況：

請向學校尋求協助



孩子適應困難的表現

疲倦



失去學習動力



孤立自己
表現退縮



頻尿、遺尿、肚痛



失眠



出現不安、焦慮等情緒



需要時請聯絡：

班主任（日常校務及一般適應問題）

關姑娘（情緒支援及適應困難）

簡主任（紀律問題）

張主任（特殊學習需要）

家教會建立的家長群組





鼓勵家長報名參加



開學攻略

家長如何支援子女迎接開學季？

家長講座

8月29日 (星期四) 晚上7:30-9:30



活動簡介

主題: [開學攻略] 家長如何支援子女迎接開學季？
日期: 8月29日 (星期四) 晚上7:30-9:30
平台: Zoom **語言:** 廣東話
主持: 余利安先生 (生命熱線高級程序策劃經理) (註冊社工)
講者: 廖廣申醫生 (精神科專科醫生) 資深社工及家長真實個案分享
對象: 各幼稚園、小學及中學學生的家長、有興趣的公眾人士



余利安先生



廖廣申醫生



報名連結



如有查詢，可致電2382 2007與賽馬會「樂TEEN校園計劃」姚先生聯絡

[spszhongkong](https://www.facebook.com/spszhongkong) life_edu@sps.org.hk

捐助機構
Funded by:



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
同心同步同進 RIDING HIGH TOGETHER

好的開始是成功的一半
正向態度成就快樂一生



希望您們的子女能盡快
適應小一的校園生活！



謝謝!

THANK
YOU

