



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

27.08.2025



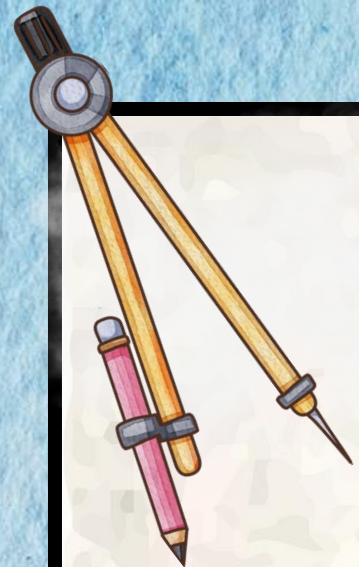
多元學習展新姿

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



你在孩子面前的反應又是如何呢？

升小大不同

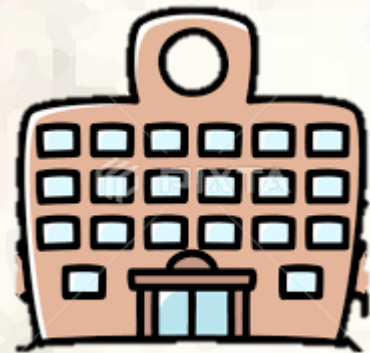


時間長，
何時才放學？



老師，你是誰？

我會迷路嗎？



規則多，
我會犯規嗎？



課程多，
科目怎麼分？



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

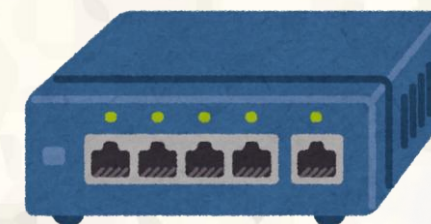


充足準備，愉快學習
校園生活，開心滿足



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WhatsApp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
(关掉電視、另闢學習空間)

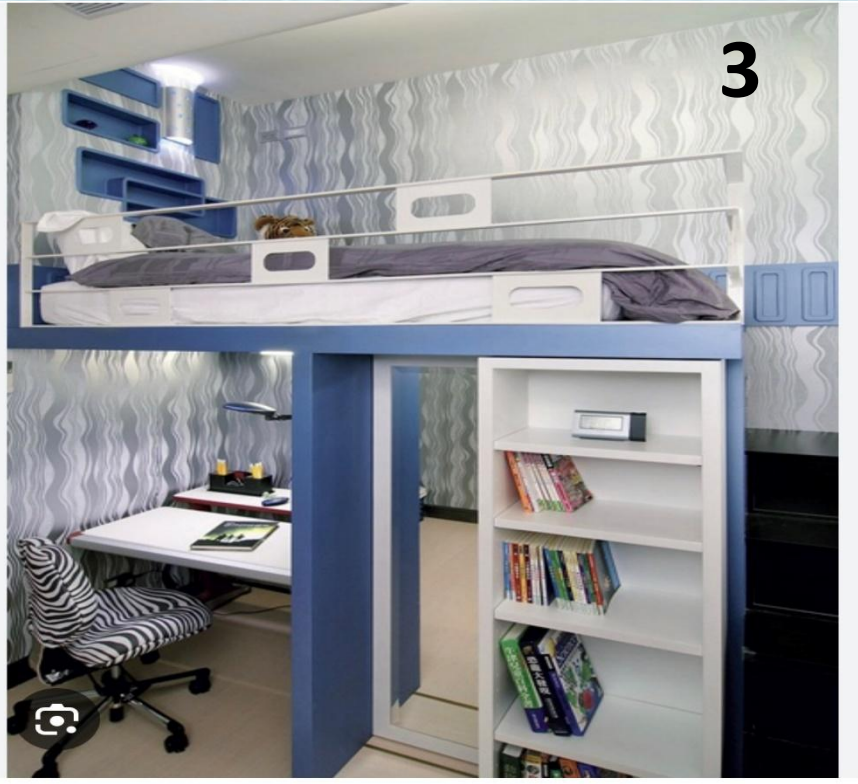


營造專注環境



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）





理想版

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?



使用功課袋

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



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……



常滿

輔導組於開學後推行：

〔大哥哥、大姐姐〕
朋輩輔導計劃



常滿

輔導組：

1. 小組

2. 小一成長嘉許禮



常滿



學校與您同行，
家校合作和溝通
十分重要！



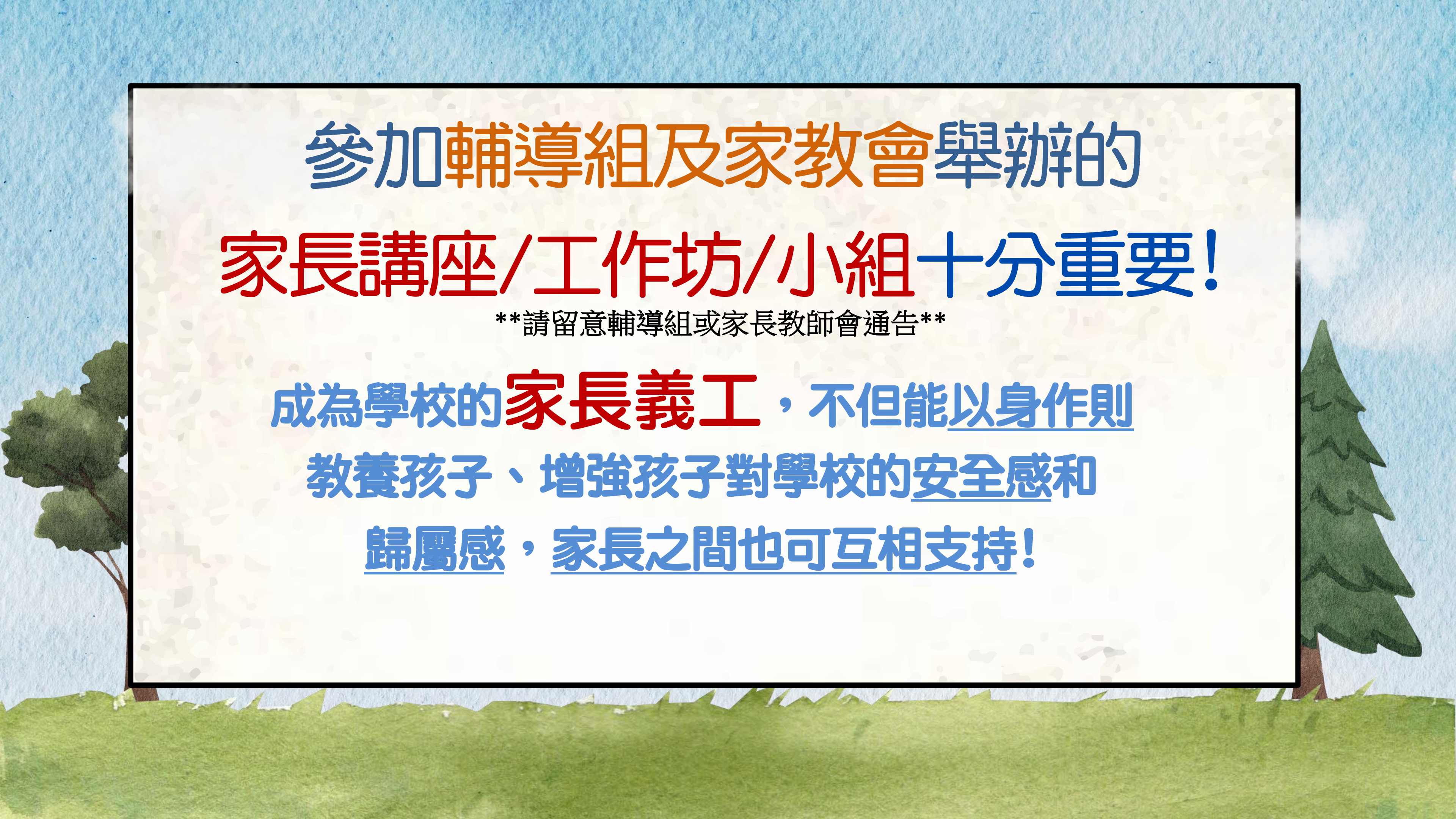
由輔導組或家教會舉辦：逢星期五的「至叻家長」學堂家長課程

主題包括(講座、工作坊、小組等)：

1. 孩子社交、情緒及壓力管理
2. 提升孩子抗逆能力
3. 快樂孩子約章
4. 焦慮問題
5. 家長自我照顧-減壓工作坊
6. 家長日營

★ 鼓勵家長報名參加





參加輔導組及家教會舉辦的 家長講座/工作坊/小組十分重要！

****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！

保障條文 Protection Provisions

專業人員不會僅因作出舉報而招致任何民事／刑事法律責任，亦不會被斷定為違反任何專業操守或專業道德的守則，或偏離任何為人接受的專業操守的標準

A specified professional does not incur any civil or criminal liability only by making a report, and must not be held to have breached any code of professional conduct or ethics, or to have departed from any accepted standards of professional conduct

推行支援措施 Implementation of Support Measures

- 加強對受虐兒童及其家庭的專業支援
- 制訂《強制舉報者指南》
- 為專業人員提供培訓
- 增加兒童緊急留宿宿位
- 加強宣傳及推廣保護兒童
- Enhance professional support for abused children and their families
- Develop the Mandated Reporter Guide
- Provide training for professionals
- Increase the number of emergency residential child care service places
- Strengthen publicity and promotion of child protection



參考資料 Reference



保護兒童網上課程
Child Protection
Online Training



兒童事務委員會網站
Website of
the Commission on Children



社會福利署心房子面書
Heart and Hut
Facebook of
the Social Welfare Department



香港警務處
「童行·同心」
保護兒童計劃
"Let's T.A.L.K."
Child Protection Campaign of
Hong Kong Police Force

《強制舉報虐待兒童條例》 2026年1月20日生效

Mandatory Reporting of Child Abuse Ordinance
Effective from January 20, 2026



強制舉報虐兒
Mandatory reporting of child abuse

守護孩子童年
protects children

香港法例第650章《強制舉報虐待兒童條例》

Cap. 650 of the Law of Hong Kong - Mandatory Reporting of Child Abuse Ordinance

- 實施強制舉報機制標誌着保護兒童的重要里程碑
- 社會福利界、教育界及醫療衛生界的25類指明專業人員須履行法定責任，舉報懷疑嚴重虐待兒童個案
- 旨在及早識別及介入嚴重虐待兒童個案，為兒童建立全面而有效的保護網
- The implementation of mandatory reporting regime marks a significant milestone in child protection
- 25 categories of specified professionals from the social welfare, education and healthcare sectors are legally obligated to report suspected serious child abuse cases
- The aim is to enable early detection and intervention in serious child abuse cases, thus creating a wide and effective protection web for children

25類指明專業人員 25 categories of specified professionals

社會福利界 | Social welfare sector

幼兒工作人員／主管、社會工作者、兒童住宿照顧服務院舍院長
Child care workers/supervisors, social workers, and superintendents of residential child care service units

教育界 | Education sector

指明學校的檢定／准用教員、寄宿學校舍監、職業訓練局青年學院教學人員／院長、官立學校的教員／校長
Registered teachers/permitted teachers of specified schools, wardens of boarding schools, teaching staff/principal of the Youth College of the Vocational Training Council, teachers/principals of government schools

醫療衛生界 | Healthcare sector

藥劑師、牙醫、牙齒衛生員、醫生、助產士、護士、醫務化驗師、職業治療師、視光師、放射技師、物理治療師、脊醫、中醫、聽力學家、臨床心理學家、營養師、教育心理學家、言語治療師

Pharmacists, dentists, dental hygienists, medical practitioners, midwives, nurses, medical laboratory technologists, occupational therapists, optometrists, radiographers, physiotherapists, chiropractors, Chinese medicine practitioners, audiologists, clinical psychologists, dietitians, educational psychologists, and speech therapists

法定責任
必須舉報
It's legal responsibility
Reporting is mandatory

罰則水平 Penalty Level

違反《條例》的指明專業人員，或其他阻止／阻礙作出舉報或披露作出舉報的指明專業人員的身分的人士，可被罰款五萬元，或罰款五萬元及監禁三個月

A specified professional who contravenes the Ordinance, or any person who inhibits/obstructs a specified professional from making a report, or discloses the identity of a specified professional who has made a report, is liable to a fine of \$50,000, or a fine of \$50,000 and imprisonment for 3 months

保護對象 Target of Protection

18歲以下人士

Persons below the age of 18 years

舉報範圍 Scope of Reporting

在工作期間察覺有合理理由懷疑兒童正遭受嚴重傷害或正面對遭受嚴重傷害的實際風險

A reasonable ground to suspect that a child is suffering serious harm or is at real risk of suffering serious harm comes to the notice during the course of work

以下情況則可獲豁免—

- 非因有關兒童的負責人的疏忽照顧所導致的意外所造成的嚴重傷害
- 由該兒童自己所造成的嚴重傷害
- 由其他兒童所造成的嚴重傷害（不包括藉涉及性的作為所造成的）
- 主管當局已就相同（或大致相同）的嚴重傷害或實際風險向該指明專業人員作出告知
- 該指明專業人員已就相同（或大致相同）的嚴重傷害或實際風險作出舉報
- 另一名指明專業人員已就相同（或大致相同）的嚴重傷害或實際風險作出舉報

The following situations are exempt:

- The serious harm was caused solely by an accident that was not caused by the neglect of a responsible person of the child
- The serious harm was caused solely by the child himself or herself
- The serious harm was caused solely by any other child (otherwise than caused by any act of a sexual nature)
- An authority had informed the specified professional of the same, or substantially the same, serious harm or real risk
- The specified professional had made a report of the same, or substantially the same, serious harm or real risk
- Another specified professional had made a report of the same, or substantially the same, serious harm or real risk

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（特殊教育主任 SEN）

家教會建立的家長群組



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



