



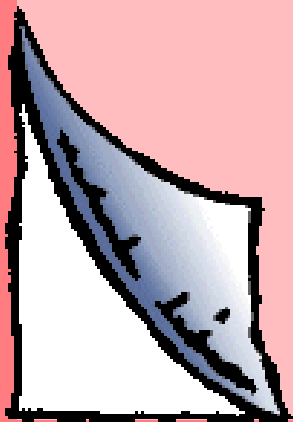
聖公會油塘基顯小學

升小一家長秘笈



香港聖公會小學輔導服務處
學校社工 黃萬坤先生

2019年8月24日



明白孩子，認同感受！

	幼稚園／幼兒園	小學
環境	- 玩具及遊戲設施較多，色彩鮮艷 - 校舍較小 - 每班14至30人	- 傳統的課室佈置 - 校舍較大 - 每班約30人
學習	- 以遊戲、活動等輕鬆方式進行，活動時間較長 - 主題教學 - 功課量少	- 以講授、較嚴肅的方式進行，上課時間較長 - 分科學習 - 功課量多，較常測驗、默書、考試、背書
社交	- 同學年齡相近：2、3歲至6歲 - 孩子有1至2位老師，感情較深厚 - 較易得到老師的注意和照顧	- 同學年齡差距較大：6至12歲，易受大哥哥姐姐的言行影響 - 孩子面對多位老師，初期較難認識及記得老師的名字 - 較少得到老師的個別注意和照顧，可能覺得不受重視
自我照顧	- 隨時可上廁所 - 攜帶較少課本 - 不需執拾書包 - 不需寫家課冊	- 到小息時才可上廁所 - 攜帶大量課本、用品如顏色筆、水壺等 - 需按時間表執拾書包、穿著體育制服 - 每天需抄黑板、寫家課冊



第一招：增加對學校的親切感

- 與孩子觀賞學校網頁<http://www.skhykh.edu.hk/>
- 邀請就讀小學的親友與孩子分享小學生活的樂趣和經驗
- 在家穿校服拍照/短片
- 與孩子一起購買他/她喜愛的上學物品，如文具、功課袋、小食袋、健康小食等



第二招：訂定學習、活動及休息時間⁽¹⁾

- 早睡早起，盡可能10:00前睡
- 一定要食足量早餐
- 早出門，悠閒地回校，享受返學樂趣

>>> 足夠睡眠及營養有助學習，減少衝突，讓子女情緒穩定地回校

- 建立放學回家之後的時間表：做功課、預習、休息、玩、親子時間(盡量避免玩手機)
(6-10歲孩子專注力：20分鐘)



第二招：訂定學習、活動及休息時間⁽²⁾

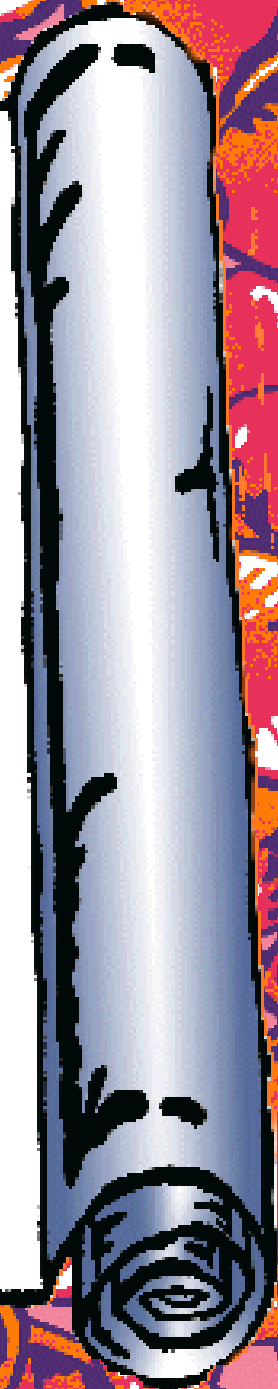
• 建立專注、盡責的做功課習慣

- 安排專注、安靜的環境
- 每日定時
- 正確坐姿、執筆姿勢
- 不代子女做功課(一個字都不代寫)
- 不擅自擦去子女之功課→尊重及建立自信
- 多欣賞及鼓勵
- 教導/示範子女執書包技巧及原則，只帶當天需用之物品



第三招：與孩子學習分離

- 出門前已預告分離(仔細講明)，並且預告再見面之安排
- 堂堂正正說bye-bye，再次預告會再見面
- 如孩子哭鬧，切勿威嚇孩子
- 忍心及堅決離開，學校絕對有人手及經驗協助
- 守承諾準時接孩子
- 帶“定驚”物品回校(需與班主任商量)



家長都要適應

(一) 家長都要早睡早起，陪讀書及做功課的時間↑

>>> 分工合作；管教孩子時保持冷靜。

(二) 緊張讀書表現、孩子間的比較，對自己及孩子造成壓力

>>> 讓子女自然地分享學校生活，

多發掘孩子的優點及長處，

多與孩子一起進行讀書以外的活動和遊戲，

共渡歡樂時光，

建立和諧親子關係

(三) 保持與學校良好溝通，積極參加家長講座，善用whatsapp群組



與學校社工聯絡 香港聖公會小學輔導服務處

蘇美芝姑娘

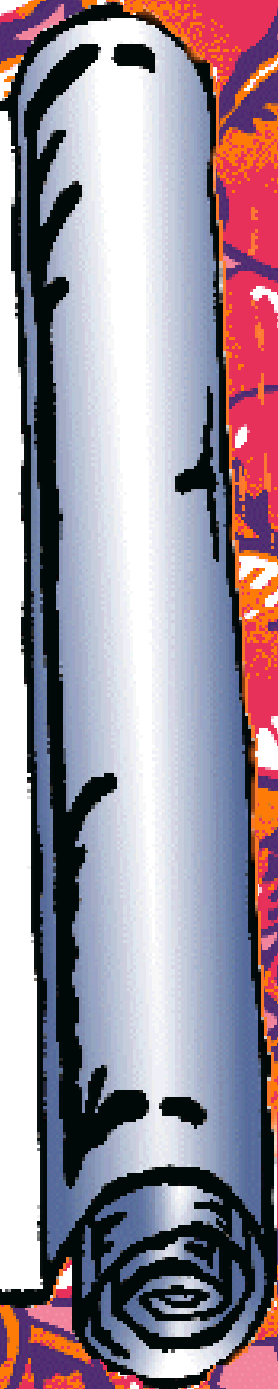
(蘇姑娘)

黃萬坤先生

(萬坤sir)

駐校時間：星期一至五 (星期四隔週駐校)

聯絡電話：2757-0322





The Happiest Places

蘇美芝姑娘

黃國輝先生

祝升小順利！

家庭幸福美滿！

