



天水圍官立小學

小一適應(家長角色與學生任務)

駐校社工湯先生

環境



學習



個人



社交

幼稚園

小學

◆ 校舍較細

◆ 校舍較大

◆ 每班人數較少

◆ 每班人數較多

環境



幼稚園

小學

◆ 遊戲及活動學習

◆ 多元化學習活動

◆ 課時較短

◆ 課時較長

◆ 主題學習為主

◆ 分科學習

◆ 功課量少

◆ 多元化課業



學習



幼稚園

小學

◆攜帶較少課本

◆多不需要執拾書包

◆不需要寫家課冊

◆上洗手間時間彈性

◆攜帶較多課本及用品

◆按時間表執拾書包

◆每天寫家課冊

◆小息上洗手間



個人



幼稚園

小學

- ◆ 學生年齡差異小
- ◆ 哥哥姊姊
- ◆ 孩子與老師較熟悉，感情深厚

- ◆ 學生年齡差異大
- ◆ 學校年紀最小的一群
- ◆ 科任老師多，需要時間互相認識

社交



pixtastock.com - 29675662



可能會出現的情況...

- 發脾氣、焦慮
- 驚慌、害怕
- 孤獨
- 緊張
- 自責



家長該如何協助孩子適應小一的生活？



孩子的準備 + 家長的準備

為新環境作準備



多與孩子瀏覽學校網頁，了解學校及留意學校的最新消息

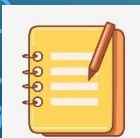
The screenshot shows the school's website interface. At the top left is the school logo and name: 天水圍官立小學 (Tin Shui Wai Government Primary School) with the motto 兼愛自愛 勤勇孝禮. The navigation menu includes: 主頁 (Home), 網頁地圖 (Website Map), eClass (with Username and Password fields and a 登入 button), 學校資訊 (School Information), 學與教 (Learning and Teaching), 學生成長及支援 (Student Growth and Support), 校園生活 (Campus Life), 學生成就 (Student Achievement), 家長教師會 (Parent-Teacher Association), and 入學申請 (Admission Application). Below the website is a large group photo of students and staff at an 'Easter Fun Day' event. The photo features a banner that reads 'Easter Fun Day' and '2022-2023 年度'. Vertical banners on the sides say '求真匡文立言' and '解惑授業傳道'. A student in the foreground holds a sign with '1E'. The school name and year are also visible in the background of the photo.

為新環境作準備



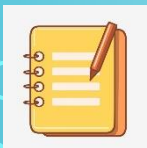
向孩子解釋升小學後在學習環境上的轉變，使其有心理準備，減少擔心。包括：

- ✓ 上下課時間
- ✓ 學習模式
- ✓ 何時見到家人
- ✓ 預告校園生活事例



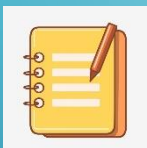
有機會多帶學生參加活動或回校看看，讓學生盡早熟悉環境

為提升學習能力作準備



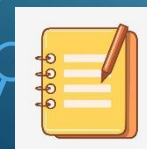
專注力的訓練

- ✓ 遊戲方式（如媽媽話或找不同）



大小手肌的訓練

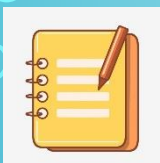
- ✓ 遊戲方式



練習寫自己的中文姓名及英文姓名



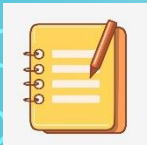
為增強自我管理能力的準備



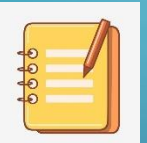
學習執拾書包



為增強自我管理能力作準備



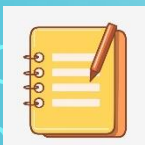
如廁練習



用餐練習



為增強自我管理能力的準備



儀容整理



為提升社交能力作準備



家長們互相認識，互相支援



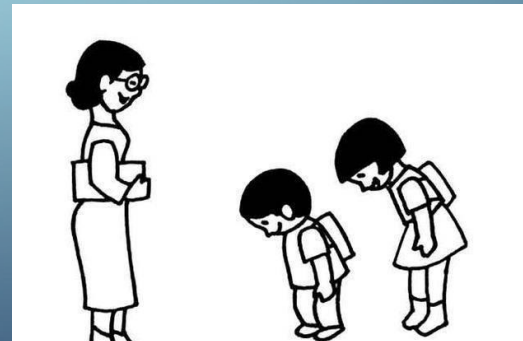
讓孩子與幼稚園同學保持聯絡



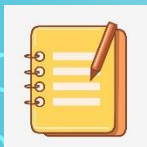
鼓勵孩子遇到困難時向老師求助



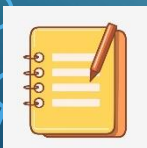
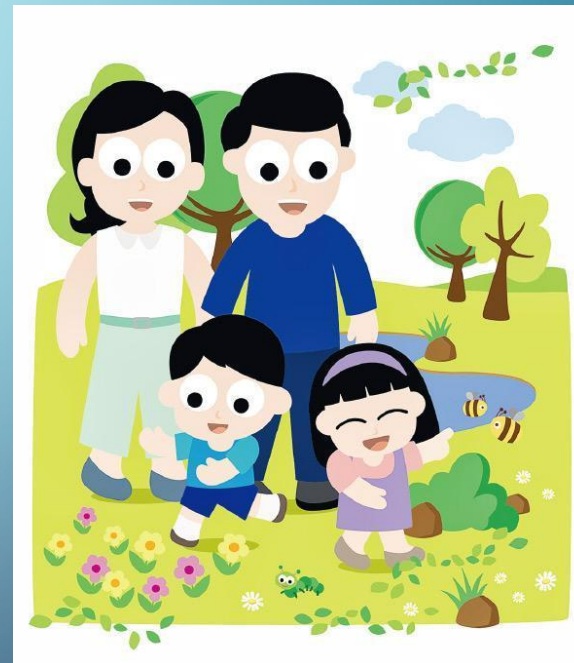
禮貌待人，多分享



還要.....



及早養成**規律**的生活習慣 (早睡早起)



適量**運動**或**戶外活動**



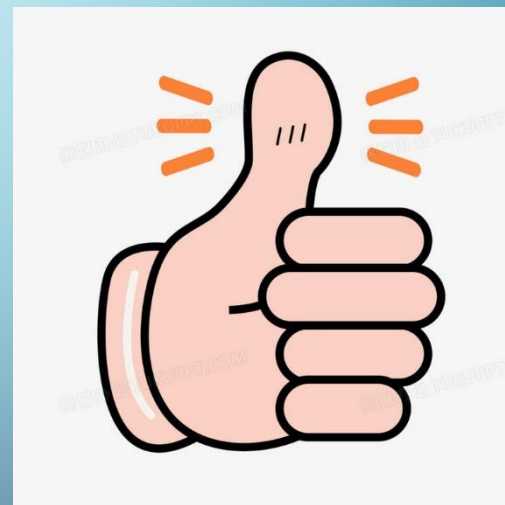
家長角色



協助

引導

陪同

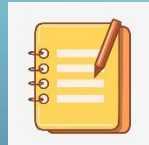


家長的自我準備



放鬆心情

家長情緒影響子女



先處理自己的情緒

帶情緒的話語影響親子溝通



家長的自我準備



尊重，不比較

每個學生都是獨特的，有自己的成長步伐



訂立合理的期望

根據子女的能力訂立目標期望清晰，行為一致



家長的自我準備



給予耐性及無限的接納
子女可以勇敢地自由探索



認同與讚賞
欣賞及鼓勵增添動力



家長的自我準備



多觀察及了解子女的困難
對症下藥



學習放手

勿過份保護，失敗也是成長的一部分



