

從幼稚園升上小學，對小朋友及家長來說，都是成長過程的重要關口，今年九月升讀小一的學生，在幼稚園期間經歷新冠疫情、停課、網上學習等，對學習、社交、自理都有一定影響。開學至今三個月，家長群組仍有不少家長指子女未能適應小一生活，部分學生更出現體重減輕、頻繁上洗手間、悶悶不樂、學術表現一落千丈等情況，令家長憂心忡忡。今期《親子王》邀請數位小學校長剖析小一新生的適應警號，分享學校如何協助小一生逐漸融入小學校園生活，並會為家長提供小錦囊，讓家長陪伴子女一起渡過這個成長階段。

## 校長剖析 小一適應警號

體重減、社交弱、學業追不上



來到12月，小一新生理應已經渡過適應期，然而今年因着各種因素，仍有不少小一生未能好好面對新校園生活，令家長大感憂慮。

### 小一新生個案分享 母女齊崩潰以淚洗臉

活潑開朗、學術表現不俗的Hallie，K1至K3就讀私立幼稚園，今年經小一統一派位「大抽獎」，獲派首志願地區受歡迎小學，Hallie及媽媽Amy均非常期待小一校園生活，開學前亦參加了小學舉辦的適應活動，惟開學後，Amy發現女兒經常悶悶不樂，放學回家後只埋首於功課及溫習。「讀幼稚園時，女兒放學後好似『開籠雀』咁好多嘢分享，依家個人無晒朝氣，只係講今日有幾多樣功課，驚做唔晒。」

Amy原以為女兒只是剛開學有少許不適應，但開學至今情況未有改善之餘，又發現女兒因在學校午餐，吃不完飯盒而令體重下降，女兒更哭訴未能結識新朋友，在班內倍感孤單，Hallie直言「唔想返學」，母女二人不禁流淚。



●Hallie未能適應小一生活，即使面對喜愛的圖書，也顯得沒精打采。



### 開學三個月未見改善

於是，Amy跟Hallie的小一班主任了解情況，對方告之小朋友由幼稚園升上小一，校園生活轉變頗大，在過渡期或會感到焦慮，部分學生可能會出現食欲不振、發噩夢、胡亂發脾氣等情況。Amy與班主任傾談後，相信Hallie的適應問題緣於人、事、物三方面，而班主任同時溫馨提示，家長如發現子女的異常徵狀持續一個月，應主動跟他們了解上學情況。

回想Hallie在幼稚園本有數名好朋友，有自己的社交圈子，但升上小學後，只有寥寥幾個同學來自同一所幼稚園，要重新認識新朋友，對小朋友來說不容易。同時Amy指出，小學老師不會像幼稚園老師般呵護和長時間陪伴學生，因此令女兒感到孤獨無助。



●小一功課比幼稚園深奧，Hallie經常做功課至晚上九、十時才完成。

### 小學校園跟幼稚園不同

小學的日常routine，對小一生來說非常具挑戰性，包括課堂規律、功課要求等，單單是需長時間坐在課室的上課模式，以及要抄手冊、記低多項功課內容及要求，都需要學生慢慢適應。Amy指女兒每天有五、六項家課，若遇上星期五、星期一的長假期，功課數量更多，Hallie在學校的導修課，大概可完成其中兩、三樣功課，餘下的需回家繼續完成，並待父母放工後檢查，經常至晚上九、十時才完成，對小朋友來說十分吃力。

此外，班主任亦指出，小一生對於周遭環境轉換，難免感到不安，因為幼稚園的校園較小，而小學多為六、七層高的建築物，兼有多個活動室，課室的桌椅擺放亦與幼稚園不同，小一生對陌生環境通常會感到害怕和不安。Amy與班主任商討後，班主任建議找來與Hallie相熟的同學坐在其附近，並安排Hallie參加課後興趣班，讓她有機會認識新朋友之餘，亦可趁機放鬆心情，並繼續觀察她的適應情況。



●習慣了幼稚園老師會長時間陪伴，小一生難免會感到孤單無助。



●小朋友由幼稚園升上小一，校園生活轉變頗大，在過渡期或會感到焦慮。



## 舊色園主辦可信學校 一條龍幼小銜接

升讀小一意味孩子要面對新環境、新同學和新老師等，對小一生來說是一項大挑戰，未必人人都能在短時間內適應。位於荃灣區的舊色園主辦可信學校明白學生及家長的憂慮，遂由小一自行分配學位放榜後，至新學年九月開學後，學校一條龍式為學生的幼小銜接做好準備，不論學術、心理或生理上，都為學生提供適切的照顧，包括劍橋英語及數學課程、小一適應課程、小一新家長會等，冀協助小一新生盡快融入校園生活。校方更會在開學後持續觀察學生的情況，若小一在開學後三個月仍未能適應，有可能需要進一步轉介評估，並為疑有學習困難的學生填寫小一生學習情況量表，及早識別有學習困難的學生，提供適切的輔導和支援。



●舊色園主辦可信學校為K3學生舉辦免費的劍橋英語班，讓學生提早適應小學的教學模式。



●電子學習對初小學生來說都是新鮮事。



●幼稚園學生升讀小學後，有機會體驗各式各樣的STEM課程。

### 三個月過渡期後持續評估

開學後，小一班別設有雙班主任制，進一步增強照顧每一位學生。由於小一生需要在學校午膳，學校在首星期安排家長義工協助派飯工作，並教導學生吃飯的禮儀，朱校長稱：「我哋會教學生食飯前要先叫『老師食飯、同學食飯』，會叫學生盡量喺一個鐘頭內食晒飯盒，希望佢哋最少都食到一半以上。」其他小一生需要自行完成的工作，包括抄寫時間表、家課冊、每日按課堂需要執拾書包，以及留意上課時的坐姿、離開座位前要舉手、在小息期間上廁所等，學生經過一、兩個月熟習環境後，大多逐漸掌握課堂的要求。

朱校長表示，若小一在開學三個月後仍未適應校園生活，老師會仔細了解他的不適應是緣於心態上未成熟，或是可能有特殊教育需要 (SEN)，包括專注力不足、讀寫障礙等，兩者的處理手法各異。如屬前者，班主任會安排一些小責任、獎勵計劃給學生，例如安排學生做行長、協助派飯等，表現良好可獲獎勵，令他們對小一生活有投入感。「又例如學生生日唔專心，可以排佢坐喺最前排，等佢可以集中啲聽老師講書，當情況改善，學生可以坐返後面。」有此類情況的學生問題不大，在老師「軟硬兼施」輔導下，大多可以重拾正軌。



●準小一和有表演機會，協助他們盡快融入校園生活。

### 提早熟悉小學的學習模式

舊色園主辦可信學校校長朱遠球表示，今年升讀小一學生，都曾經歷新冠肺炎疫情下的停課、網課，參與課外活動的機會亦大為減少，不少學生較為內向、社交及語言能力稍遜。有見及此，學校在去年11月小一自行分配學位放榜後，便開設免費的劍橋英語及數學課程，讓在自行階段被取錄的準小一生，由12月起到小學校舍學習英語及數學，為期六個月，讓他們提早熟悉小學的學習模式。

及至六月小一統一派位申請放榜後，學校為所有準小一生提供10課活動教學，讓學生在平日下午到小學上課，內容包括英語、認識科學、唱遊等讓他們從玩樂中學習，鼓勵探索，增加對學習的興趣。一直到開學前的暑假，校方亦會安排小一生參與暑期適應班，課程包括學習寫手冊、執書包、排隊等常規訓練，亦有認識校園等活動，讓小朋友從多方面熟習小一學習模式及了解校園環境。



●開學後，學校邀請家長到校為學生伴讀。

### 及早識別特殊學習需要

若學生懷疑有特殊教育需要，做功課、默書等都跟不上進度，或伴有情緒問題，學校會有支援措施介入，教育心理學家會與班主任、家長及學生詳細討論分析，及早識別及轉介跟進，由有教育SEN學生經驗的退休老師、受過專業訓練的教學助理組成小組，介入訓練，透過小組活動訓練、言語治療等，提升學生的表現。

朱校長指出，整體而言，校方會用小一整年時間持續觀察學生情況，絕大部分小一生於下學期的表現會有明顯改善，慢慢掌握做功課、默書考試的要求，並會結識不少新朋友，家長毋須過分擔憂。



●小學有不同的運動及興趣班，發掘學生的潛能。

●舊色園主辦可信學校校長朱遠球指絕大部分小一在開學三個月後，都能逐漸適應。

●學校着重幼小銜接，協助小一生投入全新的學習模式。

### 朱校長小貼士：

「建議家長在開學前已在生理及心理上為小朋友做好準備，包括在家中學會自行用餐具進食，與小朋友一起選購文具、預習課本，增加小朋友對小學生活的嚮往。開學後如發現小朋友容易緊張、發噩夢，甚至尿床、亂發脾氣、不願上學等行為倒退情況，家長應盡快與班主任了解小朋友在校內的情況，同時亦要有耐性處理管教問題，對症下藥，協助小朋友適應多姿多采的小一生活。」



●小學生需在校內進食午餐，老師會鼓勵學生盡量把飯盒吃完，建立良好的飲食習慣。

