



善用暑假 讓孩子作好入學準備

不論入讀幼兒學校、幼稚園或小學，對孩子而言都是一個重要的新階段。不同年齡層的孩子也需面對和適應新的學習環境及學習壓力，因此必需替孩子事先做好心理建設。研究顯示，平均有10至12%的孩子會出現不同程度的適應困難。常見適應困難的表徵包括：不願上學、表示身體不適、表現與平日不一樣（對平日喜愛的活動不感興趣）、增加或減低食慾、增加焦慮感和擔心的感受、因學校相關的事情而哭及發脾氣或表現負面情緒等。

在新入學的過程中，家長需給孩子和自己一段適應期，以便習慣入學後的生活，當中包括培養孩子獨立及自理能力。家長和孩子可趁著暑假這個機會好好為入學作預備。由於暑假期間生活限制較少，可使用的時間亦相對多，幼兒較容易感到迷失，不懂得如何分配及善用時間。透過與家長一起統整資料、計劃和實行目標，兒童不但可以學習、建立和發展各種能力及興趣，更可以渡過一個快樂的暑假。以下是一些幫助兒童善用暑假的建議，歡迎家長參考：



訂立完成暑期學習的計劃

學習計劃可以分為三至四個部份，與孩子商議訂立每一個部份的完成時間。以完成暑期作業為例，如果孩子能於預定時段內完成暑期作業，建議可給予一些獎賞以作鼓勵。對於較年幼的孩子，建議家長與孩子訂立閱讀目標，提升幼兒的聽說讀寫能力。家長亦可訂立其他較有趣的學習目標，例如於暑假期間到香港不同的遊樂場或沙灘玩耍。



夏日炎炎，家長可為孩子訂立不同的學習目標，例如帶他們到遊樂場或在水池玩耍，增進親子感情。

安排各種適合孩子的活動

除了完成暑期作業外，建議家長可陪同孩子到訪圖書館、博物館和科學館等。這些展館常舉辦適合孩子的活動，令學習變得有趣，孩子亦可增加生活體驗及提升學習動機。



兒童透過參觀展館或進行農耕等戶外活動，體驗不一樣的東西，從而獲益良多！

為開學早作準備

提早作好準備工作，迎接新學期！在暑假結束前兩至三個星期，家長與孩子可以開始共同制定一個貼近上學日程的作息時間表，並逐步翻看新學期的課本。建議可協助孩子檢查書本、校服是否妥善準備、暑期作業是否完成或能否達成暑期學習目標。



翻看新學期的課本可讓小朋友對新學年的學習範圍有概括的印象，以便開學後較容易掌握。

最後，暑假時光匆匆，各位家長可抓緊時間，為您的孩子訂立暑期計劃，讓全個家庭都能好好享受這個美好時光。家長可以在過程中讓孩子嘗試做自己的主人，自主地學習。家長們記著得當個貼心的啦啦隊隊員，用關心、耐心和滿滿的愛心陪伴孩子學習與成長，替他加油打氣，適時給予讚美和鼓勵，不吝嗇掌聲喝采，適時從旁扶持，給予指點引導，讓孩子有自信、毫不畏懼地邁開穩健的腳步向前進，體會學習的樂趣。最後，趁暑假這個大好機會，各位家長不要忘記與孩子進行一些親子活動，與孩子談談心，促進親子關係。



家長可讓小朋友利用不同材料、顏料創作藝術作品，發揮他們的小宇宙。



暑假時，小朋友可多與其他小朋友進行集體遊戲，藉此加強他們與別人相處的能力及合群精神。



兒童多進行趣味遊戲或活動，既有助訓練手眼協調，又可強健體魄！