



明愛小學學生輔導服務

復課前準備(學生活動)

目標：

1. 讓學生為復課作好準備，透過記錄復課前的心情變化，加強學生情緒覺察。
2. 透過訂立復課日常規律時間表，培養學生的自律精神。
3. 鼓勵學生提早準備充足的抗疫物資及上學用品。
4. 加強學生回校後的衛生意識及注意事項。

對象：小一至小六

品格優勢：自律

活動程序：

時間	目的	活動內容	所需物資/注意事項
復課前一星期	透過記錄復課前的心情變化，加強學生情緒覺察。	-學生每天記錄復課前的情緒變化，鼓勵學生與家人分享	我的復課心情日記 工作紙
復課前一星期	透過設計「我的專屬時間表」，培養學生的自律精神和準備復課的日常規律。	-學生設計及實踐一個復課前和復課後的時間表	我的專屬時間表 工作紙
復課前兩天	透過收執書包清單，讓學生提早準備充足的抗疫物資及上學用品。	-學生按清單內指示，準備收拾復課前所需用品	收執書包清單
復課前兩天	透過「衛生小貼士」，讓學生認識回校後的衛生需知及注意事項	-學生於上學前閱讀「衛生小貼士」清單，認識回校後的衛生需知及注意事項	「衛生小貼士」清單