

## 沙田官立小學學校通告(第31號) 2022/2023

各位家長：

### 有關「恢復全日面授課堂」事宜

#### (一) 恢復全日面授課安排

按教育局公布：若全校或個別級別已完成接種兩劑疫苗並超過14天的學生達到全校可接種疫苗學生人數的70%或以上，學校可向教育局提出申請，安排全校或個別級別的學生進行全日面授課堂，逐步回復正常的校園生活。

為使學生能順利回復正常的校園生活，讓學生有更理想的學習時間，校方自教育局公布上述安排後，便積極籌劃恢復全日面授課堂的各項細節，包括確認全校達至接種疫苗要求的學生人數、聯絡午膳供應商、校車公司、課後支援小組及課餘興趣班負責人等，努力作好一齊準備。

有賴各家長一直鼎力支持全民抗疫，與校方齊心保障孩子的健康，積極參與新冠疫苗接種計劃，本校學生已完成接種兩劑或以上疫苗而超過14天的學生人數已達82%。因此校方已向教育局申請於2023年1月16日(一)起恢復全校全日面授課堂，上課時間為上午8時至下午3時，校車會如常於放學時間提供服務(全日面授課上課時間表見附件一)。為了讓學生能於學校完成部分家課，校方會於全日制面授課堂時間表增設第9節作為導修課，減低孩子的功課壓力。另外，原定於P.1-P.3星期四第八節的導修課將改為生活小百科/閱讀課，指導學生生活小智慧及持續培養閱讀興趣。在恢復全校全日面授課堂後，學生將在校午膳，因此校方會利用1月16日(一)至1月19日(四)進行午膳訓練(1月18日為官小聯校教師發展日，是日學生不用上課)，指導學生進食時應有的禮儀和注意的衛生，好讓學生提早適應在校午膳的安排。

#### (二) 為配合全日制上課，本校午膳將作出下列的安排：

➢ 午膳時間---下午12:20至1:00

➢ 午膳安排方法：

##### 1. 學生自備

- 以手提袋盛載安全保溫壺及自備餐具(膠/金屬)
- 手提袋或保溫瓶請寫上學生姓名及班別
- 不設翻熱服務

##### 2. 家長送膳

- 以手提袋盛載安全保溫壺及自備餐具(膠/金屬)
- 手提袋或保溫瓶請寫上學生姓名及班別
- 請按班別放於正門的餐車上
- 送膳時間上午11:30至中午12:10
- 為了食物安全衛生，請不要為 貴子女準備魚生壽司等容易變壞的食物

##### 3. 訂購飯盒

- 膳食供應商：「活力午餐」(泛亞飲食集團)
- 價格：小一至小二：每份19元，小三至小六：每份19.5元
- 必須整月訂購
- 不設即日訂餐
- 餐具及托盤由「活力午餐」供應
- 餐具使用後必須每天帶回家清洗
- 每日提供4款餐單款式供選擇，每週供應原個水果1次給整月訂飯的學生。
- 小五及小六學生不設現場分飯。
- 退餐須於上午10:30前自行致電午膳供應商取消訂購，逾時無效。

##### 4. 1月及2月份餐單特別安排

- 1月份的餐單只包括1月3、4、11、12和13日，這幾天餐單只提供2款餐款供選擇，小一至小二收費：每份19元，小三至小六收費：每份19.5元。
- 2月份的餐單包括1月16、17、19日及整個二月，提供4款餐款供選擇，價錢跟1月相同。
- 1月份及2月份餐單將於下星期內派發。

請轉背面

回 條

班號：

杜

黃校長：

有關學校通告(第31號)2022/2023「恢復全日面授課堂」事宜，本人經已知悉。

班學生

家長簽署：

二零二二年十二月

日

(三) 於校內午膳的防疫安排

1. 學生座位以單行面向教師桌排列(避免面對面而坐)。
2. 進食時使用防飛沫擋板。
3. 進食前後，學生須妥善清潔雙手。
4. 學生應安坐在座位上除下口罩進食或飲水，切記不可交談，老師會指導學生把口罩妥善安放，並會提示學生在進食或飲水後立即戴回口罩。
5. 為子女準備消毒搓手液或消毒紙巾及三個口罩，以便潔手及作替換之用。
6. 提醒子女時刻保持雙手清潔，觸摸口罩後務必立刻潔淨雙手(用規液洗手或用搓手液)。
7. 非進食時，學生均須戴上口罩。
8. 學生切勿共用餐具、食器及共享食物或飲品。
9. 請自備口罩套、信封或環保紙放置午膳時除下的口罩。
10. 丟掉口罩前，請用膠袋、舊信封或環保紙包著口罩才丟進垃圾桶。
11. 請自備毛巾或濕紙巾，在午膳後自行清潔桌面及防飛沫擋板。

(四) 全日制學藝班安排

為配合全日制上課，星期一至五下午時段，以視像形式進行的學藝班將改為面授課堂，學生須留校進行學藝活動至下午4時10分，請登入各學藝班 Google Classroom 查看學藝班面授課地點及有關資料。學生若選擇完成學藝班後乘搭校車，必須繳交額外車費，負責老師會隨本通告即日派發乘車收費表及收費袋予參加學藝班的學生，務請於12月13日(二)或前交乘車表及車費給負責老師。

(五) 區本計劃-「P. 3-5功課輔導班」安排

為配合全日制上課，星期一、三、五下午時段，以視像形式進行的區本計劃-「P. 3-5功課輔導班」將改為面授課堂，由2月6日正式開始，時間改為下午2時40分至下午4時10分，參加的學生須留校參加區本計劃-「P. 3-5功課輔導班」(同時參加了中/英/數輔導班的學生，可於中/英/數輔導班完結後，繼續留校參加區本計劃-「P. 3-5功課輔導班」。中/英/數輔導班的通告會於稍後發給有關同學)。學生若選擇於區本計劃-「P. 3-5功課輔導班」後乘搭校車，必須繳交額外車費，負責老師會隨本通告即日派發乘車收費表及收費袋予參加區本計劃-「P. 3-5功課輔導班」的學生，務請於12月13日(二)或前交乘車表及車費給負責老師。請登入「P. 3-5功課輔導班」Google Classroom 查看區本計劃-「P. 3-5功課輔導班」全日制上課安排。

(六) 全日上課六大法寶

為了讓學生順利過渡至全日面授課堂，現隨通告附上「全日上課六大法寶」單張(附件二)供各位家長參考。

本校將會繼續積極為全日制安排做好各方面的準備，包括：聘請專業人士到校全面清潔校舍，加強防疫及消毒工作，讓學生可以在安全的環境下專心學習。請家長填妥回條，於12月9日(五)交回班主任。

家長如對恢復全日面授課堂有任何查詢，請致電學校聯絡各位副校長。

校長：黃翠嫻

二零二二年十二月八日

**沙田官立小學**  
**2022-2023 年度**  
學生上課時間表 (全日制)

星期 科目 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:00a.m. - 8:20a.m.	班 主 任 課				
8:20a.m. - 8:55a.m. (第一節)					
8:55a.m. - 9:30a.m. (第二節)					
9:30a.m. - 9:45a.m.	小 息				
9:45a.m. - 10:20a.m. (第三節)					
10:20a.m. - 10:55a.m. (第四節)					
10:55a.m. - 11:10a.m.	小 息				
11:10a.m. - 11:45 a.m. (第五節)					
11:45a.m. - 12:20p.m. (第六節)					
12:20p.m. - 1:00p.m.	午 膳				
1:00p.m. - 1:15p.m.	小 息 / 午 膳 活 動				
1:15p.m. - 1:50p.m. (第七節)					成長課/ 課外活動
1:50p.m. - 2:25p.m. (第八節)			多元學習課	P.1-P.3 閱讀/ 生活小百科	
2:25p.m. - 3:00p.m. (第九節)	導修	導修	導修	導修	導修

# 全日上課六大法寶

## 調整作息時間

全日上課和半日上課的作息時間有所不同，而當停止因全日上課的時間較長，孩子的休息及玩樂時間會相對減少，有機會影響孩子的情緒。

【法寶一】建議在恢復全日課前預留一至兩星期時間，逐步調整孩子的作息時間，為恢復全日課作好準備。

## 適當安排活動

當恢復全日上課後，各項下午的課外活動及補習亦隨之回復全日課時狀態，甚至為了趕及進度而增加壓力指數上升。

【法寶二】鼓勵家長預留時間讓自己和孩子放鬆身心，盡量平衡學習與休息的時間安排。

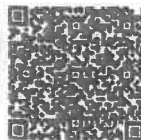
## 共同制定策略

面對孩子全日上課，家長要處理的事情似乎停不了，特別是要爭取時間教導孩子做功課及溫習，還有等著來的評估和考試呢！

【法寶三】建議家長及孩子一起制訂學習時間表及溫習策略（如獎勵計劃），讓孩子參與管理自己的事情，共同迎接新知識和新任務。

歡迎瀏覽我們的Facebook專頁，了解更多相關資訊！

德育護理中心 學校支援服務



## 聆聽孩子心聲

全日上課後，可能會有排山倒海的任務，面對有聊無聊，孩子的壓力會增加，甚至影響睡眠因素，進而影響精神健康。

【法寶四】建議家長多聆聽孩子的想法及感受，例如在晚飯後或睡前安排聆聽時間，讓孩子放鬆地表達及分享自己的情緒及事情。

## 多作正向鼓勵

正面及具鼓勵性的說話，有助建立孩子的自信心，提升他們面對挑戰的能力，發揮更多更大的潛能。

【法寶五】家長可在日常生活中，多欣賞孩子的努力及付出，可以從小小的事情開始，例如孩子回家後懂得放好鞋襪，可以即時給予稱讚。

## 尋找有力後盾

面對全日上課的各種新安排與挑戰，每樣事情都需要認真處理，家長也許會有乏力及難以應付的時候。

【法寶六】家長不是單獨面對的，可主動尋找各種專業的支持。如有需要，歡迎與學校社工聯絡。

如有需要，歡迎與學校社工 區姑娘 或 羅Sir 聯絡。