

《家長自由談》		
2E	黎梓浩 家長	多謝鄭主任分享怎樣在學業與課外活動之間取得平衡，並怎樣幫助孩子發掘他們的「塔冷通」，這些都非常重要。我好高興梓浩在體育方面也找到自己的興趣-籃球。並在籃球比賽中吸收經驗和成長，也提升自信。
🍃學校回應：		
1E	林倩晴 家長	感謝鄭主任的分享，小朋友現在的學習壓力很大，適當的放鬆對他們身心健康都有好處，我都認同孩子需要適量的運動和興趣，幫助他們成長！
🍃學校回應：		
6E	鄭樂謙 家長	小朋友即將升中學，也開始踏入了青春期，有自己的意見，我也放手讓他自己制定時間表和活動，培養他更多責任感，身為家長要在旁鼓勵和支持，除了有不好的選擇，就會和他慢慢分析，不能只反對，小朋友才能開心成長！
🍃學校回應：		
5E	江在原 家長	我會先和子女制定時間表，分配好學習和活動的時間。其次，我會和孩子設立優先事項，決定哪一項活動最能發展他們的興趣。最後會和他們定期檢討進度，如果發現問題就及時修正。
🍃學校回應：		
4D	李騰文 家長	定期與孩子檢討他們的進度，看看哪些方法有效，哪些需要改進，這可以幫助他們調整自己的時間分配。
🍃學校回應：		
1D	陳柏諾 家長	每位家長都希望自己的孩子上進，努力，勤奮，好學。這個電子時代下的小朋友們未長大就已經有自己的想法，主觀意識強烈，令家長在教導孩子的道路上不斷承受挑戰，家長也從中學習新的知識及理論。
🍃學校回應：		

5D	陳世勳 家長	我會根據小朋友的興趣選擇合適的課外活動。也會主要以運動為主，深信運動除了能令身體檢查外，也能減低學業壓力，也能增加自信和團體精神。
🦋學校回應：		
3B	陳柏德 家長	很認同日常做事不拖延，明白大朋友及小朋友都有不同的壓力及需要放鬆的時候，往往因此會發生拖延狀態，我們需要更努力學習改善更有效提升自我控制能力。
🦋學校回應：		
4E	林霜兒 家長	為孩子選擇課外活動，應以孩子的興趣優先。這樣孩子才能力在自己的興趣上發展潛能、發光發亮！
🦋學校回應：		
5C	蘇家穎 家長	升讀 P.5 後，學業/休息/課外活動的確難取得平衡，因此每半個學期都會和小朋友檢視課外活動的數量和時間會否令她感到吃力，如不勝負荷便需要作出調整了。
🦋學校回應：		
2D	梁天欣 家長	現今的父母總希望子女們各方面都才學兼備，除卻上課外，還有密密麻麻的課外活動，確實令他們疲於奔命，透不過氣來，家長們是時候好好檢視如何調整子女身心平衡的良方。
🦋學校回應：		
1B	鄭弘迪 家長	鄭老師講得好好，學習係重要，但都需要其他課外活動，做到文武相全。適當的戶外活動可以令小朋友接觸其他事物，學習到不同的東西。
🦋學校回應：		

3A	陳天樂 家長	為配合孩子多元化發展，制定目標容易，但是可以實行是一件不容易的事，需要家長、孩子共同配合，亦是考驗家長的耐性，時刻都要做好深呼吸的準備。
🌿學校回應：		
2A	伍玥晴 家長	子女與家長大家其實也是互相學習，互相進步，所以讓他們學習與活動中取得平衡，也是家長的課堂。
🌿學校回應：		
5B	郭心滄 家長	1. 鼓勵小朋友透過桌上遊戲，放鬆心情及舒緩壓力，學習與其他人互動交流，提升社交溝通能力和知識，成為自信的「社交小達人」。 2. 讓小朋友嘗試接觸「和諧粉彩」，認識乾粉彩的柔和質感，啟發創意，表達自己的想法或感受。 3. 定期同小朋友一起溝通、檢討（包括身為媽媽的我）、需改善甚麼地方，鼓勵對方等等，調整情緒。
🌿學校回應：		
3E	李芷瑜 家長	家長自身建立良好榜樣習慣，讓孩子參考。與孩子一併建立平衡生活，例如。一起做家務，分享日常，一起親子遊戲等，讓孩子感受到父母的關懷和愛護，更健康快樂成長。
🌿學校回應：		
2E	許丞運 家長	為免把功課拖長時間去完成，最好先制定計劃，讓孩子建立時間觀，勞+逸結合，如果「勞」的時間過長，就把「逸」減短，這樣孩子就會加快動作，專注完成。
🌿學校回應：		
1B	盧婉晴家 長	學生在學業和課外活動之間找到平衡非常重要；課堂上，通過有趣的學習活動激發好奇心，培養基礎知識。課外活動如兒童舞、小提琴和體育鍛煉則幫助他們發展興趣和社交能力。合理安排除時間，讓孩子們快樂成長。

🦋學校回應：

--