

父母打氣站 - 個人自理篇

我會穿校服

整體要求

1. 校服要合身，不可太長太闊。
2. 學生需穿著純白色內衣，並且不應外露。
3. 運動衣、男生之恤衫須束入褲內。
4. 嚴禁穿「船襪」。
5. 校服要經常洗熨，保持清潔衛生。
6. 女生：黑皮鞋的鞋底不宜太薄。

| 夏季校服 | 冬季校服 |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. 男生—藍色短袖恤衫、炭灰色短褲、黑皮鞋、純白短襪2. 女生—藍色全身裙、黑皮鞋、純白短襪、白色底裙3. 夏季運動服、純白色運動鞋、純白短襪4. 校徽—扣或縫在：恤衫袋右上角(男生)；校呔斜紋上位置(女生) | <ol style="list-style-type: none">1. 男生—藍色長袖恤衫、炭灰色絨長褲、黑皮帶、黑皮鞋、灰短襪、校呔2. 女生—藍色長袖恤衫、炭灰色背心絨裙、紅腰帶、黑皮鞋、灰長襪、校呔3. 冬季運動服、純白色運動鞋、純白短襪4. 深藍色校襖5. 深藍色毛衣/背心6. 頸巾—深藍色或與校服同一色系 |

父母打氣站 - 個人自理篇

✿ 學懂照顧自己

1 個人儀表

- 用毛巾抹汗
- 把反轉的外套翻回正面
- 脫去或穿上毛衣
- 扣鈕、拉拉鍊、穿皮帶

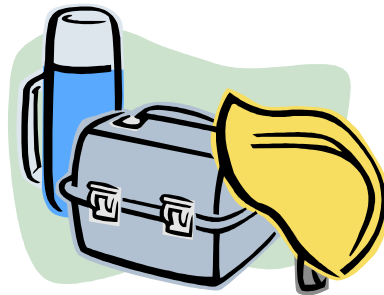
2 個人衛生

- 處理大小便
- 如廁後洗手
- 打噴嚏或咳嗽時掩口鼻



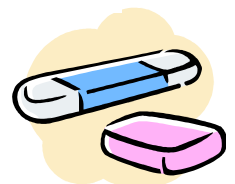
3 餐桌禮儀

- 扭開水壺
- 蓋好食物盒
- 使用餐具



4 個人物品管理

- 每天帶備 A3 功課袋、文具
- 自行收拾書包



父母打氣站 - 不再說 BB 語

學習適當表達自己的想法

處境

恰當的話

午膳時想添飯

老師，我可以多添一些飯嗎？

上課時想去洗手間

老師，我可以去洗手間嗎？

想幫老師的忙

老師，你需要幫忙嗎？

感到不適

老師，我有點不舒服。

忘記帶課本

老師，對不起，我忘了帶功課。

口渴，想喝水

老師，我可以喝點水嗎？

遺失了東西

老師，我不見了.....