

李陞小學
2024-2025 年度「伴你高飛」獎勵計劃紀錄表

學生姓名： 丘偉綸 (17) 班別： P. 2B 日期： 2025 年 3 月 20 日

請家長或學生詳列本年度(2024 年 9 月至現在)曾由家長陪伴及支持子女面對挑戰和克服困難、積極協助學校籌辦或鼓勵子女參與義工活動、歷奇訓練及有關生命教育或正向心理學的課程等及/或學生積極應對生活中的壓力和克服困難、踴躍參加義工活動、歷奇訓練及有關生命教育或正向心理學的課程等的事項並寫下簡單感想：

	日期	事項	感想	(由學校填寫)
1.	2024 年 12 月 16 日	參加學校舉辦的「親子冷門樂器舒壓工作坊」，為家長及學生提供一個減壓的音樂活動。	給予家長和學生接觸一些非常少見的樂器，吸引小朋友更專心地聆聽講者的介紹，過了一個既充實又輕鬆的早上。	
2.	2025 年 2 月 22 日	擔任維多利亞幼稚園「親子競技運動同樂日」的義工(弟弟就讀的幼稚園)。	透過義工活動，可接觸不同的人和事，過程中擴闊社交圈子、增強自信和滿足感。參與義工亦可提供一個積極自我和自我發揮的機會。	
3.	2025 年 3 月 6-11 日	學校考試，家長陪伴學生渡過第一次不讀考卷的考試。	為了減低學生對考試的恐懼及考試壓力，當學校派了考試範圍，我們便開始溫習、做練習、串字等，讓小朋友慢慢適應考試的溫習模式。每個週末我們會一起出外活動，感受大自然，紓解工作及學習上的壓力。	

倬綸參加了學校舉辦的「親子冷門樂器舒壓工作坊」，為家長及學生提供一個減壓的音樂活動。音樂可讓你處於一種放鬆的狀態，提升創造力及增強思維。當聽到一些快樂的音樂，能讓你感受到積極和充滿活力，這活動讓我們過了一個既充實又輕鬆的早上。

倬綸透過參加義工活動，有助培養其愛心及責任感，家長身體力行，透過身教和孩子共同幫助別人，為家庭生活帶來正面影響及增進親子關係。父母與小朋友一同創造正面價值，為其他人的生命帶來正面影響，這亦有助拉近親子距離，在擁有共同經歷與話題下，雙方更容易打成一片。義工活動可令孩子對自己成長或身處的地方貢獻一己之力，從而培養對社區的歸屬感及責任心，讓他們踏出舒適圈，學習與世界建立關係。