



[HTTP://WWW.HCMSLL.EDU.HK/](http://www.hcmsll.edu.hk/)

匡智翠林晨崗學校
Hong Chi Morninghill School, Tsui Lam

匡智翠林晨崗學校

IEP

中學生復課預告



何時復課?

日期：2020年6月8日星期一開始

時間：上午九時至下午十二時半



上學



放學

2020年6月							^	v
日	一	二	三	四	五	六		
31 初九	1 初十	2 十一	3 十二	4 十三	5 芒種	6 十五		
7 十六	8 十七	9 十八	10 十九	11 二十	12 廿一	13 廿二		
14 廿三	15 廿四	16 廿五	17 廿六	18 廿七	19 廿八	20 廿九		
21 夏至	22 初二	23 初三	24 初四	25 端午節	26 初六	27 初七		
28 初八	29 初九	30 初十	1 十一	2 十二	3 十三	4 十四		

不在學校午膳 ❌

復課適應週

日期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
學階	高中	初中	高中	初中	高中	初中	高中	初中	高中	初中
9:00-9:15	早操		早操		早操		早操		早操	
9:15-9:30	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務
9:30-9:45	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息
9:45-10:00	學校防疫措施 你要知	學校防疫措施 你要知	LIKE 計劃 及心聲 分享	LIKE 計劃 及心聲 分享	衛生與 我及心 聲分享	衛生與 我及心 聲分享	抗疫食 好 D-日 式飯團 配啤酒 啫喱	抗疫食 好 D-日 式飯團 配啤酒 啫喱	zoom 課 堂檢討	zoom 課 堂檢討
10:00-10:15										
10:15-10:30										
10:30-10:45	小息		小息		小息		小息		小息	
10:45-11:00	學校防 疫措施 齊練習	小息	學習時 間表及 活動調 動預告	小息	抗疫喜 怒哀樂	小息	抗疫情 緒管理	小息	心靈 雞湯	小息
11:00-11:15		學校防 疫措施 齊練習		小息		學校防 疫措施 齊練習		小息		
11:15-11:30				學習時 間表及 活動調 動預告				抗疫情 緒管理		
11:30-11:45				活動調 動預告				抗疫情 緒管理		
11:45-12:00	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務
12:00-12:15	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息
12:15-12:30	排隊放學		排隊放學		排隊放學		排隊放學		排隊放學	

復課：中學時間表(15/6-19/6)

高中 CAMPUS 周

日期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
學階	高中	初中	高中	初中	高中	初中	高中	初中	高中	初中
9:00-9:15	早操		早會		早操		早操		早操	
9:15-9:30	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務
9:30-9:45	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息
9:45-10:00	CAMPUS	語文	CAMPUS	生活 英語	CAMPUS	語文	CAMPUS	術科	CAMPUS	常識
10:00-10:15										
10:15-10:30										
10:30-10:45										
10:45-11:00	CAMPUS	小息	CAMPUS	小息	CAMPUS	小息	CAMPUS	小息	CAMPUS	小息
11:00-11:15		數學		常識		數學		ILS		IG
11:15-11:30										
11:30-11:45										
11:45-12:00	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務
12:00-12:15	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息
12:15-12:30	排隊放學		排隊放學		排隊放學		排隊放學		排隊放學	

復課：中學時間表(22/6-26/6)

↙

日期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
學階	高中	初中	高中	初中	高中	初中	高中	初中	高中	初中
9:00-9:15	早操		早會		早操		早操		早操	
9:15-9:30	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務
9:30-9:45	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息
9:45-10:00	數學	語文	公民教育	公民教育	選修 A	語文	數學	術科	通識	常識
10:00-10:15										
10:15-10:30										
10:30-10:45	小息		小息		小息		小息		小息	
10:45-11:00	語文	小息	通識	小息	工作訓練	小息	語文	小息	選修 B	小息
11:00-11:15		數學		常識		數學		ILS		IG
11:15-11:30										
11:30-11:45										
11:45-12:00	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務
12:00-12:15	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息
12:15-12:30	排隊放學		排隊放學		排隊放學		排隊放學		排隊放學	

復課：中學時間表(29/6-3/7)

日期	星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
學階	高中	初中	高中	初中	高中	初中	高中	初中	高中	初中
9:00-9:15	早操		早會		早操		早操		早操	
9:15-9:30	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務
9:30-9:45	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息
9:45-10:00	數學	語文	生涯 規劃	生活 英語	選修 A	語文	數學	術科	通識	常識
10:00-10:15										
10:15-10:30										
10:30-10:45	小息		小息		小息		小息		小息	
10:45-11:00	語文	小息	通識	小息	工作 訓練	小息	語文	小息	選修 B	小息
11:00-11:15		數學		常識		數學		ILS		IG
11:15-11:30										
11:30-11:45										
11:45-12:00	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務
12:00-12:15	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息	班務	小息
12:15-12:30	排隊放學		排隊放學		排隊放學		排隊放學		排隊放學	

復課前我要預備什麼？



- ✓ 早睡早起，調校生理時鐘，預備適應上學節奏
- ✓ 保持健康生活習慣，如每天做運動，多吃有益食物
- ✓ 如無必要，勿到人多擠迫的地方
- ✓ 自己執拾上學用品，如文具、手冊、筆記、水樽、兩個口罩等



重回復課後的生活規律

 Back to SCHOOL

疫情嚴重導致停課，
上學規律都被打亂。
復課前，讓我們一起
找回上學節奏吧！

 設計日常時間表

建議復課前兩周，
就要開始調整作息時間，
並要增設與學習相關的活
動於日常生活中。



上學時我要注意什麼？



- ✓ 上學前必須量度體溫及填寫「量度體溫記錄表」
- ✓ 出門前戴好口罩和帶備更換的口罩
- ✓ 乘搭升降機、公共交通工具或校巴時切勿除下口罩
- ✓ 與他人保持適當社交距離

如有發燒或出現呼吸道感染症狀，須戴上口罩，切勿上學，應盡快看醫生和留在家中好好休息！

區智翠林農尚學校
量度體溫記錄表

1. 每天上學前，家長或監護人須為學生量度體溫，有關正常體溫範圍，請參考衛生防護中心的《體溫監測須知》內的「體溫量度的參考」，請瀏覽：
https://www.chp.gov.hk/files/pdf/guidance_note_on_monitoring_of_body_temperature_chi.pdf
學生如有發燒，切勿回校，應立刻求醫並向校方請假，留在家中休息。

2. 每天記錄學生體溫後，請家長或監護人簽署作實，然後學生交回學校課班主任查閱。

3. 放假期間，家長或監護人亦需填寫「量度體溫記錄表」。

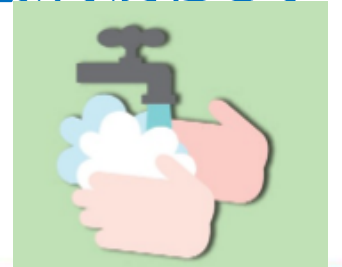
學生姓名：_____ 班別：_____ 月份：_____

日期	量度體溫時間	溫度	家長或監護人簽署
	上午/下午	°F/°C	
	上午/下午	°F/°C	
	上午/下午	°F/°C	
	上午/下午	°F/°C	
	上午/下午	°F/°C	
	上午/下午	°F/°C	
	上午/下午	°F/°C	
	上午/下午	°F/°C	
	上午/下午	°F/°C	
	上午/下午	°F/°C	



在學校我要注意什麼？

- ✓ 上課時以「面對背」方式單行排坐，不分組學習
- ✓ 為避免在進食期間增加感染病毒風險，不鼓勵同學帶小食回校
(盡量在回校前吃一頓豐富早餐，延遲一些回家吃午飯)
- ✓ 保持良好的個人衛生，勤洗手，避免雙手接觸眼、鼻和口
- ✓ 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩住口鼻
- ✓ 把用過的紙巾棄置到有蓋垃圾桶，然後用清水和梘液徹底清潔雙手
- ✓ 如廁後要蓋上廁板才沖廁



放學時我要注意什麼？

- ✓ 乘坐校巴或公共交通工具時切勿除下口罩
- ✓ 與他人保持適當社交距離
- ✓ 立即回到家中，切勿在社區逗留



當我有情緒問題時可以怎樣做？

同學復課後如果感到擔心、焦慮或恐懼，可以告訴班主任、社工，他們會協助同學處理因疫情產生的情緒，重新投入校園生活。



抗疫資訊



使用視液及清水潔手



如何正確佩戴外科口罩



使用酒精搓手液潔手



提一提冇問題 (校園篇)



抗疫資訊



個人、家居與環境衛生守則小冊子



[HTTP://WWW.HCMSLL.EDU.HK/](http://www.hcmsll.edu.hk/)

匡智翠林農商學校
Hong Chi Morninghill School, Tsui Lam

祝大家身體健康！
6月8日學校見！

