

# 校長的話：

## 自己吃一餐飯

學校一整天的環節，午膳時段可算精彩萬分。簡單一餐飯，雖然不同學生有不同的吃法，但都會是自己吃。如果遇到學生有偏食問題或進食困難，老師就要花多點心思，出盡法寶，與學生鬥智鬥力，而老師的目的其實只有一個，就是要學生自己好好地吃完一餐飯。

我帶大家看一看，或許家長可以從中得到啟發：



有學生要大人把水果切成一細塊一細塊地吃。



有學生需要用有耳朵的飯碗。



有學生可以原個水果連皮一起吃。



有學生需要用筷子進食。




有學生需要用後面碗邊較高又可吸吮著橙面的飯碗。




有學生需要用很大很大很大的飯碗。



少少的飯後獎勵，可以鼓勵學生加油和努力，完成整餐飯。




有學生需要視覺提示，要知道目標是吃多少口飯，才願意合作吃飯。吃一口，記一下。



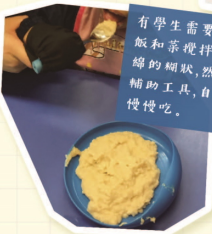
有學生每吃到第5口便要即時有少少獎勵，才會有動力繼續吃完一啲飯。



為了專心吃飯，有學生需要站著吃飯。



為免分心，有學生需要單獨於間隔內一個人吃飯。



有學生需要大人把飯和茶攪拌成軟綿綿的糊狀，然後加點輔助工具，自己嘗試慢慢吃。

說穿了其實很簡單，只是轉轉位置、換換用具、加點提示、給點獎勵罷了。老師並非魔法師，也需要時間去明白了解學生吃飯的困難及需要，然後試不同的方法，這個方法不行，就試第二個方法……總有一個方法是會成功的。

仍然是那一句「6歲唔處理，呀仔唔會16歲時突然做到」，這個功夫真的要早下。

我知道有些家長每一餐都會餵子女吃飯，甚至每一餐都要迫著子女來餵飯。其實「自己吃一餐飯」是「自立」的第一步，亦是「大個仔大個女」的表現，所以如果家長在這方面有困難，歡迎聯絡班主任尋求方法。

家校一起合作，一定做得到。