

居家学习：家长与照护者须知

协助孩子居家学习的指导、建议与资源

居家学习

在帮助孩子居家学习方面，最重要的一点就是要保持作息规律，不断提供支持和鼓励。家长不必扮演老师或学科专家的角色。

与学校保持沟通很重要。

学校会：

- 清楚地传达老师的职责，以及学生、家长和照顾者都分别需要做什么。
- 为孩子提供学习活动
- 通过往常的渠道与家长和学生沟通，例如通过学校网站、新闻稿和电子邮件
- 向家长和学生建议孩子可以使用哪些在线工具来支持他们居家学习。

如果家里没有电脑或互联网，学校会与您联系，讨论孩子是否需要借一台电脑，以及孩子如何获得学习材料的事宜。

建立学习环境

每个家庭的环境都各有不同。在可能的情况下，学生的学习应该在与家人共享的空间中进行。例如，客厅或饭厅。这些空间比卧室要好，在卧室里，孩子会感到孤立，并且监督难度也会加大。

学习空间应该：

- 有时可以很安静
- 您本人或另一名成年人会在场

远程学习时学生的责任

根据孩子的年龄和学习阶段，学习要求如下：

- 定期留意网上平台的公告和教师的反馈
- 尽最大努力完成课业任务

- 尽最大努力遵守时间表和截止日期
- 与老师坦诚交流，如有任何问题或疑问，向老师提出
- 继续遵循学校的行为准则。

建立作息规律和学习目标

当孩子居家上课的时候，为孩子确立作息规律很重要。这会给孩子提供一个有助于学习的环境。

每天学习的开始和结束都要登记，以帮助孩子：

- 清楚地认识并完全理解老师的要求
- 做好学习安排，为居家学习设定优先顺序。

有规律地休息锻炼。学校可能会建议一些活动。

鼓励健康的饮食习惯，确保喝足够的水。

尽力让所有的孩子保持正常的就寝时间，尤其是年幼的孩子。

控制好电子设备的使用时间和上网安全

孩子可能会花时间在网，所以教导上网安全很重要。这将有助于孩子选择良好的数字信息，并负责地使用信息和通信技术。

家长可能有必要与孩子就以下方面做好沟通：

- 仅使用学校或教育与培训部（DET）推荐的在线工具
- 在网上交流时保持尊重待人，就像与他人面对面交谈时一样
- 在居家公共空间使用数字设备。

欲了解为家长和照顾者提供的更多有关孩子上网安全的建议（英语），请访问：www.esafety.gov.au

关注孩子的心理健康

每天花些时间关注孩子的心理健康很重要。

孩子可能需要一段时间来适应新的学习方式以及相关变化，比如无法当面见到同学。每个孩子对新环境的反应都不一样——出现悲伤、沮丧、焦虑甚至愤怒的情绪都是正常的。

您可以通过以下方式帮助孩子适应：

- 让孩子有机会谈论自己的感受，倾听孩子的心声

2 [Learning from home: Information for parents and carers – Simplified Chinese](#)

- 确定孩子力所能及或在家长帮助下可完成的事情，借以解决孩子可能存在的任何问题
- 询问孩子对于远程学习的感受，以及是否需要家长的帮助。

如果您对孩子的健康和状况有任何其他顾虑，请联系学校寻求帮助。

给有额外需求孩子的父母和照顾者的建议

如果孩子有额外的需求，那么家长应和老师就专门定制学习计划进行沟通。这将有助于引导孩子的居家学习。

DET 网站 (www.education.vic.gov.au/parents) 的家长页面有更多的英语信息，可帮助家长和照顾者支持孩子居家学习。

此外，还有一份名为《Understanding learning difficulties for parents: a practical guide》详细指南。其中包括关于克服学习障碍的实用建议以及一份列有官方推荐的 APP 清单。请浏览

www.uldforparents.com

读写与算数方面的学习资源和建议

除了学校将提供的资源和材料外，您还可以使用以下资源来支持孩子的居家学习。这些资源都是英文资源：

读写与算数

有关父母和照顾者培养孩子读写和计算能力的建议可以从 www.education.vic.gov.au 下载。搜索：*get involved in literacy and numeracy*

州长阅读大挑战

这项大挑战鼓励从出生到 10 年级的儿童和学生全年阅读一定数量的书籍，并在网上记录读书情况。请在 www.education.vic.gov.au 注册。搜索：*premiers reading challenge*

在家学数学与算数：

家长和照顾者在帮助孩子培养计算能力方面扮演着重要的角色。面向家庭提供的建议和资源可以从 www.education.vic.gov.au 下载。搜索：*mathematics and numeracy at home*

© State of Victoria (Department of Education and Training) 2020. Except where otherwise noted, material in this document is provided under a [Creative Commons Attribution 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) Please check the full [copyright notice](#)