

# 学校关闭期间在家学习

## 帮助您的孩子在家学习

### 家长在远程学习期间的责任

请采用以下方式帮助您的孩子：

- 制定例行时间表和期望目标
- 腾出一个地方给孩子学习
- 监督孩子与老师沟通
- 在每天生活开始和结束时询问孩子的学习情况
- 在帮助孩子学习方面发挥积极作用
- 鼓励孩子保持活跃、锻炼身体
- 记住您的孩子在这段时间可能会感到担心或有压力
- 监督您的孩子花多少时间上网
- 让孩子保持社交，但要制定他们在社交媒体上互动的规则。

### 学生在远程学习期间的责任

这些责任应根据孩子的年龄进行调整：

- 制定、实行每日例行学习时间表
- 在家里为他们腾出的既安全又舒适、安静的地方学习
- 经常注意数码平台和网上交流信息，留意教师的通知和反馈意见
- 诚实地尽最大努力完成作业
- 尽最大努力在规定时间内按时履行承诺
- 如果无法按时完成任务或需要额外帮助，那么要与老师联络
- 在学习过程跟同学互相配合、互相帮助
- 执行教育部的下列政策：[Student use of digital devices and online services policy](#) (《关于学生使用数码设备及网上服务的政策》)
- 如有不同需求要跟学校员工联络。



## 安排好孩子每天的计划

您的学校应该为您的孩子提供学习时间表或功课表，包括中间休息和饮食。在中间休息时，学生必须起来走动走动。

如果您住在私人住宅中，那么您的孩子走出去室外的花园、阳台或庭院都是安全的。

## 幸福感

长时间困在家里会导致压力和冲突。在隔离期间关心孩子的方法包括：

- 全家一起来讨论有关感染的问题——了解疫情就会减轻焦虑感
- 帮助孩子回顾他们过去如何应对困难局面，让他们坚信今后也能够这样做
- 提醒他们隔离不会持续很久
- 经常运动：人们公认运动能够减轻压力和沮丧。
- 鼓励孩子采用电话、电邮或社交媒体（如果合适的话）与家人朋友保持联络。

## 沟通

### 与孩子沟通

我们鼓励您在每天开始和结束时提出一些有关孩子学习的简单问题，帮助他们安排好自己一天的活动。并不是所有的学生都能适应远程学习环境。由于太独立，或者缺乏系统安排，有些学生会感到难以适应，您的问题会有助于他们走上正轨。

### 与学校沟通

您必须清楚地知道学校和老师将如何跟您沟通，而且经常注意这个沟通渠道。

如果学校选择使用数码设备作为远程学习计划的一部分，那么您务必清楚知道如何跟老师联络以获得学习方面的帮助，跟谁联络以获得技术方面的帮助。

对于大多数学校和家庭来说，这种情况是新情况。学校将根据反馈意见尽力不断改进、完善，因此可能会要求您和孩子提供对系统运行方式的反馈意见。

大多数学校已经使用某种平台跟家长和学生沟通。这些现有平台应尽可能继续使用。

### 与老师沟通

老师可能会在固定的时间跟学生在网上聊天或提供视频课程；在无法使用数码形式的情况下，他们可能会在固定的时间给您的孩子打电话。

您和孩子都必须记住，老师必须跟许多其他家庭沟通，因此跟老师沟通时必须简短、抓住重点。在等待帮助或反馈信息时，您可能还需要提醒孩子耐心等待。

## 使用技术

在这种情况下，除非学校特别建议，否则家长最好不要从第三方供货商那里购买软件。

您的学校和教育部已经有各种各样的软件和设备，这些都是为了给学生提供所需要的帮助而经过专门选择的。

- Google Apps for Education – Online Google apps。学生登录的步骤是：Students portal > Learning > G Suite。
- Office 365 – online Office apps。
- Microsoft Office 365 Desktop Apps：可以安装在最多五台计算机和十个移动设备上。请选择“Install Office”链接。
- 从“Bring your own device (BYOD)”软件网站，学生还可以免费使用其他Adobe软件。

## 使用数码设备及上网

以下链接提供了教育部有关技术、设备和上网的政策：

[Student use of digital devices and online services policy \(《关于学生使用数码设备与网上服务的政策》\)](#)

如果使用数码资源是您的孩子学习的一个环节，却不大清楚怎么做，那么应该向上课的老师求助。

## 控制使用荧屏的时间

任何人上网的时间都应该有节制，但使用荧屏的时间和规则是因年龄而异的。

使用视频的视频会议和社交互动不计入使用荧屏的时间。

根据美国儿科学会的建议，使用荧屏的时间（不包括视频会议）建议为：

- 2-5岁：1小时，连续使用最多30分钟就要休息一下。
- 6岁及以上：没有具体的时间限制，但是使用荧屏的时间不应该影响体育活动以及家庭和学校（在可能情况下）的面对面互动，而且应该保持一致。

一定要控制校外活动的时间。

## 行为管理

即使您的孩子在家，他们仍然需要遵循学校的行为管理政策。

为了在远程学习期间进行协作、开展小组活动、给同学提供反馈信息，学生必须在网上沟通，在数码世界中共同努力。您对孩子的期望以及对其行为的要求跟面对面授课的课程是一样的。

## 电话口译服务

更多信息请打电话向校长查询。如果您需要口译员来协助您查询，请打电话131 450跟电话口译服务处联络，要求安排说您的语言的口译员。这项服务对您是免费的。