



第三部分：家长讲义翻译版本 英语资料

第三节 家长讲义

家长积极参与学校教育

明确的证据显示家长参与孩子的学校教育和学习的重要性。家长可以通过以下方面帮助孩子成功：

- 建立稳定的日常作息习惯；
- 鼓励孩子阅读；
- 帮助孩子有条理；
- 和孩子讨论学校的事情；
- 与学校沟通；
- 培养他们自立和自律。

家长还可以通过作为义工来参与学校教育和活动、参加学校家长居民委员会和学校其他事务。

亲子教育的策略：

- 理解孩子的成长；
- 成为良好的楷模；
- 提供积极的关注；
- 培养情商；
- 保证环境安全；
- 培育健康而平衡的生活方式。

采取有效的纪律约束

公平、一致并给予学习的机会才能有效贯彻纪律。如果孩子害怕，他们就不能学习。羞辱和体罚是没有效果的，因为这些方法不能教会孩子正确的行为方式。

对孩子采取正面的纪律约束包括：给予鼓励和承担适当的后果，包括认识到犯错误是学习过程中正常的组成部分。

当家长进行如下行为时纪律约束最为有效：

- 提前计划，准备更好地处理压力时段；
- 为孩子提供各种活动避免无聊；
- 忽略小的不当举止；
- 当孩子的请求合理时与孩子协商；
- 对孩子的错误行为采用适当、一贯而公平的方法处理，例如取消特权、要求孩子道歉、要求孩子回来完成任务或正确地做某事；
- 少许采用面壁或关禁闭手段，而且仅适用于最严重的犯错。





第三部分：家长讲义翻译版本 英语资料

帮助孩子通过普通的挑战

如果孩子有困难或家庭经历困难，那么家长应该同校长、班主任或学校心理辅导员讲。很多当地社区福利机构和项目也帮助在校学习的孩子。家长可以利用互联网联系当地的移民资源中心、管理委员会或访问社区中心或图书馆，查找具体的有用服务和社区里进行的各种项目。家长还可以利用家庭医生或社区健康中心来推荐专业的服务。

欺凌

很多孩子在上学时的某些时段经历过被人欺负，这些包括：

- 口头欺负例如骂人、戏弄、威胁或污辱；
- 身体上的欺负，例如打人、抓人、绊人或吐痰；
- 社交欺凌，例如排斥在外或做不合适的手势；
- 心理欺凌，可以包括传谣言、破坏其财产或恶心的短信，还有其他东西。

具体关于欺凌的信息以及当孩子受到欺凌时如何做请看：<http://bullyingnoway.gov.au/>

家庭重要活动 3

一起做饭

该活动促进家人间的团队合作、交流和亲密关系。这是家人一起为共同目标合作的很好方法。最好的方法是一起做完饭以后，你们一起分享这顿饭。

所需要的材料

菜谱或菜单（在网上查找上千种免费的菜谱和菜单，用烹调书或选择具有文化特质或传统家庭菜）。

根据选择的菜谱来选配料；

厨具、厨房和/或准备烹调的地方；

餐具。

说明

所有家人一起参与决定选择哪个菜谱；

列出配料清单以及菜谱上需要的东西。家里可能都有这些配料，也可能需要采购。

留出足够的时间准备食物，在大家肚子太饿之前，要提前计划预留足够的时间准备饭菜。这一过程不应当匆忙。





第三部分：家长讲义翻译版本 英语资料

在你开始做饭之前，向家人解释根据菜谱或说明进行操作的重要性。如果可能给他们看一下饭菜的图片，这样他们就能看到一家人一起合作的成果。

给每个家人安排工作，并确保孩子们分配的工作安全、符合年龄特点。小孩不要接触尖利的刀或热烤箱。记住要监督孩子使用厨具和电器。

说明需要简单明了。如果需要，给孩子们做示范，让他们可以跟你学，尽可能经常地表扬他们。

如果小孩觉得无聊，就给他们另外一项工作，让他们看你做或者给他们安排厨房意外的活动，这样其他的家人才能继续工作。例如，在白纸上写下菜谱，让孩子们在桌子上画颜色、进行装饰。

要有耐心，这项活动重要的一点是一起合作的过程。

当食物准备好或放进烤箱时，每个家人都要参与摆桌、收拾调料、清洗碗盘等工作。

但饭菜准备好的时候，大家都要在桌前就座或同一间屋就座。找时间表扬所有参与工作的家人，您还有可能希望为大家或所做的食物拍一些照片。

当大家品尝美食的时候，您可能希望谈论做饭的步骤。询问孩子他们最喜欢哪个工作，他们希望下次尝试哪个菜谱以及他们从中学到了什么。给他们许多正面的反馈并鼓励他们做好工作。

就餐后让所有家人一起参与清理工作。

