

Public education
Discover a world of opportunities

THAI

0 ถึง 4 ปี

การเรียนรู้ ที่บ้าน



Department of
Education

กิจกรรมและความคิดสนุกๆที่ช่วยให้ลูกของคุณเรียนรู้ที่
บ้าน สำหรับพ่อแม่/ผู้ดูแลเด็กเล็ก



มีอะไรข้างใน

การเรียนรู้ที่บ้าน	3
ค้นหาช่วงเวลาเรียนรู้	4
การอ่านทุกวันนี้เป็นเรื่องสนุก - และเป็นเรื่องสำคัญ	5
การเรียนรู้เกี่ยวกับโลก	7
การเรียนรู้ที่จะมุ่งความสนใจและมีสมาธิ	7
วิธีพัฒนาทักษะทางคณิตศาสตร์ การอ่านและการเขียน	8
การเลี้ยงลูกให้มีความสุข	10
สุขภาพกายดี สุขภาพจิตก็ดี	12
ความสนุกและการเรียนรู้กับเทคโนโลยี	14
ความช่วยเหลือสำหรับครอบครัวที่มีเด็กเล็ก	15
การเริ่มไปโรงเรียน	16

หัวข้อ: การเรียนรู้ที่บ้าน - อายุ 0 ถึง 4 ปี : กิจกรรมและความคิดสนุกๆ ที่ช่วยให้ลูกของคุณเรียนรู้ที่บ้าน สำหรับพ่อแม่/ผู้ดูแลเด็กเล็ก

SCIS NO: 1701239

ISBN: 978-0-7307-4560-0

© Department of Education
Western Australia 2015

สิ่งพิมพ์เผยแพร่นี้สามารถทำการถ่ายสำเนาได้บางส่วนหรือทั้งหมดและในรูปแบบใดๆก็ได้ในสถานศึกษาเพื่อวัตถุประสงค์ในการศึกษาที่มีค่าใช้จ่ายต่ำ

คุณสามารถยื่นขอเอกสารนี้ในรูปแบบอื่นๆที่เหมาะสมได้

Department of Education

151 Royal Street
East Perth WA 6004
T: 9264 5803
W: education.wa.edu.au





การเรียนรู้ที่บ้าน

สมองของลูกนั้น 'กำลังพัฒนา!'

ในช่วงปีแรกของชีวิต สมองเติบโตอย่างรวดเร็ว ประสบการณ์ที่คุณมีกับลูกระหว่างช่วงปีเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ด้วยการทำให้บ้านสนุกสนาน มีความสุขและปลอดภัย คุณกำลังช่วยสร้างการรักการเรียนรู้ให้กับลูก

เด็กเรียนรู้ได้ดีที่สุดอย่างไร

เด็กเรียนรู้ได้ดีที่สุดเมื่อเขามีความสุข รู้สึกปลอดภัย และได้เห็นและได้ทำสิ่งที่น่าสนใจ กิจกรรมที่คุณทำร่วมกับลูกในทุกๆวันเป็นโอกาสการเรียนรู้ที่ยิ่งใหญ่

คุณไม่จำเป็นต้อง 'วางแผน' เป็นทางการเพื่อการเรียนรู้ที่บ้าน - มันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติด้วย กิจกรรม ประสบการณ์ เกมและการอ่านง่ายๆ ที่คุณทำร่วมกับลูกในแต่ละวัน

โดยธรรมชาติแล้ว เด็กมีความอยากรู้อยากเห็น มีความคิดมากมายและอยากรู้โลกรอบๆตัวของพวกเขา อยู่แล้ว พวกเขาเรียนรู้ด้วยการเล่น การดู การฟัง การถาม การพูด การมีเวลาได้คิด ได้ลองและได้ทำสิ่งใหม่ๆ และดูการตอบสนองจากผู้รอบๆตัวเขา

อนุสารนี้บอกถึงสิ่งต่างๆมากมายที่คุณสามารถทำกับลูกที่บ้านได้เพื่อช่วยในการเรียนรู้และพัฒนาการของลูก

ค้นหาช่วงเวลาเรียนรู้

การเรียนรู้เกิดขึ้นผ่านประสบการณ์ในทุกๆวัน เช่น กิจกรรมที่บ้าน การเดินเล่นและการสำรวจแถวๆบ้าน ใช้ช่วงเวลาเหล่านี้กับลูกของคุณให้เต็มที่

ตัวอย่างเช่น ตอนที่ตากผ้าคุณอาจพูดถึงชนิดของผ้า แยกผ้า นับจำนวนไม้หนีบและพูดถึงเรื่องสี สิ่งนี้ช่วยให้เด็กพัฒนาแนวความคิดและเรียนรู้คำใหม่ๆ

ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- ทำให้การเรียนรู้เป็นเรื่องสนุก
- ค้นหาสิ่งที่ลูกสนใจและเลือกทำ - และพัฒนาจากจุดนั้น
- ให้เวลาลูกของคุณในการแก้ปัญหาและทำซ้ำ
- คิดในแง่บวก อดทนและช่วยเหลือ
- สอนให้ลูกดู ฟัง คิดและถาม
- ฟังลูกของคุณและให้คำแนะนำ
- ให้ลูกตัดสินใจเองว่าเมื่อไรเขาต้องการความช่วยเหลือ – หลีกเลี่ยง 'การเข้ามาทำเอง'



การเล่นนั้นเป็นงานของเด็ก

การเล่นเป็นวิธีการเรียนรู้ที่มีพลังและเกิดขึ้นตามธรรมชาติของเด็ก เด็กพัฒนาทางร่างกาย ทางสังคม ทางอารมณ์ และทางปัญญา(ความฉลาด)ผ่านทางการเล่น การเล่นมี ทั้งการปีนป่าย การสร้างบ้านเด็กเล่น การแต่งตัว การแกล้ง ทำท่าทาง การเดินรำ การเขียน การนับ การแก้ปัญหา การวาดรูป การอ่าน การจินตนาการ การสร้างสิ่งต่างๆ การตัดสินใจเลือก การสำรวจวัสดุ การทดสอบความคิด การพัฒนาความมั่นใจ การแข่งกับคนอื่น...และอื่นๆอีกมากมาย!

ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- ให้ลูกได้เล่นทุกวัน
- ส่งเสริมให้ลูกเลือกทำกิจกรรมและเกมต่างๆด้วยตนเอง
- มีกล่องกระดาษ ลูกบอล กระจับปี่ พลุ ของใช้ในบ้านที่ใช้ประจำวันและเครื่องแต่งกายอยู่รอบๆตัวเพื่อให้เด็กได้เล่น
- ทำให้การเก็บของเข้าที่เป็นส่วนหนึ่งของเรื่องสนุก – ปล่อยให้รกเกะกะซักพักระหว่างการเล่น



การอ่านทุกวันนั้นเป็นเรื่องสนุก - และ เป็นเรื่องสำคัญ

เด็กชอบให้อ่านหนังสือให้ฟังและการแบ่งปันหนังสือกันเป็นวิธีการใช้เวลากับลูกที่เยี่ยมมาก นอกจากนี้ ยังเป็นการช่วยเพิ่มพูนคำศัพท์ให้แก่ลูกและแสดงให้เห็นว่าคุณให้ความสำคัญกับการอ่าน

ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- เล่าเรื่องราว พูดและร้องคำคล้องจอง บทกลอนและบทเพลง ทำท่าทางต่างๆ ขึ้น
- พูดคุยถึงคำและตัวเลขต่างๆ ที่คุณเห็นตอนที่ออกไปข้างนอก
- อ่านให้ลูกฟังโดยใช้หนังสือพิมพ์ จดหมายขยะ อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ นิตยสาร รวมทั้งหนังสือ
- อ่านสิ่งต่างๆ หลากหลาย – ซึ่งอาจเป็นหนังสือสิ่งพิมพ์และเรื่องราวจากอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์
- อ่านเรื่องโปรดซ้ำแล้วซ้ำอีก
- ตอนอ่านให้ลูกฟัง ใช้นิ้วชี้ให้ลูกดูตามคำที่อ่าน ชี้อุปภาพและพูดคุยกันถึงเรื่องราว
- ให้ลูกแกล้งทำเป็นอ่าน เด็กแกล้งทำเป็นอ่านด้วยการสร้างเรื่องราวขึ้น นี่เป็นการเริ่มต้นที่เยี่ยมยอด
- แสดงให้ลูกเห็นถึงการดูแลหนังสือ เช่น การพลิกหน้าอย่างระมัดระวัง
- ถ้าลูกไม่สนใจในหนังสือบางประเภท อย่างบังคับลูก
- หลีกเลี่ยงสิ่งเบี่ยงเบนความสนใจขณะที่อ่านหนังสือกับลูก – เช่น ควรปิดโทรทัศน์เสีย
- ไปห้องสมุดท้องถิ่นและสอบถามถึงโปรแกรมที่ห้องสมุดมีสำหรับพ่อแม่และลูก



การเรียนรู้เกี่ยวกับโลก

โลกเป็นที่น่าตื่นเต้น เต็มไปด้วยสิ่งต่างๆ ให้ลูกได้สำรวจและค้นหา เมื่อลูกเริ่มสังเกตและทดลองสำรวจร่วมกับลูกทั้งที่บ้าน ในสวนและในละแวกบ้าน

เมื่อลูกถามว่า ทำไม และ อย่างไร ลูกกำลังเรียนรู้ที่จะคิดอย่างมีเหตุผล

ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- ส่งเสริมให้ลูกถามคำถาม พูดคุย ลงมือทำและคิด โดยใช้ปัญหาต่างๆ
- ตั้งคำถามกับลูก พูดคุยกันถึงคำตอบและความคิดของลูก
- ช่วยลูกค้นหาโลกรอบๆ ตัวเขาและทดลองกับสิ่งต่างๆ ที่พบเจอในทุกๆ วัน ตัวอย่างเช่น: ทำไมของบางอย่างลอยและของบางอย่างจมในอ่างอาบน้ำ ฝนมาจากไหน แมงมุมสร้างใยอย่างไร
- ทำกิจกรรมร่วมกันเช่น ปั่นดินน้ำมันและเป่าฟองสบู่
- พูดคุยกับลูกถึงเทคโนโลยีที่เราใช้กันอยู่ทุกวันและทำไมเราถึงใช้มัน
- ใช้เวลากับลูกในการสร้าง/ต่อโดยใช้สิ่งของ บล็อก และของเล่นที่ใช้ในชีวิตประจำวัน

การเรียนรู้ที่จะมุ่งความสนใจและมีสมาธิ

เกมเป็นวิธีที่สนุกที่ช่วยให้ลูกพัฒนาความสามารถในการมุ่งความสนใจและมีสมาธิ

ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- ช้อนสิ่งของต่างๆ กันนอกบ้านและรอบๆ บ้าน และสนุกด้วยกันในการหาของ
- จัดหมวดของโดยใช้ขนาด สี และรูปร่าง เช่น บล็อกบรรจุภัณฑ์ใส่อาหาร ของเล่น และไม้หนีบ
- เล่นเกม อะไรเอ๋ยอยู่บนจาน วางของอย่างหนึ่งบนจาน หลังจากที่ถูกได้ดูของแล้ว ขอให้ลูกปิดตาแล้วถามว่า อะไรเอ๋ยอยู่บนจาน เพิ่มจำนวนของเป็นสอง สาม และสี่ชิ้น ให้ลูกได้ดูของบนจานแต่ละครั้งก่อนที่จะให้ลูกปิดตาแล้วถามว่า อะไรเอ๋ยอยู่บนจาน ดูซิว่าลูกจำของได้กี่ชิ้น สลับกันทำ วางสิ่งของสามชิ้นบนจาน – แล้วเอาของออกหนึ่งชิ้น เต้าชีว่าขึ้นไหนหายไป
- ร้องเพลงง่ายๆ สำหรับเด็กและเพลงเช่น *Old McDonald had a farm* เพื่อพัฒนาทักษะการนับเลขและความจำ
- หาคำที่เริ่มต้นด้วย *b* และตัวอักษรอื่นๆ ตอนทีไปซื้อของด้วยกัน

วิธีพัฒนาทักษะทางคณิตศาสตร์ การอ่านและการเขียน

เด็กเรียนรู้คณิตศาสตร์ การอ่านและการเขียนขณะที่เขาเล่น

ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- เล่นเกม 'ซื้อของ' กับของในครัวโดยใช้ถุงจ่ายตลาด กระเป๋าใส่เหรียญและเงินของเล่น
- ทำสมุดเรื่องราวด้วยภาพวาด รูปถ่าย ประกาศนียบัตร การ์ดอวยพรวันเกิด จดหมายและตั๋วจากที่ๆคุณเคยไปเที่ยวด้วยกันมา
- เขียนเหตุการณ์สำคัญลงบนปฏิทิน เช่น วันเกิดและการฉลองพิเศษอื่นๆและพูดคุยถึงเหตุการณ์เหล่านี้กับลูก
- ทำการ์ดวันเกิด การ์ดขอบคุณและการ์ดเชิญเพื่อส่งให้ครอบครัวและเพื่อนๆ
- มีที่ว่างไว้ให้ลูกได้เขียนหวัดๆ เขียนและวาด ใช้กระดาษที่ไม่ใช่แล้ว ปากกาเมจิก ดินสอสี ดินสอ ช่างจดหมายและการ์ดเก่าๆ
- จัดแสดงภาพวาดของลูกและพูดคุยถึงภาพวาดกับลูก
- มีบอร์ดข้อความและเขียนข้อความถึงกันและกัน คุณสามารถทำให้งานในทุกๆวันกลายเป็นเวลาเรียนรู้อันสนุกสนานได้
- ทำอาหารง่ายๆด้วยกัน อ่านและพูดคุยกันถึงสูตรอาหาร ให้คำแนะนำง่ายๆที่ลูกทำตามได้
- สนับสนุนให้ลูกหาส่วนผสมจากในครัวและชั่งน้ำหนักของ
- ตัดหั่นอาหารและพูดคุยถึงขนาด รูปร่าง สีและรสชาติ





การซื้อของ

- จดรายการของที่จะซื้อด้วยกัน ขอให้ลูก'อ่าน'รายการของให้ฟังขณะที่ซื้อของ ให้ลูกช่วยค้นหาของที่เขารู้ว่าอยู่ตรงไหน
- นับจำนวนผักและผลไม้ขณะที่คุณนำใส่ในถุง
- พูดคุยถึงเงินประเภทต่างๆ เช่น เหรียญ ธนบัตรและบัตร
- ให้ลูกนำเงินสงให้และรับเงินทอน ณ จุดชำระเงิน ช่วยลูกในการสแกนของหรือค้นหาผักและผลไม้ถ้าใช้บริการชำระเงินด้วยตนเอง
- เอาข้าวของออกจากถุงและจัดของที่ซื้อมาด้วยกันที่บ้าน พูดคุยถึงขนาดและรูปร่างของข้าวของขณะที่จัดเก็บของเข้าที่

การเลี้ยงลูกให้มีความสุข

เด็กที่เติบโตมาในบ้านที่ให้การสนับสนุนช่วยเหลือ มีความเชื่อใจกันและปลอดภัยมีแนวโน้มมากกว่าที่จะมีความสุขและมีความมั่นใจและชอบอยู่กับคนอื่น ๆ

เด็กที่มีความนับถือในตนเองสูงรู้สึกว่าคุณค่าและเป็นที่ยอมรับ เมื่อเด็กเชื่อใจคนที่ดูแลเขา เด็กจะพัฒนาความรู้สึกถึงความสัมพันธ์ระหว่างกันและเติบโตอย่างมีความมั่นใจที่จะค้นหา เรียนรู้และสร้างมิตรภาพ

ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- การใช้เวลากับลูกเพื่อพูดคุย เล่นและมีความสุขด้วยกัน เป็นสิ่งที่ช่วยสร้างความนับถือในตนเองให้แก่ลูก
- สนับสนุนความพยายามของลูกเมื่อลูกลองทำอะไรใหม่ ๆ และบอกกับลูกบ่อย ๆ ว่าคุณรักเขา
- สนับสนุนให้ลูกสร้างมิตรภาพ แบ่งปันโอกาสในการเล่นกัน แสดงรูปวาดและสิ่งที่เด็กสร้างสรรค์ขึ้น
- ถามความคิดเห็นของลูกและทำตามความคิดของลูกเมื่อเห็นว่าเหมาะสม
- ช่วยให้ลูกเป็นคนคิดแก้ปัญหา – อย่าทำทุกอย่างให้ลูก
- ทำตัวเป็นตัวอย่างให้ลูกทำตามเพื่อช่วยให้ลูกเรียนรู้พฤติกรรมที่ดี – เป็นตัวอย่างในการเห็นคุณค่าและสำนึกในบุญคุณ เช่น การกล่าวคำขอบคุณ
- ช่วยลูกเรียนรู้ในการผ่อนคลาย

- เรียนรู้เกี่ยวกับความรู้สึกต่างๆโดยการพูดคุยกับลูกของคุณว่า ตอนนี้ลูกรู้สึกอย่างไร ตัวอย่างเช่น: ลูกดูมีความสุข... เศร้า... กลัว
- พูดคุยถึงว่าคนอื่น ๆ อาจรู้สึกอย่างไร ตัวอย่างเช่น: ลูกคิดว่าแฮร์รี่จะรู้สึกอย่างไร ถ้ามีคนเอาของเล่นของเขาไป ลูกได้ทำให้แฮร์รี่มีความสุข ตอนที่ลูกแบ่งของเล่นให้เขาเล่นด้วย
- ฟังลูกของคุณ ใส่ใจในสิ่งที่ลูกพูดและทำ สิ่งที่ลูกทำบอกระบุเกี่ยวกับคุณ

ชี้แนะพฤติกรรมของเด็ก

เด็กจำเป็นต้องได้รับการชี้แนะและมีขอบเขตที่ชัดเจนและเสมอต้นเสมอปลาย เพื่อที่จะเรียนรู้ในการเลือกตัวเลือกที่ดีในชีวิต เด็กเรียนรู้เกี่ยวกับกฎที่บ้านและในสังคมรอบตัว เด็กพัฒนาความเข้าใจของผลที่ตามมาเมื่อไม่ปฏิบัติตามกฎ ลูกของคุณยังต้องรู้สึกปลอดภัยและวางใจตอนที่เขาเรียนรู้กฎอีกด้วย

พฤติกรรมของเด็กแตกต่างกันไปด้วยเหตุผลหลายประการ สิ่งสำคัญนั้นคือ เราตอบสนองกับพฤติกรรมของเด็กอย่างไร

ความรู้สึกเป็นส่วนสำคัญใน
การพัฒนาด้านสังคมและ
อารมณ์ของลูก



ใส่ใจในความเป็นเด็กดีของลูก –
อย่ารอให้ลูกทำผิดเพื่อที่จะตำหนิ
ในพฤติกรรมของเขา การใส่ใจ
พฤติกรรมในเชิงลบทำให้เด็กได้รับความ
สนใจและอาจจะนำไปสู่
พฤติกรรมผิดๆ การให้รางวัล
พฤติกรรมที่ดีด้วยการกอดและให้
คำชม เป็นการให้ความสนใจแก่ลูก
ด้วยเหตุผลอันถูกต้องและส่งเสริม
พฤติกรรมที่ดี

ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- จงชัดเจนและเสมอต้นเสมอปลาย และทำตามคำที่
ให้ไว้กับลูกเสมอในการให้รางวัลและคำเตือน
- พิจารณายุยงและความสามารถของลูก ทบทวนให้
แน่ใจว่าสิ่งที่คุณคาดหวังจากลูกนั้นสมเหตุสมผล
- บอกลูกว่าคุณต้องการให้เขาทำอะไรและอธิบาย
เหตุผลว่าทำไมถึงให้ทำ ตัวอย่างเช่น: จับมือแม่ไว้
ขณะที่เราข้ามถนน เพราะแม่อยากให้ลูกปลอดภัย
- ให้ตัวเลือกแก่ลูก ตัวอย่างเช่น: ลูกอาจจับมือแม่ไว้
หรือจับรถเข็นเด็กก็ได้ขณะที่เราข้ามถนน ลูกอยาก
ทำอย่างไร
- กล่าวชมลูกเมื่อลูกทำตามคำแนะนำของคุณ และ
กล่าวอย่างชัดเจนถึงสิ่งที่เขาทำได้ดี ตัวอย่างเช่น:
แม่ชอบที่ลูกจับมือแม่ขณะที่เราเดินข้ามไปอีกฝั่ง
ของทางเดินเท้า
- เป็นตัวอย่างพฤติกรรมที่ดีและทำตัวเป็นตัวอย่างให้
ลูกทำตาม ประพฤติตัวคุณในแบบที่คุณอยากให้ลูก
คุณประพฤติตัว
- ลองคิดถึงว่าคุณจะทำอย่างไรถ้าลูกประพฤติตัวไม่
ถูกต้อง พูดคุยกับพ่อแม่คนอื่นๆ เกี่ยวกับความคิดใน
การจัดการพฤติกรรม
- จงอดทน การเรียนรู้สิ่งใหม่นั้นใช้เวลา ยอมรับความ
ต้องการและความรู้สึกของลูก

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อโรงเรียนในท้องถิ่น
หรือศูนย์พ่อแม่และเด็ก

สุขภาพกายดี สุขภาพจิตก็ดี

คุณเป็นตัวอย่างที่สำคัญที่สุดของลูก
วิธีที่ดีที่สุดเพื่อให้แน่ใจว่าลูกพัฒนานิสัยที่ดีคือการทำตัวเป็น
ตัวอย่างให้ลูกทำตาม

การวิจัยแสดงให้เห็นว่าการกินอาหารที่ดี การออกกำลังกาย
และการนอนหลับมากๆ เป็นสิ่งจำเป็นต่อสุขภาพและความ
ผาสุกของเด็ก

อาหารที่ดีให้สารอาหารแก่เด็กในการเติบโต พัฒนา มีสมาธิ
และเรียนรู้ได้ดี

เด็กๆ ควรออกกำลังกาย และไม่ไขว่คว้าเรื่องที่ยากเลยถ้าคุณช่วย
ส่งเสริมให้เด็กทำ

การออกกำลังกายช่วยให้เด็กพัฒนา:

- ทักษะทางสังคม ภาษาและการสื่อสาร
- อิริยาบถ การเคลื่อนไหว ความสมดุลและความยืดหยุ่น
- ความนับถือในตัวเองและความมั่นใจในตัวเอง
- กล้ามเนื้อ กระดูกแข็งแรงและหัวใจแข็งแรง

ตรวจสอบให้แน่ใจว่าลูกของคุณ
ดื่มน้ำมากเพียงพอขณะ
ออกกำลังกายหรือเล่น



ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- ให้ลูกรับประทานอาหารเข้าที่ติดต่อสุขภาพทุกเช้า
- ให้ลูกรับประทานอาหารที่แตกต่างกันในระหว่างวัน เพื่อให้ครอบคลุมทั้งห้าหมู่ เลือกสีส้ม เนื้ออาหาร รูปร่างและรสชาติที่หลากหลายเพื่อให้ลูกทำอาหาร และขมมน่าสนใจ
- น้ำเป็นเครื่องดื่มที่ดีที่สุดสำหรับลูกของคุณ
- เมื่อเตรียมอาหาร ขอให้ลูกของคุณช่วยในการเตรียมส่วนผสมอาหารสดที่คุณได้เลือกซื้อมาด้วยกัน
- เดินแทนที่จะขับรถเมื่อสามารถทำได้
- ออกไปเล่นข้างนอกและที่สวนใกล้บ้าน
- พาครอบครัวไปขี่จักรยานหรือไปเดินเล่นและเล่นเกมไปด้วยระหว่างทาง

การนอนหลับอย่างถูกต้อง ทำให้นอนหลับสนิท

บางครั้งเด็กๆไม่ชอบเวลานอนและการเข้านอน แต่คุณทราบหรือไม่ว่าเด็กระหว่างอายุสามถึงห้าปี ต้องการการนอนหลับระหว่าง 10 ถึง 13 ชั่วโมงในแต่ละคืน การหลับอย่างเป็นสุขช่วยให้ลูกของคุณฟื้นพลังได้ดี เป็นเรื่องสำคัญที่จะต้องรักษาตารางการนอนหลับประจำวันและกิจวัตรในเวลานอนที่สม่ำเสมอต่อไป

ถ้าคุณมีปัญหาลูกของคุณหลับได้ไม่ดี คุณควรปรึกษาแพทย์หรือพยาบาลอนามัยเด็กในท้องถิ่นของคุณ

การเล่านิทานก่อนนอนช่วยให้เด็กพร้อมที่จะนอนหลับ ใช้เสียงที่แตกต่างกันสำหรับตัวละครที่แตกต่างกัน การอ่านหนังสือเล่มเดิมบ่อยๆเป็นการช่วยให้เด็กจดจำเรื่องราวได้

ความสนุกและการเรียนรู้กับเทคโนโลยี

โทรทัศน์และสื่ออิเล็กทรอนิกส์อื่นๆ

โทรทัศน์ ดิจิทัลและเกมอิเล็กทรอนิกส์อาจมีประโยชน์กับลูกของคุณหากใช้อย่างถูกต้องเพื่อแนะนำบทสนทนา เพื่อเรียนรู้เกี่ยวกับโลกหรือเพื่อการผ่อนคลายสั้นๆ อย่างไรก็ตาม การใช้มากเกินไปก็มีผลเสีย

เวลาที่ใช้อยู่หน้าจออาจจะมีผลต่อการพัฒนาคำพูด การฟัง และการมีสมาธิของลูกได้ การดูโทรทัศน์และการเล่นเกมอิเล็กทรอนิกส์เป็นการสื่อสารเพียงทางเดียว การสื่อสารสองทางนั้นมีการฟัง การพูดและการคิดร่วมกับคนอื่นๆ เข้ามาเกี่ยวข้องด้วย

เมื่อเด็กออนไลน์ – จะทำอย่างไรให้ปลอดภัยจากโลกไซเบอร์

อินเทอร์เน็ตเปิดหน้าต่างสู่โลกอันสนุกสนานและการเรียนรู้ เด็กอายุสองถึงเจ็ดปีโตพอที่จะเริ่มเรียนเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์และท่องอินเทอร์เน็ตโดยมีคนดูแลและให้คำแนะนำ

ตั้งคอมพิวเตอร์ไว้ในบริเวณที่ครอบครัวใช้เวลาด้วยกัน ที่ซึ่งคุณสามารถมองเห็นได้ว่าลูกของคุณกำลังทำอะไรอยู่



ฉันสามารถทำอะไรได้บ้าง

- จำกัดการใช้เวลาหน้าจอทั้งหมดลงให้น้อยกว่าวันละหนึ่งชั่วโมง
- ปิดโทรทัศน์เมื่อไม่มีใครดู
- เลือกรายการกับลูกของคุณที่เหมาะสมกับอายุลูก
- อนุญาตให้ลูกของคุณดูดีวีดีเต็มซ้ำแล้วซ้ำอีก วลีและคำซ้ำๆ จะช่วยให้ลูกเรียนรู้ได้ง่ายขึ้น
- ดูโทรทัศน์และดีวีดีร่วมกับลูก พูดคุยกันถึงสิ่งที่เกิดขึ้น
- อย่าตั้งโทรทัศน์และคอมพิวเตอร์ไว้ในห้องนอนของลูก

ความช่วยเหลือสำหรับครอบครัวที่มีเด็กเล็ก

ศูนย์พ่อแม่และเด็ก

เพื่อช่วยให้ลูกของคุณเริ่มต้นชีวิตได้อย่างดีที่สุด เพื่อให้ลูกมีความพร้อมเมื่อไปโรงเรียนและอยากที่จะเรียนรู้ กรุณาติดต่อศูนย์พ่อแม่และเด็กของเราสาขาใดสาขาหนึ่งจาก 16 สาขา ซึ่งตั้งอยู่ที่รัฐเวสเทิร์นออสเตรเลีย

ศูนย์พ่อแม่และเด็กมีโปรแกรมช่วยเหลือหลากหลายในด้านการศึกษาด้านสุขภาพและด้านสังคมสำหรับครอบครัว เช่น:

- บริการสุขภาพแม่และเด็ก
- โปรแกรมการเรียนรู้ในวัยแรกเริ่มและโปรแกรมช่วยเหลือเด็ก
- การแนะนำเพื่อรับบริการอื่นๆ
- การช่วยเหลือในเรื่องการเลี้ยงดูลูกและครอบครัว รวมทั้ง 3P (โปรแกรมการเลี้ยงดูลูกเชิงบวก)

ศูนย์แต่ละแห่งตั้งอยู่ในโรงเรียนของรัฐ ทำให้คุณเข้าใช้บริการของศูนย์ได้ง่าย นอกจากนี้ยังเป็นการเปิดโอกาสให้โรงเรียนในท้องถิ่นของคุณและโรงเรียนอื่นๆในละแวกนั้นสามารถให้บริการคุณได้ตั้งแต่เมื่อลูกของคุณเกิด ไปจนถึงเมื่อลูกเริ่มเข้าโรงเรียนและหลังจากนั้นด้วย

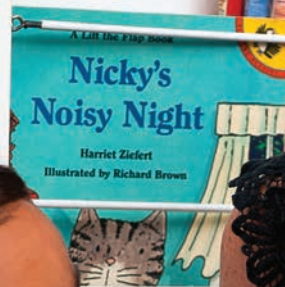
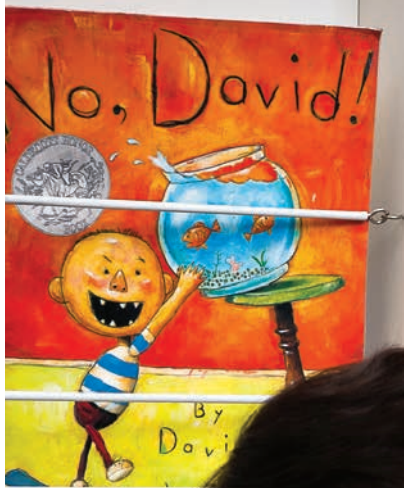
ศูนย์เหล่านี้ได้รับการบริหารโดยองค์กรต่างๆในชุมชนและเปิดให้บริการแก่ครอบครัวที่มีเด็กเล็กทุกครอบครัวในชุมชนท้องถิ่นนั้นๆ เราออกแบบโปรแกรมโดยแน่ใจว่ามีการให้บริการต่างๆที่เป็นที่ต้องการมากที่สุดในท้องถิ่นนั้น

หากคุณต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับศูนย์พ่อแม่และเด็กและเพื่อหาศูนย์ใกล้บ้านคุณ กรุณาเข้าไปที่ education.wa.edu.au.

เข้าร่วมในกลุ่มเล่น (playgroup)

โรงเรียนหลายๆโรงเรียนมีเครือข่ายเชื่อมโยงกับกลุ่มเล่นในท้องถิ่น ซึ่งพ่อแม่ที่มีลูกเล็กสามารถพบปะกันได้เป็นประจำเพื่อเล่นและเรียนรู้ร่วมกันในสภาพแวดล้อมที่สนุกสนาน สอบถามได้ที่โรงเรียนในท้องถิ่นของคุณหรือเข้าไปที่ playgroupwa.com.au เพื่อหากกลุ่มเล่นในละแวกที่คุณอาศัยอยู่





การเริ่มไปโรงเรียน

การเข้ามีส่วนร่วม

โรงเรียนเห็นคุณค่าการร่วมมืออย่างแข็งขันกับครอบครัว คุณในฐานะเป็นครูคนแรกและครูที่สำคัญที่สุดของลูก ก็ยังคงมีบทบาทในการเสริมสร้างการเรียนรู้ของลูกขณะที่เด็กพัฒนาก้าวหน้าที่โรงเรียน ความสำเร็จของลูกที่โรงเรียนจะพัฒนาขึ้นจากความร่วมมือกันทั้งสามฝ่ายระหว่าง ตัวคุณ โรงเรียนและลูกของคุณ คุณเองยังมีส่วนช่วยโรงเรียนของลูกได้อีกมาก

การเริ่มเข้าเรียนชั้นอนุบาล

ชั้นอนุบาลเป็นที่ๆนำเด็กเป็นประสบการณ์แรกที่ลูกของคุณมีกับโรงเรียน

ครูช่วยกระตุ้นให้เด็กได้พัฒนาความอยากรู้อยากเห็นและความตื่นตัวในการเรียนรู้ การค้นหาและจินตนาการยิ่งขึ้นไปอีก ยิ่งไปกว่านั้น ครูต้องการที่จะส่งเสริมให้เด็กมีประสบการณ์ความสนใจตลอดช่วงชีวิตในการเรียนรู้

โรงเรียนอนุบาลมีไว้เพื่อเด็กๆทุกคน แม้ไม่ได้บังคับแต่เราก็ขอแนะนำอย่างยิ่งให้เด็กมาโรงเรียนเป็นประจำ เพราะเป็นการช่วยเสริมสร้างการเรียนรู้ที่เด็กได้เรียนมาจากที่บ้านร่วมกับคุณ

โปรแกรมชั้นอนุบาลนั้นใช้เวลา 15 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ คุณสามารถติดต่อโรงเรียนในท้องถิ่นของคุณเพื่อสอบถามว่าโปรแกรมชั้นอนุบาลนั้นมีกำหนดการอย่างไร

โรงเรียนส่วนใหญ่เชิญพ่อแม่ไปร่วมงาน/วันปฐมนิเทศน์ ซึ่งเป็นโอกาสที่ดียิ่งในการเรียนรู้เกี่ยวกับโปรแกรมและเข้าร่วมในกิจกรรมที่จัดขึ้น

ในการสมัคร เด็กจะต้องมีอายุครบสี่ปีภายในวันที่ 30 มิถุนายนของปีที่จะเข้าเรียนชั้นอนุบาล

อนุสารและเอกสารสรุปสาระสำคัญทางออนไลน์ของเรา มีข้อมูลที่บอกคุณได้ว่า คุณคาดหวังอะไรได้บ้างและคุณสามารถช่วยเหลือลูกของคุณได้อย่างไรเมื่อลูกเริ่มไปโรงเรียน สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาเข้าไปที่ education.wa.edu.au

การเริ่มเข้าเรียนชั้นเตรียมประถม

ชั้นเตรียมประถมเป็นการศึกษาภาคบังคับปีแรกในรัฐเวสเทิร์นออสเตรเลีย

ที่นี้ลูกของคุณจะได้เสริมสร้างทักษะที่ได้เรียนมาจากชั้นอนุบาลและเรียนรู้ในรูปแบบที่มีแบบแผนมากขึ้น

ในชั้นเตรียมประถม เด็กจะได้รับการประเมินในด้านทักษะการอ่านเขียนและตัวเลข การประเมินแรกเข้านี้ช่วยให้ครูสามารถจัดโปรแกรมการเรียนรู้ที่ตรงกับความต้องการของลูกของคุณได้

ในการสมัคร เด็กจะต้องมีอายุครบห้าปีภายในวันที่ 30 มิถุนายนของปีที่จะเข้าเรียนชั้นเตรียมประถม

การสำรวจการพัฒนาในวัยแรกเริ่มแห่งออสเตรเลีย (AEDC)

AEDC คือการทำการสำรวจทั่วประเทศออสเตรเลีย ซึ่งทำขึ้นโดยให้ครูชั้นเตรียมประถมเป็นผู้เก็บข้อมูลพัฒนาการของเด็กในด้านหลักๆห้าด้านคือ:

- สุขภาพร่างกายและความผาสุก
- ความสามารถทางสังคม
- วุฒิภาวะทางอารมณ์
- ทักษะทางภาษาและทักษะทางปัญญา
- ทักษะทางการสื่อสารและความรู้ทั่วไป

ข้อมูลที่รวบรวมมาได้รับการรายงานในระดับประเทศ ระดับรัฐ/ดินแดนและระดับชุมชน ข้อมูลส่วนบุคคลของเด็กจะได้รับการรักษาเป็นความลับ มีการเก็บข้อมูล AEDC ทุกๆสามปี สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาเข้าไปที่ aedc.gov.au.

ลูกของคุณน่าจะรู้สึกตื่นเต้นกับการเริ่มไปโรงเรียน แต่ก็อาจจะรู้สึกท้อแท้ได้บ้างเช่นกัน

ต่อไปนี้เป็นวิธีง่ายๆ ที่ใช้ได้ผลดีที่คุณสามารถช่วยลูกให้พร้อมสำหรับไปโรงเรียนได้:

- อ่านเรื่องราวเกี่ยวกับการเริ่มไปโรงเรียนกับลูก
- เข้าร่วมกลุ่มเล่นที่มีเครือข่ายเชื่อมโยงกับโรงเรียน – มีโรงเรียนมากต่อมากที่กำลังพัฒนาความร่วมมือกับพ่อแม่ - จัดกลุ่มเล่นในที่ๆ เด็กสามารถเล่นกับเด็กอื่นๆ ในวัยใกล้เคียงกันได้
- ผ่านไปหน้าโรงเรียนและพูดคุยกับลูกของคุณถึงว่า ลูกกำลังจะไปโรงเรียนนี้ในเร็วนี้แล้ว เป็นเรื่องน่าตื่นเต้นที่ลูกจะได้ทำและได้มีเพื่อนใหม่

ลูกของฉันจะเริ่มไปโรงเรียนได้เมื่อไร

ปีเกิด	ชั้นอนุบาล	ชั้นเตรียมประถม	ปี 1
1 กรกฎาคม 2010 ถึง 30 มิถุนายน 2011	2015	2016	2017
1 กรกฎาคม 2011 ถึง 30 มิถุนายน 2012	2016	2017	2018
1 กรกฎาคม 2012 ถึง 30 มิถุนายน 2013	2017	2018	2019
1 กรกฎาคม 2013 ถึง 30 มิถุนายน 2014	2018	2019	2020
1 กรกฎาคม 2014 ถึง 30 มิถุนายน 2015	2019	2020	2021
1 กรกฎาคม 2015 ถึง 30 มิถุนายน 2016	2020	2021	2022
1 กรกฎาคม 2016 ถึง 30 มิถุนายน 2017	2021	2022	2023
1 กรกฎาคม 2017 ถึง 30 มิถุนายน 2018	2022	2023	2024



กรุณาสอบถามโรงเรียนในท้องถิ่นของคุณถึงข้อมูล
ออนไลน์ เช่น อนุสารและเอกสารสรุปสาระสำคัญ
และค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับการศึกษาในปีแรก
เริ่ม ชั้นอนุบาล และชั้นเตรียมประถม หรือเข้าไปที่
education.wa.edu.au.



ISBN 978-0-7307-4560-0



9 780730 745600 >

