

Public education
Discover a world of opportunities

SIMPLIFIED CHINESE

0到4岁

在家学习



Department of
Education

帮助孩子在家学习的活动和有趣理念。
面向幼儿的父母/监护人。



目录

在家学习	3
抓住学习的机会	4
坚持每天阅读既是乐趣，也很重要	5
了解世界	7
学会集中注意力	7
培养数学、阅读和写作能力的方法	8
让孩子快乐地成长	10
强健的体魄，健康的心态	12
借助科技寓教于乐	14
对有小孩的家庭的支持	15
开始接受学校教育	16

标题：在家学习——0至4岁：帮助孩子在家学习的活动和有趣理念。面向幼儿的父母/监护人。

SCIS 编号：1701239
ISBN：978-0-7307-4560-0

© Department of Education
Western Australia 2015

教育机构可以采用任何格式自由地复制本出版物的全部或部分內容，以用于非商业的教育用途。

如有需要，我们可以提供本材料其他相应格式的版本。

Department of Education
151 Royal Street
East Perth WA 6004
电话：9264 5803
网址：education.wa.edu.au





在家学习

孩子的大脑是一件“不断雕琢的艺术品”。

在生命的最初几年中，大脑发育十分迅速。在这几年当中，您与孩子共同的经历至关重要。通过营造有趣、快乐和安全的家庭环境，您可以帮助他们培养学习兴趣。

儿童怎样才能学得最好

当孩子心情愉悦、感到安全、有感兴趣的事情可以看和做的时候，学习效果最好。您与孩子共同经历的日常活动都是绝佳的学习机会。

您不必为在家学习制定正式的“计划”。学习过程会自然而然地贯穿于您和孩子每天一起分享的简单活动、经历、游戏和阅读中。

儿童天性好奇，充满奇思妙想，并且渴望了解他们周围的世界。他们玩耍、观察、倾听、提问、交谈、动脑筋思考、尝试新事物以及观察周围人的反应，这些都是在学习。

这本小册子介绍了许多您可在家跟孩子一起做的事情，从而帮助他们学习和成长。

抓住学习的机会

孩子在日常生活中就能学到东西，如家庭活动、出门散步和在家附近逛逛。请充分利用这些与孩子相处的时光。

例如，晾晒衣物时，您可以跟孩子谈论衣服的种类，将衣物分门别类，数一数衣夹的个数，还可以聊一聊颜色。这可以帮助孩子理解概念和学习新的词汇。

我能做些什么？

- 让学习变得有趣。
- 尊重孩子的兴趣和选择，并加以培养。
- 给孩子时间让他们自己解决问题，允许他们反复做同一件事情。
- 积极肯定，富有耐心，支持鼓励。
- 教他们观察、倾听、思考和提问。
- 倾听孩子的想法，让他们吐露心声。
- 让孩子自己决定他们何时需要帮助，避免“越俎代庖”、过多干预。



爱玩是孩子的天性

对于孩子们来说，玩耍是一种有效且自然的学习方式。玩耍可以促进儿童身体、社交、情感和认知（智力）方面的发展。玩的方式包括：攀爬、造玩具房子、穿衣打扮、角色扮演、跳舞、写作、数数、玩字谜游戏、绘画、阅读、想象、搭建东西、做出选择、探究材料、试验想法、培养自信、与人分享……等等不一而足。

我能做些什么？

- 让孩子每天有时间玩耍。
- 鼓励孩子创造属于自己的活动和游戏。
- 将纸盒、球、水桶、铁锹、日常家居用品和洋娃娃服装等放在孩子周围，让他们玩。
- 让整理工作也成为乐趣的一部分，因此在玩的过程中暂时弄得杂乱无章也无妨。



坚持每天阅读既是乐趣，也很重要

孩子喜欢大人读书给他们听。将书中的内容与您的孩子分享，这是与孩子共度美好时光的绝佳方式。这样做还有助于扩大孩子的词汇量，让他们看到您重视读书，从而受到耳濡目染的熏陶。

我能做些什么？

- 讲故事，念诗歌、童谣，以及唱儿歌。还可以配上些动作。
- 出门逛街时，跟孩子谈论你们所看到的各种文字和数字。
- 将报纸、垃圾邮件、电子设备、杂志和书本中的内容念给孩子听。
- 广泛阅读各种各样的东西，包括印刷的书籍，以及电子设备中的故事。
- 一遍又一遍地阅读最喜欢的故事。
- 给孩子读故事时，用您的手指在书上逐字划过，然后指着图片跟孩子聊一聊故事的内容。
- 让孩子假装阅读。孩子通过编故事来装作阅读的样子。这是很好的开始。
- 教您的孩子怎样爱惜书籍，如翻页时要小心仔细。
- 如果孩子对某一本书没有兴趣，不要强迫他们阅读。
- 当您与孩子一起阅读时，应避免分心。例如，请关掉电视。
- 访问当地的图书馆，并询问他们针对家长和孩子举办的活动。



了解世界

这个令人兴奋的世界充满了孩子想要知道和发现的事物。当您的孩子开始学会观察和实验时，请和他们一起探索家里、花园和附近。

当您的孩子问“为什么？”和“怎么办？”时，他们正在学习批判性的思考。

我能做些什么？

- 鼓励孩子提问。通过问题培养交流、行动和思考的能力。
- 向孩子提问。讨论他们的答案和想法。
- 帮助孩子探索周围的世界，并用日常物品做试验。例如：为什么浴缸里有的东西会漂浮起来，而有的会沉下去？雨水从哪里来？蜘蛛怎样织网？
- 分享活动，如制作橡皮泥和吹泡泡。
- 与孩子谈论我们每天使用的科技产品，以及为什么要使用它。
- 花时间与孩子一起用日常物品、积木和玩具搭建东西。

学会集中注意力

通过游戏这种有趣的方式，可以帮助孩子锻炼集中注意力的能力。

我能做些什么？

- 将各种各样的物品藏在家里的各个角落或屋子外面。在找齐这些物品的过程中可以玩得很开心。
- 按大小、颜色和形状对物品进行分类，比如积木、食品包装袋/盒、玩具和衣夹。
- 玩“盘子里有什么”的游戏把一件物品放在盘子里。让孩子看过该物品后，叫他们闭上眼睛，然后问：“盘子里有什么？”将物品数目逐步增加到两个、三个和四个。每次都先让孩子看一下盘子，再叫他们闭上双眼，然后提问：“盘子里有什么？”看他们能记住多少件物品。换一种方式。把三件物品放在盘子上，再拿掉其中的某一个。猜猜少了哪一个。
- 唱童谣和儿歌，如《Old McDonald had a farm》（老麦克唐纳有个农场），可以开发孩子的数学和记忆能力。
- 当您和孩子一起逛街购物时，寻找以“b”或其他字母开头的单词。

培养数学、 阅读和写作能力的方法

寓教于乐，让孩子在玩中学习数学、阅读和写作。

我能做些什么？

- 使用厨房中的物品、购物袋、钱包和游戏币玩“商店”游戏。
- 用图画、照片、证书、生日贺卡、信件以及您与孩子一起游玩过的景点门票制作一本剪贴簿。
- 在日历上标注事件，如生日和特殊的庆祝活动，并与孩子聊聊这些内容。
- 制作生日贺卡、感谢卡和邀请函，寄给家人和朋友。
- 给孩子留一块空间，让他们尽情地涂鸦、写字和画画。使用废纸、课本、蜡笔、铅笔、旧信封和卡片。
- 展示孩子画的图画，并与他们讨论这些画。
- 准备一块留言板，并互相给对方留言。您可以把日常任务变成有趣的学习时间。
- 使用简单的食材烹饪食物。阅读和谈论食谱。给孩子简单的指示，让他们照着做。
- 鼓励孩子在厨房中寻找食材并测量它们的大小。
- 切菜，并且说说它们的大小、形状、颜色和味道。





购物

- 和孩子一起写出购物清单。在购物时，让孩子读出并取回清单上的物品。要孩子帮您找出他们知道的物品。
- 一边将水果和蔬菜放进购物袋里，一边数个数。
- 跟孩子聊一聊不同类型的钱币，如硬币、纸币和银行卡。
- 在收银台让孩子付钱和拿走找回的零钱。在使用自助结账服务时，帮孩子扫描物品或搜索水果和蔬菜。
- 回到家里，和孩子一起打开购物袋，将购买的物品分门别类。在收拾物品时，跟孩子谈论物品的大小和形状。

让孩子快乐地成长

在支持、信任和安全的家庭氛围中长大的儿童更容易感到快乐和自信，并且喜欢与他人相处。

自尊心强的儿童会感觉自己被重视和尊重。当孩子对关心自己的人充满信任时，他们会产生归属感，并自信地成长，从而勇于探索世界、学习知识和结交朋友。

我能做些什么？

- 要建立孩子的自尊，请花时间与他们交谈、玩耍，让他们感到快乐。
- 当孩子尝试新事物时多鼓励他们，并且常对他们说“我爱你”。
- 鼓励孩子结交朋友、分享玩具，以及展示他们所画的图画和搭建的建筑物。
- 征求他们的意见，如果合适，就按照他们的想法来做。
- 帮助孩子学会自己解决问题，不要为他们操办一切。
- 以身作则，帮助孩子学会良好的行为规范，讲文明，懂礼貌，例如说“谢谢”。
- 帮助孩子学会放松。

- 通过与孩子谈论他们的感受，让他们了解什么是情感。例如：“你好像很高兴/伤心/害怕。”
- 讨论别人的感受。例如：如果有人抢走了Harry的玩具，你觉得他会有什么感受？“当你跟Harry分享你的玩具时，你会让Harry感到高兴。”
- 倾听您的孩子。关注他们的一言一行。他们的行动反映了什么？

指导孩子的行为

孩子需要引导并遵循明确、一贯的准则，以便学会在生活中做出正确的选择。教孩子了解家庭和社区中的规则。让他们知道不遵守规则的后果。孩子在学习规则时也需要安全感。

孩子的行为会由于多种原因而发生变化。最为重要的是我们如何回应他们的行为。

感受是孩子社交和情感发展的重要组成部分。



孩子做得对时要及时表扬。不要等到他们做错事之后，才去评价他们的行为。关注不良行为的做法反而让孩子得到了关注，结果可能反而会强化这种错误行为。用拥抱和表扬来奖励良好的行为，这种方式可以让孩子因正当的理由获得关注，从而培养良好的行为。

我能做些什么？

- 保持明确和一贯的态度，始终奖惩分明。
- 顾及孩子的年龄和能力。确保您对他们的期望是合理的。
- 告诉孩子您想让他们做什么，并解释原因。例如：“过马路时请牵着我的手，因为我希望保证你的安全。”
- 给孩子多种选择。例如：过马路时，你可以牵着我的手或抓住婴儿车。你想要哪一种方式？
- 当孩子按照您所说的去做时，夸赞他们，并清楚地指明他们哪件事做得好。例如：我喜欢你和我一起过马路时，牵着我的手的样子。
- 塑造良好行为的榜样，以身作则。不仅言传，更要身教。
- 想想万一您的孩子做得不对，您会怎么做。与其他家长交流有关行为管理的理念。
- 要有耐心。学习新的东西需要时间。尊重他们的需求和感受。

欲了解更多信息，请联系您当地的学校或亲子中心。

强健的体魄，健康的心态

您是孩子最重要的榜样。要确保孩子养成健康的生活习惯，最好的办法就是以身作则。

研究表明，均衡的饮食、适当的运动和充足的睡眠对于儿童的身心健康是必不可少的。

全面均衡的饮食可以给孩子提供成长发育所需的营养，使他们能够集中精力好好学习。

孩子应该多锻炼身体。只要您多加鼓励，这并不难做到。

锻炼身体有助于孩子以下方面的发展：

- 社交、语言表达和沟通能力
- 仪态、运动、平衡感和柔韧性
- 自尊和自信
- 肌肉、健康的骨骼和心脏。

在孩子锻炼和玩耍的时候，确保让他们多喝水。



我能做些什么？

- 每天早上为孩子准备一顿健康的早餐。
- 白天给孩子吃各种食物，包括五大食物种类。采用多种多样的颜色、纹理、形状和口味，以使孩子对正餐和点心感兴趣。
- 水对于孩子是最好的饮料。
- 在准备饭菜时，让孩子用你们先前一同选择的新鲜食材帮忙做饭。
- 尽量用步行代替开车。
- 在户外及当地的公园玩耍。
- 全家一起骑自行车出游，或散步，可以边走边玩游戏。

睡得对才能睡得香

孩子并不总是喜欢上床睡觉，但您知道吗，三至五岁年龄段的儿童每天晚上需要睡10到13个小时。舒适安稳的睡眠有助于孩子恢复体力。保持每天的睡眠时间和一贯的就寝活动是非常重要的。

如果您在让孩子睡个好觉方面遇到难题，请咨询医生或当地的儿童保健护士。

睡前故事可以帮助孩子渐入梦乡。对于不同的角色使用不同的声音。读同一本书通常有助于孩子记住故事情节。

借助科技寓教于乐

电视和其他电子媒体

如果以正确的方式使用电视、DVD和电子游戏来促进交流、了解世界或短暂放松，那么它们可以有益于您的孩子。然而，过多地暴露在屏幕前则可能有害。

盯着屏幕的时间过长可能会影响孩子的语言发展、听力和注意力。看电视和玩电子游戏属于单向沟通。而双向沟通则涉及倾听他人、与人交谈和共同思考。

儿童上网——如何确保上网安全

互联网打开了一扇通往娱乐和学习的世界的窗户。两到七岁的孩子已经可以开始在家长的支持和监督下学习计算机和探索互联网了。

把电脑放在家中您可以看到孩子正在做什么的位置。



我能做些什么？

- 将孩子每天盯着屏幕的时间限制在一小时以内。
- 没人在看电视时，将电视关掉。
- 选择适合您孩子年龄阶段的电视节目。
- 允许孩子反复观看同一部 DVD。不断重复短语和字词可以让孩子更容易掌握它们。
- 和孩子一起观看电视和 DVD。谈论其中的情节。
- 不要将电视和电脑放在孩子的卧室里。

对有小孩的家庭的支持

亲子中心

为了帮助您的孩子站在人生最佳的起跑线上，以使他们从容踏入校园和渴望学习知识，请参观我们位于西澳大利亚州各地的16个亲子中心之一。

亲子中心提供一系列针对家庭的教育、保健和社会支持计划，如：

- 孕产妇和儿童保健服务
- 早期教育和儿童支持计划
- 引荐其他服务
- 养育和家庭支持，其中包括3P（Positive Parenting Program，积极教养计划）。

每个中心均设在某所公立学校内，以使您能够方便地访问其设施。这也让当地和周边的学校有机会与您合作，从您孩子出生时起一直到入学乃至更远的未来。

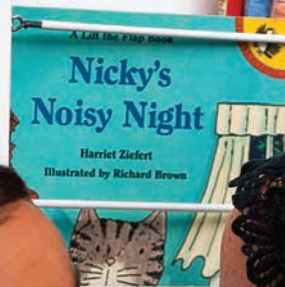
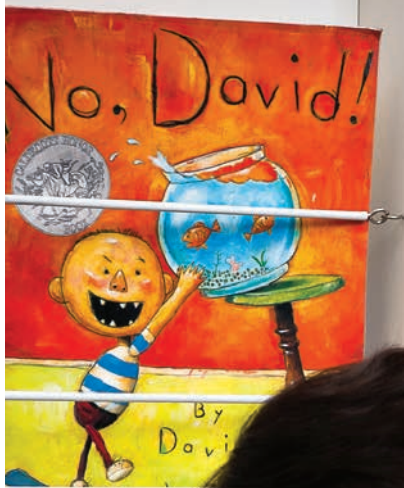
这些中心由社区组织管理，对当地社区的所有年轻家庭开放。计划经过定制，以确保广泛提供该地区最亟需的服务。

要了解更多关于亲子中心的信息，并找到离您最近的中心，请访问education.wa.edu.au。

参加亲子园

许多学校都与当地的亲子园保持着联系。在亲子园里，父母们带着年幼的孩子定期聚在一起，在愉快的环境中玩耍和学习。请咨询您当地的学校或访问playgroupwa.com.au了解您所在地区的亲子园。





开始接受学校教育

参与

学校非常重视与家长的牢固合作伙伴关系。作为孩子人生中第一位老师，也是最重要的老师，当孩子升学后，您将继续促进他们的学习。您孩子在学校的成功将来源于您、学校和孩子之间的三方合作伙伴关系。您也可以给孩子的学校提供诸多支持。

开始上幼儿园

幼儿园是一个令人兴奋的地方。孩子的第一段校园生活就是从这里开始的。

老师鼓励孩子们进一步培养对于学习、探索和想象的好奇心和兴趣爱好。最重要的是，老师希望鼓励孩子们体验到终身学习的乐趣。

尽管幼儿园不是强制性的，但它面向所有的孩子开放。我们强烈建议您正常出勤，因为它建立在您已在家进行的学习教育基础之上。

幼儿园课程是每周15小时。咨询您当地的学校，了解其幼儿园课程的开设情况。

大部分学校会邀请家长参加迎新日或迎新会。这是了解幼儿园计划并参与有组织的活动的绝佳机会。

要报名入学，儿童必须在进入幼儿园当年的6月30日之前年满四岁。

我们的在线小册子和概况介绍中包括了以下相关信息：会有哪些情况发生，以及在孩子开始校园生活时如何给予他们支持。欲了解更多信息，请访问 education.wa.edu.au。

开始上学前班

在西澳大利亚州，学前班是学校义务教育的第一年（即学前班是强制性的）。

在这里，您的孩子将继续巩固和发展他们在幼儿园所学到的技能，并进行更系统化的学习。

在学前班，老师会对孩子的识字和算术能力进行评估。这项入学评估可以帮助老师制定出适合您孩子需求的最佳学习方案。

要报名入学，儿童必须在进入学前班当年的6月30日之前年满五岁。

澳大利亚早期发展人口普查 (AEDC)

AEDC是由学前班老师完成的一项全澳大利亚范围内的人口普查，收集了有关儿童发展的五大关键领域的信息：

- 身心健康状况
- 社交能力
- 情感成熟度
- 语言和认知能力
- 沟通技巧和常识。

收集到的信息会按照国家、州/地区和社区级别进行报告。关于孩子的个人信息将保密。AEDC每三年收集一次。

欲了解更多信息，请访问aedc.gov.au。

您的孩子也许会对即将上学感到非常兴奋，但也可能会觉得有点心理压力。

下面介绍了一些简单而实用的方法，可以帮助他们做好迈入校园的准备：

- 给孩子讲关于上学的故事。
- 加入某个与学校有联系的亲子园。越来越多的学校正在与家长组织的亲子园建立合作伙伴关系。在亲子园里，您的孩子可以与其他年龄相仿的孩子们一起玩耍。
- 从学校旁边经过，告诉孩子他们不久就要去那里上学，在那里他们将会做一些令人兴奋的事情，还可以交到很多的朋友。

我的孩子什么时候可以入学？

出生年份	幼儿园	学前班	小学1年级
2010年7月1日至2011年6月30日	2015	2016	2017
2011年7月1日至2012年6月30日	2016	2017	2018
2012年7月1日至2013年6月30日	2017	2018	2019
2013年7月1日至2014年6月30日	2018	2019	2020
2014年7月1日至2015年6月30日	2019	2020	2021
2015年7月1日至2016年6月30日	2020	2021	2022
2016年7月1日至2017年6月30日	2021	2022	2023
2017年7月1日至2018年6月30日	2022	2023	2024



如需在线资源（如小册子和概况介绍），及
了解更多关于早期教育、幼儿园和学前班
的情况，请访问您当地的学校或浏览网站
education.wa.edu.au。



ISBN 978-0-7307-4560-0



9 780730 745600 >

