

PAG-AARAL MULA SA BAHAY: IMPORMASYON PARA SA MGA MAGULANG AT TAGAPAG-ALAGA

Mga payo, mungkahi at sanggunian upang masuportahan ang mga bata habang sila ay nag-aaral mula sa bahay.

TUNGKOL SA PAG-AARAL MULA SA BAHAY

Ang pinakamahalagang bagay na magagawa mo upang matulungan ang iyong anak sa pag-aaral mula sa bahay ay ang patuloy na pagbibigay ng routine, suporta at panghihikayat. Hindi ka inaasahan ninuman na maging isang guro o dalubhasa sa paksa.

Mahalagang nakaagapay sa panahon (up to date) ang komunikasyon mula sa paaralan ng iyong anak. Ang paaralan ng iyong anak ay:

- malinaw na ipapaalam ang mga responsibilidad ng guro ng iyong anak at kung ano ang kailangang gawin ng mga mag-aaral at mga magulang at mga tagapag-alaga
- maglalaan ng mga aktibidad sa pagkatuto para sa iyong anak
- makikipag-usap sa mga magulang at mga mag-aaral sa pamamagitan ng kanilang mga karaniwang pamamaraan, halimbawa sa pamamagitan ng website ng paaralan, mga newsletter at email
- magpapayo sa mga magulang at mga estudyante tungkol sa mga online tool na magagamit ng iyong anak upang masuportahan ang kaniyang pag-aaral mula sa bahay.

Kung wala kang kompyuter o Internet sa bahay, kokontakin ka ng iyong paaralan para pag-usapan kung kailangang humiram ang iyong anak ng isa at kung paano makakatanggap ang iyong anak ang mga materyal sa pag-aaral.

PAGTATATAG NG KAPALIGIRAN SA PAG-AARAL

Magkakaiba ang bawat tahanan. Kung maaari, ang pag-aaral ay dapat isagawa sa isang lugar na pinagsasaluhan ng iyong pamilya. Halimbawa, sa sala o sa silid-kainan. Ang mga lugar na ito ay mas mainam kaysa sa silid-tulugan, kung saan ang iyong anak ay maaaring makaramdam ng pagiging hiwalay at ang pamamahala ay maaaring maging mas mahirap.

Ito ay dapat isang lugar:

- na tahimik kung minsan
- kung saan ikaw o ang isa pang adulto ay naroon.

MGA RESPONSABILIDAD NG ESTUDYANTE SA MALAYUANG PAG-AARAL (REMOTE LEARNING)

Depende sa edad at yugto ng iyong anak, maaaring asahan sa kaniya na:

- regular na subaybayan ang mga digital platform para sa mga anunsyo at feedback mula sa guro
- gawin ang kaniyang pinakamahusay na trabaho kapag kinukumpleto ang mga gawain
- gawin ang kaniyang makakaya upang matugunan ang mga timeline at takdang petsa
- makipag-usap nang bukas sa kaniyang mga guro at sabihin ang anumang mga alalahanin o isyu
- patuloy na sundin ang mga patnubay sa pag-uugali ng kaniyang paaralan.

PAGTATATAG NG MGA ROUTINE AT MGA AASAHAN

Mahalagang magkaroon ng routine upang masuportahan ang iyong anak habang siya ay nag-aaral mula sa bahay. Ito ay nagbibigay ng kapaligirang humihikayat sa pagkatuto.

Simulan at tapusin ang bawat araw sa pagsuri sa kaniya upang matulungan ang iyong anak:

- linawin at lubos na unawain ang mga tagubiling nakuha niya mula sa kaniyang mga guro
- tulungan siyang ayusin ang kaniyang sarili at magtakda ng mga prayoridad para sa kaniyang pag-aaral sa bahay.

Hikayatin ang regular na mga break para mag-ehersisyo. Ang iyong paaralan ay malamang na magmungkahi ng ilang aktibidad.

Hikayatin ang masustansiyang mga gawi sa pagkain at tiyakin na umiinom siya ng sapat na tubig.

Subukang panatilihin ang normal na routine sa pagtulog para sa lahat ng mga bata, lalo na para sa mas maliliit.

PAMAMAHALA NG ORAS SA HARAP NG ISKRIN AT KALIGTASAN SA ONLINE

Dahil ang iyong anak ay malamang na gugugol ng maraming oras sa online, mahalagang kausapin mo siya tungkol sa kaligtasan sa online. Ito ay makakatulong sa kaniya na gumawa ng mabubuting pasya sa digital at gamitin ang impormasyon at mga teknolohiya ng komunikasyon nang responsable.

Maaari nais mong kausapin ang iyong mga anak tungkol sa:

- paggamit lamang ang mga online tool na inirerekomenda ng kaniyang paaralan o ng Kagawaran ng Edukasyon at Pagsasanay (DET- Department of Education and Training)
- pagiging magalang sa pakikipag-usap sa online, gaya ng ginagawa niya kapag nakikipag-usap nang harap-harapan
- paggamit ng mga digital device sa bukas na mga lugar ng bahay.

Para sa karagdagang online na payo sa kaligtasan (sa Ingles) para sa mga magulang at mga tagapag-alaga, pumunta sa: www.esafety.gov.au

PAGSURI SA KALUSUGAN NG PAG-IISIP AT KAGALINGAN

Mahalaga na maglaan ng oras bawat araw upang suriin ang kalusugan ng pag-iisip at kagalingan ng iyong anak.

Maaaring matagalan bago makaagapay ang iyong anak sa kaniyang bagong routine sa pag-aaral at sa mga pagbabago tulad ng hindi makita ang mga kaklase nang personal. Bawat bata ay iba-iba ang tugon sa mga bagong pangyayari – ang mga damdamin ng kalungkutan, kabiguan, pag-aalala at maging galit ay normal lang.

Matutulongan mo ang iyong anak sa pamamagitan ng:

- pagbibigay ng pagkakataon na pag-usapan kung ano ang kanyang nararamdaman at pakikinig sa sinasabi niya
- pagtukoy sa mga bagay na maaari niyang gawin mismo o na kasama ka upang tugunan ang anumang alalahanin na mayroon siya
- pagtatanong kung ano ang pakiramdam niya tungkol sa pag-aaral nang malayuan, at kung mayroong bagay na nais niya ang tulong mo.

Kung mayroon kang anumang mga alalahanin tungkol sa kalusugan at kagalingan ng iyong anak, mangyaring makipag-ugnayan sa iyong paaralan para sa tulong.

PAYO SA MGA MAGULANG AT MGA TAGAPAG-ALAGA NG MGA BATA NA MAY KARAGDAGANG PANGANGAILANGAN

Kung may mga karagdagang pangangailangan ang iyong anak, dapat mong kausapin ang kaniyang guro tungkol sa isang plano sa edukasyon. Tutulong ito na magabayan ang kaniyang pag-aaral mula sa bahay.

Ang pahina ng mga magulang sa website ng DET (www.education.Vic.gov.au/Parents) ay may karagdagang impormasyon sa Ingles upang matulungan ang mga magulang at tagapag-alaga na suportahan ang pag-aaral mula sa bahay.

Mayroon ding detalyadong gabay na magagamit (sa Ingles) na tinatawag na *Understanding learning difficulties for parents: a practical guide (Pag-unawa sa mga problema sa pag-aaral para sa magulang: praktikal na gabay)*. Kasama dito ang praktikal na payo tungkol sa mga suliranin sa pagkatuto pati na rin ang listahan ng inirekomendang mga app. Ito ay makukuha mula sa www.uldforparents.com

MGA SANGGUNIAN SA LITERASIYA AT PAGBILANG AT MGA MUNGKAHI

Bukod pa sa mga sanggunian at materyal na ibibigay ng iyong paaralan, maaari mong gamitin ang sumusunod na mga sanggunian upang masuportahan ang iyong anak habang natututo siya mula sa bahay. Ang mga sangguniang ito ay nasa Ingles:

Literasiya at pagbilang:

Mga mungkahi para sa mga magulang at tagapag-alaga upang patatagin ang mga kasanayan sa literasiya at pagbilang ng kanilang mga anak ay maaaring ma-download mula sa www.education.vic.gov.au. I-search ang: *get involved in literacy and numeracy*

Hamon sa Pagbabasa ng Premier:

Ang hamon ay naghihikayat sa mga bata at estudyante mula sa pagsilang hanggang Year 10 na magbasa ng ilang mga aklat sa buong taon at itala ang kanilang mga pagsisikap online. Magparehistro sa www.education.vic.gov.au. I-search ang: *premiers reading challenge*

Matematika at pagbilang sa bahay:

Ang mga magulang at tagapag-alaga ay may mahalagang papel sa pagpapaunlad ng mga kasanayan sa pagbilang ng kanilang anak. Ang payo at mga sanggunian para sa mga pamilya ay maaaring ma-download mula sa www.education.vic.gov.au. Search: *mathematics and numeracy at home*

© Estado ng Victoria (Kagawaran ng Edukasyon at Pagsasanay) 2020. Maliban kung iba ang [nabanggit](#), ang materyal sa dokumentong ito ay ibinigay sa ilalim ng [Creative Commons Attribution 4.0 International](#) Mangyaring suriin ang buong [copyright notice](#)

[Pag-aaral mula sa bahay: Impormasyon para sa mga magulang at mga tagapag-alaga - Filipino](#)