

您的孩子 要开始上 学了吗？

我们有一些建议，帮助
孩子做好学习准备。

共同努力 做好学习准备



一起支持
孩子.....早点开始!



在开始上学的时候就独立自主并且能照顾自己的孩子，
已经准备好开始学习了。

校服可能让 人觉得奇怪。



开始穿校服会感觉很奇怪。让孩子练习穿校服，这样他们就能：

- 习惯不同衬衫、短裤、裙子和鞋子的感觉
- 学习如何身着校服走动、奔跑、坐下和玩耍。

为了变得独立，孩子们需要自己穿衣服。他们要能穿鞋、拉上夹克拉链、系上扣子。

帮助孩子记住每天上学要做的准备：

- 使用图片或画出每个步骤，用视觉表现形式帮他们制定一个可以遵循的计划。
- 上学时每天通读一遍这个视觉计划，然后让他们跟着做。

你们可以在家玩“假装上学”的游戏，把日常生活表演出来，例如穿衣服、上学和其他可能要做的事情。

早晨做好准备。

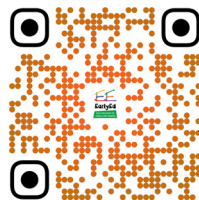
画出日常要做的事情



帮助孩子做好学习准备。

本资源是“学会玩_玩中学”系列的延伸，这些让所有人都能参与进来的费用低廉或是免费的想法可以在家里或社区使用。这个系列最初是由EarlyEd的教师和治疗师通过新南威尔士州教育部资助的Start Strong Pathways 项目与社区合作开发的。

文件的翻译得到了新州2022年多元文化创新拨款的资助。



收拾书包不那么容易。



整理书包并拉上拉链是一件困难的事情，尤其是当书包挂在钩子上或装满东西的时候。通过练习帮助孩子学习：

- 找到最简单的拉上拉链的方法。挂在钩子上还是放在地上更方便？
- 告诉孩子以下步骤，让他们在拉拉链的时候对自己重复：
 - 把所有的东西都装进去。
 - 用一只手按住书包的一边。
 - 用另一只手慢慢向上拉起拉链，拉到另一边。

午餐盒可能用起来有点难

让午餐时间成为学校生活中轻松、毫无压力的一部分。让您的孩子有机会练习使用午餐盒。练习：

- 打开午餐盒，平稳地放在腿上
- 拿取里面的食物，打开包装、酸奶盒、零食棒和剥香蕉皮。

尝试不同的盒子，找出适合您的孩子或他们喜欢的类型。所有这些任务都要求孩子们使用精细运动技能、动作计划、协调和力量！

使用午餐盒



我怎样才能找到自己的书包呢？

它们看起来都一样。



帮助孩子找到自己的物品：

- 给所有物品贴上标签。帮助孩子识别自己的名字，这样他们就能找到属于自己的东西。
- 在他们的书包上系上醒目的大件东西，便于他们很容易地找到书包，比如丝带或标牌。这些可以是他们喜欢的东西，也可以是你们一起做的特别的东西。然后练习找书包。

习惯背书包

如果孩子不能把书包背起来，或者觉得不舒服，他们就不会背着书包。他们需要学会如何独立，自己背书包。

和孩子一起练习背书包。告诉他们如何使用两条肩带把书包背起来。

孩子们需要在身体不太前倾的情况下背部挺直行走。在每个夹层里都装上东西，这样可以把重量分散，把最重的物品放在靠近后背的地方。

练习背书包

