

Pag-aaral mula sa bahay sakaling ipasara ang mga paaralan

Pagsusuporta sa pag-aaral ng inyong anak habang nasa bahay

Mga kapanagutan ng magulang sa panahon ng malayuang pag-aaral

Bigyan ng suporta ang inyong mga anak sa pamamagitan ng:

- pag-sasaayos ng mga kalakaran at inaasahan
- paglalaan ng isang lugar para doon gawin ang pag-aaral ng inyong anak
- pagsusubaybay sa mga komunikasyon mula sa mga guro ng inyong anak
- simulan at tapusin ang bawat araw sa pagtatanong tungkol sa naging pag-aaral ng inyong anak
- maging aktibo sa pagtulong sa inyong mga anak tungkol sa kanilang pag-aaral
- pag-uudyok ng pisikal na aktibidad at pag-eehersisyo
- tandaan na ang inyong anak ay maaaring nag-aalala o nababagot sa panahon ngayon
- sinusubaybayan ang oras na ginagamit ng inyong anak sa online
- pinapanatiling maging palakaibigan ang inyong anak, ngunit magtakda ng mga alituntunin sa kanilang mga pakikipag-ugnayan.

Ang mga kapanagutan ng mag-aaral habang nasa malayuang pag-aaral

Ang mga kapanagutan na ito ay dapat naibabagay ayon sa edad ng inyong anak:

- pagsasa-ayos at/o pagsunod ng isang arawang kalakaran para sa pag-aaral
- pag-aaral sa isang ligtas, komportable, tahimik na isina-isantabing lugar sa bahay para sa kanila
- regular na pagsusubaybay sa mga palatapormang digital (halimbawa: Facebook) at pakikipag-ugnayan upang ma-tsek ang mga pahayag at balik-puna mula sa mga guro
- pagsasagawa ng mga gawain ng matapat at pinakamagaling na paraan
- ginagawa sa kanilang abot-kakayahan na masunod ang mga iskedyol, pangako at oras ng pagsumite
- makikipag-ugnayan sa kanilang mga guro kung sila ay naantala sa iskedyol o kailangan ng dagdag na suporta
- pakikipagtulungan at pagsusuporta sa mga kaklase sa kanilang pag-aaral
- pagtupad sa [Student use of digital devices and online services](#) ng kagawaran (Patakaran sa paggamit ng mga kagamitang digital at online na serbisyo)
- makikipag-ugnayan sa mga kawani ng paaralan ayon sa anumang kalalabasang pangangailangan.

Pagpapalano sa magiging takbo ng araw ng inyong anak

Dapat magbigay ang inyong paaralan ng iskedyul o talaorasan sa pag-aaral ng inyong anak. Kasama dito ang mga regular na oras ng pagpapahinga para sa pag-eehersisyo, pagkakain at pagiinum. Sa oras ng pagpapahinga, mahalaga na ang mga mag-aaral ay tumayo at maglakad-lakad.

Kung kayo ay nakatira sa isang pribadong bahay, magiging ligtas para sa inyong anak na lumabas sa hardin, balkonahe o bakuran.

Kapakanan

Ang pagkakakulong sa bahay nang matagalang panahon ay maaaring panggalingan ng pagkakabagot at di-pakakaintindihan. Ang mga maaaring gawin para maalagaan ang inyong anak habang nasa pagkakabukod sa bahay ay:

- pag-uusapan ng buong pamilya ang tungkol sa impeksyon – ang pagkakakaintindi sa sitwasyon ay nakapagbabawas sa pagkabahala
- pagtulong sa inyong mga anak na pag-iisipan kung paano nila makakayanan ang mga mahihirap na sitwasyon noong nakaraan at pagbibigay ng lakas-loob na mapapalampas din nila itong sitwasyon
- ipaalala sa kanila na ang pagkakabukod ay hindi magtatagal
- regular na pag-eehersisyo – ang ehersisyo ay napatunayang panglunas sa pagkabahala at depresyon
- Hikayatin ang inyong anak na makipag-ugnayan sa mga kapamilya at kaibigan sa pamamagitan ng telepono, email o social media (kung saan nararapat).

Pakikipag-usap

Pakikipag-usap sa inyong anak

Hinihikayat namin kayong simulan at wakasan ang bawat araw sa pamamagitan ng mga simpleng pagtatanong tungkol sa pag-aaral ng inyong anak upang makatulong sa pagsas-aayos ng kanilang araw. Hindi lahat ng mga mag-aaral ay uunlad sa malayuang pag-aaral; ang ilan ay mahihirapan sa pagkakaroon ng sobrang kalayaan o kawalan ng istraktura kaya ang inyong mga pagtatanong ay makakatulong sa kanila na manatili sa landas.

Pakikipag-usap sa paaralan

Tiyakin na alam ninyo kung paano makikipag-usap sa inyo ang paaralan at mga guro ng inyong anak kaya palaging subaybayan ang linyang ito.

Tiyakin na alam ninyo kung paano matatawagan ang mga guro para sa suporta ng pag-aaral at kung sino ang matatawagan para sa tulong pangteknikal kung gugustuhin ng paaralan na gumamit ng mga kagamitang digital bilang bahagi ng kanilang pangmalayuang pag-aaral.

Ang sitwasyong ito ay bago sa karamihang mga paaralan at pamilya. Susubukan ng mga paaralan sa pabalik-balik na pakikipag-ugnayan sa pamamagitan ng patuloy na pagpapaunlad at pagpapahusay base sa mga balik-puna ninyo at ng inyong anak tungkol sa palakad nitong sistema.

Karamihan sa mga paaralan ay gumagamit ng ilang uri ng palataporma para sa pakikipag-ugnayan sa mga magulang at mag-aaral. Ang mga palatapormang ito ay dapat magpatuloy hanggat maaari.

Pakikipag-usap sa mga guro

Ang mga guro ay maaaring may mga nakalatag nang mga oras sa pakikipag-usap sa online sa mga mag-aaral, magbibigay ng mga aralin sa video o kung hindi uubra ang mga gamit na digital, maaaring sila ay may takdang oras para magtawagan sila ng inyong anak sa telepono.

Mahalaga na kayo at ang inyong anak ay alalahaning ang mga guro ay makikipag-ugnayan din sa marami pang ibang mga pamilya, kaya ang inyong pakikipag-usap ay dapat importante at sandali lamang. Maaaring kailangan ninyong ipaalala sa inyong anak na maging matiyaga kung naghihintay ng suporta o balik-puna.

Paggamit ng teknolohiya

Mariing ipinapayo na ang mga magulang ay huwag bibili ng software mula sa ibang tao para sa sitwasyon ngayon liban lamang kung sinadyang ipinapayo ng paaralan.

Ang inyong paaralan at ang Kagawaran ay mayroon nang malawak na hanay ng software at kagamitan at ang mga ito ay pinili upang makatulong sa pangangailangan ng inyong anak.

- Google Apps for Education - Online Google apps.
Para mapuntahan ng mga mag-aaral, pumunta sa: Students portal>Learning>G Suite.
- Office 365 – online Office apps.
- Microsoft Office 365 Desktop Apps – maaaring maikabit ang hanggang limang kompyuter at sampung 'mobile devices'. Pindutin ang 'Install Office' na link.
- Ang mga mag-aaral ay maaari ring gumamit ng walang bayad na dagdag na Adobe software mula sa Bring your own device (BYOD) software website.

Paggamit ng mga kagamitang digital at ang internet

Ang patakaran tungkol sa teknolohiya, mga kagamitan at internet ay makikita sa sumusunod na link:

[Student use of digital devices and online services policy](#) (Ang patakaran sa paggamit ng mag-aaral sa mga kagamitang digital at serbisyo sa online)

Kung ang inyong anak ay gagamit ng mga mapagkukunang digital bilang bahagi ng kanilang pag-aaral at hindi siya tiyak kung paano ang paggamit ng mga ito, tumawag sa kanyang guro para magpatulong.

Pamamahala sa oras ng pagbabasa sa harap ng kompyuter (screen time)

May mga limitasyon sa oras na paggamit sa online, ngunit ang kahabaan at mga patakaran sa pagbabasa sa harap ng kompyuter (screen time) ay magkakaiba ayon sa edad.

Ang video-conferencing (pag-uusap gamit ang video) at pakikipag-ugnayan sa pamamagitan ng video ay hindi kabilang sa oras ng panonood sa harap ng kompyuter.

Ang sumusunod na rekomendasyon sa kahabaan ng oras sa panonood sa harap ng kompyuter (liban sa video conferencing) ay binase sa mga inirekomenda ng American Academy of Pediatrics:

- Edad 2-5 taon: 1 oras, na hinahati sa tig-30 minutos ang pinakamatagal.
- Edad 6 taon at mahigit pa: walang tanging limitasyon ang oras ng panonood, ngunit ito ay hindi dapat makaka-apekto sa mga pisikal na gawain at pakikipag-ugnayang personal sa bahay at paaralan (kung maaari). Mahalaga na maging matatag ang inyong mga pagtatakda sa oras ng panonood.

Tiyakin na ang mga gawaing hindi pang- paaralan ay nilimitahan ang kahabaan sa oras.

Pamamahala ng pag-aasal

Kahit na ang inyong anak ay nasa bahay, kailangan pa rin silang sumusunod sa patakaran ng paaralan tungkol sa pamamahala sa pag-aasal.

Pakikipagtulungan, pakikisama sa paggawa at balik-puna ng pangkat habang nasa malayuang pag-aaral ay ikinakailangan sa mga mag-aaral na makikipag-usap sa online at samasamang magtrabaho sa mga espasyong digital. Ang mga inaasahang gawi sa pag-aasal ng inyong anak ay dapat katulad din sa loob ng klase.

Serbisyo ng Pag-iinterprete sa Telepopno (Telephone Interpreter Service)

Kung kailangan ng dagdag na impormasyon mangyaring tumawag sa prinsipal ng paaralan. Kung kailangan ng tulong ng isang taga-interprete. para sa inyong pag-uusap, tumawag lamang sa Serbisyo ng Pag-iinterprete sa Telepono (Telephone Interpreter Service) sa 131 450 at humingi ng isang taga-interprete sa inyong wika. Walang bayad sa serbisyong ito.