面向父母的家庭作业提示清单

使用此清单，轻松无压力地帮助孩子完成家庭作业。

面向父母的家庭作业提示清单

# 设置环境

指定一个安静、光线良好并且私密的学习区域。不要太热也不要太冷。

受干扰和被打断的可能性很低。

在背景中轻柔地播放适合学习的音乐，或让孩子在配有耳机的设备上收听。

焚香或香薰蜡烛 - 迷迭香有助于集中精神和记忆力，薰衣草有助于静心。

提供充足的学习用品，例如笔、词典和纸张。

提供饮用水或无糖饮料以及健康的零食 - 学习是辛苦活！

# 管理家庭作业时间

设定计划来帮助建立良好的学习习惯。

与孩子一起制定和讨论家庭作业时间规则。打印此列表，张贴在家庭作业区域，并在适当的时候进行参考。规则可包括：

* 每天的家庭作业时间：下午 7:00 - 晚上 8:30
* 安静地做作业，并尽力做好。
* 拒绝分心。
* 每隔 25 分钟休息 5 分钟。起立、深呼吸、伸展、休息双眼，然后喝一口水。
* 相对于简单的家庭作业，在困难的家庭作业上花更多的时间。
* 彻底完成每份作业。
* 如果家庭作业难度过大，寻求帮助。
* 如果在家庭作业结束时间前完成，读书或收听有声读物。

密切监督并随时准备协助完成家庭作业。

帮助营造学习气氛 - 家庭作业时间内，处理文档作业、学习或阅读。

# 指导和好的做法

不要代孩子完成家庭作业。

如果他们寻求帮助，提供指导并保持耐心。

每次家庭作业环节后，要求提供反馈。

讨论并表扬出色的作业。注意并提及特别的努力。

对他们所做的内容表现出兴趣。

分享和讨论与其学校作业有关的书籍、文章、电视节目或 TED 演讲。

阅读作业上老师的评语和备注。

与老师保持联系，并了解孩子的学习目标。

无法解决遇到的问题时联系老师。

请确保老师了解家庭的任何危机或重大变故，如离婚、疾病、死亡或意外事故等。

如有必要，研究并获取设计的学习计划，以便帮助孩子。

如果学校作业对你而言难度太大，无法解决，可考虑聘请家教。