

## เอกสารพักการเรียน: สนับสนุนความเป็นอยู่ที่ดีของบุตร

### ข้อมูลสำหรับบิดามารดา/ผู้ดูแล

#### วิธีสนับสนุนบุตรของท่าน

จุดเริ่มต้นที่ดีในการสนับสนุนสุขภาพและสวัสดิภาพของบุตรในช่วงพักการเรียนคือรวบรวมข้อมูลและคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ สำหรับคำแนะนำและข้อมูลที่เป็นประโยชน์เพื่อสนับสนุนความเป็นอยู่ที่ดีของบุตร โปรดดูข้อมูลดังต่อไปนี้:

- ความเป็นอยู่ที่ดี ([Wellbeing](#))

การสื่อสารเชิงบวกและเปิดเผยระหว่างบ้านและโรงเรียนช่วยให้โอกาสดีที่สุดแก่นักเรียนที่จะประสบความสำเร็จ

- ให้ความมั่นใจแก่บุตรว่าเขาเป็นสมาชิกที่มีคุณค่าของชุมชนโรงเรียน
- ยกประเด็นความเป็นห่วงกังวลใด ๆ กับทางโรงเรียน
- ทำงานร่วมกับทีมโรงเรียนในการพัฒนา และใช้กลยุทธ์ที่สนับสนุนการเข้าร่วมของบุตรในการเรียนรู้
- เข้าร่วมการประชุมเพื่อแก้ปัญหาการพักการเรียน ซึ่งอาจจัดทำโดยตัวต่อตัว ออนไลน์ หรือทางโทรศัพท์ โดยใช้รูปแบบที่จะให้โอกาสที่ดีที่สุดในการปรึกษาหารือกันเชิงบวก
- พุดคุยกับบุตรถึงพฤติกรรมที่เหมาะสม ที่กำหนดสภาพการเรียนรู้เชิงบวก ปลอดภัย อย่างเจาะจงและให้การยกย่อง
- ส่งเสริมให้บุตรแบ่งความนึกคิดและความเห็นอย่างแข็งขันด้วยการแสดงความยกย่อง

#### การเรียนรู้จากบ้านในระหว่างพักการเรียน

- เจ้าหน้าที่คนหนึ่งของโรงเรียนจะติดต่อท่านและบุตรเป็นประจำในระหว่างการพักเรียน
- ช่วยให้บุตรเรียนโดยกำหนดเวลาทำงานอย่างชัดเจนในตอนกลางวันหาบริเวณที่เงียบ และถามถึงความก้าวหน้าในการเรียน
- ให้แน่ใจว่าบุตรหยุดพัก ดื่มน้ำ และคอยช่วยเหลือถ้าบุตรรู้สึกเครียดหรือวิตกกังวล
- ให้เวลาสำหรับการออกกำลังกาย
- คอยแนะนำดูแลบุตรให้ใช้เทคโนโลยีอย่างปลอดภัย ไซต์การใช้เทคโนโลยี ([Using technology](#)) มีข้อมูลและแหล่งความรู้ที่ท่านอาจพบว่ามีประโยชน์

#### ลิงค์ที่มีประโยชน์

- แพ็คเอกสารเรียนรู้ ([Learning packages](#))
- การเรียนรู้ของผู้พิการและคำแนะนำที่ช่วยสนับสนุน ([Disability learning and support advice](#))
- ชุดเครื่องมือสนับสนุนพฤติกรรม: การสนับสนุนสำหรับบิดามารดา ([Behaviour support toolkit: support for parents](#))
- ช่วยบุตรให้เรียนจากที่บ้าน ([Helping your child learn from home](#))
- สายด่วนสำหรับเด็ก ([Kids Helpline](#)) เป็นบริการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ฟรีแก่ผู้เยาว์อายุตั้งแต่ ๕ ถึง ๒๕ ปี หมายเลข 1800 55 1800

#### บริการล่ามทางโทรศัพท์

ถ้าท่านอยากติดต่อกับโรงเรียนและต้องการความช่วยเหลือด้านภาษาอังกฤษ โปรดโทรบริการล่ามทางโทรศัพท์ หมายเลข 131 450 และบอกภาษาที่ท่านต้องการ และขอให้พนักงานโทรศัพท์โทรโรงเรียน พนักงานจะจัดล่ามให้ช่วยในการสนทนาของท่าน ท่านไม่ต้องเสียเงินสำหรับบริการนี้