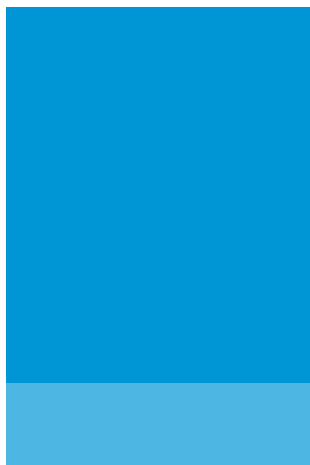
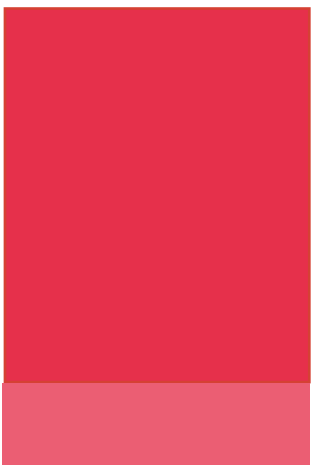


Welcome to preschool

A parents guide to starting preschool

ยินดีต้อนรับสู่โรงเรียนเตรียมอนุบาล

คำแนะนำแก่บิดามารดาในการเริ่มโรงเรียนเตรียมอนุบาล



Education
Public Schools

THAI



สิ่งที่ท่านจะพบในเอกสารยินดีต้อนรับสู่โรงเรียนเตรียมอนุบาล

ยินดีต้อนรับสู่โรงเรียนเตรียมอนุบาล ได้รับการออกแบบเพื่อช่วยให้การเริ่มเข้าสู่วัยเรียนในขั้นเริ่มต้นของบุตรท่านดำเนินไปอย่างได้ผลบวกและสนุกสนาน ภายในเอกสารนี้ท่านจะได้พบข้อเสนอแนะที่ใช้ได้ง่ายจากบรรดาครูและบิดามารดาของเด็กปฐมวัย เพื่อช่วยในการเตรียมบุตรให้พร้อมเข้าโรงเรียนเตรียมอนุบาลง่ายกว่าสำหรับท่านและครอบครัวของท่าน เอกสารนี้จะให้ท่านมีความมั่นใจได้ว่าท่านได้ตัดสินใจอย่างถูกต้องแล้วที่ส่งบุตรของท่านไปโรงเรียนเตรียมอนุบาล และให้ท่านมีความเข้าใจอย่างลึกซึ้งว่าการไปโรงเรียนเตรียมอนุบาลมีคุณค่ามากเพียงใดแก่พัฒนาการของบุตรของท่าน

ถ้าท่านมีคำถามใด ๆ หรือใครจะเสนอข้อแนะนำใด ๆ โปรดอีเมลเราได้ที่นี่

parents@det.nsw.edu.au

การไปโรงเรียนเตรียมอนุบาล	3
การเตรียมตัว	3
อาหารที่โรงเรียนเตรียมอนุบาล	4
บุตรของข้าพเจ้าควรแต่งตัวอย่างไร?	5
การเรียนรู้สำหรับหนูน้อย	5
การสนับสนุนการเรียนรู้ของบุตรของท่าน	6
เตรียมตัวไปโรงเรียนใหญ่	6
เมื่อบุตรของท่านป่วย	7
การเป็นพา	7
เว็บไซต์ที่เป็นประโยชน์	8

การไปโรงเรียนเตรียมอนุบาล

ความคิดเกี่ยวกับเรื่องโรงเรียนเตรียมอนุบาลอาจเป็นความรู้สึกที่ประหลาดเล็กน้อยสำหรับบิดามารดาจำนวนมาก ท่านอาจมีความรู้สึกเหมือนว่าบุตรน้อยของท่านกำลังโตเร็วเกินไป อย่าเป็นห่วงเลย! โรงเรียนเตรียมอนุบาลเป็นช่วงเวลาที่คุณจะได้พบกับบุตรน้อยของท่านอย่างใกล้ชิด ในวัยเดียวกัน โรงเรียนเตรียมอนุบาลช่วยพัฒนาและทำให้วิถีทางที่บุตรของท่านได้ประสบการณ์จากการศึกษาขยายกว้างขวางออก ทำให้เขากลายเป็นผู้ใฝ่เรียนรู้ที่มีความเชื่อมั่น ตื่นเต้นและกระตือรือร้นที่ติดตามคอยการเริ่มต้นไปโรงเรียนใหญ่

การเตรียมตัว

ท่านได้พบครูโรงเรียนเตรียมอนุบาลหรือยัง?

ครูโรงเรียนเตรียมอนุบาลเป็นบุคคลสำคัญที่ควรทำความรู้จัก ครูจะสามารถบอกแก่ท่านเกี่ยวกับกิจกรรมของโรงเรียนเตรียมอนุบาล และจะช่วยตอบคำถามใดๆ ที่จะทำให้บุตรของท่านคุ้นกับโรงเรียน

โรงเรียนเตรียมอนุบาลมีนโยบายและระเบียบในการส่งเสริมสุขภาพ ความปลอดภัยและสภาพความเป็นอยู่อย่างดีของบรรดาเด็กทุกคน ตัวอย่างเช่น การมาและการกลับจากโรงเรียน อาหารและโภชนาการ พัฒนาการและการศึกษา และการป้องกันแสงแดด

ข้อเสนอแนะ: โรงเรียนเตรียมอนุบาลจะขอให้ท่านเซ็นชื่อในบันทึกการมาเรียนเมื่อมาถึงและเมื่อสิ้นสุดวันหรือช่วงเวลาที่ยื่น โปรดแนบไว้ว่าท่านได้เซ็นชื่อในบันทึกนี้ ซึ่งส่วนมากจะอยู่ตรงประตูทางเข้าโรงเรียน

รายการเครื่องใช้

นี่เป็นรายการสิ่งของที่บุตรของท่านจะต้องการ:

- กระเป๋า
- กล่องใส่อาหารกลางวัน
- เสื้อผ้าหนึ่งชุด รวมทั้งถุงเท้าและชุดชั้นใน
- หมวก
- ของว่างเวลาหยุดพักตอนเช้าหรือตอนบ่ายและเครื่องดื่ม

ถ้าเป็นโรงเรียนเตรียมอนุบาลที่เรียนเต็มวัน บุตรของท่านจะต้องการ:

- อาหารกลางวัน
- ผ้าปูที่นอนและ/หรือผ้าห่มสำหรับเวลานอนพัก



โรคมุมิแพ่ สภาพทางการแพทย์ และความต้องการพิเศษ

ก่อนที่บุตรของท่านจะเริ่มไปโรงเรียนเตรียมอนุบาล เป็นสิ่งสำคัญที่ต้องแจ้งให้ทางโรงเรียนรู้ถ้าบุตรของท่านมีโรคมุมิแพ่อย่างหนึ่งอย่างใด หรือสภาพทางการแพทย์หรือความต้องการพิเศษอื่นใด ทั้งนี้เพื่อให้ทางโรงเรียนมีเวลาเตรียมจัดการเพิ่มเติมสำหรับบุตรของท่าน



ข้อเสนอแนะ: ใส่อาหารที่ท่านรู้ว่าบุตรของท่านชอบและจะทาน การสอนให้บุตรของท่านเรียนรู้วิธีเปิดห่ออาหารและทานอาหารด้วยตัวเองนับว่าเป็นสิ่งที่ควรทำด้วย

การดูแลโรคภูมิแพ้

อนาฟีแล็กซิสเป็นอาการแพ้ที่รุนแรงและเกิดขึ้นได้ในทันทีทันใดกับอาหารบางอย่างเช่นถั่วต่าง ๆ หรือหอยชนิดต่าง ๆ หรือจากการกัดต่อยของตัวแมลง ท่านต้องแจ้งให้ครูในโรงเรียนเตรียมอนุบาลทราบถ้าบุตรของท่านแพ้อาหารบางอย่างหรือเสี่ยงต่อการเกิดอาการอนาฟีแล็กซิส โรงเรียนเตรียมอนุบาลบางโรงเรียนมีนโยบายปลอดถั่ว โปรดถามครูในโรงเรียนเตรียมอนุบาลของท่านเกี่ยวกับเรื่องนี้



ติดป้ายชื่อที่สิ่งของทุกอย่าง!

มีกล่องใส่สิ่งของที่สูญหายอยู่ในโรงเรียนเตรียมอนุบาล แต่เพื่อประหยัดเวลาและความรำคาญ โปรดติดป้ายชื่ออย่างชัดเจนที่สิ่งของทุกอย่างของบุตรท่าน เป็นต้นว่า เสื้อผ้า กระเป๋าและกล่องอาหารกลางวัน

การเรียนรู้สำหรับหนูน้อย

การเรียนรู้ของบุตรท่านที่โรงเรียนเตรียมอนุบาลจะเพิ่มพูนจากสิ่งที่ท่านได้สอนให้ที่บ้าน ระหว่างการเล่นบุตรของท่านจะใช้จินตนาการ เรียนเข้ากับเด็กคนอื่น ๆ คิดวางแผนและฟัง

ครูโรงเรียนเตรียมอนุบาลของเรามีคุณสมบัติครบถ้วนทางการศึกษาเด็กปฐมวัย ครูจะคิดวางแผนประสบการณ์ในการเรียนรู้จากการเล่น สำหรับบุตรท่านอย่างระมัดระวังและให้เป็นไปตามความสนใจของบุตรของท่าน

กิจกรรมเตรียมอนุบาลในการเรียนรู้

- การทำปฐมนิเทศและเล่นกับบล็อก
- การระบายสีและการเขียนรูป การตัดและการปะติด
- การอ่านหนังสือและการฟังเรื่อง
- การพูดและการฟัง
- การเล่นแต่งตัวสวยและเล่นในมุมหนึ่งของบ้านหรือในบ้านสำหรับเด็ก
- การฟังและเล่นดนตรี
- การเดินร่าและเล่นละคร
- การปั้นแป้งอุปกรณ์เครื่องเล่น การทรงตัว การวิ่งและการกระโดด
- การใช้คอมพิวเตอร์
- การเล่นกับดินเหนียว ดินน้ำมัน ทรายและน้ำ

จากประสบการณ์การเรียนรู้เหล่านี้ บุตรของท่านจะสำรวจและทดลองและพัฒนาทักษะของตนเองในการแก้ปัญหา การสื่อสารและการติดต่อเข้าสังคม เด็กจะพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง บังเกิดความเชื่อมั่นและพัฒนาพื้นฐานในการเรียนรู้ในชั้นเรียน

อาหารที่โรงเรียนเตรียมอนุบาล

การทานอาหารที่โรงเรียนเตรียมอนุบาลเป็นส่วนสำคัญของโปรแกรมประจำวัน และเราส่งเสริมนิสัยในการทานอาหารอย่างถูกอนามัย เจ้าหน้าที่ที่โรงเรียนเตรียมอนุบาลของเราจะช่วยบุตรของท่านด้วยในระหว่างเวลาอาหาร โดยเตือนให้ล้างมือและคอยกระตุ้นให้ทานอาหารหมดและไม่แบ่งอาหารกับเพื่อนๆ

ท่านจะถูกขอให้จัดหาอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพสำหรับเวลาหยุดพักตอนเช้า อาหารกลางวัน และอาจจะเป็นเวลาหยุดพักตอนบ่ายด้วย สันทนาการกับครูโรงเรียนเตรียมอนุบาลของท่านเพื่อได้ความคิดว่าควรจะทำอะไรเป็นอาหารกลางวันให้บุตรของท่านในแต่ละวัน ท่านอาจเยี่ยมชมเว็บไซต์เด็กสุขภาพดีของเรา เพื่อได้ความคิดเพิ่มเติมเรื่องอาหารว่างและอาหารกลางวัน

ดูได้ที่: www.healthykids.nsw.gov.au



บุตรของข้าพเจ้าควรแต่งตัวอย่างไร?

แต่งตัวบุตรของท่านด้วยเสื้อผ้าที่สวมใส่สบายและเหมาะสมที่ปลอดภัยและง่ายพอที่บุตรของท่านจะช่วยตัวเองได้ รวมทั้งรองเท้าที่เหมาะสมกับการเล่นและการปีนป่าย

เด็กๆจะถูกขอให้สวมหมวกเมื่อออกเล่นกลางแจ้ง สนับสนุนให้บุตรของท่านเคยชินกับการสวมหมวกเมื่อออกไปข้างนอก โรงเรียนเตรียมอนุบาลส่วนมากมีนโยบาย "ไม่ต้องสวมหมวกในที่ร่ม"

ข้อเสนอแนะ: ควรเก็บเสื้อผ้าดีไว้สำหรับออกไปเที่ยวหรือไปงานต่างๆ ในขณะที่ครูพยายามป้องกันไม่ให้เกิดๆทำเสื้อผ้าเปื้อน แต่สีและดินก็เป็นส่วนสำคัญของความสนุกสนานและการเรียนรู้



สนับสนุนการเรียนรู้ของบุตรของท่าน

เด็กเรียนรู้ได้ดีที่สุดเมื่อติดตามและครูประสานงานด้วยกัน ท่านรู้จักบุตรของท่านดีกว่าใครๆ ดังนั้นท่านสามารถช่วยให้ครูเข้าใจบุตรของท่านได้ โดยแบ่งข้อมูลเกี่ยวกับความสนใจของบุตรกับครู

วิธีการที่จะสนับสนุนบุตรของท่านในโรงเรียนเตรียมอนุบาล

- สอบถามรายละเอียดต่างๆเกี่ยวกับโรงเรียนเตรียมอนุบาลให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ อาทิเช่น กิจกรรมประจำวัน และอะไรบ้างที่บุตรของท่านต้องนำมาโรงเรียน
- เข้ามีส่วนเกี่ยวข้องในโรงเรียนเตรียมอนุบาลของบุตร อาทิเช่น อาสาเป็นผู้ช่วยที่โรงเรียน
- พูดคุยกับเจ้าหน้าที่ในโรงเรียนเตรียมอนุบาลเกี่ยวกับกิจกรรมที่ท่านทำกับบุตรที่บ้านได้ อาทิเช่น อ่านหนังสือกับบุตรของท่าน
- พูดคุยกับเจ้าหน้าที่เกี่ยวกับการเรียนของบุตรของท่าน
- พูดคุยกับบุตรของท่านเป็นประจำทุกวันถึงสิ่งที่เขาทำที่โรงเรียน

การเริ่มต้นที่ดี

อาหารเช้าที่บำรุงกำลังจะช่วยตั้งต้นให้บุตรของท่านมีวันที่สนุกสนานที่สุดที่โรงเรียน จะช่วยให้บุตรมุ่งความสนใจและให้มีพลังกำลังในการเล่น ทั้งยังจะช่วยสนับสนุนให้พัฒนาแบบแผนที่ดีในการบริโภคอาหารไปตลอดชีวิต

การนอนในคืนที่หลับสนิท

เด็ก ๆ ต้องการการนอนที่หลับสนิททุกคืนเพื่อเตรียมรับการผจญภัยและความสนุกสนานที่โรงเรียนเตรียมอนุบาล

การนอนหลับสนิทจะช่วยบุตรของท่านให้:

- มีความตั้งใจและสมาธิ
- แก้ปัญหาและนึกคิดหาความคิดใหม่ๆ
- เล่นอย่างมีเหตุผลและสนุกสนานกับวันของเขา



เตรียมไปโรงเรียนใหญ่

โรงเรียนเตรียมอนุบาลของบุตรท่านจะช่วยท่านและบุตรให้พร้อมไปเข้าโรงเรียน โรงเรียนเตรียมอนุบาลและโรงเรียนมักจะจัดโปรแกรม **ไปเข้าโรงเรียน** ซึ่งจะให้ข้อมูลที่ควรมีและเคล็ดลับต่างๆเกี่ยวกับวันสำคัญวันแรกของบุตรที่โรงเรียน Kindergarten และจะช่วยให้ท่านคุ้นเคยกับกิจวัตรของโรงเรียน ตลอดจนสิ่งน่าตื่นเต้นที่ชีวิตในโรงเรียนมีให้แก่ครอบครัว การมีส่วนร่วมเกี่ยวข้องในการไปโรงเรียนของบุตรจะช่วยให้บุตรมีการตั้งต้นที่พบความสำเร็จตลอดไปในการมุ่งเรียนรู้

เมื่อบุตรของท่านป่วย

บุตรของท่านจะป่วยบ้างเป็นครั้งคราว โปรดโทรศัพท์แจ้งแก่ทางโรงเรียนในตอนเช้าๆ ถ้าบุตรของท่านป่วย

การเจ็บป่วยบางอย่างอาจติดต่อกันได้ เพื่อรับการติดต่อแพร่เชื้อไปสู่เด็กคนอื่นๆ โปรดพาบุตรไปพบแพทย์และให้บุตรพักอยู่กับบ้านตามเวลาที่แพทย์แนะนำ

โรคติดต่อทั่วไปบางอย่างได้แก่:

อีสุกอีใส – เป็นไข้เล็กน้อย น้ำมูกไหลและเป็นผื่นที่เริ่มจากเป็นตุ่มสืชมพู่ที่พองขึ้นและตกสะเก็ด

หัด – เป็นไข้ หนาวสั่น น้ำมูกไหล ไอและตาแดงซ้ำอยู่สองสามวัน ต่อจากนั้นมีผื่นเป็นตุ่มสีแดงเริ่มขึ้นที่บริเวณหน้า และขยายลงไปตามตัว เป็นอยู่สี่ถึงเจ็ดวัน

ตาแดง – ตารู้สึกคัน แดงและอาจมีน้ำตาไหล หนึ่งตาอาจติดกันระหว่างหลับ

เป็นตุ่มพอง (พองโรงเรียน) – เม็ดสีแดงเล็กๆ เปลี่ยนเป็นตุ่มพองมีหนอง และกลายเป็นตุ่มแห้ง – ส่วนมากขึ้นที่หน้า มือ และหลังศีรษะ

ขี้กลาก - เป็นสะเก็ดเล็กๆที่ผิวหนังล้อมรอบด้วยวงสืชมพู่

สิ่งที่ต้องทำถ้าบุตรของท่านป่วย

ถ้าบุตรของท่านมีอาการดังต่อไปนี้ วิธีที่ดีที่สุดคือควรปรึกษาแพทย์ของท่านและให้บุตรพักอยู่บ้าน

- เป็นไข้อุณหภูมิขึ้น 38 องศา หรือสูงกว่า
- อาเจียนหรือท้องเสีย
- มีอาการหวัดรุนแรงหรือไข้หวัดใหญ่
- เป็นผื่นขึ้นโดยไม่รู้สาเหตุ

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับโรคติดต่อที่อาจมีผลแก่บุตรของท่าน โปรดติดต่อหน่วยสุขภาพนิวเซาท์เวลส์ (NSW Health) โดยโทรศัพท์หมายเลข 9391 9000

ดูได้ที่: www.health.nsw.gov.au

การเป็นเหา

โรงเรียนเตรียมอนุบาลอาจเป็นประสบการณ์แห่งแรกที่บุตรของท่านจะติดเหา โปรดอย่าตื่นตระหนกถ้าเกิดเป็นเหาขึ้นที่โรงเรียน การเป็นเหาอาจจะทำให้รำคาญแต่ก็โชคดีที่มันไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพของบุตรของท่านและไม่มีผลต่อความสะอาดส่วนตัวของเด็ก

ท่านช่วยกำจัดเหาได้ดีที่สุดโดย:

- เช็ดผมของบุตรเป็นประจำ
- รวบผมยาวผูกไว้ข้างหลังหรือถักเปีย
- เก็บหรือตัดไว้เหนือหน้าและเตือนให้คนในครอบครัวของท่านใช้วิธีนี้เมื่อสระผม
- ใช้หวีสางน่ายาคอนดิชันเนอร์สืขาวลงบนผมทุกวันโดยใช้หวีซี่ถี่เพื่อกำจัดตัวเหาและไข่

