

重新構想、重新開放、恢復：

為 MCPS 家長/監護人和學生家庭提供的 2020 秋季核查單 幫助孩子做好在線學習的準備

當更多的細節出台時，我們將更新這份核查單。請收藏這個網頁，並定期查看。

1. 首先要做的事：基本事項

何時：8 月份

您能收到學校系統發給您的重要信息和最新消息嗎？

- 請確定孩子的學校存有您最新的電話號碼、電子郵件和郵寄地址。
- 知道 MCPS 在哪裡張貼緊急通知和其它社區消息，以及如何接收這些訊息。
 - [Alert Montgomery](#)
 - [MCPS 網站 -- COVID 網頁](#)
 - [QuickNotes](#)
 - MCPS Connect-Ed 電子郵件發送的消息
- 知道如何查看孩子的學校官方電郵帳戶。

確定您的孩子有基本的技術和網絡。

- 從學校領取一台 Chromebook 和/或 MiFi。
 - *隨後公布* 校長將直接通知家長領取地點、日期和時間。
 - 學生家庭不需要支付任何費用。
 - 家中每一名 MCPS 學生都可以領到一台 Chromebook，供他們使用。
 - 不需要提前預約，只需要在登記處提供孩子的 MCPS 學生 ID 號碼即可。
- 知道孩子的 myMCPS Classroom 密碼。
 - 您需要密碼才能幫他們登錄進入課堂。請[點擊這裡](#)，查看如何獲取這項信息的說明。
 - 把登錄信息寫下來並保存在家中所有成年看護人都知道的安全地方。
- *隨後公布* 請繼續查看 [MCPS 數碼書包的網頁](#)，了解如何使用家長門戶和其它數碼資源的張貼信息。

開始為孩子準備供他們學習的地方。

- 在家中為孩子準備一個可以做功課的地方。

- 那個地方最好沒有干擾和會分散注意力的東西。家裡幾乎任何的平面或角落都可以被布置成適合孩子學習的地方。
 - 為干擾做好準備。
 - 如果可能的話,請嘗試為每個孩子在家中設置單獨的學習區域。
 - [類似這樣價格實惠且](#)適合孩子的頭戴式或耳塞式耳機有助於在網絡教學期間減少干擾並提高注意力,尤其是當孩子和兄弟姐妹共用學習區域時。
 - 知道家中存放基本學習用品的地方。
 - 整理和準備好上學期間需用的鉛筆、圓珠筆和筆記本或紙張。
 - 如果您家需要幫忙獲取基本的學習用品,請與孩子的學校或校長聯繫。
- 開始讓孩子做好全天上課和學習的準備。
- 起床後精神飽滿。
 - 開始要求孩子早點兒睡覺和起床,這樣到 8 月 31 日開學時,孩子已經有大量時間適應新的作息,就像他們為去學校上學做準備一樣。
 - 穿好衣服,並做好學習準備。
 - 鼓勵孩子做好虛擬上學的準備,就像他們做好去學校上學的準備一樣(換下睡衣褲、穿好衣服、保持良好的個人衛生等)。這會讓他們覺得做好了學習準備。
 - 繼續提醒孩子,同學和老師可以在屏幕上看到他們,因此,仍然需要遵守**適當的學校著裝規範**,而且很重要。
 - 討論要求。
 - 提前告訴孩子在虛擬上學期間對行為、出勤和學習責任的要求。讓他們知道,會提供幫助他們成功的所有支持。

2. 準備好學習

何時: 開學前的一週(8 月 24 日至 28 日)

- 與孩子一起查看 MCPS [虛擬學習課程表](#)。
 - 根據直播教學、自學和學生支持的時間制定適合您家具體需要的家庭時間表,包括您家中成年上班族的需要。
 - 知道 MCPS 虛擬學習模式具有靈活性,可以適應需要在首次直播以外的其它時間獲取教學和教材的學生家庭。
 - 如果您對孩子老師提前發出的任何訊息有問題,請與孩子的老師聯繫。

3. 開學第一天 - 2020 年 8 月 31 日

何時: 2020 年 8 月 31 日

- 請查看您的電子郵件或其他指定的網站門戶, 了解具體班級的訊息和孩子老師發出的指示。
- 提前到達。
 - 讓孩子在每堂課開始上課前 15 分鐘登錄, 以確保電腦視聽的設置得當。
- 和孩子一起查看每位老師的課堂要求, 並問他們是否有問題。
- 把孩子老師應當了解的有關孩子的任何具體信息(包括擔心的問題和挑戰)通過電子郵件發給老師。

4. 我的角色是什麼? 提供給上班族父母和成年看護人的指引

何時: 整個 2020 年秋季學期

- MCPS 並不期望家長和成年看護人成為老師。
- MCPS 老師已做好了提供穩健直播的準備。
- MCPS 了解上班族父母面臨的挑戰, 他們既要管理孩子在家的虛擬學習, 同時還要兼顧全職工作的職責(無論是在家裡還是外面)。
- 父母和其他值得信任的看護人可以成為孩子有效的**學習指導員**。

- 學習指導員的作用是什麼?
 - 每天和孩子一起學習功課
 - 回答問題
 - 與老師溝通
 - 教導
 - 監督出勤和進展

- 讓在家上班和在線上學兩不耽誤的訣竅:
 - 根據您的工作時間規畫孩子的學習時間表。只要可能, 請考慮:
 - 讓孩子在您可以幫助他們時學習更有挑戰性的活動
 - 讓孩子在您的上班時間學習獨立閱讀和對他們比較容易的科目
 - 使用適合年齡和年級的**任務清單**
 - 對於您需要工作的時間段, 請向孩子說明清晰的指示。
 - 從可以做的清單開始, 然後根據需要進行調整
 - 跟進確定已經完成功課
 - 使用適合年齡和年級的**規劃工具**
 - 向孩子的老師了解任何**在線學校規劃工具**, 這些工具可以幫助您設計與孩子課程安排一致的家庭日程。

- 讓孩子習慣管理一項規劃工具, 即使只是一本簡單的筆記本, 在最上方有每天的日期, 還有記錄在線課程時間和老師虛擬辦公時間的地方。
- 保持靈活變通
 - 孩子有時候需要在您的幫助下才能完成某些功課。可以留出另一段時間來完成這些特定功課, 並讓他們先學習其它內容。
 - 對於上班族的父母, 晚上和週末也許是輔導手工學習活動的最好時間。
- 利用老師和同學
 - <Insert here>
 - <Insert here>
- 讓學生有休息大腦和活動的時間。
 - 小學生
 - [Drumming Dance](#)
 - [GoNoodle](#)
 - [Marbles Kid Museum](#) -- 在家玩
 - 中學生
 - [蒙郡公共圖書館](#)
 - [熱身活動](#)
- 了解可以幫助孩子的免費資源。
 - [Kid Lab](#) -- 適合所有年齡段兒童的免費活動和資源

5. 如何獲取幫助

何時: 2020 年整個秋季學期

- 了解如何獲取以下方面的幫助:
 - 技術。
 - [MCPS 數碼書包](#)
 - [開始使用 T-Mobile 熱點](#)
 - 社交-情緒學習。
 - ***隨後公布*** BeWell365 學生資源
 - [工作人員資源和本地/全美資源](#)
 - [關閉學校的社交故事](#) - 積極性
 - 防止孩子感到孤立。以下是幫助孩子在這段時間與朋友交通的幾個訣竅。
 - 虛擬玩伴
 - 虛擬電影夜
 - 虛擬尋寶
 - 虛擬遊戲夜
 - 危機介入。

- 馬里蘭州安全學校熱線: 833-MD-B-Safe (833-632-7233)
- 蒙郡健康與大眾服務資訊專線: 240-777-1245
- 蒙郡危機處理中心: 240-777-4000
- 蒙郡青少年危機熱線: 301-738-9697
- 重要的聯繫人。
 - 隨身保存好以下聯繫信息:
 - 孩子的老師
 - 孩子的校長和學校
 - 技術支持
 - 如果您在家中遇到任何困難, 請告訴孩子的老師和/或孩子學校的校長。如果您需要其它語言的協助, 請致電 ASKMCPS, 電話號碼是 240-740-3000。
- 其它資源。
 - *隨後公布*家長學院