

提供給家庭的更多資源

各位學生的家長：

我們知道在這場危機之中，許多家長都肩負迅速調整日常作息的艱鉅工作，成為親人的強大支援後盾。我們想讓各位知道，**你們做得非常好，也做得非常充分**。雖然對您家庭的日常生活而言，這種調整是暫時的，對孩子們而言也可能會隨著時間很快過去，但這種調整對各位的影響仍然是很大的。在這段時間，在您規劃輕重緩急的事項並安排好日常生活的每一刻之際，請不要忘了好好表揚一下自己做的傑出工作，讓子女和家庭成員的生活在這段時間保持正常。

致所有的媽媽、爸爸、阿姨、叔叔、養父母、祖父母和看護者，**你們已經具備了**在這段時間幫助子女茁壯成長的能力，**而我們的工作就是為你們提供支援**。

我們想與您分享一些活動機會，您可以決定是否要與子女一起嘗試。這些活動的目的是寓教於樂。

請揀選適合您家庭和子女的活動和平台，並記得要慢慢來。最重要的事情是，確保您的家庭能以輕鬆的心情應對新的改變，這可能意味著選擇開展下列其中一種活動，或只是簡單地與家人一起相處。隨著時間的過去，以及您對這種新的常態越來越適應，您可能可以讓您自己和子女開始接受新的活動和體驗。

註：這些網站和應用程序未經教育局或紐約市審查是否符合隱私或數據安全協議

紐約市計劃和服務

以下所挑選提供的資訊：為學生家庭和兒童的福祉提供的支援、資源及計劃，均與本市的課程有關。

- **[Growing Up NYC](#)**：「Growing Up NYC」（紐約市成長）是一個適用於移動設備的網站（英文和西班牙文），讓各家庭可以便捷地了解並使用紐約市政府的各項計劃，以及政府機構和社區夥伴提供的各種服務和活動。
- **[兒童與家庭服務辦公室](#)**：在這段時間，為想要了解干預服務、支援及家庭援助的家庭提供對其有幫助的資訊和資源。

- [紐約市服務和資源全市指南](#)：「Women Creating Change」（女子創造改變）制定這份資源指南，幫助個人和組織獲得他們所需的紐約市五個行政區的低費或免費的社會服務、計劃及資源。

為子女提供的電子和親自動手的活動

以下資源提供給您可以在家裏開展的獨特體驗，有適合教育用的網上遊戲和活動，以及為您提供的活動建議，幫助您在日常生活和每日的程序中與子女學習並增進感情。

- [PBS 家長部落格](#)：與幼教相關的不同主題的部落格（blog）的貼文和資訊，包括：如何與年幼的子女談論這次疫情，以及您可以在家裏開展的親自動手的活動。
- [PBS 兒童應用程序](#)：PBS 免費為兒童提供的獲獎教育應用程序。許多應用程序是英語和西班牙語的。
- [兒童藝術博物館](#)：52 個在家裏開展自己動手活動（DIY）的視頻，[講解視頻（How-To Videos）](#)不超過一分鐘，以畫面進行說明，並且配以音樂，所以不會有語言障礙。
- [布碌崙公共圖書館提供的遊戲方法](#)：藉助日常的物品，與 0 至 3 歲的兒童一起開展這些遊戲活動。
- [PBS 兒童遊戲和學習科學應用程序](#)：藉助日常的物品開展親自動手的科學學習計劃，並搭配網上的科學遊戲與探索。
- [Noggin 應用程序](#)：獲得 90 天免費使用內容越來越豐富的網上圖書館，內容有電子書、學習類遊戲、互動片段、活動及超過 1000 個沒有廣告的學齡前節目，這些均由課程大綱專家開發。使用 Noggin 的方法：
 - 在您的瀏覽器輸入這個專用的 URL 網址：www.noggin.com/noggin-cares-nyc-doe/
 - 遵照步驟創建**免費**帳戶
 - 檢查您的電郵收件夾（inbox）是否有確認信函（並確認您的帳戶）
 - 透過 iOS App Store、Google Play Store、Amazon App Store、和/或 Roku 把 Noggin 應用程序下載到您的設備上
 - 打開 Noggin 應用程序，輕輕點擊「Sign In」（登錄）
 - 使用您的 Noggin 帳戶電郵和密碼登錄



- [Lunch Doodles with Mo Willems](#): 作家 Mo Willems 邀請您每天到他的畫室進行「LUNCH DOODLE」（午餐塗鴉）。全世界的學生可以在接下來的幾個星期，每天造訪 Mo 的虛擬畫室一次，學習畫畫、塗鴉、並探索書寫的新方法。
- [National Geographic Kids（兒童版國家地理）](#): 本網站為家庭提供機會參與和大自然和動物有關的教育遊戲和活動。造訪該網站體驗與動物有關的各種事物！
- [R-SUCCESS](#): 在這個網站，您會找到錄製成音頻的由拉丁裔和非裔傳承的家庭口述的傳統故事，以及與這些故事有關的各種活動。
- [Cincinnati Zoo and Botanical Gardens（辛辛那提動物園和植物園）](#): 到辛辛那提動物園和植物園去「參觀」。在網站的視頻裏，動物園的管理員將教大家從加拉帕戈斯龜到小熊貓在內的各種動物的知識。另外也包括許多可以在家裏開展的活動。
- [探索實時攝像頭](#): 透過實時攝像頭，觀看世界各地的動物的日常生活。您可以選擇觀看陸地、天空或海洋裏許多不同種類的動物。
- [Wide Open School](#): 「Wide Open School」由這 [25 個機構](#) 提供針對兒童的免費的、最佳網上學習體驗合集，由 Common Sense Media 的編輯策劃。
- [Cosmic 兒童瑜伽](#): 以這種獨特的講故事模式和您的子女做瑜珈、正念練習（mindfulness）和放鬆練習！
- [GoNoodle](#): 5 分鐘的視頻為您提供做一個簡短的舞蹈派對和運動後休息時所需的所有資訊。
- [Chrome 音樂實驗室](#): 創造你自己的音樂實驗！這些互動體驗可以幫助你創造引人注目的各種音樂節拍。

如何當好家長的資訊/支援子女的學習

以下資源提供在這段時間如何自我護理並支援子女的學習與理解的小建議與方法。

- [Sesame Street（芝麻街）在社區](#): 「Sesame Workshop」（芝麻街工坊）提供英語和西班牙語的資訊、視頻、塗顏色紙及各種活動，並涉及包括健康、讀寫、STEM 等在內的一系列廣泛主題。您可以考慮參考他們以下領域的資源，包括：[出現健康緊急情況](#)、[提供安慰](#)、[創傷經歷](#)，以及[幫助孩子應對悲傷](#)，這些主題可能尤其有助於孩子如何應對這段時間。另外，「Sesame Workshop」也制定了一個[互相關愛（Caring for Each Other）](#)計劃，該計劃有很多您可以使用的內容：有趣的學習，安慰子女，也幫您注意自身的狀況。



- [Ready4K](#) 是一個以證據為基礎的家庭參與課程大綱，通過短信的方式傳達給您。每個星期，您都會收到簡短的短信，提供有趣的事實和便捷的小建議，利用家庭現有各種的日常作息習慣，促進子女的成長，例如，在洗澡時指着洗髮水瓶子上的字母，然後讀出字母的發音。**報名參加請發短信「NYC」至 70138。**報名本身雖然是完全免費的，但是您每星期收到 3 條短信可能需要支付數據和短信費用。您可以隨時取消接收短信，方法是發短信「STOP」給 70138。
- **給新手媽媽的 [Small Moments, Big Impact \(小時刻大影響\) 應用程序](#)**：「Small Moments, Big impact」（小時刻大影響，簡稱 SMBI）是一個免費的智能手機應用程序，由健康護理提供者、公共媒體製片人及一群媽媽一起創建的。這個應用程序是在您的寶寶出生後的六個月之內使用的，重點關注您與寶寶之間的關係，包括愛、壓力、疲勞、沮喪及希望等在內的感受，這些都是為人父母的一部分。該應用程序包括其他媽媽講的故事，她們與自己的寶寶互動的視頻，自我思考的機會等等很多內容。
- [Sparkler](#) 是一個應用程序，提供您可以和子女共同開展的以遊戲為基礎的學習活動。從 [App Store](#) 或者 [Google Play](#) 免費下載這個應用程序。您第一次使用 Sparkler 應用程序的時候，請創建一個新的帳戶。下次使用時，請使用之前選擇的方法登錄。註冊時**請使用代碼 2-1-2-1**，這將讓您可以免費使用 Sparklergo 天。從下拉式菜單選擇「Family」（家庭）。造訪「Play」（遊戲），看看可以開展哪些不用電腦的遊戲，幫助子女的身心發展，以及增進他們的詞彙能力。
- [INCLUDEnyc](#) 在舉辦各種講座，您可以在[此處](#)觀看早期干預的現場串流視頻講座。
- [Talking is Teaching \(講話即教學\)](#) 是一個提升公眾意識和行動力的活動，幫助家長和看護者認識到他們具備能力激發年幼兒子女的大腦和詞彙量的發展，通過簡單的日常活動就可以做到，例如一起出外散步時對事物進行描述，或者洗澡時一起唱歌等等。他們的[室內活動集](#)有各種建議：利用家裏已經有的東西開展活動。
 - [西班牙語網址](#)可能沒有全部的最新內容，但是仍然值得去看一看！
- **讀寫夥伴**：[La Fuerza de Creer](#)，該節目在 Univision 播放，內容是如何積極當好父母的小說劇（telenovela）。您可以考慮觀看這個小說劇，然後和家人討論如何利用在家中閱讀和開展活動共同度過時光。
- **Kid Builders 資源**：容易做的各種活動，幫助子女在六個關鍵領域成長：身體、健康、心靈、人際關係、安全及詞彙。下載該應用程序或者查看英文或西班牙文的 PDF 版資源。
- [Zero to Three](#) 為家庭提供各種專門針對應對新冠病毒肺炎（COVID-19）疫情的資源，包括自我護理策略，如何善用視頻聊天，為嬰兒和幼小孩童提供活動的建議，怎樣跟年幼兒童談論新冠疫情等等。



- [Vroom](#) 提供小建議、工具及超過 1000 個活動，幫助您把學習融入吃飯、洗澡、睡覺和任何時刻中。請造訪 [Vroom.org](#) 網站，了解這些建議，或者您可以到 [App Store](#) 或 [Google Play](#) 下載該應用程序。
- [Click Schooling](#) 通過電郵每天給您發送推薦的有趣的網站，幫助您的子女學習。

