

ساعدوا إبنكم/إبنتكم على تطوير عادات
دراسة جيدة - بما في ذلك فترات
الراحة العادية.

6

شجعوا إبنكم/إبنتكم على التحدث إلى مستشار
/مستشارة المهن في المدرسة في وقت مبكر
- توجد مسارات مختلفة، شهادة VCE
ليست الخيار الوحيد.

1

يُعتبر اتباع نظام غذائي متوازن وراحة
كبيرة أمراً مهماً.

7

رتّبوا الحصول على الكتب المدرسية قبل
بدء المدرسة حتى يتمكن إبنكم/إبنتكم
من التعرف على المواضيع.

2

تأكدوا من أن إبنكم/إبنتكم يعرفون أن الدعم
متاح - فريق الصحة والرفاهية في
المدرسة، و Kids Helpline، و
LifeLine، و Headspace و
Beyond Blue.

8

ليكن لديكم في المنزل رزنامة مع تواريخ
المدرسة الرئيسية.

3

إذا كان إبنكم/إبنتكم قلقين بشأن الدراسة
أو الامتحانات، حاولوا أن تبقوا
هادئين وأن تستمعوا إلى مخاوفهم.

9

تحدثوا عن كيفية سير المدرسة وأي مخاوف
قد تكون لدى إبنكم/إبنتكم - دعوهم
يعرفون بأنكم موجودون لمساعدتهم
مع احترام مجالهم.

4

شجعوا إبنكم/إبنتكم على زيارة الأيام
المفتوحة للجامعات و TAFEs.
لا يجب أن يكونوا في السنة 12
للحضور.

10

شجعوا إبنكم/إبنتكم على المشاركة في
أنشطة خارج المدرسة، مثل الرياضة
والموسيقى.

5

لمزيد من المعلومات قوموا بزيارة www.education.vic.gov.au/parents/going-to-school