



# 快速指南 讓 Apple 成為學習的助力

了解如何透過 Apple 建立讓學生投入的學習環境。  
每份快速指南均載有五個貼士，助你充分善用  
iPad 和 Mac 的內置功能在家中學習。

5  
個貼士  
助你



# 助你保持專注的 5 個貼士

保持專注有助培養學生的明辨性思考能力和創意。

1

## 提升專注力。

營造不受來電、提示或通知打擾的學習環境。在 iPad 的「請勿打擾」設定中，確保你已選擇「靜音」下的「總是」選項。



2

## 輕鬆同時處理多項工作。



透過「分割顯示」在兩個視窗或 app 之間拖移文字、相片和檔案。並排的顯示方式能讓你順暢地存取所需內容，減少在不同視窗之間來回切換。前往「設定」中的「主畫面與 Dock」開啟「多工處理」。

3

## 調整通知。

當 app 有新項目，圖示就會顯示紅色圓圈標記。學生可能會點按圖示查看，因而分心。你可於「設定」>「通知」關閉非必要 app 的「標記」。



4

## 減少 app 內的干擾。



「App 內評分與評論」的要求可能會令學生分心。你可於「設定」中的「iTunes 與 App Store」停用該功能。

5

## 掌握進度。

透過「時鐘」app 內的計時器，妥善分配學習時段。橙色線會隨著計時器倒數而縮短，讓學生能一目了然地掌握時間概念。學生還可以自選鈴聲，在計時結束時加以提醒。



# 針對學習用途整理 iPad 的 5 個貼士

針對學習用途整理 iPad，可使學生每天輕鬆、有效率且投入地學習。

## 1 更新 OS。

請確保學生的裝置已具備最新的功能、產品和安全性。在「設定」中，點一下「一般」，即可了解你是否已安裝最新的軟件更新。



## 2 建立網站快捷鍵。

從 Safari 分享選項中，點一下「加至主畫面」，為學生最常使用的網站建立圖示。



## 3 製作 app 合集。

在主畫面上將學生最常用的 app 或網站，整理到合集中。輕觸並按住任何 app，然後拖移到另一個 app 上，並為新資料夾加上標籤。



## 4 分享筆記。

使用「備忘錄」輕鬆整理學習資源。建立不同學科的資料夾、製作一目了然的清單，並與家人分享。釘選重要的筆記，將其置頂。



## 5 管理時間表。

在全家的裝置使用「日曆」app 建立共享日曆。透過提醒事項確保家人記得重要事情，並用提示功能作為虛擬鬧鐘提醒他們。



# 管理螢幕使用時間的 5 個貼士



螢幕使用時間提供非常有用的功能，助你選擇學生使用裝置的方式和頻密程度。



## 1 追蹤。

透過「螢幕使用時間」功能，你可以查看學生每天及每週使用裝置的總時間，以及學生用得最多的 app。

## 2 休息一下。

利用「停用時間」，每天騰出時間遠離螢幕。啟用後，學生只可以使用你允許的 app 和通話功能。

## 3 分配時間。

使用「App 限制」分配時間，例如安排更多時間在教育及創意 app 上，並盡量減少使用社交網絡 app，以免分心。

## 4 建立信任圈。

「通訊限制」能讓你管理學生可透過其裝置自由通訊的對象。

## 5 選擇適當的內容。

使用「內容與私隱限制」，在學生裝置上封鎖不適當的網站、購買項目和下載項目。

# 提高生產力的 5 種方法



透過內置的輔助使用功能，所有學生均能獲得更佳的學習體驗及提高生產力。

## 1 簡化點按操作。



透過「輔助觸控」簡化存取選單、控制項目及不同功能。「點一下」功能對活動能力有限的人士很有幫助；自訂選單功能則讓您加入最常用的功能，例如「多工處理」和「螢幕截圖」。學生亦能拖移文字下方的選單按鈕，作為閱讀時的指引。

## 2

## 提升閱讀流暢度。



學生可透過「朗讀所選範圍」和「重點標示內容」，跟著閱讀系統所朗讀的標記字詞。這有助他們加強閱讀理解及修改作業。

## 3

## 專注於網站內容。



「Safari 閱讀器」可以移除廣告、減少干擾，並讓你調整文字大小、對比度和字體樣式。只需兩隻手指向下掃，「朗讀螢幕」便會大聲讀出網頁內容。

## 4

## 避免學習時分心。



「指導模式」可將 iPad 鎖定在一個 app 中，並讓你控制可用功能和時間限制。你可用手指在螢幕上圈出希望系統停止回應觸控的範圍，例如 Safari 的網站連結。

## 5

## 表達想法和改善寫作。



Pages、Keynote、「備忘錄」等 app 都內置「聽寫」功能，可協助學生輕易表達想法和提升寫作技巧。點一下 iPad 鍵盤的咪高風鍵，或在 macOS app 中選擇「編輯」>「啟動聽寫」。

# 講故事的 5 種方法

講故事是分享情感、與親朋好友建立連繫的好方法。

1

## 大聲說出來。

你可以使用「錄音機」，錄下自己朗讀書本，或與別人分享你的一天，然後透過「訊息」或「郵件」分享。



2

## 分享相簿。

邀請其他人欣賞你的「共享的相簿」，了解你的精彩經歷或日常生活。朋友可以讚好你的相片，還能邊看故事邊留言評論。



3

## 齊來編寫故事。

使用 Keynote 幻燈片勾劃故事大綱，然後傳送文件連結給朋友，讓他們加入相片、形狀及更多內容。匯出為影片並分享你們的協作成果。



4

## 製作圖畫書。

在 Pages 書籍範本中編寫或繪畫故事。然後，使用「錄音」功能加上旁白，生動有趣地敘述故事。將書籍匯出為 EPUB 文件，即可與朋友分享。



5

## 製作電影。

使用「奇趣拍」app，透過相片和影片敘述有趣的歷險記事。海報、動畫貼圖、濾鏡和即時字幕為你提供多種方式，盡情表達感受和想法。



#LearningWithApple

尋求進一步支援 >



# 使用 Apple 資源來學習

了解如何隨時獲取 Apple 支援。

## 為所有人而設

### Apple 支援

- 觀看說明影片，了解如何設定 iPad 和加入輔助使用功能。[在 YouTube 上觀看我們的影片 >](#)
- 在 Twitter 上向「Apple 支援」提問。[聯絡 @AppleSupport >](#)
- 在 Apple 支援社群取得詳細的逐步指引和答案。[瀏覽 Apple 支援網站 >](#)

### 家庭第一

- 解答你最重要的問題。[了解專為家庭而設的 Apple 工具 >](#)
- 善用 iPad 和 iPhone 的內置功能，發掘適合全家與孩子同樂的有趣活動。[前往 \[apple.co/creativityforkids\\\_HK\]\(https://apple.co/creativityforkids\_HK\) 下載 PDF >](#)

## 為教育工作者而設

### 30 個為教師而設的省時貼士

建立互動習作、螢幕錄影記錄課堂，並隨時記錄想法。透過 iPad 的內置功能保持條理和集中。  
[前往 \[apple.co/tipsforteachers\\\_HK\]\(https://apple.co/tipsforteachers\_HK\) 下載 PDF >](#)

### Apple 教育學習系列

影片由 Apple 教育領導和學習團隊製作，專為協助教育工作者使用 iPad 和 Mac 的內置功能而設，讓學生無論何時何地都能學習。[查看完整系列 >](#)

### 前往 Twitter @AppleEDU

在 Twitter 參與對話，與其他教育工作者一起學習、分享，並聯繫交流。

- [跟隨 @AppleEDU >](#)
- [加入 #AppleEDUchat >](#)

## 為 IT 領導者而設

營造學習環境時，順暢的裝置部署至為關鍵，這全取決於 IT 主管所得的支援。

- [進一步了解 IT 支援 >](#)
- [進一步了解如何為校內的 Apple 裝置作好準備以進行遙距學習 >](#)
- [觀看 Apple 教育學習系列 IT 焦點影片 >](#)