

ការរៀបចំសម្រាប់ ការសិក្សាតាម អនឡាញ

ព័ត៌មានសម្រាប់
សិស្ស



ដើម្បីទទួលព័ត៌មានបន្ថែម សូមបើកមើល
ourlearning.sa.edu.au



Government of South Australia
Department for Education

ការរៀបចំសម្រាប់ការសិក្សា តាមអនឡាញ

ព័ត៌មានសម្រាប់សិស្ស



បង្កើតកន្លែងសិក្សា

- ពិភាក្សាជាមួយមាតាបិតា/អ្នកផ្តល់ការថែទាំរបស់អ្នក ដើម្បីស្វែងរកកន្លែងសមរម្យក្នុងរង្វង់ផ្ទះរបស់អ្នក ហើយគូសសម្គាល់កន្លែងសិក្សានេះ។
- កែប្រែកន្លែងសិក្សានេះ - បន្ថែមរូបថត និងធ្វើឲ្យវាមានភាពកក់ក្តៅ!
- ធ្វើឲ្យច្បាស់ថា អ្នកមានប្រដាប់ប្រដារសិក្សាគ្រប់គ្រាន់ (ប៊ិច ប៊ិចហ្វឺត សៀវភៅសរសេរជាដើម) និងឯកសារសៀវភៅត្រឹមត្រូវដើម្បីយកមកសិក្សា។

រក្សាកន្លែងសិក្សាឲ្យមានសណ្តាប់ធ្នាប់

- ជាការលំបាកក្នុងការមានវិន័យដើម្បីសិក្សានៅផ្ទះ ហើយវាកាន់តែលំបាកបើកន្លែងសិក្សាគ្មានសណ្តាប់ធ្នាប់។
- កំណត់ពេលវេលា! ធ្វើការសម្អាតយ៉ាងរហ័សរយៈពេល 10 នាទី មុនពេលអ្នកចាប់ផ្តើមរៀន - វាជួយបង្កើតមជ្ឈដ្ឋានរៀនសូត្រដែលមានភាពស្ងប់ស្ងាត់។

ធ្វើផែនការប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នក

- ធ្វើឲ្យច្បាស់ថា អ្នកយល់ដឹងយ៉ាងច្បាស់នូវអ្វីៗដែលជាកិច្ចការរបស់អ្នកសម្រាប់ថ្ងៃនោះ និងពេលវេលាសម្រាករបស់អ្នក។
- កំណត់គោលដៅប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នក អំពីអ្វីៗដែលអ្នកចង់សម្រេចបាននៅពេលចុងថ្ងៃ។
- ធ្វើឲ្យច្បាស់ថា អ្នកដឹង logins និង passwords របស់អ្នកសម្រាប់កន្លែងនិងប្រភពឯកសារដែលអ្នកអាចត្រូវការបើកមើល។

រក្សាការទាក់ទងគ្រូបង្រៀនរបស់អ្នក

- ធ្វើឲ្យច្បាស់ថា អ្នកធ្វើតាមផែនការសិក្សាដែលរៀបចំដោយគ្រូបង្រៀនរបស់អ្នក គោរពតាមថ្ងៃកំណត់ និងប្រគល់កិច្ចការឲ្យទាន់ពេលវេលា។
- ចូរចងចាំថា អ្នកអាចទាក់ទងគ្រូបង្រៀនរបស់អ្នកជានិច្ចដើម្បីទទួលជំនួយ - ដោយគ្រាន់តែរៀបចំពេលសមស្របមួយជាមួយគាត់ ពីព្រោះគាត់អាចជួយសិស្សរៀនទៀត។

ឈប់សម្រាកជាប្រក្រតី

- ការឈប់សម្រាកជាប្រក្រតីក្នុងអំឡុងថ្ងៃសិក្សា ធ្វើឲ្យអារម្មណ៍របស់អ្នកមានភាពជ្រះថ្លា ហើយជាវិធីមួយដ៏ងាយស្រួលបំផុតដើម្បីធ្វើឲ្យច្បាស់ថា អ្នកអាចផ្តោតអារម្មណ៍និងយកចិត្តទុកដាក់លើការរៀនសូត្ររបស់អ្នក។

លំហាត់ប្រាណ

- ដកខ្លួនចេញពី laptop របស់អ្នកនៅពេលប្រហែលមួយម៉ោងម្តង និងធ្វើលំហាត់ប្រាណខ្លះៗ លេងជាមួយឆ្កែ ចិញ្ចឹមលេងនៅសួនខាងក្រោយផ្ទះ ហាត់ប្រាណ 10 នាទី ឬហាត់អនុវត្តជំនាញរាំរបស់អ្នក! ទង្វើទាំងអស់នេះជួយរក្សាអារម្មណ៍និងរាងកាយរបស់អ្នកឲ្យមានសុខភាពល្អ។

បរិភោគឲ្យបានល្អ

- ធ្វើឲ្យច្បាស់ថា អ្នកបរិភោគបន្លែនិងផ្លែឈើស្រស់ផ្សេងៗគ្នា ព្រមជាមួយនឹងអាហាររៀនជាច្រើនដែលមានជីវជាតិគ្រប់គ្រាន់។ ចំណីអាហារផ្តល់សុខភាពល្អនិងប្រភេទផ្សេងៗគ្នាគ្រប់គ្រាន់ មានសារសំខាន់ចំពោះសុខុមាលភាពរាងកាយនិងស្មារតីរបស់យើង។



រក្សាទំនាក់ទំនងក្នុងសង្គម

- ប្រើប្រព័ន្ធអនឡាញនិងកម្មវិធី apps ដើម្បីរក្សាទំនាក់ទំនងសង្គមវិជ្ជមាន។
- សរសេរដាក់គំនិតទៅក្នុងកន្លែងពិភាក្សា និងអានគំនិតរបស់សិស្សដទៃទៀត។ អ្នកប្រហែលជាកំពុងមានអារម្មណ៍ដូចគ្នា។
- បង្កើតការពិភាក្សាក្រៅផ្លូវការតាមរយៈកម្មវិធី apps អនឡាញ បើអ្នកអាចធ្វើបាន។ ជ្រើសយកប្រធានបទរបស់អ្នក ហើយចំណាយពេលខ្លះដើម្បីពិភាក្សាគំនិតទាំងពួង វិភាគអត្ថបទជាមួយគ្នា និងផ្លាស់ប្តូរគន្លឹះសិក្សា។

មានការគោរពនិងការយល់ដឹងគ្នាទៅវិញទៅមក

- ដូចគ្នានឹងវេទិកាបណ្តាញសង្គមទាំងអស់ ការមិនយល់ដឹងគ្នាយ៉ាងសាមញ្ញនៅក្នុងការសរសេរ អាចកើនខ្លាំងឡើងយ៉ាងរហ័ស។
- នៅក្នុងវេទិកាពិភាក្សាគ្នា អ្នកអាចយល់ថា អ្នកខ្លះដែលជាមិត្តមិននិយាយបកស្រាយនៅក្នុងថ្នាក់រៀន ឥឡូវនេះមានមតិបញ្ចេញបន្ថែមទៀត។ នេះជារឿងរ៉ាវល្អ! ធ្វើឲ្យច្បាស់នៅក្នុងការប្រាស្រ័យទាក់ទងរបស់អ្នក និងអនុញ្ញាតឲ្យជនរាល់រូបបញ្ចេញមតិ។
- ស្តាប់គ្នាទៅវិញទៅមក ហើយបើអ្នកមិនដឹងច្បាស់អំពីអ្វីមួយដែលបាននិយាយ ចូរលើកដៃសំណួរឡើង។
- ចូរចងចាំនូវការរក្សាឥរិយាបថនិងការរំពឹងដូចគ្នា ប្រៀបដូចជាអ្នកនៅក្នុងថ្នាក់រៀនយ៉ាងដូចគ្នាដែរ។



ស្វែងរកជំនួយ

- មិនមែនជនរាល់រូបមាន laptop និងអ៊ីនធឺណិតដែលអាចទុកចិត្តបាននោះទេ។ អ្នកក៏ប្រហែលជានឹករលឹកប្រភពធនធានជាក់ស្តែងដូចជាបណ្តាល័យនិងមន្ទីរពិសោធន៍ផងដែរ។ ចូរទាក់ទងគ្រូបង្រៀនរបស់អ្នក បើអ្នកគ្មានលទ្ធភាពទទួលបានគ្រឿងឧបករណ៍ត្រឹមត្រូវ។

បញ្ចប់ការរៀនសូត្រប្រចាំថ្ងៃរបស់អ្នក

- ជាការសំខាន់ក្នុងការមានចំណុចកាត់ផ្តាច់ច្បាស់លាស់នៅពេលដែលអ្នកបញ្ចប់ការសិក្សាប្រចាំថ្ងៃ។
- ប្រមូលរៀបចំសម្ភារសិក្សារបស់អ្នកនៅពេលបញ្ចប់ថ្ងៃសិក្សាបើអ្នកអាចធ្វើបាន ដើម្បីឲ្យអ្នកអាចកាត់ផ្តាច់ការសិក្សាចេញពីផ្ទះបាន។
- ទៅធ្វើកិច្ចការលេងកំសាន្តមួយទៀតដែលអ្នកចូលចិត្ត!



**Government
of South Australia**

Department for Education

ដើម្បីទទួលបានព័ត៌មានបន្ថែមសូមបើកមើល
ourlearning.sa.edu.au