

CHUẨN BỊ CHO HÌNH THỨC HỌC TRỰC TUYẾN

Thông tin dành cho học sinh

Muốn biết thêm thông tin, hãy truy cập
ourlearning.sa.edu.au



Government of South Australia
Department for Education

CHUẨN BỊ CHO HÌNH THỨC HỌC TRỰC TUYẾN

Thông tin dành cho học sinh



Tạo ra một góc học tập

- Cùng cha mẹ/người chăm sóc của mình tìm ra một không gian thích hợp trong nhà và phân định ra không gian học tập của mình.
- Biến nó thành không gian của mình - thêm những tấm hình và làm nó trở nên dễ chịu!
- Hãy bảo đảm là bạn có đủ văn phòng phẩm (bút, bút đánh dấu nổi, sổ ghi chép, v.v...) và các tư liệu đúng để từ đó học tập.

Giữ cho không gian làm việc của mình luôn ngăn nắp

- Giữ kỷ luật khi làm việc tại nhà là việc khó, và thậm chí còn khó hơn nếu nơi đó bừa bộn.
- Đặt đồng hồ hẹn giờ! Dọn dẹp nhanh khoảng 10 phút trước khi bắt đầu học - cách này giúp tạo ra một môi trường học tập tĩnh tại hơn.

Lên kế hoạch cho ngày của bạn

- Hãy bảo đảm là bạn hiểu biết rõ mình có những công việc gì cho ngày hôm đó và nghỉ giải lao là vào những giờ nào.
- Tự đặt cho bạn một đích hàng ngày mà bạn muốn đạt được vào cuối ngày.
- Hãy chắc chắn là bạn biết các chi tiết đăng nhập và mật khẩu cho các trang mạng và tư liệu mà bạn có thể cần phải tiếp cận đến.

Giữ liên lạc với (các) thầy, cô giáo của bạn

- Hãy chắc chắn là bạn tuân theo các kế hoạch học tập mà thầy cô của mình thiết kế ra, tuân theo các hạn chót và nộp bài vở đúng thời hạn.
- Nhớ là bạn luôn có thể liên lạc với thầy cô để được giúp đỡ - chỉ cần sắp xếp giờ thuận tiện với họ bởi họ có thể đang giúp học sinh khác.

Nghỉ giải lao đều đặn

- Nghỉ giải lao đều đặn trong suốt ngày giúp đầu óc của bạn tỉnh táo và là một trong những cách dễ dàng nhất để bảo đảm là bạn có thể tập trung và chú tâm vào việc học tập của mình.

Tập thể dục

- Khoảng mỗi giờ lại dời khỏi máy vi tính xách tay của mình và tập thể dục một chút. Chơi với chó trong vườn sau nhà, tập một bài thể dục 10 phút hay luyện tập các kỹ năng nhảy của bạn! Tất cả các cách này giúp giữ cho tâm trí và cơ thể của bạn khỏe mạnh.

Ăn uống tốt

- Hãy chắc chắn là bạn ăn đủ loại rau quả và trái cây tươi, cùng với nhiều thực phẩm giàu dinh dưỡng khác. Một chế độ ăn uống quân bình là rất quan trọng cho sự an lành thể chất và tâm thần của chúng ta.



Duy trì sự giao du xã hội

- Sử dụng các hệ thống trực tuyến và các ứng dụng để duy trì sự tiếp xúc xã hội tích cực.
- Đăng bài trên các bảng thảo luận và các đọc bài đăng của học sinh khác, tất cả các bạn có thể đang có cùng các cảm xúc.
- Thiết lập các cuộc thảo luận thân mật qua những ứng dụng trực tuyến, nếu bạn có thể. Chọn chủ đề của mình và dành chút thời gian thảo luận các ý tưởng, cùng nhau phân tích các đoạn văn bản và trao đổi các cách trong học tập.

Hãy tôn trọng và hiểu biết lẫn nhau

- Như với tất cả các nền mạng truyền thông xã hội, một hiểu lầm đơn giản trong nội dung viết có thể nhanh chóng trở nên nghiêm trọng hơn.
- Trên các diễn đàn tranh luận, bạn có thể thấy một số người thường không phát biểu ý kiến trong lớp học, thì giờ có nhiều điều để nói hơn. Đây là điều tốt! Hãy rõ ràng trong lối giao tiếp của bạn và cho phép tất cả mọi người đều có tiếng nói.
- Hãy lắng nghe lẫn nhau và nếu bạn không chắc chắn về điều gì đó đã được nói, thì hãy hỏi câu hỏi.
- Nhớ là, cũng cùng những hành vi và sự kỳ vọng được áp dụng như thể bạn đang trong lớp học.



Hãy chủ động nhờ giúp đỡ

- Không phải ai cũng có máy vi tính xách tay và mạng internet đáng tin cậy. Bạn có thể đang thiếu các tài nguyên vật chất, như thư viện và phòng thí nghiệm. Hãy giữ liên lạc với thầy cô giáo của mình nếu bạn không có các thiết bị phù hợp.

Hoàn thành việc học tập của mình cho ngày hôm đó

- Điều quan trọng là có một điểm ngắt rõ ràng khi bạn hoàn thành việc học tập của ngày hôm đó.
- Cất dọn các tài liệu học tập của mình vào cuối ngày nếu có thể, bằng cách đó, bạn có thể tách riêng trường học khỏi căn nhà.
- Dời đi và thực hiện hoạt động vui vẻ khác mà bạn thích thú!



Government
of South Australia

Department for Education

Muốn biết thêm thông tin, hãy truy cập
ourlearning.sa.edu.au