

MỘT CỘNG ĐỒNG QUAN TÂM:

10 hướng dẫn dành cho cha mẹ/người giám hộ để hỗ trợ việc học từ xa tại nhà

Bắt đầu từ ngày 6 tháng 4 năm 2020, Hội đồng Trường học Vùng Peel (Peel District School Board) sẽ chuyển sang “distance learning” (học từ xa). Cách thức học tại nhà mới này sẽ sử dụng chương trình giảng dạy bắt buộc đối với học sinh để các em thành công ở mỗi khối lớp. Chúng tôi biết rằng việc chuyển sang học từ xa có thể không dễ dàng đối với mọi gia đình, và để trợ giúp, hội đồng đã chia sẻ 10 hướng dẫn này để các gia đình cân nhắc.

Tạo nề nếp và đề ra những tiêu chuẩn bất cứ lúc nào có thể

Việc thiếu nề nếp có thể khiến cho một số trẻ em gặp khó khăn trong việc thích nghi. Cố gắng thiết lập những giờ cố định cho việc học ở trường của con quý vị và duy trì nề nếp đi ngủ như bình thường. Trẻ em cần được vận động thường xuyên và nghỉ giải lao vào các giờ cố định trong khi các em học.

Tạo một góc học tập

Các gia đình được khuyến khích dành ra một góc/vị trí nơi con họ sẽ dành phần lớn thời gian học tập. Để giúp con quý vị tập trung vào việc học, hãy cố gắng dành ra một khu vực nơi quý vị có thể giám sát việc học của các em. Trao đổi với giáo viên của con quý vị để nhờ họ hỗ trợ và gợi ý cho góc học tập này.

Theo sát các thông tin trao đổi từ các giáo viên của con quý vị

Các giáo viên có thể liên lạc với các gia đình thông qua email, các nền tảng (platform) học trực tuyến (như Brightspace và Google Classroom) và/hoặc bằng điện thoại. Hãy khuyến khích con quý vị giải thích các công cụ học tập đang được sử dụng. Nhiều trong số các công cụ trực tuyến này cũng có phần liên lạc với phụ huynh để quý vị tham khảo.

Hỏi thăm (check-in) vào đầu và cuối mỗi ngày

Một số trẻ em gặp khó khăn khi được thả lỏng quá mức hoặc thiếu quy củ. Bằng cách bắt đầu và kết thúc mỗi ngày bằng lời hỏi thăm đơn giản, trẻ em có thể hiểu những hướng dẫn mà các em đã nhận được từ các giáo viên của mình, tự sắp xếp việc phải làm và đưa ra các ưu tiên tốt hơn. Học sinh cấp ba có thể không muốn cha mẹ hỏi thăm (*điều đó bình thường!*), nhưng dấu sao chúng tôi vẫn khuyến khích cha mẹ hỏi thăm các em.

Đóng vai trò tích cực trong việc học của con quý vị

Tuy một số những tương tác xã hội của một ngày bình thường ở trường sẽ được tái tạo trên các nền tảng ảo, một số khác sẽ không như cũ. Thường xuyên quay lại và cùng con ôn luyện những điều các em đang học. Tuy nhiên, điều quan trọng là con quý vị tự chịu trách nhiệm về việc học của mình; đừng làm giúp các em những bài tập được giao, ngay cả khi các em gặp khó khăn.

Thiết lập những khoảng thời gian yên tĩnh và suy ngẫm

Hoàn cảnh của mỗi gia đình đều khác nhau và sẽ đòi hỏi các gia đình không chỉ điều chỉnh mà còn làm những điều tốt nhất dựa trên hoàn cảnh của mình. Hãy xem xét việc sử dụng tai nghe nhằm tạo một không gian yên tĩnh hơn để hoàn thành bài tập. Nếu không gian sống của quý vị cho phép, hãy thử tìm những thời gian hoặc phòng khác nhau cho các anh chị em hoàn thành bài tập nhằm tránh bị mất tập trung. Hãy thiết lập những điều này ngay từ đầu để tạo các thói quen thành công.

Khuyến khích hoạt động thể chất và/hoặc thể dục

Hãy nhắc nhở con quý vị vận động và tập thể dục. Nghiên cứu cho thấy tăng cường hoạt động thể chất có liên hệ với những thay đổi tích cực trong chức năng nhận thức, sức khỏe, hạnh phúc và việc học tập. Hãy cân nhắc một thử thách vận động và/hoặc lớp tập thể dục trực tuyến.

Chú ý đến các cảm xúc của con quý vị

Hãy cố gắng giúp các em kiểm soát sự lo lắng, lo âu và nhiều cảm xúc mà các em có thể trải qua. Việc giữ khoảng cách với người khác cũng có thể được xem là cơ hội để học với con quý vị và có thêm thời gian bên gia đình. Hãy duy trì kết nối thông qua truyền thông xã hội, gọi điện thoại hay gọi video cho gia đình và bạn bè. Quý vị cũng có thể xem [các nguồn hỗ trợ về sức khỏe tâm thần và hỗ trợ cộng đồng](#) của chúng tôi.

Giám sát thời gian ở trên mạng

Hãy giám sát lượng thời gian mà con quý vị ở trên mạng. Việc trao đổi thông tin đóng vai trò then chốt và các giáo viên sẽ yêu cầu quý vị phản hồi để tìm sự cân bằng cần thiết.

Giữ liên lạc xã hội, nhưng đặt các giới hạn cho truyền thông xã hội

Hãy giám sát việc sử dụng truyền thông xã hội của con quý vị và các nền tảng mà các em sử dụng. Hãy nhắc con nhỏ/con ở tuổi thiếu niên của quý vị cần lịch sự, tôn trọng và đứng đắn trong các giao tiếp trực tuyến của các em, và thể hiện các giá trị của gia đình quý vị trong các tương tác của các em với người khác. Các tương tác trực tuyến cần được tiếp tục phù hợp với các giá trị của trường học và hội đồng và chính sách về [Công dân Số](#).