

அக்கறையுள்ள ஒரு சமூகம்:

வீட்டிலிருந்து தொலைதூரக் கல்வி கற்பதற்கு ஆதரவளிப்பதற்காக பெற்றோர்/பாதுகாவலர்களுக்கான 10 வழிகாட்டல்கள்

ஏப்ரல் 6, 2020 தொடக்கம் பீல் வட்டாரப் பாடசாலைச் சபை “distance learning” (“தொலைதூரக் கல்வி”) ஐ நோக்கி நகரும். வீட்டிலிருந்து கல்வி கற்பதற்கான இந்தப் புதிய முறை, மாணவர்கள் ஒவ்வொரு தரத்திலும் வெற்றியடைவதற்குத் தேவையான பாடத்திட்டத்தை உள்ளடக்கும். தொலைதூரக் கல்விக்கான இந்த இடைநிலை மாற்றம் ஒவ்வொரு குடும்பத்துக்கும் எளிதானது அல்ல என்பது எங்களுக்குத் தெரியும், அத்துடன் இதற்கு உதவுவதற்கு, குடும்பங்கள் கருத்திலெடுப்பதற்காக இந்த 10 வழிகாட்டல்களையும் இந்தச் சபை பகிர்ந்துள்ளது.

சாத்தியமான விடயங்களில் நடைமுறைகள் மற்றும் எதிர்பார்ப்புகளை உருவாக்குதல்

சில பிள்ளைகளுக்கு இந்த வழமையற்ற நிலைபாட்டை அனுசரித்து நடப்பது கடினமாக இருக்கலாம். உங்களுடைய பிள்ளைகளின் பாடசாலை வேலைக்கு என்று கிரமமான நேரங்களை ஒதுக்குவதற்கும் நித்திரைக்குச் செல்வதற்கு வழமையான நேரங்களைப் பேணுவதற்கும் முயற்சி செய்யுங்கள். பிள்ளைகள் படிக்கும்போது அவ்வவ் போது ஓய்வெடுப்பதுடன் கிரமமாக அசையவும் வேண்டும்.

கற்பதற்கு உகந்த இடம் ஒன்றை உருவாக்குங்கள்

தமது பிள்ளைகள் பெரும்பாலான நேரங்களில் கல்வி கற்பதற்கு உகந்த ஒரு இடத்தை/சூழலை உருவாக்குமாறு குடும்பங்கள் ஊக்குவிக்கப்படுகின்றன. உங்களுடைய பிள்ளை அவரது வேலையைச் செய்துகொண்டிருக்க உதவும்பொருட்டு, பிள்ளை கற்பதை நீங்கள் கண்காணிக்கக்கூடிய இடம் ஒன்றை அமைத்துக்கொள்ள முயற்சி செய்யுங்கள். இந்த விடயத்தில் ஆதரவுக்கும் ஆலோசனைகளுக்கும் உங்களுடைய பிள்ளையின் ஆசிரியரைத் தொடர்பு கொள்ளுங்கள்.

உங்களுடைய பிள்ளையின் ஆசிரியர்களிடமிருந்து வரும் தொடர்பாடல்களைக் கண்காணித்துக்கொள்ளுங்கள்

ஆசிரியர்கள் மின்னஞ்சல், இணையக் கற்கைத் தளங்கள் (Brightspace மற்றும் கூகுள் வகுப்பறை போன்றவை) மற்றும்/அல்லது தொலைபேசி மூலம் குடும்பத்தினருடன் தொடர்பு கொள்ளக்கூடும். பயன்படுத்தப்படும் இந்தக் கற்கைக் கருவிகளைப் பற்றி விளக்கம் அளிக்குமாறு உங்களுடைய பிள்ளையை ஊக்கப்படுத்துங்கள். உங்கள்

அமைதிக்கும் பிரதிபலிப்புக்கும் நேரத்தை உருவாக்குங்கள்

ஒவ்வொரு குடும்பத்தின் சூழ்நிலைகளும் தனித்துவமானவை அத்துடன் சூழ்நிலைகளுக்கேற்ப குடும்பங்கள் தம்மைப் பழக்கப்படுத்திக்கொள்ள வேண்டும் என்பது மட்டுமின்றி அவர்களுடைய நிலைமையின் அடிப்படையில் எது சிறந்ததோ அதைச் செய்யவும் வேண்டும். வேலையைப் பூர்த்திசெய்வதற்கு மேலும் அமைதியான இடத்தை உருவாக்கும்பொருட்டு காதுகளில் அணியும் குரல் வாங்கிகளைப் (headphones) பயன்படுத்துவதைக் கருத்திலெடுக்கவும். உங்களுடைய வசிப்பிட வசதிகள் இடமளித்தால், தமது வேலையைப் பூர்த்திசெய்யும்போது கவனம் திசை திருப்பப்படுவதைத் தவிர்ப்பதற்காக, சகோதரர்களுக்கு வெவ்வேறு நேரங்களை அல்லது அறைகளைக் கொடுக்க முயற்சி செய்யுங்கள். வெற்றிக்கான பழக்கங்களைக் கட்டியெழுப்பும் பொருட்டு ஆரம்பத்திலிருந்தே இந்த வரையறைகளை அமைத்துக்கொள்ளுங்கள்.

உடல் செயல்பாடு மற்றும்/அல்லது உடற்பயிற்சியை ஊக்குவித்தல்

உங்களுடைய பிள்ளைக்கு நகரும்படியும் உடற் பயிற்சி செய்யும்படியும் நினைவூட்டுங்கள். அறிவாற்றல் செயற்பாடு, ஆரோக்கியம், நல்வாழ்வு மற்றும் கல்வி கற்றல் ஆகியவற்றில் ஏற்படும் நேர்மறையான மாற்றங்களுடன் அதிகரித்த உடல் செயல்பாடு தொடர்புபட்டிருப்பதாக ஆராய்ச்சிகள் காட்டுகின்றன.

நோக்குதலுக்காக இந்த இணையக் கருவிகள் பலவற்றுக்குப் பெற்றோருடனான தொடர்பாடல்களும் உள்ளன.

[ஒவ்வொரு நாளும் தொடக்கத்திலும் முடிவிலும் வருகையைப் பதிவு செய்தல்](#)

சில பிள்ளைகள் அளவுக்கதிகமான சுதந்திரத்துடன் அல்லது கட்டமைப்பின்றி அவதிப்படக்கூடும். ஒவ்வொரு நாளும் தொடக்கத்திலும் முடிவிலும் ஒரு சலபமான வருகைப் பதிவொன்றுடாக பிள்ளைகள் தமது ஆசிரியர்கள் மூலம் பெற்றுக்கொண்ட அறிவுறுத்தல்களைச் சிறப்பாகச் செயற்படுத்த முடியும், பொருத்தமான முறையில் தம்மை ஒழுங்கு செய்ய முடியும் அத்துடன் முன்னுரிமைகளை அமைக்க முடியும். இரண்டாம் நிலை மாணவர்கள் இந்த வருகைப் பதிவுகளை விரும்பாதிருக்கலாம் (அது இயல்பானதே!), எனினும் அவர்களையும் பதிவு செய்யுமாறு நாங்கள் பரிந்துரைக்கின்றோம்.

[உங்களுடைய பிள்ளையின் கல்வி கற்றலில் ஈடுபாட்டைக் காட்டுங்கள்](#)

சில வழமையான பாடசாலை நேர்ச் சமூக ஊடாடல்கள் மெய்நிகர் இணைய தளங்களில் (virtual platforms) மீண்டும் உருவாக்கப்படும் அதேவேளையில், ஏனையவற்றில் அப்படி இருக்க மாட்டாது. கிரமமாக அருகில்சென்று உங்களுடைய பிள்ளை என்ன கற்கின்றார் என்பதில் ஈடுபாடு காட்டுங்கள். ஆனால், உங்களுடைய பிள்ளை தனது வேலையைத் தானாகவே செய்கின்றார் என்பது முக்கியமாகும்; அவர்களுக்கு அது ஒரு சவாலாக இருந்தாலும், கொடுக்கப்பட்ட வேலையை அவர்களுக்காக நீங்கள் பூர்த்திசெய்ய வேண்டாம்.

இணையத்தள உடல்ரீதியான சவால் மற்றும்/அல்லது உடற்பயிற்சி வகுப்பொன்றைக் கருத்திலெடுங்கள்.

[உங்கள் பிள்ளையின் உணர்வுகளைக் கவனத்தில்கொள்ளுங்கள்](#)

பிள்ளைகளுக்கு அவர்களின் கவலை, பதட்டம் மற்றும் உணர்வலைகளைச் சமாளிப்பதற்கு உதவிசெய்ய முயற்சி செய்யுங்கள். உடல்ரீதியாகத் தூர விலகியிருத்தல் என்பது உங்களுடைய குழந்தைகளுடன் இணைந்து கற்பதற்கும் அதிகரித்த குடும்ப நேரத்துக்குமான ஒரு சந்தர்ப்பமாகப் பார்க்கப்படும். சமூக ஊடகங்கள், தொலைபேசி அழைப்பு அல்லது வீடியோ அழைப்பு மூலம் குடும்பத்துடனும் நண்பர்களுடனும் இணைந்திருங்கள். எங்களுடைய [மனநல ஆரோக்கியம் மற்றும் சமூக ஆதரவு வளங்களையும்](#) நீங்கள் பார்வையிடலாம்.

[இணையத்தில் செலவழிக்கப்படும் நேரத்தைக் கண்காணியுங்கள்](#)

இணையத்தில் உங்கள் பிள்ளை செலவிடும் நேர அளவைக் கண்காணியுங்கள். தொடர்பாடல் முக்கியமானது அத்துடன் தேவையான சமநிலையைக் கண்டறிவதற்காக ஆசிரியர்களுக்கு உங்களுடைய பின்னூட்டல் தேவைப்படும்.

[சமூகமாக இருங்கள், ஆனால் சமூக ஊடகங்களுக்கு வரையறைகளை வகுத்துக்கொள்ளுங்கள்](#)

உங்களுடைய பிள்ளையின் சமூக ஊடகப் பாவனையையும் அவர்கள் பயன்படுத்தும் தளங்களையும் கண்காணித்துக்கொள்ளுங்கள். உங்களுடைய பிள்ளைக்கு/பதினம் வயதினருக்கு அவர்களுடைய இணையத் தொடர்பாடல்களில் பணிவாகவும், கண்ணியமாகவும் அத்துடன் தகுந்தவிதத்தில் இருக்குமாறும் மற்றவர்களுடனான அவர்களுடைய ஊடாடல்களில் உங்களுடைய குடும்பத்தின் பெறுமானங்கள் பிரதிபலிக்க வேண்டுமென்பதையும் நினைவுபடுத்துங்கள். இணையத்தில் ஊடாடல்கள் இந்தப் பாடசாலை மற்றும் சபையின் பெறுமானங்கள் மற்றும் [தொழில்நுட்பப் பாவனைக்கான உரிமைக் கொள்கைக்கேற்ப அமையவேண்டும்](#).