

घर से सीखने के लिए छात्रों का गाइड

पढ़ने का स्थान तैयार करें

अपने घर में एक ऐसा स्थान ढूँढ़ें जहाँ आप आराम से बैठ सकें और टीवी व अन्य बाधाओं से दूर रह सकें ।



नोट करें

एक वेबिनार ज़ोनिंग आउट में फंस गए ? नोटबंदी आपका दिमाग व्यस्त रखती है ।

अपने दिन की योजना बनाएँ

यदि आपके पास एक है, तो अपनी पाठशाला द्वारा प्रदान किए गए कार्य क्रम का पालन करें ।

यदि आपके पास पढ़ाई करने के लिए केवल चीजों की एक सूची है, तो इसे कार्य में विभाजित करें और सबसे कठिन कार्य करने की योजना बनाएँ जब आपके पास सबसे अधिक ऊर्जा हो ।

बाधाओं को कम करें

कल्पना करें और सोचिए कि आप घर पर नहीं स्कूल में हैं ।

यदि जरूरत पड़े तो अपना फोन को लोक कीजिए -अपने माता-पिता को हस्तक्षेप करने के लिए कहने से न डरें ।

इसे पदलें

हो सकता है कि आपके पास अपने पाठों के लिए एक शेड्यूल हो, लेकिन अगर चीजों पर ध्यान केन्द्रित करना कठिन हो रहा है, तो पाँच मिनट का ब्रेक लें और उस पर वापस आएँ - बस अपने शिक्षक को बताएँ ।



ब्रेक लें

थोड़ी देर के लिए उठिए ।
कुछ खा लें ।

बोलिए और मदद माँगिए

जब चीजें कठिन हो जाए, तो बस इसे आगे न बढ़ाएँ । अपने माता-पिता से पूछें, या अपने शिक्षक से संपर्क करें ।



जर्नल करें

अपनी प्रगति को ट्रैक करने के लिए एक पत्रिका का उपयोग करें या कोई भी प्रश्न काम के बारे में जो आप अपने शिक्षक से पूछना चाहते हैं ।

डिस्टेंस एजुकेशन घर से पढ़ने के लिए टिप्स

तैयार रहें

यदि आप देहात/रिमोट में पढ़ा रहे हैं, तो पाठ्यक्रम को पहले से देख लें और आने वाले सप्ताह के लिए पाठ पहले तैयार कर लें। प्रत्येक पाठ के लिए सीखने के इरादों पर स्पष्ट रहें और ऐसी विषय को चुनें जो सभी छात्रों के लिए आसानी से सुलभ और प्राप्त करने के कई माध्यम हो। वहाँ सीखने में अंतर करें जहाँ बच्चे जिसे व्यक्तिगत शिक्षण आवश्यकताओं की समर्थन की जरूरत है।



छात्र के चेक-इन समय की सूची रखें

समय निर्धारित करें जब आप और आप के छात्र व्यक्तिगत रूप से या समूह में ऑनलाइन साथ आ सकें। सुनिश्चित करें कि छात्रों और माता-पिता को चेक-इन समय का पता हो और संपर्क का रिकॉर्ड रखें। यह छात्रों को प्रतिक्रिया देने, उन के सवालों का जवाब देने या सामाजिक समर्थन प्रदान करने का सुनहरा समय है। यदि छात्रों को इस सत्र में आपके साथ साझा करने के लिए कुछ तैयार करने की आशा की जाती है, तो सुनिश्चित करें कि यह उनके साप्ताहिक निर्देशों में स्पष्ट हो।



स्पष्ट आशाएँ

सभी प्रासंगिक संचार चैनलों में अपनी आशाओं को स्पष्ट रूप से निर्धारित करें। अपनी साप्ताहिक अवलोकन को प्रत्येक सप्ताह की शुरुआत में ही भेजें ताकि छात्रों और माता-पिता के लिए आशाएँ स्पष्ट रहें।

यह सुनिश्चित करें कि छात्रों को अच्छी तरह से पता हो कि उन्हें कहाँ अपना आलेखन लेना या देना है, अपना काम भेजना है या सवालों को पूछना है।

अपने सहयोगियों से सहयोग और संवाद करें

अपनी स्कूल और सहकर्मियों के साथ नियमित रूप से संपर्क करें।

लेसन या साधनों पर विचार आदान-प्रदान करें जो रिमोट/देहात शिक्षण के लिए सब से अच्छा हो। स्कूल से बाहर जैसे क्लस्टर/समूह के शिक्षकों को संपर्क करें जिनके पास शायद पठन-पाठन के कई विचार हो। एक-दूसरे को साधन-संपन्न व रचनात्मक होने के लिए समर्थन करें।



एक कार्य क्षेत्र स्थापित करें

एक आरामदायक, रोशनीपूर्ण जगह स्थापित करें और इसे काम करने के लिए रखें।

सोफे या बिस्तर पर काम करने से बचें- जब आराम करने का समय हो तो आपके दिमाग को काम के विचारों से हटना मुश्किल हो जाएगा।

लचीला और उपलब्धपूर्ण बनें

छात्रों की घरेलू स्थिति के प्रति सहानुभूति रखें क्योंकि शायद कुछ को बड़ों का देखरेख न हो, विश्वासनीय इंटरनेट या अन्य सामाजिक, भावनात्मक या सखिने की कठिनाइयाँ उपलब्ध नहीं हो सकती हैं।

यदि छात्रों को विशेष सहायता की आवश्यकता हो, उनके इस जरूरतों के लिए आप तैयार रहें। विशिष्ट शिक्षण आवश्यकताओं वाले छात्रों के लिए विभेदित शिक्षण प्रदान करें।

