Learning from home in case of school closures

Supporting your child's learning at home

பாடசாலைகள் மூடியிருக்கும் பட்சத்தில் வீட்டில் இருந்து கற்றல்

உங்கள் பிள்ளை வீட்டில் இருந்து படிப்பதற்கு ஆதரவுதவியாக இருத்தல்

'தூரக் கல்வி' (remote learning) யில் பெற்றோரது பொறுப்புகள்

பின் வருவனவற்றைச் செய்வதன் மூலம் உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு ஆதரவுதவியாக இருங்கள்:

- நடைமுறையொழுங்குக (routines) ளையும் எதிர்பார்ப்புகளையும் ஏற்படுத்திக்கொள்ளல்
- உங்கள் பிள்ளையின் படிப்பு வேலைகளுக்கென இடம் ஒன்றை ஒதுக்கித் தரல்
- உங்கள் பிள்ளையின் ஆசிரியர்களிடமிருந்து வரும் தொடர்பாடல்களைக் கண்காணித்தல்
- ஒவ்வொரு நாளின் துவக்கத்திலும் இறுதியிலும் உங்கள் பிள்ளையின் படிப்பைப் பற்றி கேட்டல்
- உங்கள் பிள்ளையின் படிப்பில் உதவுவதில் சுறுசுறுப்பான பங்கினை மேற்கொள்ளல்
- உடல்ரீதியான நடவடிக்கைகள் மற்றும்/அல்லது உடற்பயிற்சிகளை ஊக்குவித்தல்
- இச் சமயத்தில் உங்கள் பிள்ளை மனஅழுத்தத்திற்கு அல்லது கவலைகளுக்கு ஆட்பட்டிருக்கக்கூடும் என்பதை நினைவில் கொள்ளல்
- இணையத்தில் உங்கள் பிள்ளை எவ்வளவு நேரம் செலவழிக்கிறார் என்பதைக் கண்காணித்தல்
- சமூக ரீதியாக மற்றவர்களோடு உங்கள் பிள்ளையைத் தொடர்பில் இருத்துதல், ஆனால், சமூக வலைத்தளத் தொடர்புகளுக்கான விதிமுறைகளை வகுத்துக் கொடுத்தல்.

தூரக் கல்வி கற்கும் காலத்தில் மாணவ-மாணவியருக்குள்ள பொறுப்புகள்

இந்தப் பொறுப்புகளை உங்களுடைய பிள்ளையினது வயதிற்கேற்ப மாற்றியமைத்துக் கொள்வது நல்லது:

- படிப்பு வேலைகளுக்கென அன்றாட நடைமுறையொழுங்கு ஒன்றை ஏற்படுத்திக்கொள்ளல் மற்றும்/அல்லது அதைப் பின்பற்றல்
- வீட்டில் அவர்களுக்கென ஒதுக்கித் தரப்பட்டுள்ள பாதுகாப்பான, வசதியான, அமைதியான இடத்தில் இருந்து பாட வேலைகளைச் செய்தல்
- ஆசிரியர்களிடமிருந்து வரும் அறிவிப்புகள் மற்றும் பின்னூட்டல்களைச் சோதிப்பதற்காக டிஜிட்டல் சாதனங்களையும் தொடர்பாடல்களையும் தவறாமல் கண்காணித்துவரல்
- நேர்மையாகவும், தம்மால் இயன்றவரை சிறப்பாகவும் பாட வேலைகளை முடித்தல்
- கால வரையறைகள், செய்யவேண்டிய காரியங்கள் மற்றும் உரிய திகதிகள் ஆகியவற்றைப் பூர்த்தி செய்வதற்காகத் தம்மால் இயன்ற மட்டிலும் சிறப்பாகச் செயல்படல்
- காலவரையறைகளைத் தம்மால் பூர்த்தி செய்ய இயலவில்லை என்றாலோ, கூடுதல் ஆதரவுதவிகள் தேவைப்பட்டாலோ அவர்களது ஆசிரியர்களுடன் தொடர்புகொள்ளல்
- தமது வகுப்பிலுள்ள சக மாணவர்களது படிப்பில் அவர்களுடன் ஒத்துழைத்து ஆதரவுதவியாக இருத்தல்
- 'திணைக்கள'த்தினது Student use of digital devices and online services -இற்கு இணக்கமாக நடத்தல்
- வெவ்வேறு தேவைகள் எழும்போது பாடசாலைப் பணியாளர்களுடன் தொடர்பாடல் கொள்ளல்.

உங்கள் பிள்ளையின் நாள் பொழுதைத் திட்டமிடல்

உங்களுடைய பிள்ளையின் படிப்பிற்கென ஒரு காலக்குறிப்பினை அல்லது கால அட்டவணையினை உங்களுடைய பாடசாலை அளிக்கவேண்டும். செயற்பாடுகள், சாப்பிடுதல் மற்றும் பானம் அருந்துதல் ஆகியவற்றிற்கான தவறாத இடைவேளைகளை இது உள்ளடக்கியிருக்கும். செயற்பாட்டு இடைவேளைகளில் மாணவ-மாணவியர் தாம் இருக்கும் இடத்தை விட்டு எழுந்து அக்கம்பக்கம் உலாவவேண்டியது முக்கியம்.

நீங்கள் தனிப்பட்ட ஒரு வீட்டில் வசித்துவந்தால், வெளியே உள்ள தோட்டம், மேல்முற்றம் அல்லது முற்றத்திற்கு உங்கள் பிள்ளை செல்வது பாதுகாப்பானது.

பொதுநலம்

நீண்ட நேரம் வீட்டிற்குள்ளாகவே இருப்பது மன அழுத்தத்தையும் முரண்பாடுகளையும் உருவாக்கக்கூடும். உங்கள் பிள்ளைகள் தனித்திருக்கும் சமயத்தில் அவர்களைப் பராமரிப்பதற்கான யோசனைக் குறிப்புகளில் உள்ளடங்குவன:

- கடந்த காலத்தில் கடினமான சூழ்நிலைகளை உங்கள் பிள்ளைகள் எவ்வாறு சமாளித்தனர் என்று யோசித்துப் பார்க்க உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு உதவுதல் மற்றும் இந்த சூழ்நிலையையும் அவர்களால் சமாளிக்க இயலும் என்று அவர்களுக்கு நம்பிக்கையூட்டுதல்
- இந்தத் தனித்திருப்பு அதிக காலத்திற்கு நீடிக்காது என்பதை அவர்களுக்கு நினைவூட்டுதல்
- அடிக்கடித் தவறாமல் உடற்பயிற்சிகளை மேற்கொள்ளல் - மன அழுத்தம் மற்றும் மனச்சோர்விற்கு உடற்பயிற்சி ஒரு பரிகாரம் என்பது நிரூபிக்கப்பட்டதொரு விடயம்
- தொலைபேசி, மின்னஞ்சல் அல்லது சமூக வலைத்தளங்கள் மூலமாக (ஏற்றதாக இருக்கும் தருணங்களில்) குடும்ப அங்கத்தவர்களுடனும், நண்பர்களுடனும் தொடர்பில் இருக்க உங்கள் பிள்ளைகளை ஊக்குவித்தல்.

தொடர்பாடல் கொள்ளல்

உங்கள் பிள்ளையுடன் தொடர்பாடல் கொள்வது

உங்கள் பிள்ளையினது நாள் வேலைகளை அவர் திட்டமிடுவதற்கு உதவும் வகையில் ஒவ்வொரு நாளின் துவக்கத்திலும் இறுதியிலும் அவருடைய படிப்பினைப் பற்றிச் சில சாதாரணமான கேள்விகளைக் கேட்குமாறு உங்களை ஊக்குவிக்கிறோம். தூரக் கல்வி முறையில் அனைத்து மாணவ-மாணவியரும் நல்ல வளர்ச்சியை அடைவதில்லை; அதியளவு சுதந்திரம் இருப்பதனால் சிலர் அதைச் சமாளிக்க இயலாமல் இருப்பர் அல்லது படிப்பிற்கான நல்ல திட்ட அமைப்பு இல்லாமல் இருப்பர், ஆகவே உங்களுடைய கேள்விகள் அவர்கள் சரியான பாதையில் செல்ல உதவும்.

பாடசாலையுடன் தொடர்பாடல் கொள்ளல்

பாடசாலையும் உங்கள் பிள்ளையின் ஆசிரியர்களும் உங்களுடன் எந்த வழிகளில் தொடர்புகொள்வார்கள் என்பது உங்களுக்குத் தெரிந்திருப்பதை உறுதி செய்யுங்கள், மற்றும் அந்த வழிகளைத் தவறாமல் சோதித்து வாருங்கள்.

படிப்பு சம்பந்தப்பட்ட ஆதரவுதவிக்காக ஆசிரியர்களுடன் தொடர்புகொள்வது எப்படி என்பதும், தூரக் கல்வியின் ஒரு பகுதியாக டிஜிட்டல் சாதனங்களைப் பாவிக்கும் தெரிவினைப் பாடசாலைகள் மேற்கொண்டால், தொழில் நுட்ப உதவிக்கு யாருடன் தொடர்புகொள்வது என்பதும் உங்களுக்குத் தெரிந்திருப்பதை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளுங்கள்.

பெரும்பான்மையான பாடசாலைகளுக்கும், குடும்பங்களுக்கும் இந்த சூழ்நிலை புதிதானதாக இருக்கும். பெறப்படும் பின்னூட்டல்களில் இருந்து அபிவிருத்தி மற்றும் மேம்பாட்டுப் பணிகளில் பாடசாலைகள் தொடர்ந்து ஈடுபட முயற்சி செய்துவரும், ஆகவே இந்த முறைமை எப்படி இயங்கிவருகிறது என்று உங்களையும் உங்கள் பிள்ளையையும் பாடசாலைகள் கேட்கக்கூடும்.

பெற்றோர்களுடனும், மாணவ-மாணவியருடனும் தொடர்புகொள்வதற்காகப் பெரும்பாலான பாடசாலைகள் ஏற்கனவே சில தொடர்பாடல் தளங்களைப் பாவித்துவருகின்றன. இயலும் தருணங்களில், நடப்பிலிருக்கும் இந்தத் தொடர்பாடல் தளங்கள் தொடர்ந்தும் பாவிக்கப்பட வேண்டும்.

ஆசிரியர்களுடன் தொடர்பாடல் கொள்ளல்

இணையம் மூலமாக மாணவ-மானவியருடன் பேசுவதற்கும், காணொளிப் பாடங்களை அளிப்பதற்கும் அல்லது டிஜிட்டல் தெரிவு இயலாதபோது உங்கள் பிள்ளையைத் தொலைபேசி மூலமாக அழைப்பதற்குமான நேரங்களை ஆசிரியர்கள் ஏற்கனவே ஏற்படுத்திக்கொண்டிருக்கக் கூடும்.

ஆசிரியர்கள் வேறு பல குடும்பங்களுடன் தொடர்பில் இருப்பார்கள் என்பதால் உங்களுடைய தொடர்பாடல்கள் முக்கியமான விடயங்களைப் பற்றியதாகவும், குறுகியதாகவும் இருக்கவேண்டும் என்பதை நீங்களும் உங்களுடைய பிள்ளையும் நினைவில் கொள்ளவேண்டியது முக்கியம். ஆதரவுதவிக்காக அல்லது பின்னூட்டல்களுக்காகக் காத்திருக்கும்போது பொறுமையாக இருக்கவேண்டும் என்பதை நீங்கள் உங்கள் பிள்ளைக்கு நினைவூட்டவேண்டியும் இருக்கலாம்.

தொழில்நுட்பங்களைப் பாவித்தல்

பாடசாலையினால் குறிப்பாக அறிவுறுத்தப்பட்டாலன்றி, இந்த சூழ்நிலையின் காரணமாக, மூன்றாம் தரப்பு வழங்குநர்களிடமிருந்து மென்பொருட்கள் எதையும் வாங்க வேண்டாமெனப் பெற்றோர்களுக்கு வலுவாய் அறிவுரைக்கப்படுகிறது.

ஏற்கனவே உங்கள் பாடசாலையிடமும் ‘திணைக்கள’த்திடமும் பல விதமான மென்பொருட்களும் கருவிகளும் உள்ளன, மற்றும் உங்கள் பிள்ளைக்குத் தேவைப்படும் ஆதரவுதவியை அளிப்பதற்காக இவை குறிப்பாய்த் தெரிவு செய்யப்பட்டுள்ளன.

- Google Apps for Education - Online Google apps.
  மாணவ-மாணவியர் அணுகலுக்குச் செல்க: Students portal>Learning>G Suite.
- Office 365 – online Office apps.
- Microsoft Office 365 Desktop Apps – இதை ஐந்து கணினிகள் மற்றும் பத்து நடமாடும் கருவிகள் வரைக்குமான சாதனங்களில் நிறுவிக்கொள்ளலாம். ‘Install Office’ எனும் இணைப்பைத் தெரிவு செய்யுங்கள்.
- மாணவ-மானவியருக்கான Bring your own device (BYOD) எனும் மென்பொருள் வலைத்தளத்திலிருந்து இலவசமான கூடுதல் ’ Adobe மென்பொருளை தமது கருவிகளுக்கென மாணவ-மாணவியர் அணுகிப் பெறலாம்.

மின்னாக்க சாதனங்களையும் இணையத்தையும் அடையும் வசதி

தொழில் நுட்பம், கருவிகள் மற்றும் இணையம் ஆகியவற்றைப் பற்றிய ‘திணைக்கள’த்தின் கொள்கைகளைப் பின் வரும் இணைப்பில் காணலாம்.

Student use of digital devices and online services policy (மாணவ-மாணவியரது டிஜிட்டல் கருவிப் பாவிப்பு மற்றும் இணையவழிச் சேவைகள் குறித்த கொள்கைகள்)

தமது படிப்பின் ஒரு பகுதியாக டிஜிட்டல் மூலவளங்களை உங்கள் பிள்ளை பாவிக்கும்போது அவற்றைப் பாவிக்கும் விதம் குறித்து அவருக்கு உறுதியாகத் தெரியவில்லையெனில், ஆதரவுதவிக்காக அவர் அவரது வகுப்பறை ஆசிரியருடன் தொடர்புகொள்ள வேண்டும்.

‘திரை நேர’க் கட்டுப்பாடு

இணைய வழியில் ஒருவர் செலவிடும் நேரத்திற்கு வரையறைகள் உள்ளன, ஆனால் ‘திரை நேர’த்திற்கான அளவுகளும் விதிமுறைகளும் வயதிற்கேற்றபடி மாறுபடும்.
‘காணொளி-வழிச் சந்திப்புகள்’ (videoconferencing) மற்றும் சமூகத் தொடர்பாடல்கள் ஆகியன ‘திரை நேர’மாகக் கணக்கில் எடுதுக்கொள்ளப்படாது.
கீழே பரிந்துரைக்கப்பட்டுள்ள ‘திரை நேர’ங்கள் ‘அமெரிக்கக் குழந்தைமருத்துவ சங்க’ (American Academy of Pediatrics) த்தின் பரிந்துரைகளை அடிப்படையாய்க் கொண்டவை:

- 2-5 வயது: 1 மணி நேரம், அதிகபட்சமாக 30 நிமிடங்கள் கொண்ட அமர்வுளில்.
- 6 மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட வயது: குறிப்பிட்ட ‘திரை நேர’ வரையறைகள் கிடையாது, ஆனாலும் வீட்டிலும், பாடசாலையிலும் இடம் பெறும் ‘நேருக்கு நேர்’ மேற்கொள்ளப்படும் உடல்ரீதியான தொடர்பாடல்களைத் ‘திரை நேரம்’ பாதிக்கக்கூடாது. உங்களுடைய ‘திரை நேர’ங்களின் வரையறைகள் ஒரே மாதிரியானதாக இருக்குமாறு பார்த்துக்கொள்வது மிக முக்கியம்.

பாடசாலை சாரா நடவடிக்கைகள் அதிக நேரம் நீடிக்காமல் இருப்பதை உறுதிப்படுத்துங்கள்.

நடத்தை முறைகளைக் கட்டுப்படுத்துதல்

உங்கள் பிள்ளை வீட்டில் இருக்கிறார் என்றாலும் அவரது பாடசாலையின் நடத்தைக் கட்டுப்பாட்டு விதிமுறைகளை அவர் பின்பற்றவேண்டும்.

கூட்டு ஒத்துழைப்பு, குழு வேலைகள் மற்றும் ஒத்த வயதுடையோரது கருத்தூட்டல்கள் ஆகியவற்றின் காரணமாக இணையவழியில் தொடர்பாடல் கொள்ளவும், டிஜிட்டல் வழிகளில் மற்றவர்களோடு இணைவாய்ச் செயலாற்ற வேண்டிய தேவையும் மாணவ-மாணவியருக்கு ஏற்படும். உங்கள் பிள்ளையின் எதிர்பார்ப்புகளும் அவரிடமிருந்து எதிர்பார்க்கப்படும் நடத்தையும் நேருக்கு நேராகச் சொல்லித் தரப்படும் பாடங்களின்போது இருப்பதைப் போலவே இருக்கவேண்டும்.

தொலைபேசி மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர் சேவை

உங்களுக்கு மேலதிகத் தகவல்கள் தேவைப்பட்டால், உங்கள் பாடசாலையின் அதிபரை அழையுங்கள். உங்களுடைய விசாரிப்பில் உங்களுக்கு உதவ மொழிபெயர்த்துரப்பாளர் ஒருவர் உங்களுக்குத் தேவைப்படின் 131 450-இல் ‘தொலைபேசி மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர் சேவை’யினை அழைத்து உங்கள் மொழியில் மொழிபெயர்த்துரைப்பாளர் ஒருவர் வேண்டுமெனக் கேளுங்கள். இச் சேவை உங்களுக்குக் கட்டணம் இன்றிக் கிடைக்கும்.