

घरमै बसेर शिक्षा हाशिल गर्न परेमा पारिवारिक स्रोत:

आमाबुवा/अभिभावक: हाम्रो शहर र एस्टेट र समुदायहरूको सुरक्षाको लागि कदमहरू चाल्नको लागि तयारी गर्ने क्रममा, हामीले अन-घर संसाधनको लागि घर-घर शिक्षाको तयारी गरेका छन जुन विद्यार्थी र परिवारले सिक्नको लागि प्रयोग गर्न सक्दछन् र कक्षा कोठा शिक्षकहरूले पहिले नै सिकाईएको सीपहरू अझै विकास गर्न सक्छन्। सधैं जस्तो, एसपीएसको साथ सिप्र अवगत रहनुहोस्, सोशल मीडियामा हामीलाई पछ्याउनुहोस् र मोबाइल उपकरणहरूको लागि एसपीएस अनुप्रयोग डाउनलोड गर्नुहोस्।



अंग्रेजी भाषा प्रविणता

- कुन किताब(हरू) तपाईं हाल तपाईंको कक्षा / वा स्वतन्त्र रूपमा पढ्दै हुनुहुन्छ? तपाईंको पढ्ने रुचि के हो?
- के कुनै वर्तमान वा अपूर्ण गृहकार्य, लेखे कार्य / परियोजनाहरू तपाईंले पूरा गर्नु आवश्यक छ?
- म सँग घरबाटै गर्न कस्ता अनलाइन संसाधनहरू उपलब्ध छन्?

तलका सिक्ने अवसरहरूको फाइदा दैनिक लिनुहोस्:

- पढ्ने: प्रति दिन ३० मिनेट पढ्नुहोस् र आफ्नो परिवारको साथ तपाईंको पढाइको बारेमा कुरा गर्नुहोस्। अभिभावकले, यी प्रश्नहरूसँग कुराकानी सुरु गर्नुहोस्: मुख्य पात्र को हो? के तपाईं उहाँसँग साथी बन्नुहुन्छ? किन? कथामा प्रमुख समस्या के हो? के यसले तपाईंले अनुभव गरेको कुनै चीजको सम्झना गराउँदछ? किन?
- लेखन: कुनै पनि हालको प्रगतिमा वा अधूरो कक्षाकोठा लेखे कार्य / परियोजनाहरू पूरा गर्नुहोस्; जोर्नल लेख्नुहोस्; रचनात्मक लेखनका लागि स्रोतहरू घरमा प्रयोग गर्नका लागि स्रोतहरू: भिडियो; एन. वाई. टी लेख [video](#); [NYT article](#); टेड-एड ब्लग [TED-Ed Blog](#)

गणित

तपाईंको विद्यार्थीलाई यी संसाधनहरूको साथ उनीहरूको शिक्षामा निरन्तर रहन मद्दत गर्नुहोस्:

तपाईंको विद्यार्थीले अझै पनि डिस्ट्रिक्ट होमपेजबाट - कार्नेगी लर्निंग, मठिया, खान एकेडेमी, डेसमस, कोड.अर्ग, कलेज बोर्ड, आदि को माध्यमबाट केलेभर प्रयोग गरेर डिजिटल स्रोतहरू प्रयोग गर्न सक्छन।
ब्ल्याकबोर्ड शेलमा तपाईंको विद्यार्थीको वर्गको लागि स्रोतहरू छन्।
अलजेब्रा १, रेखा गणित र अलजेब्रा २ का विद्यार्थीहरू आफ्नो पाठ्यक्रम डिजिटल यहाँ क्लिक गरी [here](#) प्रयोग गर्न सक्छन।
ए.पी.का विद्यार्थीका लागि यहाँ क्लिक गरी [here](#) केही अभ्यास सामग्रीहरू अनलाइन प्राप्त गर्न सक्दछन्।



सामाजिक शिक्षा

इतिहासको विद्यार्थीको भाएको हुनाले, तपाईं हालै अनौठो समयको साथ बाँचिरहे को हुनुहुन्छ जुन हामी एक दिन एक इतिहासको पुस्तकमा पढ्नेछौं।

तपाईंले भोगिरहेको र सोचिरहेको घटनाहरूको बारेमा आफैँलाई निम्न प्रश्नहरू सोध्नुहोला:

- अमेरिका र विश्वमा जीवन कसरी परिवर्तन हुँदैछ?
- कोभिड-१९ महामारीको परिणामको रूपमा तपाईंले अनुभव गरिरहेका तत्काल प्रभावहरू के हुन्?
- कोभिड-१९ महामारीको दीर्घकालीन प्रभावहरू तपाईंलाई कस्तो लाग्छ?
- पहिलेका अरु महामारीहरू के के थिए र उनीहरूको तत्काल र दीर्घकालीन प्रभावहरू के थिए?
- कल्पना गर्नुहोस् कि तपाईंलाई एक अखबार एक प्रकाशन कम्पनी द्वारा नियुक्त गरिएको छ र कोभिड-१९ महामारीको प्रभावको बारेमा लेख लेख्नु। तपाईं केको बारेमा लेख्नुहुन्छ? तपाईं कुन महत्त्वपूर्ण तथ्यहरू समावेश गर्नुहुन्छ? यदि तपाईं संयुक्त राज्य बाहेक अरु कुनै देशमा बसोबास गर्नुहुन्थियो भने, तपाईंको दृष्टिकोण फरक हुने थियो ?

घरमै बसेर शिक्षा हाशिल गर्न परेमा पारिवारिक स्रोत:



विज्ञान

हप्ताको दुई पटक विज्ञान पढेर र अभ्यास गरेर तपाईंको शिक्षा लाई निरन्तर रहनुहोस्।

विज्ञान हाम्रो वरिपरि छ। तपाईंको वातावरणमा घटना अध्ययन गर्न अवसर लिनुहोस्। तपाईंलाई उत्सुक भयको एक वैज्ञानिक घटना खोज्नुहोस् अनी तेस्को बारेमा लेख, भिडियो, वा सिमुलेशन गरेर अनुसन्धान गर्नुहोस्:

- दावी गर्नुहोस्: घटनाको समयमा के भइरहेको छ भन्ने बारे सोच्नुहोस् वा लेख्नुहोस्।
- प्रमाण प्रदान गर्नुहोस्: तपाईंले लेख पढ्नु भएको बेला वा भिडियो हेरे पछि, वा क्रियाकलम गरे पछि, वा सिमुलेशन गरे पछि।
- तपाईंको तर्क साझा गर्नुहोस् र तपाईंको दावी लाई प्रमाण जोडनुहोस्।
- त्यो वैज्ञानिक घटना तपाईंको जीवनका अनुभवहरूसँग, जीवनलाई प्रभाव, वा सम्बन्धित छ भनेर जोडनुहोस्।



फिटनेस र स्वास्थ्य

घर मा स्वास्थ्य र फिटनेस अभ्यास गर्नका लागि धेरै रचनात्मक तरिकाहरू छन्-सुरू गर्नका लागि यी अनलाइन स्रोतहरू प्रयास गर्नुहोस्:

- परिवारका लागि कल्याण विचारहरू [Wellness Ideas for Families](#)
- घरमा सिकिने स्वास्थ्य [Health at Home](#)
- एक सक्रिय घर को लागि उपकरणहरू:
- प्राथमिक स्वास्थ्य पात्रो [Fitness Calendars for Elementary](#)
- एक सक्रिय घर को लागि उपकरणहरू: [Tools for an Active Home](#): यो स्रोत हाम्रो पूरक पाठ्यक्रम ओपनपेसएड को हिस्सा हो र एक द्रुत र निःशुल्क लगईन आवश्यक छ। विचारहरूमा गतिविधिहरू, कल्याण उपकरणहरू, स्वास्थ्य लगहरू, भिडियो लिंकहरू, र सबै ग्रेड स्तरहरूको लागि सहकारी गतिविधिहरू समावेश छन्।
- सबै विद्यार्थीहरूको वेल्नेट मार्फत भिडियो लाइब्रेरी र फिटनेस मोड्युलमा जाना सक्छन। केलेभर मार्फत वा यहाँ [here](#) लग ईन गर्नुहोस्।



संगीत

तपाईंको स्कूलमा सिकेको संगीत प्रयोग गरेर तपाईंको उपकरण वा भोकल साहित्य अभ्यास गर्नुहोस्।

[JW Pepper](#) वा युट्यूबमा खोजेर प्लेहरू विकल्पको रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ। अन्य स्रोतहरू: <https://nafme.org/>, <https://www.waeaboard.net/>



चित्रकारीता

एक शिल्प गतिविधि मा वा चित्र बनौनमा प्रति हप्ता एक दुई चोटि संलग्न। दृश्य सोच गतिविधिहरूमा संलग्न हुनुहोस्।

अन्य स्रोतहरू: <http://artsedwashington.org/>, <https://www.waeaboard.net/>

अनलाइन स्रोतहरू

थिंकसेन्ट्रल (जोर्नी अनलाइन) ((ThinkCentral (Journeys Online)) मा: विद्यार्थीहरू पढ्न वा फिक्शन र गैरफिक्शन किताब सुन्न सक्दछन्।

मोबी मैक्स(Moby Max): विद्यार्थीहरूले यस निजीकृत लर्निंग मार्गको साथ उनीहरूलाई सबै भन्दा आवश्यक पर्ने ई.एल.ए सीपहरू सिक्न सक्छन्

टैपिंग.कम (Typing.com): विद्यार्थीहरूले प्रभावकारी र रमाईलो तरीकाले टाइप गर्न सिक्न सक्दछन्।

स्टारफल र पी.बी. एस किड्स (PBS Kids) : दुबैले बच्चाका लागि अनुकूल खेलहरू, भिडियोहरू, र अन्तर्क्रियात्मक अध्ययन गतिविधिहरू

प्रदान गर्छन्।

