



# BẢN NHÁP Công Cụ #5 Học Từ Xa: Ngày Giảng Dạy Mẫu (Tổng quan về K-12)

Khi chúng tôi dẫn dắt nỗ lực này trên khắp Oregon, **Nguyên Tắc Hướng Dẫn Học Từ Xa cho Tất Cả Học Sinh** sẽ kết nối tiểu bang chúng ta bằng các giá trị chung và giúp tạo ra hành động tập thể trong thời gian này:

- **Đảm bảo an toàn và sức khỏe.** Học sinh cần thực phẩm, quần áo, một nơi an toàn để học tập và cư trú, cũng như cảm giác được chăm sóc và kết nối, để tham gia vào việc học đầy thử thách.
- **Trau dồi sự kết nối và mối quan hệ.** Sự kết nối và mối quan hệ của học sinh với người lớn đáng tin cậy thúc đẩy sự hoà nhập, đặc biệt quan trọng khi việc học diễn ra ngoài bối cảnh trường học.
- **Tập trung vào sự công bằng và hiệu quả.** Ưu tiên sự công bằng trong mọi quyết định; xây dựng trên các giá trị văn hóa và ngôn ngữ để truyền cảm hứng cho việc học và thúc đẩy tính hiệu quả của học sinh. Cân nhắc các quyết định và hành động dựa trên sự công bằng về chủng tộc và xã hội ([Lăng Kính Công Bằng của Giáo Viên Oregon](#)). Xem xét các thế mạnh của học sinh khuyết tật.
- **Đổi mới.** Xem xét lại thông qua sự thay đổi phức tạp với tinh thần là có khả năng, tập trung vào học chuyên sâu, vai trò chủ đạo của học sinh và các thực hành duy trì văn hóa.

Đây là BẢN NHÁP, sẽ được cải thiện với ý kiến đóng góp của các giáo viên khi xem xét lại sau này.

Các hướng dẫn sau đây là để xem xét, và nên được điều chỉnh khi cần thiết bởi giáo viên, gia đình, và những người khác để đáp ứng nhu cầu của từng học sinh. Các khoảng thời gian theo đề nghị không cần phải liên tục; có thể gom thành các khoảng thời gian ngắn hơn khi cần. Đề nghị học sinh có nhiều thời gian cho não nghỉ ngơi và thư giãn gân cốt. Để có danh sách toàn diện hơn về các nguồn hỗ trợ học từ xa, vui lòng truy cập [Nguồn Hỗ Trợ dành cho Gia Đình và Giáo Viên về Chương Trình Học Từ Xa cho Tất Cả Học Sinh](#) của ODE.



# BẢN NHẬP Công Cụ #5 Học Từ Xa: Ngày Giảng Dạy Mẫu (Tổng quan về K-12)

Ngày Giảng Dạy Mẫu cho Tiểu Học (K-5) HƯỚNG DẪN ĐƯỢC ĐỀ XUẤT			
Cấp Lớp	Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn: Việc học theo cấu trúc, cấp lớp, do giáo viên hướng dẫn và hỗ trợ.	Các Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung (ngoài việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn): Có thể được kết nối với việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn, học sinh dẫn dắt, hoặc gia đình dẫn dắt).	Đáp Ứng Nhu Cầu về Dinh Dưỡng và Sức Khỏe: Ăn Sáng, Ăn Trưa, Ăn Vặt và Nghỉ Giải Lao/Chơi.
K-1	<b>Tối Đa 45 Phút</b>	<b>Đề nghị 1-2 Tiếng</b>	<b>Đề nghị 2 Tiếng</b>
	<p><b>Đề Xuất Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trải nghiệm học tập được hướng dẫn bởi giáo viên có giấy phép.</li> <li>Tập trung giải quyết vấn đề quan trọng, hợp tác, trao đổi và sáng tạo.</li> <li>Tập trung vào việc học cần thiết và có liên quan cho học sinh.</li> <li>Tạo cơ hội học tập liên ngành, toàn diện</li> <li>Xây dựng các kỹ năng quan trọng và tập trung vào các khái niệm phù hợp cho K-12; theo Tiêu Chuẩn của Tiểu Bang Oregon.</li> <li>Kết hợp cơ hội đánh giá sự phát triển và phản hồi của học sinh giúp cho vai trò chủ đạo của học sinh.</li> <li>Phân biệt và điều chỉnh các mô hình học từ xa để bao gồm các tập tài liệu, trải nghiệm trực tuyến, học tập pha trộn,</li> </ul>	<p><b>Gợi Ý về Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>15+ phút đọc sách một mình hoặc đọc cho một thành viên trong gia đình nghe (học sinh tự chọn sách)</li> <li>Quan sát về môi trường ở địa phương "Con nhận thấy..." "Con tự hỏi..."</li> <li>Chơi cờ bàn, ráp hình, xúc xắc, lá bài</li> <li>Nhật ký (vẽ/viết)</li> <li>30-60 phút chơi tưởng tượng</li> <li>Xem các chương trình giáo dục trên ti vi công cộng.</li> <li>Nghe giọng đọc to</li> <li>Nghe nhạc</li> <li>Nghệ thuật và thủ công</li> <li>Kịch/Diễn xuất/Ca hát</li> <li>Vẽ</li> <li>Thẻ mang thông tin 2 mặt</li> <li>Đếm và sắp xếp</li> </ul>	<p><b>Gợi Ý về Dinh Dưỡng và Sức Khỏe:</b> <i>Có thể được đan xen trong ngày vào lúc thuận tiện nhất theo lịch trình của gia đình và nhu cầu của học sinh.</i></p> <p><b>Thời Gian Dùng Bữa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lên lịch cho thời gian dùng bữa thông thường (bữa sáng và bữa trưa do học khu cung cấp cho bất kỳ ai chọn tham gia).</li> <li>Kết hợp việc rửa tay</li> <li>Nhờ trẻ phụ giúp</li> <li>Bao gồm tất cả các thành viên trong gia đình nếu có thể.</li> <li>Kết nối/nói chuyện trong bữa ăn</li> </ul>



# BẢN NHÁP Công Cụ #5 Học Từ Xa: Ngày Giảng Dạy Mẫu (Tổng quan về K-12)

	<p>điện thoại, v.v. phù hợp với nhu cầu học tập của học sinh và khả năng công nghệ và kết nối.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Đảm bảo tiếp cận các giáo viên đủ trình độ chuyên môn, nội dung theo cấp lớp và tài liệu theo yêu cầu (bao gồm cả công nghệ khi có thể).</li> </ul> <p><b>Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn Có Thể Bao Gồm:</b> Học về Cảm Xúc Xã Hội, Đọc, Viết, Ngôn Ngữ, Toán, Khoa Học, Khoa Học Xã Hội, Nói và Nghe, Thể Dục, Y Tế, Nghệ Thuật, Âm Nhạc, trò chơi giáo dục trực tuyến hoặc các nguồn hỗ trợ, tờ thông tin hoặc các hoạt động học tập khác hỗ trợ cho các phần nội dung cốt lõi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Giờ nói chuyện – giờ dành cho trẻ để nói về cảm xúc của trẻ và thời gian để đặt câu hỏi.</li> </ul>	<p><b>Chơi Ngoài Trời</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Đi bộ cùng nhau</li> <li>Chạy xe đạp</li> <li>Nhảy dây</li> <li>Vẽ phấn trên vỉa hè</li> </ul> <p><b>Chơi Trong Nhà</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ráp hình</li> <li>Trò chơi</li> <li>Thư giãn gân cốt</li> </ul> <p><b>Thời Gian Yên Tĩnh</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ôm ấp vật cưng/thú nhồi bông</li> <li>Nghỉ ngơi hoặc ngủ trưa</li> <li>Nghe nhạc dịu nhẹ</li> </ul>
<b>Cấp Lớp</b>	<b>Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn:</b> Việc học theo cấu trúc, cấp lớp, do giáo viên hướng dẫn và hỗ trợ.	<b>Các Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung (ngoài việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn):</b> Có thể được kết nối với việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn, học sinh dẫn dắt, hoặc gia đình dẫn dắt).	<b>Đáp Ứng Nhu Cầu về Dinh Dưỡng và Sức Khỏe:</b> Ăn Sáng, Ăn Trưa, Ăn Vặt và Nghỉ Giải Lao/Chơi.
<b>2-3</b>	<b>Tối Đa 60 Phút</b>	<b>Đề Nghị 2 Tiếng</b>	<b>Đề Nghị 2 Tiếng</b>
	<b>Đề Xuất Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Trải nghiệm học tập được hướng dẫn bởi giáo viên có giấy phép.</li> </ul>	<b>Gợi Ý về Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>20+ phút đọc sách một mình hoặc đọc cho một thành viên trong gia đình nghe (học sinh tự chọn sách)</li> </ul>	<i>Có thể được đan xen trong ngày vào lúc thuận tiện nhất theo lịch trình của gia đình và nhu cầu của học sinh.</i>



# BẢN NHẬP Công Cụ #5 Học Từ Xa: Ngày Giảng Dạy Mẫu (Tổng quan về K-12)

<ul style="list-style-type: none"><li>• Tập trung giải quyết vấn đề quan trọng, hợp tác, trao đổi và sáng tạo.</li><li>• Tập trung vào việc học cần thiết và có liên quan cho học sinh.</li><li>• Tạo cơ hội học tập liên ngành, toàn diện</li><li>• Xây dựng các kỹ năng quan trọng và tập trung vào các khái niệm phù hợp cho K-12; theo Tiêu Chuẩn của Tiểu Bang Oregon.</li><li>• Kết hợp cơ hội đánh giá sự phát triển và phản hồi của học sinh giúp cho vai trò chủ đạo của học sinh.</li><li>• Phân biệt và điều chỉnh các mô hình học từ xa để bao gồm các tập tài liệu, trải nghiệm trực tuyến, học tập pha trộn, điện thoại, v.v. phù hợp với nhu cầu học tập của học sinh và khả năng công nghệ và kết nối.</li><li>• Đảm bảo tiếp cận các giáo viên đủ trình độ chuyên môn, nội dung theo cấp lớp và tài liệu theo yêu cầu (bao gồm cả công nghệ khi có thể).</li></ul> <p><b>Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn Có Thể Bao Gồm:</b> Học về Cảm Xúc Xã Hội, Đọc, Viết, Ngôn Ngữ, Toán, Khoa Học, Khoa Học Xã Hội, Nói và Nghe, Thể Dục, Y Tế, Nghệ Thuật, Âm Nhạc, trò chơi giáo dục trực tuyến hoặc các nguồn hỗ trợ, tờ thông tin hoặc các hoạt động học tập khác hỗ trợ cho các phần nội dung cốt lõi.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nhật ký (vẽ/viết)</li><li>• Quan sát về môi trường ở địa phương "Con nhận thấy..." "Con tự hỏi..." Quan sát và ghi lại kiểu thời tiết, sự phát triển của cây, sự di trú của chim.</li><li>• Chơi cờ bàn, ráp hình, xúc xắc, lá bài</li><li>• May, đan, thủ công</li><li>• Đo đạc xung quanh nhà</li><li>• Tìm và tiếp tục mô hình</li><li>• Tạo và giải quyết vấn đề của câu chuyện</li><li>• Xem lại thẻ mang thông tin 2 mặt/sự kiện toán học</li><li>• Vẽ</li><li>• Kịch/Diễn xuất/Ca hát</li><li>• 60+ phút chơi tưởng tượng</li><li>• Nghe giọng đọc to</li><li>• Xem các chương trình giáo dục trên ti vi công cộng.</li><li>• Giờ nói chuyện – giờ dành cho trẻ để nói về cảm xúc của trẻ và thời gian để đặt câu hỏi.</li></ul>	<p><b>Thời Gian Dừng Bữa</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Lên lịch cho thời gian dừng bữa thông thường (bữa sáng và bữa trưa do học khu cung cấp cho bất kỳ ai chọn tham gia).</li><li>• Kết hợp việc rửa tay</li><li>• Nhờ trẻ phụ giúp</li><li>• Bao gồm tất cả các thành viên trong gia đình nếu có thể.</li><li>• Kết nối/nói chuyện trong bữa ăn</li></ul> <p><b>Chơi Ngoài Trời</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Đi bộ</li><li>• Chạy xe đạp</li><li>• Nhảy dây</li><li>• Vẽ phấn trên vỉa hè</li><li>• Chơi môn thể thao nào mà có thể giãn cách xã hội - tung hứng banh bằng chân.</li></ul> <p><b>Chơi Trong Nhà</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ráp hình</li><li>• Trò chơi</li><li>• Thư giãn gân cốt</li></ul> <p><b>Thời Gian Yên Tĩnh</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ôm ấp vật cưng/thú nhồi bông</li></ul>
---	---	--

# BẢN NHẬP Công Cụ #5 Học Từ Xa: Ngày Giảng Dạy Mẫu (Tổng quan về K-12)

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nghỉ ngơi hoặc ngủ trưa</li> <li>• Nghe nhạc dịu nhẹ</li> </ul>
<b>Cấp Lớp</b>	<b>Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn:</b> Việc học theo cấu trúc, cấp lớp, do giáo viên hướng dẫn và hỗ trợ.	<b>Các Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung (ngoài việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn):</b> Có thể được kết nối với việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn, học sinh dẫn dắt, hoặc gia đình dẫn dắt).	<b>Đáp Ứng Nhu Cầu về Dinh Dưỡng và Sức Khỏe:</b> Ăn Sáng, Ăn Trưa, Ăn Vặt và Nghỉ Giải Lao/Chơi.
<b>4-5</b>	<b>Tối Đa 90 Phút</b>	<b>Đề Nghị 3 Tiếng</b>	<b>Đề Nghị 2 Tiếng</b>
	<p><b>Đề Xuất Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trải nghiệm học tập được hướng dẫn bởi giáo viên có giấy phép.</li> <li>• Tập trung giải quyết vấn đề quan trọng, hợp tác, trao đổi và sáng tạo.</li> <li>• Tập trung vào việc học cần thiết và có liên quan cho học sinh.</li> <li>• Tạo cơ hội học tập liên ngành, toàn diện</li> <li>• Xây dựng các kỹ năng quan trọng và tập trung vào các khái niệm phù hợp cho K-12; theo Tiêu Chuẩn của Tiểu Bang Oregon.</li> <li>• Kết hợp cơ hội đánh giá sự phát triển và phản hồi của học sinh giúp cho vai trò chủ đạo của học sinh.</li> <li>• Phân biệt và điều chỉnh các mô hình học từ xa để bao gồm các tập tài liệu, trải nghiệm trực tuyến, học tập pha trộn,</li> </ul>	<p><b>Gợi Ý về Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 30+ phút đọc sách một mình hoặc đọc cho một thành viên trong gia đình nghe (học sinh tự chọn sách)</li> <li>• Nhật ký</li> <li>• Quan sát về môi trường ở địa phương "Con nhận thấy..." "Con tự hỏi..." Quan sát và ghi lại kiểu thời tiết, sự phát triển của cây, sự di trú của chim.</li> <li>• Chơi cờ bàn, ráp hình, xúc xắc, lá bài</li> <li>• May, đan, thủ công</li> <li>• Đo đạc số lượng để nấu ăn</li> <li>• Vẽ</li> <li>• Xem lại thẻ mang thông tin 2 mặt/sự kiện toán học</li> <li>• Tạo và giải quyết vấn đề của câu chuyện</li> <li>• Tìm và tiếp tục mô hình</li> <li>• Nghe sách âm thanh</li> </ul>	<p><i>Có thể được đan xen trong ngày vào lúc thuận tiện nhất theo lịch trình của gia đình và nhu cầu của học sinh.</i></p> <p><b>Thời Gian Dừng Bữa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lên lịch cho thời gian dừng bữa thông thường (bữa sáng và bữa trưa do học khu cung cấp cho bất kỳ ai chọn tham gia).</li> <li>• Kết hợp việc rửa tay</li> <li>• Nhờ trẻ phụ giúp</li> <li>• Bao gồm tất cả các thành viên trong gia đình nếu có thể.</li> <li>• Kết nối/nói chuyện trong bữa ăn</li> </ul> <p><b>Chơi Ngoài Trời</b></p>



# BẢN NHẬP Công Cụ #5 Học Từ Xa: Ngày Giảng Dạy Mẫu (Tổng quan về K-12)

<p>điện thoại, v.v. phù hợp với nhu cầu học tập của học sinh và khả năng công nghệ và kết nối.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Đảm bảo tiếp cận các giáo viên đủ trình độ chuyên môn, nội dung theo cấp lớp và tài liệu theo yêu cầu (bao gồm cả công nghệ khi có thể).</li></ul> <p><b>Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn Có Thể Bao Gồm:</b> Học về Cảm Xúc Xã Hội, Đọc, Viết, Ngôn Ngữ, Nói và Nghe, Toán, Khoa Học Xã Hội, Y Tế, Thể Dục, Nghệ Thuật, Âm Nhạc, Khoa Học, học trực tuyến và các nguồn hỗ trợ, tờ thông tin hoặc các hoạt động học tập khác hỗ trợ cho các phần nội dung cốt lõi.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 60+ phút chơi tưởng tượng, múa, tập thể dục</li><li>• Giờ nói chuyện – giờ dành cho trẻ để nói về cảm xúc của trẻ và thời gian để đặt câu hỏi.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Đi bộ</li><li>• Chạy xe đạp</li><li>• Nhảy dây</li><li>• Vẽ phấn trên vỉa hè</li><li>• Chơi môn thể thao nào mà có thể giãn cách xã hội - tung hứng banh bằng chân.</li></ul> <p><b>Chơi Trong Nhà</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ráp hình</li><li>• Trò chơi</li><li>• Thư giãn gân cốt</li></ul>
---	--	---



# BẢN NHẬP Công Cụ #5 Học Từ Xa: Ngày Giảng Dạy Mẫu (Tổng quan về K-12)

Ngày Giảng Dạy Mẫu cho Trung Học Cơ Sở (6-12) HƯỚNG DẪN ĐƯỢC ĐỀ XUẤT			
Cấp Lớp	Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn: Việc học theo cấu trúc, cấp lớp, do giáo viên hướng dẫn và hỗ trợ.	Các Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung (ngoài việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn): Có thể được kết nối với việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn, học sinh dẫn dắt, hoặc gia đình dẫn dắt).	Đáp Ứng Nhu Cầu về Dinh Dưỡng và Sức Khỏe: Ăn Sáng, Ăn Trưa, Nghỉ Giảo Lao
6-8	<b>30 phút cho mỗi môn học; tối đa 3 tiếng</b>	<b>Đề Nghị 1-2 Tiếng</b>	<b>Đề Nghị 2 Tiếng</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trải nghiệm học tập được hướng dẫn bởi giáo viên có giấy phép.</li> <li>Tập trung giải quyết vấn đề quan trọng, hợp tác, trao đổi và sáng tạo.</li> <li>Tập trung vào việc học cần thiết và có liên quan cho học sinh.</li> <li>Tạo cơ hội học tập liên ngành, toàn diện</li> <li>Xây dựng các kỹ năng quan trọng và tập trung vào các khái niệm phù hợp cho K-12; theo Tiêu Chuẩn của Tiểu Bang Oregon.</li> <li>Kết hợp cơ hội đánh giá sự phát triển và phản hồi của học sinh giúp cho vai trò chủ đạo của học sinh.</li> <li>Phân biệt và điều chỉnh các mô hình học từ xa để bao gồm các tập tài liệu, trải nghiệm trực tuyến, học tập pha trộn, điện thoại, v.v. phù hợp với nhu cầu học</li> </ul>	<p><b>Gợi Ý cho Các Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>30-60 phút đọc hoặc nghe sách âm thanh.</li> <li>Nghiên cứu độc lập</li> <li>Tham gia vào các hoạt động giải quyết vấn đề.</li> <li>Chơi cờ bàn, ráp hình, xúc xắc, lá bài</li> <li>Sáng tạo và giải quyết các vấn đề câu chuyện bao gồm ít nhất một thao tác.</li> <li>May, đan, thủ công</li> <li>Lên kế hoạch cho bữa ăn</li> <li>Nấu ăn và sửa đổi công thức nấu ăn (tăng gấp đôi hoặc gấp ba).</li> <li>Đọc sách cho các em nhỏ hơn.</li> <li>Xem lại flash card/toán học</li> <li>Vẽ hoặc sáng tạo nghệ thuật</li> <li>Làm nhạc</li> <li>Làm video</li> </ul>	<p><i>Có thể được đan xen trong ngày vào lúc thuận tiện nhất theo lịch trình của gia đình và nhu cầu của học sinh.</i></p> <p><b>Thời Gian Dùng Bữa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lên lịch cho thời gian dùng bữa thông thường (bữa sáng và bữa trưa do học khu cung cấp cho bất kỳ ai chọn tham gia).</li> <li>Kết hợp việc rửa tay</li> <li>Nhờ trẻ phụ giúp</li> <li>Bao gồm tất cả các thành viên trong gia đình nếu có thể.</li> <li>Kết nối/nói chuyện trong bữa ăn</li> </ul>





# BẢN NHÁP Công Cụ #5 Học Từ Xa: Ngày Giảng Dạy Mẫu (Tổng quan về K-12)

	<p>tập của học sinh và khả năng công nghệ và kết nối.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Đảm bảo tiếp cận các giáo viên đủ trình độ chuyên môn, nội dung theo cấp lớp và tài liệu theo yêu cầu (bao gồm cả công nghệ khi có thể).</li> </ul> <p><b>Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn Có Thể Bao Gồm:</b> Học về Cảm Xúc Xã Hội, Đọc, Viết, Ngôn Ngữ, Nói và Nghe, Toán, Khoa Học Xã Hội, Y Tế, Thể Dục, Nghệ Thuật, Âm Nhạc, Khoa Học, CTE, học trực tuyến và các nguồn hỗ trợ, tờ thông tin hoặc các hoạt động học tập khác hỗ trợ cho các phần nội dung cốt lõi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ghi nhật ký, viết lách kiểu sáng tạo</li> <li>Phỏng vấn một thành viên trong gia đình để tìm hiểu về tiểu sử gia đình.</li> <li>Xác định &amp; giải quyết một vấn đề hoặc khó khăn ở địa phương (gia đình, khu phố, cộng đồng trường học, v.v)</li> </ul>	<p><b>Hoạt Động Sức Khỏe Thể Chất:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Đi bộ</li> <li>Chạy bộ</li> <li>Chạy xe đạp, ván trượt, v.v</li> <li>Nhảy dây</li> <li>Xem video/ứng dụng tập thể dục.</li> <li>Thực hành chánh niệm; yoga/thư giãn gân cốt</li> <li>Chơi các hoạt động thể thao cá nhân mà có thể giãn cách xã hội - tung hứng banh bằng chân.</li> </ul>
<b>Cấp Lớp</b>	<b>Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn:</b> Việc học theo cấu trúc, cấp lớp, do giáo viên hướng dẫn và hỗ trợ.	<b>Các Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung (ngoài việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn):</b> Có thể được kết nối với việc Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn, học sinh dẫn dắt, hoặc gia đình dẫn dắt).	<b>Đáp Ứng Nhu Cầu về Dinh Dưỡng và Sức Khỏe:</b> Ăn Sáng, Ăn Trưa, Nghỉ Giảo Lao
<b>9-12</b>	<b>30 phút cho mỗi môn học; tối đa 3 tiếng</b>	<b>Đề Nghị 1-2 Tiếng</b>	<b>Đề Nghị 2 Tiếng</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Trải nghiệm học tập được hướng dẫn bởi giáo viên có giấy phép.</li> <li>Tập trung giải quyết vấn đề quan trọng, hợp tác, trao đổi và sáng tạo.</li> <li>Tập trung vào việc học cần thiết và có liên quan cho học sinh.</li> <li>Tạo cơ hội học tập liên ngành, toàn diện</li> </ul>	<p><b>Gợi Ý Cho Các Hoạt Động Học Tập và Bổ Sung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>30-60 phút đọc hoặc nghe sách âm thanh.</li> <li>Lên kế hoạch cho sau trung học với các hoạt động như: <ul style="list-style-type: none"> <li>Nghiên cứu nghề nghiệp</li> <li>Khám phá cơ hội học bổng.</li> </ul> </li> </ul>	<p><i>Có thể được đan xen trong ngày vào lúc thuận tiện nhất theo lịch trình của gia đình và nhu cầu của học sinh.</i></p> <p><b>Thời Gian Dừng Bữa</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lên lịch cho thời gian dừng</li> </ul>





# BẢN NHÁP Công Cụ #5 Học Từ Xa: Ngày Giảng Dạy Mẫu (Tổng quan về K-12)

<ul style="list-style-type: none"><li>• Xây dựng các kỹ năng quan trọng và tập trung vào các khái niệm phù hợp cho K-12; theo Tiêu Chuẩn của Tiểu Bang Oregon.</li><li>• Kết hợp cơ hội đánh giá sự phát triển và phản hồi của học sinh giúp cho vai trò chủ đạo của học sinh.</li><li>• Phân biệt và điều chỉnh các mô hình học từ xa để bao gồm các tập tài liệu, trải nghiệm trực tuyến, học tập pha trộn, điện thoại, v.v. phù hợp với nhu cầu học tập của học sinh và khả năng công nghệ và kết nối.</li><li>• Đảm bảo tiếp cận các giáo viên đủ trình độ chuyên môn, nội dung theo cấp lớp và tài liệu theo yêu cầu (bao gồm cả công nghệ khi có thể).</li><li>• Hỗ trợ tất cả các học sinh đạt Bằng Cấp Oregon 2020, Bằng Cải Biên Oregon 2020, hoặc Bằng Mở Rộng Oregon 2020 và chuyển đổi thành công sang nghề nghiệp và/hoặc đại học.</li></ul> <p><b>Học Do Giáo Viên Hướng Dẫn Có Thể Bao Gồm:</b> Học về Cảm Xúc Xã Hội, Đọc, Viết, Nói và Nghe, Toán, Khoa Học Xã Hội, Y Tế, Thể Dục, Nghệ Thuật, Âm Nhạc, Khoa Học, CTE, học trực tuyến và các nguồn hỗ trợ, tờ thông tin/các hoạt động học tập hỗ trợ cho các phần nội dung cốt lõi.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>○ Tìm hiểu các trường đại học và/hoặc học nghề hoặc các chương trình sau trung học.</li><li>○ Soạn thảo luận văn cho đại học hoặc học bổng.</li><li>○ Lên kế hoạch học SAT/ACT – tập thi thử</li></ul> <ul style="list-style-type: none"><li>• Tham gia vào một nghiên cứu độc lập</li><li>• Xác định &amp; giải quyết một vấn đề hoặc khó khăn ở địa phương (gia đình, khu phố, trường học, cộng đồng, v.v)</li><li>• Chơi cờ bàn, ráp hình, xúc xắc, lá bài</li><li>• May, đan, thủ công</li><li>• Lên kế hoạch cho bữa ăn</li><li>• Nấu ăn và sửa đổi công thức nấu ăn (tăng gấp đôi hoặc gấp ba).</li><li>• Đọc sách cho các em nhỏ hơn và/hoặc hỗ trợ các em trong việc học.</li><li>• Vẽ và sáng tạo nghệ thuật</li><li>• Làm nhạc</li><li>• Làm video</li><li>• Ghi nhật ký, viết lách kiểu sáng tạo</li><li>• Phỏng vấn một thành viên trong gia đình để tìm hiểu về tiểu sử gia đình.</li><li>• Học từ các chương trình giáo dục, podcast, tài liệu, hoặc ti vi công cộng.</li></ul>	<p>bữa thông thường (bữa sáng và bữa trưa do học khu cung cấp cho bất kỳ ai chọn tham gia).</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Kết hợp việc rửa tay</li><li>• Giúp lên kế hoạch bữa ăn, chọn món ăn, nấu ăn, dọn dẹp sau khi ăn.</li><li>• Kết nối/nói chuyện trong bữa ăn</li></ul> <p><b>Hoạt Động Sức Khỏe Thể Chất:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Đi bộ</li><li>• Chạy bộ</li><li>• Chạy xe đạp, ván trượt, v.v</li><li>• Nhảy dây</li><li>• Xem video/ứng dụng tập thể dục.</li><li>• Thực hành chánh niệm; yoga/thư giãn gân cốt</li><li>• Chơi các hoạt động thể thao cá nhân mà có thể giãn cách xã hội - tung hứng banh bằng chân.</li></ul>
--	---	--