

## 7-12 年級學生網絡學習每日時間表的樣本

### 重點：所有科目

需要技術支持嗎？是否忘記了您學生的登錄名字和密碼以簽入 Google Classroom / Clever 電子郵件？

若需要，我們這裡為您提供服務！

請向 [support@scusd.edu](mailto:support@scusd.edu) 我們學區技術部門發送電子郵件來查詢問題。

**注意：**以下時間表僅是建議而已。學習是不同步（同步的意思是老師和學生同時處於同一數字空間在同一課堂上）因此學生和家庭可以在一天中選擇最適合自己時間來進行學習。

學校將與您聯繫，為學生提供重要的詳細信息。

時間	活動
<a href="#">Practice Social Emotional Learning Through the Day For self-care and to stay connected to others</a>	全天練習社交情感學習，自我照顧並與他人保持聯繫 <ul style="list-style-type: none"><li>● 未上課前或根據需要，一天中進行其中一種“腦部休息 <a href="#">Brain Breaks</a>”</li><li>● 每天將個人目標設置為：做呼吸活動（練習正念 <a href="#">Practice Mindfulness</a>），運動（每天鍛煉 15-20 分鐘）和休息（做些有趣事-聽 SEL 音樂或繪畫 <a href="#">listening to SEL music</a> 或 <a href="#">drawing</a>）和連接（給朋友/家人或老師發短信，打個招呼或只是簽到）<ul style="list-style-type: none"><li>○ 每日上午 10 點參與正念課程 <a href="#">Mindfulness Classes</a></li></ul></li><li>● 繼續練習 SEL 社交情感學習策略 <a href="#">Practice SEL strategies</a>，這將幫助您管理壓力並幫助您專注於學習。</li><li>● 每天結束時擊掌鼓勵（為自己和向他人鼓勵） <a href="#">High-Five (To self and others)</a></li></ul>
上午 7:45 - 8:00 (15 分鐘)	登錄到 <b>Google Classroom</b> 或其他平台 <ul style="list-style-type: none"><li>● 用所需技術，登錄到 Google Classroom (<a href="#">how to login via Google</a>, <a href="#">log in via Clever</a>, <a href="#">how to submit assignments including a picture</a>) (如何登錄 Google, 如何登錄 Clever, 如何提交作業內含圖片)</li></ul>
上午 8:00 - 8:50 (50 分鐘)	<b>核心數學教學</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 學生觀看老師和其他來源的教學視頻</li><li>● 學生查看旁白的 PowerPoint 其中引入了新內容並，通過網絡參與研討會</li><li>● 學生完成作業用數字軟件，Google 課堂和教科書中的練習</li><li>● 學生以數字方式提交作業以供老師審核</li></ul>
上午 9:00 - 9:50 (50 分鐘)	<b>核心英語語言教學</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 仔細閱讀年級水平的課文</li><li>● 從教師策劃的資源（例如視頻，在線教程等）中學習。</li><li>● 學生通過討論，寫作或其他多種表達方式（例如 Google 幻燈片，博客等）來展示學習能力</li></ul>
上午 10:00 - 10:50 (50 分鐘)	<b>核心歷史/社會科學教學</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● 學生觀看教學視頻指導他們獨自工作</li><li>● 學生查看敘述教材，鞏固閱讀和/或學習老師的指導</li><li>● 學生以數字方式提交作業以獲取老師的反饋</li></ul>

<p>上午 11:00 - 11:50 (50 分鐘)</p>	<p><b>體育</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 學生觀看老師和其他來源的教學視頻</li> <li>● 學生完成作業，完成通過 Google 課堂或其他媒體來源所提供的作業</li> <li>● 通過討論，寫作或其他各種表達方式（例如 Google 幻燈片，博客，視頻等）來展示學習能力</li> <li>● 學生以數字方式提交作業以供老師審核並獲得反饋</li> </ul>
<p>下午 12:00 - 12:45 (50 分鐘)</p>	<p><b>午餐時間</b> 吃些健康又美味的東西。請洗手！</p>
<p>下午 12:45 - 1:35 (50 分鐘)</p>	<p><b>核心科學</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 學生觀看教學視頻指導他們獨自工作</li> <li>● 學生查看敘述教材，鞏固閱讀和/或學習老師的指導</li> <li>● 學生以數字方式提交作業以獲取老師的反饋</li> </ul>
<p>下午 1:45 - 2:35 (50 分鐘)</p>	<p><b>選修課</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 學生觀看教學視頻指導他們獨自工作</li> <li>● 學生查看敘述教材，鞏固閱讀和/或學習老師的指導</li> <li>● 學生以數字方式提交作業以獲取老師的反饋</li> </ul>
<p>每天學習時間內 根據需要情況</p>	<p><b>家長/監護人：與老師交流</b> 今天過得怎麼樣？一切順利嗎？有什麼困難？為孩子安排時間以獲得所需的額外幫助。</p>