

اعتمد مبدأ المساءلة والمشاركة

- ◆ تحقق بانتظام من أبنائك وبناتك
- ◆ افتح حوارات معهم بشكل متكرر للاطمئنان على سير عملية التعلّم عن بُعد
- ◆ تواصل مع المدرسة إذا كان هناك أي سؤال



تهيئة مكان للدراسة

- ◆ إن توفير مكان للدراسة يُعتبر عاملاً مساعداً لتحسين الإنتاجية. ويجب أن يكون:
- ◆ بعيداً عن الضوضاء مما يساعد على العمل بتركيز
- ◆ مجهّز بأقلام رصاص وأقلام جافة ودفاتر ملاحظات وغيرها
- ◆ مزود ببرنامج زمني والجدول الدراسي وقائمة بالمهام
- ◆ ويجب أن يتضمن مكان الدراسة كرسي وطاولة. ويُفضّل التعلّم باستخدام جهاز حاسوب محمول، ولا ينصح باستخدام الهواتف النقالة أو غرف النوم لهذه الغاية



الدعم الجسدي والمعنوي

- ◆ خصص وقتاً كل يوم لممارسة الرياضة
- ◆ شجع ابنك/ابنتك على ممارسة رياضة المشي
- ◆ تعرّف على الصعوبات أو المخاوف التي قد تتولد لديهم
- ◆ أطلب الدعم من كينغز أكاديمي عند الحاجة: من عمداء الصفوف والمستشارين الأكاديميين والمرشدين والمعلمين



أوجد روتيناً ليومك

- ◆ حافظ على الاستيقاظ يومياً في أوقات محددة خلال أيام الأسبوع
- ◆ اتّبع جدول الدراسة اليومي خلال ساعات الدوام المعتادة
- ◆ أما خارج أوقات الدوام:
- حدد أوقاتاً للدراسة ولتأدية واجبات الدراسة المنزلية
- نظّم أوقات استخدام الهاتف النقال

