

Hỗ trợ Học sinh Tại Nhà: Lớp 9-12

Được phát triển ban đầu bởi Học khu Công lập Quận Howard; được điều chỉnh cho phù hợp với Học khu Công lập Denver

Tổng quan

Hướng dẫn này được thiết kế để cung cấp các ý tưởng khuyến khích học sinh tham gia vào các hoạt động học tập trong khi các trường học có thể bị đóng cửa do COVID-19. Các hoạt động được liệt kê nhằm giúp học sinh tham gia vận động trí tuệ khi các em ở nhà. Các ý tưởng hoạt động không đại diện cho cấp độ giảng dạy đầu tiên được thực hiện trong các trường học. Các bài thực hành tốt nhất cho việc giảng dạy lần đầu sẽ được thực hiện khi học sinh trở lại trường.

Các hoạt động và nhiệm vụ mà học sinh hoàn thành ở nhà sẽ không được sử dụng để đánh giá hoặc được tính vào một phần điểm số của học sinh. Các gia đình nên xem xét danh sách dưới đây (được xây dựng bởi Học khu Công lập Quận Howard và được điều chỉnh để sử dụng bởi Học khu Công lập Denver) và chọn các tùy chọn phù hợp, có thể thực hiện được và thích hợp với lứa tuổi.

Mẫu Lịch học Hàng ngày

8:00-9:00	Thức dậy & Chuẩn bị	Ăn sáng, mặc quần áo, sẵn sàng cho ngày mới
9:00-11:00	Giờ Học	Chọn một hoặc nhiều lựa chọn từ danh sách bên dưới.
11:00-12:00	Thời gian Nhìn vào Màn hình	Chọn một hoặc nhiều hoạt động sử dụng màn hình từ danh sách dưới đây.
12:00-2:00	Ăn trưa & Thời gian Tự do	
2:00-3:00	Giờ Học	Chọn một hoặc nhiều lựa chọn từ danh sách bên dưới.
3:00-4:00	Đọc	Đọc một cuốn sách hoặc chọn một cuốn sách để đọc trực tuyến từ một trong những nguồn dưới đây.

Nhiệm vụ Phổ quát

- Tiến hành nghiên cứu về các lựa chọn trường cao đẳng, đại học và/hoặc nghề nghiệp tiềm năng. Kiểm tra xem trình độ, kỹ năng hoặc chương trình đào tạo nào là cần thiết.
- Tiếp tục làm việc trên bất kỳ dự án dài hạn nào mà các giáo viên của em đã giao cho em.
- Tiếp tục đọc các văn bản đã được các giáo viên của em chỉ định và trả lời các câu hỏi dưới đây cho mỗi 20 phút đọc.
 - Có ai trong số các nhân vật nhắc em về một người nào đó trong cuộc sống của em không? Đó là ai và người đó gợi nhắc như thế nào?
 - Các nhân vật, bối cảnh và các vấn đề giống với những nội dung đó trong các câu chuyện khác mà em đã đọc như thế nào?
 - Em có được gợi nhắc về bất cứ điều gì trong cuộc sống của em khi đọc câu chuyện này không? Đó là điều gì và được gợi nhắc như thế nào?
 - Câu chuyện này khiến em nghĩ hoặc tự hỏi điều gì?
- Xem lại bài tập trên lớp và bài tập về nhà gần đây.
- Xem bài báo đưa tin tức, nghe các chương trình phát thanh tin tức công cộng và/hoặc đọc các bài báo. Hãy xem xét những điều sau đây:
 - Các nguồn tham khảo có uy tín như thế nào? Những điều thiên vị tiềm năng nào được trình bày?
 - Dữ liệu/số liệu thống kê có hợp lệ và đáng tin cậy không?
- Xem các tập của NOVA, Nature, và các chương trình khác.
 - Các vấn đề có trong tập phim là gì?
 - Thông tin này liên kết với trải nghiệm cá nhân của em như thế nào?
 - Tập phim này khiến em tự hỏi điều gì?
 - Em có thể tìm thêm thông tin ở đâu?

Nhiệm vụ Cụ thể theo Nội dung

Nghệ thuật Ngôn ngữ dành cho Học sinh Trung học

- Khám phá những cuốn sách đã được làm thành phim. Em có thể lưu ý thấy những điểm khác biệt nào? Đạo diễn đã đưa lời văn vào cuộc sống bằng những cách sáng tạo nào? Hãy sử dụng tài nguyên này:
<https://www.goodreads.com/list/tag/book-to-film>
- Xem lại lời bài hát của một trong những bài hát yêu thích của em mà phù hợp với trường học. Xác định ba phương tiện được sử dụng trong bài hát và giải thích việc sử dụng và tác động của chúng.
 - **Các phương tiện bao gồm:** so sánh, ẩn dụ, cường điệu, tượng trưng, vần điệu, nhịp điệu, điệu nhạc và giai điệu.

Nghiên cứu Xã hội dành cho Học sinh Trung học

- Tận hưởng thời gian với Nội dung của Crash Course (<https://www.youtube.com/user/crashcourse>). Em có thể xem Lịch sử Hoa Kỳ, Lịch sử Thế giới, Chính phủ, Kinh tế và nhiều nội dung hơn nữa. Bắt đầu bằng cách xem các chủ đề mà em đã học trên lớp, nhưng hãy tự do khám phá. Hãy chắc chắn thử và xác định các tuyên bố được đưa ra trong video và bằng chứng được sử dụng để hỗ trợ các tuyên bố đó. Khi em đã xem trong một tập, hãy cân nhắc nghiên cứu để tìm một nguồn khác mà em có thể sử dụng làm “Tài liệu Bí ẩn.” Giải thích lý do tại sao em chọn tài liệu này và tài liệu này liên quan đến tập mà em vừa xem như thế nào.
- Chọn một video từ www.pbs.org/wgbh/frontline/films/ mà có liên kết với những gì em đang học ở trường.
 - Em đã học được thông tin gì mới? Điều này kết nối với những gì em đã học về chủ đề, khu vực, vấn đề này như thế nào?
 - Video đó đưa ra tuyên bố gì? Họ sử dụng bằng chứng nào để hỗ trợ cho tuyên bố của họ?
 - Nguồn này đặt ra những câu hỏi gì? Em có thể tiếp tục nghiên cứu về lĩnh vực này như thế nào?

Khoa học dành cho Học sinh Trung học

Xác định một hiện tượng từ Phenomena: Danh sách của Wonder of Science và xem các video đi kèm (<https://thewonderofscience.com/phenomenal>). Hoàn thành những điều sau:

- Xây dựng một lời giải thích về các hiện tượng. Em có câu hỏi gì về hiện tượng này?
- Xây dựng một mô hình (như sơ đồ, hình vẽ, mối quan hệ toán học, phép loại suy, mô phỏng máy tính và bản sao vật lý) để thể hiện ý tưởng và giải thích.
- Phân tích và giải thích dữ liệu được cung cấp về các hiện tượng.
- Lý do và lời biện hộ dựa trên bằng chứng để xác định lời giải thích tốt nhất cho một hiện tượng tự nhiên hoặc một giải pháp tốt nhất cho một vấn đề chưa được giải quyết.
- Thu được, đánh giá và truyền đạt thông tin rõ ràng và chính xác cho một thành viên gia đình hoặc bạn bè.

Toán học dành cho Học sinh Trung học

- Xác định một tình huống trong thế giới thực có thể được mô hình hóa bằng các hàm khác nhau (ví dụ: tuyến tính, bậc hai, hàm mũ, logarit, logistic, hàm hình sin, hàm bước, giá trị tuyệt đối, hàm căn bậc hai). Mô tả tình huống và giải thích tại sao mô hình này là phù hợp nhất. Xây dựng các cách trình bày khác nhau cho tình huống của em, chẳng hạn như bảng, biểu đồ và/hoặc phương trình. Xác định một miền và phạm vi thích hợp cho hàm dựa trên bối cảnh.
- Xác định biểu đồ và mô tả những gì biểu đồ thể hiện bằng cách sử dụng: http://pbs.panda-prod.cdn.s3.amazonaws.com/media/assets/wgbh/rttt12/rttt12_int_graphstories/index.html. Bình luận về biểu đồ và xác định xem biểu đồ có hợp lý với bối cảnh được đưa ra không.

Ngoại Ngữ

Đọc, nghe và/hoặc xem các tài liệu xác thực bằng ngôn ngữ đích trong ít nhất 15 phút mỗi ngày. Duy trì nhật ký đọc/nghe/xem. Viết bằng ngôn ngữ đích về những gì em đã đọc/nghe/xem, ghi nhớ những mục tiêu về sự thành thạo mà em kỳ vọng Có thể Làm được.

Nghệ thuật

Sổ phác thảo là một cách dễ dàng để tổ chức ý tưởng và nghệ thuật của em. Trong sổ phác thảo của em hoặc trên bất kỳ tờ giấy nào em có và với bất kỳ nguồn cung cấp bản vẽ nào:



- Nghiên cứu vẽ mắt, mũi và miệng trong nhiều tư thế khác nhau.
- Vẽ một đối tượng thú vị từ ba góc độ khác nhau.
- Vẽ ba vật kim loại phản xạ ánh sáng. Tập trung vào các điểm nổi bật và phản xạ.
- Khúc xạ–Tạo hai bản vẽ của các vật thể riêng biệt chìm một phần trong nước.
- Vẽ một cái gì đó không thể tắt được.
- Vẽ một cái gì đó nhẹ nhàng.
- Vẽ một cái gì đó mà em nghĩ là có âm thanh hoặc mùi không thể tưởng tượng được.

Âm nhạc

- Sử dụng ký hiệu chuẩn, vẽ 3 thang âm giai trưởng và chơi hoặc hát chúng.
- Sử dụng ký hiệu chuẩn, vẽ 3 thang âm giai thứ và chơi hoặc hát chúng.
- Tạo nhịp điệu bằng cách sử dụng các vật dụng gia đình trong khi giữ nhịp ổn định.
- Nghe một bài hát và mô tả hình thức của bài hát bằng cách sử dụng điệp khúc hay nội dung lặp lại.
- Chọn một bài hát chủ đề cho ngày của em và mô tả lý do tại sao em chọn bài hát đó.
- Xác định nhịp điệu được tạo ra một cách tự nhiên trong nhà của em.
- Tạo giai điệu gồm 4 ô nhịp và chơi hoặc hát nó
- Tạo một hòa âm gồm 4 ô nhịp và 2 giọng

Thư viện Đa phương tiện

- Đọc nhiều thể loại và hình thức. Tài liệu kỹ thuật số có sẵn tại Overdrive.

- Tạo câu hỏi về một chủ đề mà cá nhân em quan tâm hoặc liên quan đến chương trình giảng dạy. Tiến hành nghiên cứu bằng quy trình Big 6 (https://www.hcps.org/f/academics/media/factsheet_big6.pdf) hoặc một quá trình điều tra khác để trả lời những câu hỏi đó.

Sức khỏe & Giáo dục Thể chất

Mỗi ngày, thực hiện 10 bài tập từ danh sách dưới đây. Hãy thử và chọn một vài bài tập cho mỗi thành phần về thể chất. Thành phần về thể chất bao gồm: Sức bền Tim mạch, Sức mạnh Cơ bắp, Sức bền Cơ bắp, Tính Linh hoạt, Thành phần Cơ thể.

Các bài tập

- Chống đẩy 10 lần
- Plank (Chống đẩy bằng khuỷu tay) 30 giây
- Gập bụng 10 cái
- Air Squat (Ngồi xổm) 10 lần
- Lunge (Chùng chân) 10 lần
- Nhảy Jack 30 lần
- 1 phút chạy bộ tại chỗ
- 1 phút chạy nâng cao đầu gối
- Burpee 10 lần

Bảng Lựa chọn cho Học sinh Lớp 9

- 10 lần chống đẩy với tường

- Ngồi và Vươn Vai
- 20 lần xoay cánh tay vòng nhỏ (tiền và lùi)
- 20 lần xoay cánh tay vòng lớn (tiền và lùi)
- 10 phút đi bộ quanh khu phố
- 20 lần flutter kick (ném đá chân)
- 30 giây giãn cơ theo tư thế con bướm (butterfly stretch)
- Chạy quanh bên ngoài nhà của em 3 lần
- 30 giây giãn gân khoeo (hamstring stretch)
- 30 giây giãn cơ đùi trước (quadriceps stretch)

<https://docs.google.com/document/d/1KeI12sTspZT0sahilseN5SNGMcLgONVt5qXzGWooLFE/edit>

Tài nguyên Kỹ thuật số

Dưới đây là một vài tài nguyên được đề xuất có thể được truy cập bằng phương tiện kỹ thuật số

- [Tài liệu Học tập tại Nhà của Scholastic](#)
- [PBSKids](#)
- [Thư viện số của Học khu Công lập Denver](#)
- [Dịch vụ Gọi Điện thoại để Nghe Truyện \(Phone A Story\) của Thư viện Công Denver](#) (có sẵn Tiếng Anh, Tiếng Tây Ban Nha, Tiếng Amhara và Tiếng Việt)
- [Danh mục Công nghệ Học tập của DPS:](#)
 - Chọn School Breakdowns (Phân chia theo Trường) → Your School (Trường của Quý vị) → Go! (Đi!)
 - Tab **"Parent Consent Required"** ("**Cần có Sự đồng ý của Phụ huynh**"): Tài nguyên được chấp thuận thông qua sự đồng ý của phụ huynh tại trường của quý vị
 - Tab **"Parent Consent Not Required"** ("**Không cần có Sự đồng ý của Phụ huynh**"): Tài nguyên được học khu chấp thuận

Ý tưởng cho các hoạt động dành cho phụ huynh bằng tiếng Tây Ban Nha

- [Las Provincias](#)
- [Bebesymas](#)
- [Sapos Y Princesas](#)

Truyền hình Giáo dục

PBS có nhiều loại kênh truyền hình giáo dục. Đây là cách để quý vị có thể truy cập PBS trong khu vực Denver.

- Qua Vô tuyến (Ăng-ten)
 - Rocky Mountain PBS: Kênh **6.1**
 - RMPBS KIDS: Kênh **6.2**
- Truyền hình Cáp TV (Comcast)
 - Rocky Mountain PBS: Kênh **6 & 658**
 - RMPBS KIDS: Kênh **245**
 - Create/World*: Kênh **248**
 - On Demand: Kênh **1** ("Your Colorado")

- Vệ tinh (DIRECTV)
 - Rocky Mountain PBS: Kênh **6**
- Vệ tinh (Dish Network)
 - Rocky Mountain PBS HD: Kênh **6**