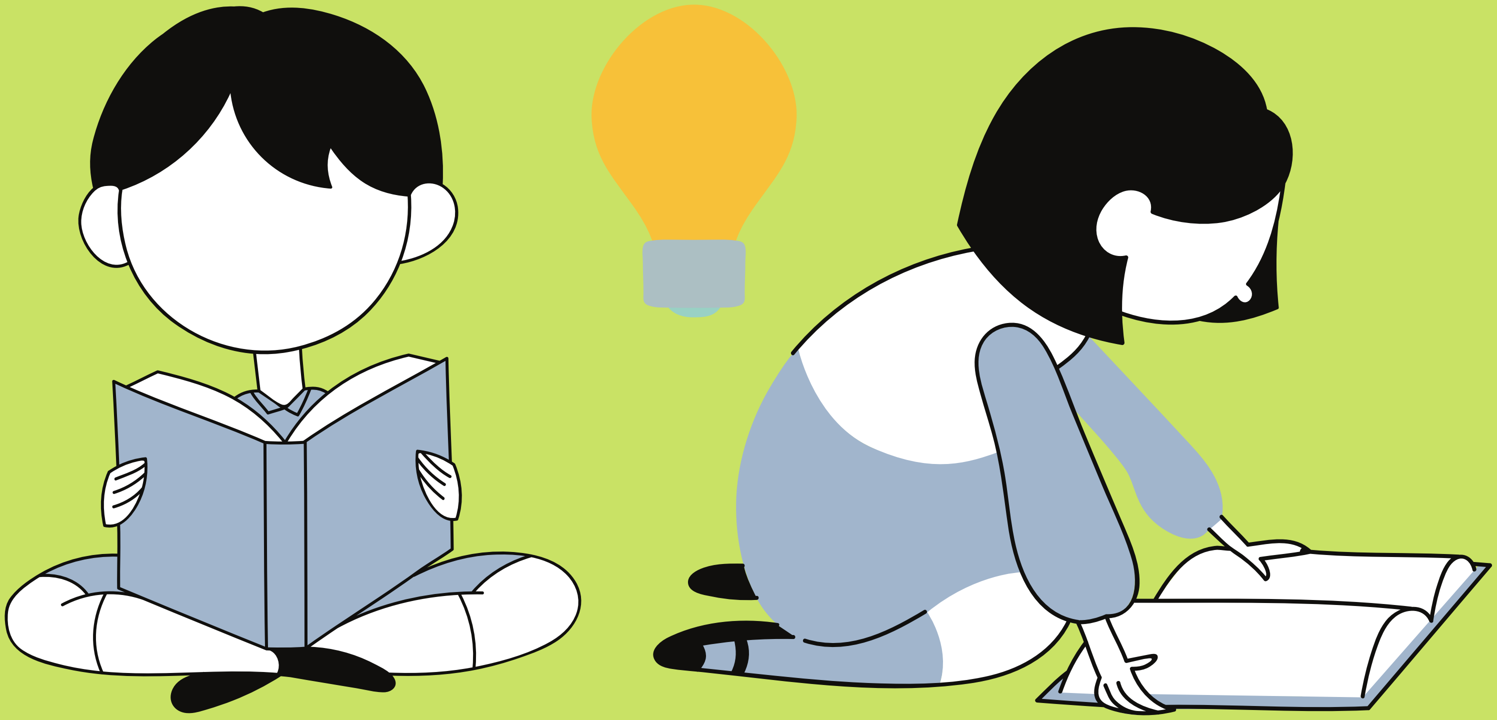
छात्रों के लिए गाइड

# कैसे घर से सीखें..

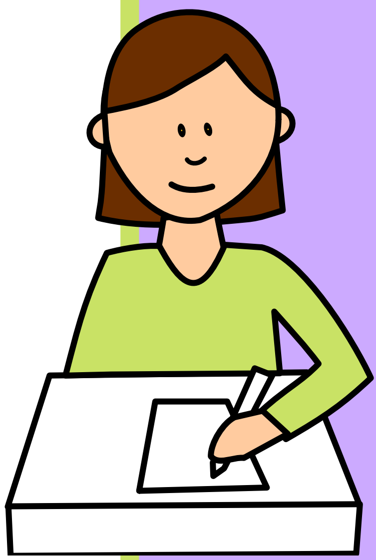


E-पाठन by Varitra

# अपना स्थान निर्धारित करें..

अपने घर में ऐसी जगह खोजें जहाँ आप आराम से बैठ सकें और पढाई पर ध्यान केंद्रित कर सकें।

यह जगह आपके खेलने या आराम करने से अलग होनी चाहिए।



# आपने दिन का टाइम-टेबल बनाएं ..

यदि आपके पास अपना टाइम-टेबल नहीं है, तो अपने स्कूल द्वारा प्रदान किए गए टाइम-टेबल/ शेड्यूल का पालन करें।

यदि आपको होमवर्क करने के लिए अपने टीचर से अनुदेश मिले हैं तो उन्हें अलग अलग भागों में बाँट दें। जिस विषय में आपको सबसे अधिक मज़ा आता है उसे पहले ख़तम करें। फिर सबसे कठिन वाले काम को आप कैसे करेंगे उसकी योजना या तैयारी करें।

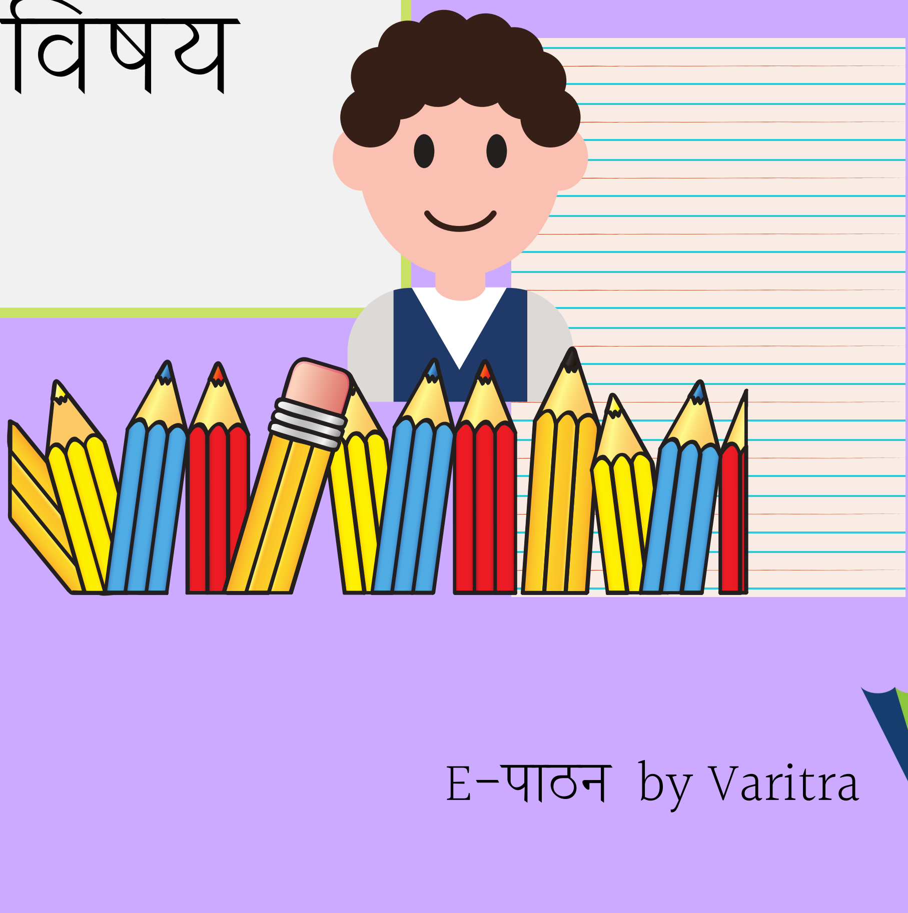
# अपना ध्यान न भटकने दें ..

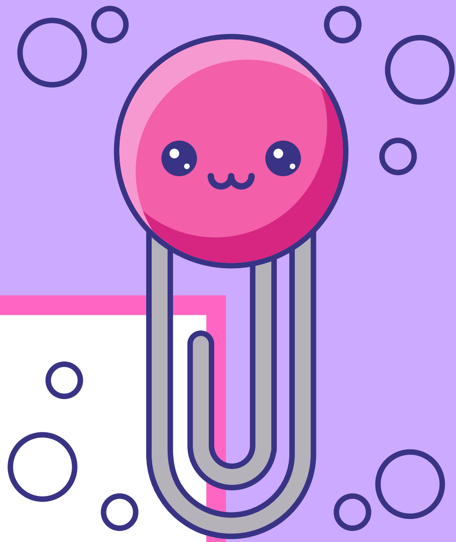
कल्पना करें कि आप स्कूल टाइमिंग में स्कूल ही हैं, न कि घर पर।

अपने माता-पिता या घरवालों से अपनी बात कहने से न दरें ताकि वे यह समझें और आपको एकांत में पढ़ाई करने दें।

# नोटस बनाएं..

नोट्स लिखने से आपका मन लगा रहता है और आपको पढ़ा हुआ विषय याद भी रहता है





आपके पास शायद अपने पाठों के लिए एक टाइम टेबल ज़रूर है, लेकिन अगर आपको पढाई पर ध्यान देने में मुश्किल हो रही है, तो 5-मिनट का ब्रेक ज़रूर लें जिसके बाद आप वापस आकर पढ़ाई जारी रख सकते हैं।

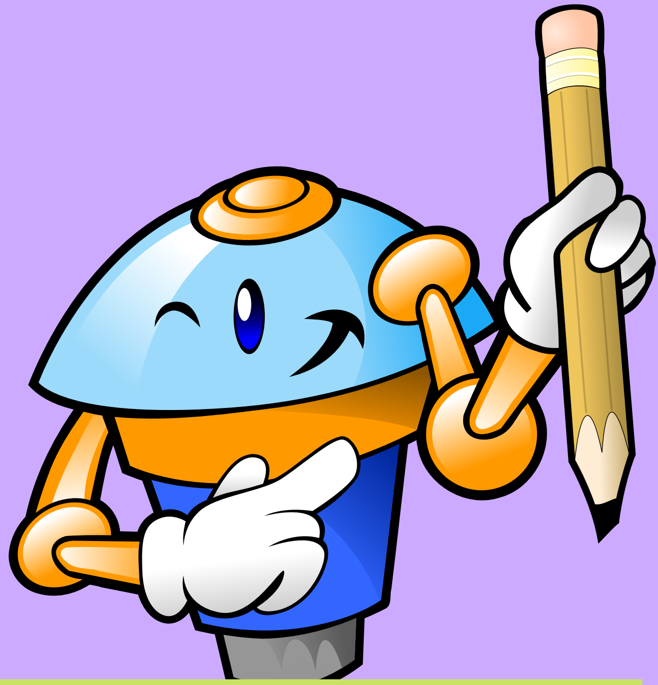
# ब्रेक लेना भी ज़रूरी ..

E-पाठन by Varitra

# मदद मांगने से न डरें ..

यह पहली बार है कि आप इतने लम्बे समय तक घर से पढ़ाई कर रहे हैं। यदि आपको कोई कठिनाई आ रही हो, तो आप फ़ोन के माध्यम से अपने शिक्षकों से संपर्क कर सकते हैं या घर पर ही माता-पिता को बोल सकते हैं।

# अपनी भावनाओं को लिखें..



आप रोज़ाना सोने से पहले अपने दिन के बारे में कुछ लिख सकते हैं। आप घर पर रहते हुए अपने दोस्तों या अध्यापकों को पात्र भी लिख सकते हैं और बाद में उन्हें मिलने पर दे सकते हैं।