

اقتصاد کیش

روزنامه

اوقات شرعی کیش: اذان صبح فردا: ۴:۵۹ - طلوع آفتاب: ۶:۱۸ - اذان ظهر امروز: ۱۱:۴۰ - غروب آفتاب: ۱۷:۰۲ - اذان مغرب: ۱۷:۱۹

| کیش | بندر عباس | قشم | بندر لنگه | میناب | بستک | سیریک | جاسک |
|------|-----------|------|-----------|-------|------|-------|------|
| ▲ ۲۹ | ▲ ۳۰ | ▲ ۲۹ | ▲ ۲۸ | ▲ ۳۲ | ▲ ۲۷ | ▲ ۳۱ | ▲ ۲۷ |
| ▼ ۲۱ | ▼ ۱۸ | ▼ ۲۱ | ▼ ۲۰ | ▼ ۱۶ | ▼ ۱۱ | ▼ ۱۸ | ▼ ۱ |

کودک و نوجوان

شیوه های حفظ و افزایش تمرکز کودک در کلاس آنلاین

در آن راحت باشید برای او تعیین کنید تا به این ترتیب حواس پرتی او را کاهش داده باشید.

وسایل مورد نیاز او را دم دست داشته باشید

از اتصال اینترنت اطمینان یابید و برای کاهش حواس پرتی اجازه دهید فرزندتان از هدفون استفاده نماید. کتاب ها، جزوه ها، بر نامه درسی و... را در دسترس قرار داده و برای کمتر خسته شدن کودک در زنگ استراحت برای او خوراکی یا نوشیدنی سالم و مقوی تهیه نمایید.

برنامه خود را طبق شیای تنظیم کنید

اگر در یک زمان متناوب فرد مشغول یادگیری است و خیلی احساس خستگی می کند تغییراتی در برنامه او ایجاد کنید تا کمی استراحت کند و یا به موضوع دیگری بپردازد برای آموزش مطالب دشوارتر زمانی را در نظر بگیرید که فرد هوشیار و فعال تر است در این صورت درک مطالب برای آنها آسان تر است و سریع تر می آموزد.

از چک لیست استفاده کنید

برخی از کودکان که واقعا با تمرکز مشکل دارند، تهیه یک چک لیست از وظایف مورد نیاز برای یک فعالیت خاص مفید خواهد بود. به عنوان مثال، اگر از کودک خواسته شود برنامه درسی را تماشا کنند، بخوانند و سپس به سوال پاسخ دهند چک لیست برای هر یک از این فعالیت های مورد نیاز کلمات کلیدی مانند تماشا، خواندن، نوشتن است.

به کودک اجازه دهید سر کلاس سوال بپرسد

اگر فرزند شما احساس می کند که مطلبی را یاد نگرفته حتما باید از معلم خود سوال بپرسد. از سوال پرسیدن واهمه نداشته باشید. هنگامی که دانش آموز سوال می پرسد، برای شنیدن جواب دقت و تمرکز بیشتری به خرج می دهد. بنابراین سوال پرسیدن هم یکی از راه های افزایش تمرکز سر کلاس محسوب می شود.

به کودک و البته خودتان استراحت دهید

معلمانی نخواهند کودکانشان از یادگیری ناامید و خسته شوند به همین خاطر وقت زیادی را صرف می کنند تا درس ها را جالب جلوه دهند و متناسب با

انتظارات حقیقی یادگیری از راه دور را درک کنید

دانش آموزان چه مدت زمان باید برای یادگیری به صورت آنلاین صرف کنند؟ ملاحظاتی زمانی برای همه افسرد و وجود دارد و دانش آموزان بزرگتر می توانند مدت زمان بیشتری را نسبت به دانش آموزان کم سن و سال تحمل کنند.

معلم یا مدرسه باید راهنمایی های منطقی ارائه دهد، زیرا برای یادگیری کودکان خردسال، تعامل و بازی با هم کلاسی ها ارزشمند است پس به طبع دانش آموزان کم سن و سال تر زمان کمتری را قادر به تمرکز روی مفاهیم آموزشی آن هم در کلاس مجازی هستند.

مشخص کنید که چه نوع فعالیتی برای کودک شما بهتر است

آیا فعالیت خاصی وجود دارد که فرزند شما تمایل به انجام آن داشته باشد؟ به عنوان مثال، آیا کودک شما در جایی که مربی حضور دارد یا با انجام فعالیت های همزمان بهتر عمل می کند؟ چه بسترهایی یادگیری کودک را بیشتر درگیر می کند؟ پاسخ به این سوالات می تواند برای شما و معلم فرزندتان ارزشمند باشد تا به شما کمک کند برای یادگیری بهتر دانش آموز برنامه ریزی کنید.

فرزند خود را تشویق به تحرک کنید

کودکان باید به طور مکرر در طول روز تحرک داشته باشند. قبیل از اینکه کودک روی یادگیری از راه دور تمرکز کند باید ورزش انجام دهد چرا که فعالیت مفید بدنی توانایی ذهنی او برای تمرکز و فعالیت های ذهنی را افزایش می دهد. بعضی از کودکان هنگام ایستادن بهتر می توانند روی کارها تمرکز کنند در این صورت رایانه یا تبلت باید روی سطح برجسته باشد تا کودک بتواند ایستد.

حواس پرتی او را کاهش دهید

در صورت امکان، وقتی کودک مشغول انجام تکالیف مدرسه است سر و صدا و بی نظمی محیط را کاهش دهید و یک فضای کاری مشخص شده که کودک

بیمه ناهمادان خانواده

باروزی ۹۶۰ تومان، در حوادث
تا سقف ۲۵۰ میلیون تومان بیمه باشید

دفتر امیرزاده کد ۲۱۸۵۶ بیمه آسیا
مشاور تلفنی بیمه ای شما در برج صدف کیش
۰۹۱۲۲۱۱۸۶۳۲ ۰۷۶۴۴۴۵۳۶۷۰

✓ صدور انواع بیمه نامه
غیر حضوری در هر ساعتی که بخواهید
بیمه نامه

هر چهره ای بالبخند زیباتر می شود

به آسایش لیختن ریز نید

اقتصاد کیش

خبری، تحلیلی، اطلاع رسانی
فرهنگی، اجتماعی، ورزشی، اقتصادی
صاحب امتیاز و مدیر مسئول: اسحق ارزانی
قائم مقام مدیر مسئول و سردبیر: ابراهیم ارزانی
با مجوز وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی
گستره توزیع: جزیره کیش و استان هرمزگان
نشانی دفتر مرکزی: کیش - خیابان فردوسی، ویلاهای
مروارید، بلوک B3، طبقه سوم، واحد ۷۱۵
تلفن: ۴۴۴۲۴۹۶۹ - ۴۴۴۲۴۹۹۹ (۰۷۶)
فکس: ۴۴۴۲۴۹۶۸
امور آگهی ها: ۴۴۴۲۰۲۸۴

چاپ: تهران، شهرک صنعتی صفادشت، بلوار تیر، انتهای
خیابان ۱۲ غربی
شرکت چاپ ریحان ۶۶۰۷۹۱۷
eghtesadekish@yahoo.com

شنبه ۱ آذر ۱۳۹۹، ۵ ربیع الثانی ۱۴۴۲، ۲۱ نوامبر ۲۰۲۰، شماره ۳۶۱۶ (۱۰۰۰ دوره جدید) - ۱۲ صفحه - قیمت ۴۰۰۰ تومان

نکته

خطرات خیلی عجیب هستند،
گاهی اوقات می خندیم به روزهایی که گریه می کردیم و گاهی گریه می کنیم به یاد
روزهایی که می خندیدیم!

«هاروکی موراکامی»

آموزش آشپزی

«باسلوق»

مواد لازم:
نشاسته: ۱۰۰ گرم
کلاب: نصف لیوان
پودر نارگیل: ۱۵۰ گرم
مغز گردو: ۱۰۰ گرم
شکر: ۲۰۰ گرم
روغن مایع: یک قاشق چای خوری
آب سرد: دو لیوان

طرز تهیه:
۱. داخل یک قابلمه نجسب تفلون، نشاسته را با آب سرد حل کنید و روی حرارت ملایم قرار دهید تا

نشاسته حل شود و گلوله گلوله نشود. سعی کنید برای هم زدن نشاسته از کفگیر یا قاشق چوبی استفاده کنید. بعد از حل شدن نشاسته، شکر، کلاب و روغن را به آن اضافه کنید و مرتباً هم بزنید تا مایع کاملاً غلیظ شود و به صورت خمیر در وسط ظرف بماند.
۳. سپس آن را از روی حرارت بردارید و مغز گردو را به آن اضافه کنید و هم بزنید و بگذارید تا مایه باسلوق سرد شود.
۴. بعد از سرد شدن، آن را به مدت یک ساعت داخل یخچال قرار دهید تا سفت شود.
۵. سپس دست خود را کمی چرب کنید و مایع خمیری شکل باسلوق را بعد از یک ساعت که از یخچال در آورید کمی ورز دهید و بعد به صورت لوله هایی به قطر ۳ سانتی متر در پیاورید و در پودر نارگیل بغلطانید و با مغز گردو روی آن را تزئین کنید.

عکس روز

کودک را به حال خود رها نکنید از طرفی بیش از حد او را تحت فشار قرار ندهید چرا که در هر دو حالت او را از ادامه ی یادگیری در شرایط روانی سالم دور کرده اید . بنابراین آرامش و البته جدیت در حد تعادل فرزندتان را برای یادگیری و ادامه ی هر چه بهتر روند آموزش آنلاین یاری کنید . اگر فرزند شما سلامت روان و آرامش روحی لازم را نداشته باشد قطعاً تمرکز بهتری برای یادگیری خواهد داشت .

کودک را ترغیب کنید در بحث های کلاسی شرکت کند

اگر معلم از دانش آموزان خواست که نظرات و ایده های خود را بیان کنند، فرزند شما هم بهتر است در بحث ها شرکت نماید ، گوش دادن به نظرات دیگران و شرکت در بحث سبب می شود تمرکز بیشتری سر کلاس داشته باشید.

بازخورد مثبت نشان دهید

هر زمانی که کودک آموزش آنلاین خود را به خوبی کامل کرد سریع بازخورد مثبتی مانند دادن یک ستاره یا برجسب نشان دهید زیرا ایجاد انگیزه نقش مهمی در یادگیری او دارد.

تلاش شبانه روزی برای آماده سازی پارک طلوع کیش

