

疫情期间在家上网课倡议书 疫情期间上网课的倡议书(实用8篇)

一个好的企业标语能够帮助企业塑造独特的品牌形象，吸引消费者的注意力。一个好的企业标语应该具备独特性，能够与竞争对手的标语区别开来。诚信经营，口碑第一

疫情期间在家上网课倡议书篇一

亲爱的同学们：

当前，我省正处于疫情防控的关键时期，疫情防控工作离不开广大同学们的支持与配合。因此，我校全体师生已改为线上教学。对于增加线上学习的积极性和提高线上学习的效率，现发出如下倡议：

不论在线上还是线下学习，都要做到毫不懈怠，扎实学习。按时作息，养成良好的生活习惯。早睡早起，加强体育锻炼，以饱满的精神状态来开展学习。

调整心态，积极适应线上学习。全体同学要坚决克服消极思想和侥幸心理，应当增强自主学习意识。以积极乐观的心态和饱满的热情参加线上学习。

笃学慎思，确保线上学习质量。同学们认真安排每一天的学习与生活，积极加强自我管理，提升自我要求，让自律真正成为思想自觉和行为自觉。

遵守纪律，维护良好教学秩序。同学们可以通过发文字、发语音、视频连麦等方式与老师实时互动，使课堂活跃度提高。同学们要自觉遵守在线教学纪律，按时上课、积极互动，及时反馈学习信息。

安全防范，强化网络安全意识。同学们应客观理性面对疫情和线上教学方式，注意网络言行规范。不随意上网传播老师授课内容和资料，不发表与教学无关的不当言论，对有关网络舆论加强辨别、理性发言。

团结互助，共同打赢疫情战役。同学们应当充分理解并积极配合学校、学院和任课教师，互帮互助、共同学习，相互监督、携手进步，共同打赢疫情歼灭战！

同学们，让我们戮力同心、共克时艰，共同维护良好的教学秩序，确保“线上学习”高质量完成！

共青团淮南师范学院委员会

20xx年4月18日

疫情期间在家上网课倡议书篇二

亲爱的同学们：

当前，新冠肺炎疫情防控工作正处在关键阶段，需要 we 们继续服从大局，听从指挥，做好防护。为了实现“延期不返校，延期不停教，延期不停学的目标”我校将从3月15日正式全面开展线上教学，同学们将以“在线教学”的新方式开展课程学习。为高质量完成学习任务，营造良好的在线学习环境，广东工商职业技术大学学生会向全体同学发出倡议：

学校对延期开学期间的教学工作作了周密安排，学习空间的转换会给大家带来一些不适应，我们要积极调整学习习惯，安排作息时间，早睡早起，制定科学的学习计划，以饱满的热情，积极的心态，全情的投入参与进线上课堂。虽然大家面对屏幕，遥距千里，更要做到标准不降低，学习不停顿。

我们都是成长在互联网高速发展过程中的一代，在日新月异

的科技发展中，对新鲜事物有着很强的接纳度和极快的学习效率。而对于我们部分年长的老师来说，在短时间熟练掌握信息化教学工具还有着一些挑战和困难，在网络学习的共建中，还需要我们师生共同携手。我们在教学过程遇到卡顿、掉线或老师操作不畅时多理解，多协助老师。同时同学间积极开展互帮互助，互学互长，共同营造更好的学习氛围，更优质的学习体验。

在线上教学这种新的学习方式里，我们依然需要秉持求真务实的态度，做到实事求是，诚信学习，自律学习，养成良好学习习惯，上课专心听讲，不做与课堂无关的行为，坚决杜绝作业抄袭拷贝等不端行为，提升学习效果。同时树立保护知识产权意识，尊重老师教学成果，包括音频、视频、ppt等授课内容和相关资料，未经老师同意，不进行传播交流。

线上学习的同时，我们要充分利用课余时间多读书、读好书，在读书思考中汲取力量、提升修养，涵育理性平和的心境品格；多参加线上第二课堂素质拓展活动，提升能力素质；多学习疫情防控知识，自觉遵守、带头践行疫情防控要求，养成勤于锻炼的健康生活作息习惯，保护好自己和家人，对自己和他人生命安全负责。

xxxxx大学学生会

20xx年xx月xx日

疫情期间在家上网课倡议书篇三

亲爱的同学们：

由于疫情影响，近期我们只能与天南海北的同学，相约在屏幕前，进行线上学习。为了营造良好的线上课堂秩序，保证在线学习效果，我们向全体同学倡议：

遵守教学作息时间，提前调试网络，做好上课准备。按时上课，不迟到、不早退、不旷课。如因网络问题不能上课者事先向任课老师说明。

上课期间，遵从老师的课堂管理，不做与课程学习无关的'事情。不随意打断老师的讲授，不通过评论、弹幕等形式使用不文明语言。

积极参与课堂教学活动，认真完成老师布置的学习任务；提前做好预习，有序参与课堂讨论。

及时梳理学习内容，就学习要求、学习与同学讨论交流。积极与老师就授课相关情况进行沟通，共同营造良好线上课堂秩序，确保学习效果。

汽车与机械工程学院学工办

20xx年2月28日

疫情期间在家上网课倡议书篇四

亲爱的同学们：

随着疫情形势变化，我校全面转换线下教学为线上教学，充分依托利用多类型在线课程平台和学习工具，积极开展在线教学活动，广大同学积极响应、大力支持。这一举措充分体现了安医人“好学力行，造就良医”的校训精神。为继续维护良好的在线教学秩序，保证线上教学质量和学习效果，现向同学们发出如下倡议：

线上教学、云端相聚，缺少了面对面的互动交流，大家难免会有所不适。希望同学们积极调整心态，熟练掌握线上课堂技术操作规范，克服浮躁、焦虑、松懈情绪，以积极乐观的心态和饱满的热情参加线上学习。

线上学习缺少老师直面管理，是对个人自律品质的考验。“君子慎独”，希望同学们加强自我管理，提升自我要求，让自律真正成为一种思想自觉和行为自觉。积极主动关注学校、学院和班级的通知，做好学习计划，做到劳逸结合，合理安排时间、规律作息。充分发挥主观能动性，认真听讲，主动学习，保证课堂效果，按时、独立完成老师布置的课业任务。

线上教学如同线下课堂，需要大家共同维护良好的秩序。希望同学们自觉遵守在线教学纪律，按时上课、积极互动，及时反馈学习信息。提高网络安全意识，不发布不明信息，不点击不明链接，未经授课老师同意不可上网传播老师授课内容和资料；规范网络言行，不发表与学习无关的信息或资料，共同营造清朗健康、积极向上的网络课堂教学环境。

疫情来袭，更须我们团结一致、携手共行。希望同学们在线上学习过程中，充分理解并积极配合学校、学院和任课教师，主动沟通、加强交流，共同妥善解决线上教学存在的难题和障碍；同学们之间互帮互助、共同学习，相互监督、携手进步。

同学们，让我们共克时艰，共创良好在线教学环境，保质保量地完成规定的各项学习任务。同时，积极利用好在线学习资源，广泛学习，不断提升自我，以奋进者的姿态，在青春的赛道上争取跑出最好成绩！

安徽医科大学学生处、教务处

20xx年x月x日

疫情期间在家上网课倡议书篇五

亲爱的各位同学们：

见字如面！

韶华如驶，深秋迟暮。同学们此次线上学习已一月有余。当前，郑州市本轮疫情还在持续，新发感染人数仍处于高位，防控形势依然严峻。在这个特殊时刻，守护身体健康与生命安全、认真完成每项线上学习任务，是每位四中学子的责任。为确保同学们的身心健康，进一步提高线上学习效率，丰富线上学习生活，在此，向同学们发出如下倡议：

防疫千万条，健康第一条。疫情面前，请增强大局意识，坚定必胜信心，充分认识到当前疫情的严峻性，警惕麻痹大意思想和侥幸心理，增强防护意识和自我保护能力，坚持戴好口罩，做好室内通风。做到非必要不外出，若需外出，要保持一米以上社交距离。与此同时，还希望同学们提高对信息的判断能力，做到不信谣不传谣。互联网信息纷繁芜杂，应保持理性，密切关注官方渠道和权威媒体发布的疫情信息，不造谣、不信谣、不传谣；不轻视、不恐慌、不消极；不随意转发、扩散未经证实的信息，不在网上发表负面情绪和言论，及时调整心理情绪，积极传播正能量，营造清朗的网络空间。

在这疫情防控的特殊时期，老师们和同学们每天在网络的两端相见，虽不在同一个空间，但却在同一个课堂里，共同学习、共同进步。这也对同学们的自制力有了更高的要求。对如何提高网课学习效率我们有如下建议：

1. 课前做好预习工作，课上积极思考，认真听讲，主动提问，自觉参与课堂讨论，认真做好课堂笔记，有问题及时向老师反馈。
2. 上网课期间能严格要求自己，规范网课纪律，例如每节课能提前3-5分钟进入视频课堂；上网课期间尽量做到全程着校服；开启视频设备，并做到上半身、头部、双手、桌面全部显露；每位学生提前打印准备好作业。

3. 积极主动并能创造性地完成线下各项学习任务和标准化作业，按时提交。

4. 健康上网课，注意上课姿势，正确把握时间，请勿长时间使用电子产品学习，防止眼疲劳，预防近视。

通过这段时间的刻苦学习，相信在疫情过后，定会有一批又一批的黑马脱颖而出。

笼罩在疫情的阴霾下，我们不仅要做好身体上的防护，更要注意心理的健康防护。如果同学们时常感到学习压力太大，心神不定或心烦意乱，可以试试下面这些自我调整心理的方法：

首先，同学们要健康生活，用脑科学。研究表明，合理的健康饮食可以保证同学们的心理健康。合理的作息可以让同学们的思维更加敏捷，精力更加集中。

其次，我们要学会调控心情。我们可以把情感和思绪说出来，或是写出来，这样能够有效地缓解情绪。因此当同学们有了焦虑，郁闷等负面情绪时，可以选择和好朋友说一说，聊一聊，也可以自己写一写情绪日记，把开心和不开心的事情记录下来。

最后，为了更好的调整同学们的心理状态，大家还需要做适当的放松训练，冥想放松法就是个不错的选择。在使用此方法时，同学们需要将双脚平放在地面静坐，做几次胸腹式的深呼吸，然后轻轻地闭上双眼，让所有的肌肉慢慢的放松下来。之后将全身所有的肌肉绷紧，然后再一次突然放松下来，用心的去关注你绷紧的肌肉，在放松的时候，体会肌肉由紧到松的变化。这个放松状态可根据自己的情况多做几遍。

让我们按照上述做法摒除杂念，倾听心灵的'声音，倾听美的声音吧！

疫情让我们明白，免疫力才是最大的竞争力。科学合理的体育锻炼，不仅能增强体质，也能改善睡眠，使人精力充沛，以饱满的精神状态投入学习生活。因此在线上学习时期，同学们也不能忽视体育锻炼，积极完成体育老师安排的任务，并且可以根据自身情况进行自主的体育训练。

“谁言寸草心，报得三春晖。”在我们的一生中，父母的关爱是最博大、最无私的，父母的养育之恩是永远也诉说不完的：我们吮着母亲的乳汁露出笑脸；揪着父母的心迈出了人生的第一步；在甜甜的儿歌声中酣然入睡，在无微不至的关怀中茁壮成长。

鲜花感恩雨露，因为雨露滋润它成长；苍鹰感恩长空，因为长空让它飞翔；念感谢之情，付回报之举。疫情封控在家我们要努力学习，不让父母为之操心。并且还要常与父母、长辈沟通来缓解工作生活带给他们的压力。与此同时，同学们也可以做些力所能及的家务来减轻家人的负担。相信每位同学都能够扮演好在自己家中“开心果”的角色。

勠力同心者胜、风雨同舟者兴。亲爱的同学们，正在好起来，都会好起来！让我们立即行动起来，同心协力、共克时艰，以青年之自觉、青年之担当、青年之作为，积极配合相关防疫工作，再加一把劲、再努一把力，尽快遏制住疫情，让琅琅书声早日充满校园。

郑州市第四中学学生会

20xx年11月18日

疫情期间在家上网课倡议书篇六

xx□

面对学习模式的转换，孩子会表现得不适应。为促进学生身

心健康发展，让学生专心进行网课学习，防止沉迷网络和游戏，内蒙古民族工程职业技术学校特向全校学生及家长提出如下倡议：

做好课前准备。提醒孩子居家线上学习时，要像平常在教室里上课一样做好课前准备——提前上厕所，喝水，吃东西；准备好要用的相关书籍和学习用具，端坐桌前。线上学习每节课之间都有休息时间，家长要提醒孩子注意休息，可以眺望远方，也可以做眼保健操，缓解视力疲劳！

家里的环境对孩子充满着诱惑，电视、游戏、零食等都在诱惑着孩子，容易导致孩子分神。家人经常走动谈话等也都会打扰孩子的学习。因此家长要注意，孩子上课时，关掉电视，保持桌面干净，不要走来走去或者大声喧哗打扰孩子上课，请给孩子提供一个安静的学习环境。

课前先调试上网课需要用到的播放设备(手机或电脑)是否正常，尽量使用wi-fi上网，以保证网速的流畅，避免因为卡顿而影响听课。

网课和教室上课不一样，网课中老师无法及时捕捉孩子上课状态，孩子如果事先不预习课堂内容，很容易跟不上节奏。因此孩子要做好课前预习，要对老师接下来要讲到的内容心中有数，这样在课堂中，孩子才能紧跟老师的节奏和思路，提高学习效率。

01及时记笔记

网课的板书和黑板板书不一样，会比较杂乱，所以孩子要及时地对老师强调的重点内容做笔记。为了保证听课不被打断，当老师讲到要点时，可以使用截屏来保存重点内容，课后再根据截屏内容补记整理笔记，而课后整理笔记的过程，又是对课堂内容复习巩固的过程。

02多与老师互动

家长应该鼓励孩子在课堂中多与老师互动，积极回答老师提出的问题，在互动的过程中，孩子会不自觉地提升注意力，提高上课效率。

03课后及时复习

网课不同于学校课堂，孩子学习注意力偏低，因此在课后一定要进行课堂知识回顾，有教辅材料的，及时跟踪每一课，做好课后练习。如果有不懂的地方，可以反复回放老师的直播课程，回顾知识点或与老师沟通，直到疑惑解开。

04作业认真完成

家长要提醒孩子及时下载相关学科的学习资料并按照规定认真完成，按时提交。对于讲评过的作业，及时进行更正。

开辟新战场，运用新平台，掌握新技能，适应新形势，停课不停学，隔空不隔爱，线上教育抗疫情，居家学习谱新篇，我们静待花开，师生共盼重聚校园！内蒙古民族工程学校全体师生将继续心怀梦想，路致远方！

内蒙古民族工程职业技术学校

20xx年10月7日

疫情期间在家上网课倡议书篇七

亲爱的同学们：

疫情当前，疫情就是命令，防控就是责任，我们要积极响应防控号召，全力支持并配合疫情防控工作，切实保障本人及他人身体健康和生命安全，在家上好网课。疫情虽阻断了我

们线下课堂教学活动，但却不能阻止我们对知识的追求和渴望。让我们共克时艰，静下心、沉住气，不懈怠、不彷徨，在学校的统一部署下，凝心聚力，服从指挥，努力认真上好每一堂课，共同建设良好的网络教学秩序，一起守护来之不易的防控成果，在此，团委向全体35中学生发出以下倡议：

目前疫情形势复杂，所有学生要自觉遵守法律法规，主动配合疫情防控工作，落实个人健康防护措施，戴口罩、勤洗手、保持社交距离。按要求按时完成核酸检测，如实上报健康情况和异常情况。

随着疫情的升级，老师们突然多了一个身份——网红直播，在这个身份背后，其实隐藏了很多的辛酸和疲惫。老师在给我们上课的过程中，付出了很多的心血。身为35中学生，我们应当自觉遵守相关课堂纪律，端正态度、独立学习、认真思考、勤思善问，尊重老师的辛勤劳动，营造一个良好的学习环境。

做到“在家如在校”，应当立足于当前的教学状况，恰当安排各项学习任务，科学制定学习计划，以良好的状态面对网络学习生活。同时，培养自主学习、自觉学习的能力，学会思考、善于思考，变“要我学”为“我要学”。使自己成为能够有条理地安排学习和生活的`人，为实现自身目标搭桥铺路，也为当前不定的延期状况做好准备。

在网课期间，要注意网络安全防范。我们要加强网络安全防范意识，不随意点击来历不明的弹窗、链接等，不散播自己或同学的账号、个人信息等，防止信息泄露。同时，注意自身言行，在线上学习交流时积极发言、文明表达，共同营造良好的网络环境，传播社会正能量，拒绝手机等电子产品的诱惑，合理使用电子产品。

在这特殊时期，同学们对时间的分配具有更大的自主性，要行动起来，充分利用好碎片化时间，选择好书，坚持阅读，

持之以恒，让读书成为生活的一部分。保证每天得体育锻炼，强健体魄，提高防疫能力，认真上好课间操和体育课。同时注意饮食安全，保证健康的身体，才能保证更好的学习。

开启了居家学习模式，倡导同学们在完成学习计划的同时，参与力所能及的家务劳动，坚持每天参加家务劳动，提高劳动技能，作为家庭成员的一份子就理应为家庭家务做贡献，积极主动洗碗、洗衣、扫地、拖地、做饭、炒菜、整理房间等。在劳动中体会乐趣、发展自我、收获快乐，在劳动中寻找自身的价值。

在这个特殊时期，大家一定会面临着来自于学习氛围、时间管理和网络环境等多方面的挑战。但越是艰难时刻，我们越要积极奋进。为了保证我们的安全，无数英雄仍奋战在抗疫一线；为了我们能顺利开课，多少幕后工作者放弃假期、加班调试；为了使网络课堂效果呈现得更好，全体老师们挑灯夜战、重新备课。这种时候，我们更应加倍努力，充分利用网上资源积极学习、全面发展。同学们，共克时艰，有你有我！

XXX

20xx年xx月xx日

疫情期间在家上网课倡议书篇八

网页一刷，一大堆的视频来袭，这都是直播课，各种各样，可以说是门门齐全，这好比在家里上学似的。开始我是不太适应，当看到网络上不同老师开各个科目的直播课，情不自禁地想念那些学校里的老师。这是给我的第一印象。

但每当老师讲述课堂时，那富有磁性的声音，又不断吸引着我的注意力。老师一讲到重点时，便加重了语气，像突然沉下水去的石头，用鼠标在字行间，画上警戒的红线，仿佛是

一条生死线，就这样深深地回荡在我的脑海中。不仅如此，老师有时还在ppt的课件上，像一位艺术家在不断为他的作品加工又加料，将那彩色的画笔涂抹在黑体字上，一个个的圈圈被一条条的波浪线连起来，近看是一串串的冰糖葫芦，亮眼且有趣。谁能想到，这花花草草的世界会在课件上精彩地呈现出来。我于是产生了极大的兴趣，开始目不转睛地看着视频，并认真地记着笔记，当然，偶尔会被老师洪亮的嗓音惊到。

听着陌生的声音，耳朵不禁凑过去。有的女英语老师的语音宛如布谷鸟在鸣叫，又如山间叮咚作响的小溪清脆悦耳，我忍不住跟着老师读起来，一遍又一遍，乐此不疲，犹如双人的和弦声，甚是美妙。男老师也别具一格，像是扯着嗓子上完这节课似的，故意加重字音，使得说出的话中，每个字都像一个拍子，哒哒哒地铿锵有力。

□