

## **Szanowni Rodzice, drodzy Uczniowie**

Sytuacja, w której się obecnie znaleźliśmy zaskoczyła nie tylko dyrektorów i nauczycieli, ale również uczniów i Was rodziców. Postawiła przed nami nowe wyzwanie, którym jest zorganizowanie pracy on-line. Dokładamy wszelkich starań, by przebiegała ona jak najlepiej i przynosiła oczekiwane efekty.

Dla większości młodzieży może to być duży problem.

Jak zatem wspierać ucznia? Jak pomóc mu zorganizować pracę w domu? Jak zrobić, żeby chciał się uczyć?

Oto kilka wskazówek dla Uczniów i Rodziców.

### **1. Organizacja warunków pracy w domu**

Najlepiej, aby uczeń rozpoczynał i kończył zdalną naukę o stałych porach – wg szkolnego planu lekcji. To sprawi, że będzie miał uregulowany rytm dnia. Wtedy czas spędzony na zdalnej nauce stanie się czymś naturalnym. Odpowiednia organizacja pozwoli zaplanować dzień bez szkody, wyzwoli w uczniu poczucie obowiązku i dyscypliny pracy.

### **Pamiętaj, że to nie jest czas wolny.**

Szkoła przechodzi na nauczanie zdalne, nauczyciele są dostępni przez e- dziennik.

Praca jest zadawana i jej wykonanie będzie sprawdzane. Pamiętajmy też, że długość sesji nauki nie powinna przekroczyć 45 minut.

#### **a. Zasada czystego biurka**

Miejsce pracy powinno być uporządkowane, muzyka wyłączona a telefon odłożony na bok, należy również na czas nauki wyłączyć dźwięk i wibracje nie będzie dzięki temu pokusy, by sprawdzić Facebooka, czy odpisać na smsa.

Na biurku, stole czy innej powierzchni, przy której uczysz się, powinny być rzeczy potrzebne tylko i wyłącznie do nauki. Książka, zeszyt, ćwiczenia, przybory szkolne – jeśli potrzebny jest komputer na czas rozwiązywania lekcji, to może zostać. Jeśli nie – niech będzie wyłączony.

Porządkowanie przestrzeni może chwilę potrwać, ale warto to zrobić – pozytywny efekt będzie długofalowy.

#### **b . Po prostu... zmobilizuj się i rozpocznij naukę**

Najtrudniej jest zacząć, wymyślamy sobie tysiące zadań do wykonania „natychmiast”..., a po kilku godzinach okazuje się, że nadal nic nie zrobiliśmy. Więc po prostu, zacznij. Otwórz książkę, przeczytaj temat...Rób to chociaż przez 15 minut (nie poświęcając tego czasu na inne czynności) - zadziała metoda zaangażowania, łatwiej będzie pracować dalej.

### **c. Zrób krótki plan działania**

Zrób plan dnia, możesz posłużyć się swoim planem lekcji. Bierzesz dziś te przedmioty, które masz w planie, ale możesz go udoskonalić „pod siebie”. Ułóż przedmioty w kolejności od najtrudniejszego (najmniej lubianego). Im szybciej zrobisz te mniej „przyjemne”, tym chętniej sięgniesz po te, które lubisz. To tak w myśl zasady – najpierw praca, później nagroda.

Zrób listę zadań na dany dzień, tydzień...Najfajniejsze jest „odhaczenie” wykonanego zadania.

### **d. Na koniec lekcji NAGRODA**

To czas na przyjemności – oglądanie filmów, seriali, rozmowy z rodziną na żywo i on-line ze znajomymi.

## **Kwarantanna to czas większego wykorzystywania technologii.**

### **Jak zapewnić bezpieczeństwo w cyberprzestrzeni?**

Podstawą w Internecie jest hasło. Jest to podstawowe i najważniejsze zabezpieczenie. Zmieniaj je, nie podawaj wszędzie takiego samego.

Uważaj w co „klikasz” – nie znasz nadawcy, coś wydaje Ci się podejrzanе – nie wchodź.

Uważaj, co publikujesz – opublikowane przez Ciebie dane w sieci roznoszą się szybciej niż koronawirus, nie masz na nie już żadnego wpływu.

Bądź uprzejmy - czy na pewno wszystko trzeba komentować? Chcesz być krytyczny – zrób to na polu prywatnym, nie hejtuj.

Nie pisz z nieznanymi, bądź uważny.

Stosuj zasadę trzech sit:

1. Czy jesteś pewien, że to co chcesz napisać/udostępnić jest prawdą?
2. Czy to, co chcesz przekazać dalej jest dobrą rzeczą?
3. Czy jest to pożyteczne?

Jeśli odpowiedź chociaż na jedno sito jest przecząca - lepiej o tym zapomnij.

Może się okazać, że ta kwarantanna nie jest taka zła.....

## **Rodzice, jeśli chcecie pomóc swojemu dziecku zwiększyć motywację do nauki:**

- Podkreślajcie znaczenie nauki w życiu człowieka,
- powtarzajcie myśl, że nauka jest celem sama w sobie,
- doceniajcie pracę i samodzielność Waszego dziecka,
- pomagajcie, ale nie wyręczajcie,
- nie stawiajcie wymagań wobec Waszego dziecka ponad jego możliwości,
- nie wyprzedzajcie materiału szkolnego,
- pokazujcie praktyczne zastosowania informacji zdobytych w szkole,
- wzbudzajcie w dziecku zainteresowania wieloma dziedzinami życia,
- stwórzcie warunki do poszerzenia wiedzy i doświadczeń dziecka,
- przede wszystkim **WSPIERAJCIE.... WSPIERAJCIE.... WSPIERAJCIE....**