

**Zarządzenie Dyrektora - organizacja zdalnego nauczania**

[plik PDF](#)

**Zarządzenie Dyrektora - ocenianie w czasie zdalnego nauczania**

[plik PDF](#)

[\*\*Polecane strony edukacyjne \(kliknij tutaj\)\*\*](#)

lub w formie Dokumentu PDF

### **Jak motywować i wspierać dzieci do systematycznego uczenia się poza szkołą**

Ważną kwestią jest przygotowanie dziecka na najbliższy czas kiedy trzeba będzie pozostać w domu i uczyć się zdalnie. Należy porozmawiać o tym, co dzieje się w Polsce i na świecie, oczywiście dostosowując treść i przekaz do wieku dziecka

***Żeby nauka w domu była skuteczna, ważne jest kilka zasad:***

#### **Higiena uczenia się:**

- Wywietrzone pomieszczenie do nauki
- Wygodne krzesło
- Odpowiednie oświetlenie

## ZDALNE NAUCZANIE

Wpisany przez Administrator

---

- Zapewniony komfort psychiczny - im większe skupienie na nauce, tym lepsze efekty

*Pamiętajmy, że lęk, niepewność obniżają **sprawność pamięci**.*

Organizacja nauki:

- Dobrze zorganizowane miejsce do pracy (najlepiej stałe)

- Porządek w miejscu nauki (albo przynajmniej taki bałagan, który nie przeszkadza).

- Na biurku tylko potrzebne przedmioty

- Plan pracy (najpierw to, co trudne, potem łatwiejsze, na koniec to, co najprzyjemniejsze)

- Przerwy (po kilku, kilkunastu minutach u młodszych, a w przypadku starszych dzieci nie rzadziej niż po 45 minutach). Wówczas trzeba wstać od biurka, przejść się, napić się wody, wyrzucić przez okno, umyć twarz i ręce)

W przypadku kiedy w domu jest kilkoro dzieci określenie godzin w których dane dziecko pracuje (opracowanie grafiku i wywieszenie go np. na lodówce).

Sposoby uczenia się:

-Powtarzanie - jest najlepszym sposobem na zapamiętywanie (**po każdej sekwencji**)

**podsumowanie, a na zakończenie – szybkie powtórzenie kolejnych punktów).**

**Powtarzać należy: głośno i często.**

- Sporządzanie notatek – ważne jest używanie kolorowych pisaków do podkreślania zasadniczych kwestii oraz kartek do oddzielania partii materiału.

- Robienie wykresów i ilustracji na dany temat.

- Pomocne może być spacerowanie po pokoju lub wystukiwanie rytmu podczas zapamiętywania.

- Przeplatywanie uczenia się poszczególnych przedmiotów tzn: ścisłe na przemian z humanistycznymi np. historia, matematyka potem język polski, a następnie fizyka.

A przede wszystkim Systematyczność!

Na tyle na ile jest to możliwe należy pamiętać o wsparciu dziecka w uczeniu się w domu, im dziecko młodsze, tym wsparcie bardziej pożądane; może mieć formę rozmowy, gry, dyskusji, a najlepiej, kiedy nastąpi zamiana ról i dziecko „uczy” dorosłego.

Techniki wspierające uczenie się - zapamiętywanie:

Mnemotechniki czy techniki pamięciowe to ogólna nazwa sposobów ułatwiających

zapamiętanie, przechowywanie i przypominanie sobie informacji. Dzięki technikom pamięciowym można w niezwykle szybki i łatwy sposób zwiększyć zakres i trwałość pamięci.

Główne rodzaje technik pamięciowych to:

- **Skojarzenia:** łączenie nowych informacji z już zapamiętanymi.
- **Porządkowanie i grupowanie:** według przyjętych zasad, np. podobieństwa znaczeniowego, formalnego, fonetycznego.
- **Stosowanie praw zapamiętywania:** wykorzystanie obu półkul mózgowych i ich potencjału (kolory, kształty, symbole, obrazy, dźwięki, rytm, wyróżnianie się).
- **Skróty językowe:** np. połączenie pierwszych liter nazw w jedno słowo lub zdanie.

***Rodzicu pamiętaj o:***

***- zorganizowaniu stałego planu dnia,***

***- uwzględnieniu możliwości rodziny,***

***- uwzględnieniu możliwości dziecka,***

***- zabezpieczeniu w pierwszej kolejności potrzeb dziecka.***

### **Bądźmy dobrej myśli!**

**Motywowanie dziecka do nauki w domu często dla rodzica jest ogromnym wyzwaniem. Aby temu sprostać Rodzicu pamiętaj:**

1. **1.** Interesuj się tym co dziecko ma do zrobienia (co ma zadane- sprawdzaj na Librusie).
2. **2.** Wspieraj, ale nie wyręczaj.
3. **3.** Mądrze motywuj (nagradzaj drobnymi nagrodami-pochwałą, wspólna zabawa).
4. **4.** Doceniaj osiągnięcia dziecka.
5. **5.** Nie pozwól dziecku, by źle mówiło o sobie np. nie dam rady, jestem głupi, to mi się nie uda.
6. **6.** Buduj w dziecku poczucie własnej wartości.

### **Jak przetrwać?**

Dzieci w domu – to też szansa na odkrywanie nowych możliwości, poznawanie siebie nawzajem, rozmowy i wszystko to, na co brakowało nam czasu. Oto kilka pomysłów na przetrwanie:

#### 1. Domowa szkoła

Stwórz zasady domowej szkoły (jeżeli masz dzieci w wieku szkolnym) i zawieś np. na lodówce. Przykład: codziennie: 2×45 minut samodzielnej nauki czegoś ze szkoły, 2×30 minut czytania, 1 godzina kreatywnej zabawy, manualnej. Do tego 30 min. prac domowych – zleconych przez rodziców. No i oczywiście czas na elektronikę – ale najpierw trzeba zrobić minimum 2 elementy z obowiązków.

### 2. Kącik czytania

Książki - ta opcja zawsze się przydaje w momencie nadmiaru czasowego. Jeśli macie książki papierowe to idealnie. W końcu jest na to czas. Jeżeli nie macie ich aż tak dużo w domu, zawsze można skorzystać z e-booków albo audiobooków. Jeżeli macie dzieci w różnym wieku, to starsze może czytać młodszemu.

### 4. Opieka i zabawa starszego rodzeństwa nad młodszym

To wspaniała opcja, kiedy masz kilkoro dzieci w domu, w tym starsze, które znajdzie pomysł na wspólną zabawę z młodszym rodzeństwem. To może być pomoc w nauce czytania, albo wspólna zabawa w chowanego. Czasem dzieciaki same zaskoczą nas swoimi pomysłami, a my zyskamy trochę czasu na własne działania.

### 5. Lego

Lego potrafi wciągnąć totalnie. Jeżeli Twoje dziecko lubi układać, to jest to dobra opcja na zagospodarowanie mu czasu.

### 6. Filmy, bajki

To dobra opcja, ale oczywiście dzieciaki chciałyby spędzić przed ekranem dłuższy czas niż rodzice. Dlatego warto ustalić limit i wybrać wspólnie ciekawe tytuły. Mogą to być filmy przyrodnicze, rodzinne, albo po prostu bajki.

### 7. Gry, puzzle

Różne. Planszowe, komputerowe. Jeżeli mamy w domu rodzeństwo to na pewno znajdą się gry, w które chętnie pograją. Pewnie w każdej rodzinie są puzzle, albo zabawki na strychu. Warto odkryć stare zabawki na nowo. Jeśli chodzi o gry elektroniczne warto ustalić limit.

### 8. Budowanie bazy

To bardzo fajna opcja, która może zająć dzieciaki nawet na pół dnia. Wyciągnij wszystkie koce, duże ręczniki, może zasłony, które leżą w szafie i daj, a zobaczysz jaką zrobią kryjówkę. Pozwól zabrać kołdrę, poduszki, a nawet przekąski. A potem będą siedzieć i zapraszać Cię do swojego królestwa. Budowanie jest czasochłonne więc korzystaj i działaj.

### 9. Zabawa w sklep i/lub restaurację


Świetna opcja i też bardzo wciągająca. Zobacz ile czasu zajmuje przygotowanie produktów do sklepu, ułożenie na półkach, ogarnięcie cennika. A potem w ramach przerwy możesz przyjąć na kawę i serniczek. A Twoje dziecko poćwiczy komunikację, matematykę i zasady funkcjonowania w sklepie.

### 10. Kreatywne zabawy

Niech każde dziecko zrobi np. skarbonkę, ramkę na zdjęcie, pudełko na bibeloty, albo swoją własną książkę z jakąś historią. Możesz zaproponować warsztaty plastyczne, konkurs modowy, teatrzyk, gry słowne np. pociąg słów, kółko krzyżyk. A może jest coś, na co nigdy nie było czasu i teraz można to zrealizować!

Myślę, że każdy rodzic ma w sobie sporą dawkę kreatywności i znajdzie odpowiednie do wieku i potrzeb dziecka zabawy, które pozwolą mu popracować i nie zwariować. A dzieci w domu nie będą się nudzić.





**Jak skutecznie mobilizować się do nauki w domu?**

- **PLANUJ** ! Wstawaj codziennie o tej samej porze. Rytm dnia pomaga się dobrze zorganizować. Wypracuj schemat działania-pobudka, śniadanie np. o godz. 8<sup>00</sup>, od 9<sup>00</sup> do 10<sup>00</sup> nauka (wykonywanie zadań) np. z j. polskiego, od 10<sup>15</sup> do 11<sup>00</sup> z matematyki, 11<sup>00</sup>-12<sup>00</sup> przerwa - odpoczynek, drugie śniadanie itd.
- **ZAPISUJ** ! Skorzystaj z planera dnia / tygodnia. Wypisz przedmioty, których będziesz się uczyć danego dnia oraz czas, jaki na to przeznaczasz.
- **PRZYGOTUJ SIĘ** ! Zadbaj o porządek na biurku, usuń przedmioty, które Cię rozpraszają i przewietrz pokój. Wylącz komórkę i telewizor.
- **RÓB PRZERWY** ! Gdy poczujesz zmęczenie lub dekoncentrację, zrób krótką przerwę, wstań, pogimnastykuj się, zaczerpnij świeżego powietrza. Unikaj korzystania z telefonu w trakcie przerwy - to wciąga i ciężko będzie Ci wrócić do nauki.
- **ZDROWO SIĘ ODŻYWIJ** ! Pij dużo wody (mózg to 80%), jedz regularnie i często. Pamiętaj o zdrowych przekąskach (warzywa, owoce). Unikaj słodczy i słodkich napojów.
- **NIE PANIKUJ** ! Sytuacja jest wyjątkowa, trudna i niecodzienna, ale postaraj się zachować spokój. Jesteś w domu właśnie po to, abyś mógł czuć się bezpiecznie. Wbrew pozorom bardzo wiele zależy od Ciebie:
  - nie oglądaj programów informacyjnych zbyt często - postaraj się selekcjonować informacje,
  - zostań w domu i ogranicz kontakty z innymi osobami,
  - swoją troskę i zainteresowanie możesz okazać dzwoniąc lub pisząc do kolegów i dziadków,
  - dbaj o siebie, często myj ręce, wietrz swój pokój,
  - zrób coś, co Cię relaksuje np. namaluj ciekawy obrazek.
- **PAMIĘTAJ** ! Nie jesteś sam ! Jesteśmy w kontakcie i zawsze możesz do mnie napisać - w każdej sprawie.

