

KOMUNIKAT DLA UCZNIÓW I RODZICÓW DOTYCZĄCY NAUKI W DOMU

Drogi Uczniu,

- za pośrednictwem dziennika elektronicznego otrzymujesz zadania i wytyczne do samodzielnej pracy w domu;
- pamiętaj przerwa w funkcjonowaniu szkoły nie oznacza dni wolnych od nauki;
- sprawdzaj na bieżąco swoje konto w dzienniku elektronicznym - znajdziesz tam wskazówki do zadań i samodzielnej pracy w domu;
- odpowiedzialnie wykorzystaj czas zawieszenia zajęć w naszej szkole; przeczytaj ulubioną książkę, spróbuj uzupełnić swoje wiadomości lub rozwijaj zainteresowania; skorzystaj przy tym z darmowej platformy epodreczniki.pl i materiałów rekomendowanych przez Twojego nauczyciela;
- pamiętaj o swoim bezpieczeństwie w domu; unikaj miejsc, gdzie są duże skupiska ludzi (np. komunikacja publiczna, parki, place zabaw, plaża, wielkopowierzchniowe sklepy);
- zrezygnuj ze spotkań towarzyskich;
- przestrzegaj w domu zasad higieny i czystości pomieszczeń, w których przebywasz.

Higiena pracy przy komputerze:

- nie siedź zbyt długo przed komputerem, tabletem rób przerwy (po **30 minutach pracy, 15 minut przerwy**);
- wietrz pomieszczenie, w którym pracujesz przy komputerze, tablecie;
- tablet, czy laptop powinien być na stole a nie na twoich kolanach;
- ustaw tak monitor, by był na wysokości Twojego wzroku, staraj się nie pochylać głowy;
- siedząc przy biurku, stole ustaw krzesło na takiej wysokości, by **Twoje** nadgarstki nie były uniesione, mniej się zmęczą;
- w czasie przerwy nie męcz wzroku przy innym monitorze; lepiej spójrz w dal, zamknij oczy, wykonaj kilka ruchów gałkami ocznymi, by rozluźnić mięśnie;
- korzystając z Internetu, stosuj zasady **Netykiety**.

Drogi Rodzicu,

- w związku z zagrożeniem koronawirusem i zamknięciem szkoły na okres przynajmniej 2 tygodni, przypominamy, że nie należy tego czasu traktować jako ferii, czy wakacji;
- nauczyciele naszej szkoły przesyłają za pośrednictwem dziennika elektronicznego zadania i wytyczne do samodzielnej pracy uczniów w domu;
- zachęcaj dziecko do samodzielnej nauki w czasie, gdy nie będzie lekcji w szkole; Ministerstwo Edukacji Narodowej na platformie epodreczniki.pl. udostępnia szereg materiałów edukacyjnych, które pozwalają uzupełnić, ugruntować i poszerzyć wiedzę; dostęp do tych zasobów jest bezpłatny;
- wspieraj, ale nie wyręczaj swojego dziecka; przyzwyczajaj je do podejmowania wysiłku, do pokonywania trudności, wtedy uwierzy we własne siły;
- motywuj swoje dziecko; nawet drobne uznania i pochwały będą dla dziecka pocuciem, że rodzic docenia jego trud i wysiłek włożony w naukę;
- jeśli masz dziecko w wieku do 8 lat, przysługuje Ci zasiłek opiekuńczy do 14 dni; szczegółowe informacje znajdziesz na stronie internetowej ZUS;
- przekaż osobom, które będą opiekować się Twoim dzieckiem, podstawowe informacje dotyczące bezpieczeństwa i higieny;

- zwracaj uwagę, aby dzieci przebywały w domu, ograniczyły wyjścia do najbardziej koniecznych oraz zrezygnowały z kontaktów towarzyskich;
- śledź na bieżąco komunikaty Głównego Inspektora Sanitarnego, Ministerstwa Zdrowia i Ministra Edukacji Narodowej o sytuacji epidemiologicznej w kraju oraz informacje przesyłane przez dyrektora szkoły.

Dyrekcja szkoły