

# Поради батькам щодо організації дистанційного навчання

## Шановні батьки!

### 21 століття це час уміння ефективної роботи на відстані, бути медіаграмотними та володіти сучасними інформаційно комунікаційними технологіями

1. Будь ласка, ознайомтесь з [проєктом Положення про дистанційну форму здобуття загальної середньої освіти](#) запропонованим Міністерством освіти і науки України
2. Потурбуйтеся про наявність повної контактної інформації (телефон, електронна пошта, Viber, Telegram тощо) класного керівника, шкільного психолога, закріпленого за закладом (Полозюк Ю.М.).
3. Поважайте особистий час та право на приватне життя педагогів та інших батьків та контактуйте з ними за попередніми домовленостями.
4. Перевірте технічні умови навчання вашої дитини дистанційно (комп'ютер, інтернет, планшет)
5. Завдання для опрацювання з'являтимуться на платформі GoogleClassroom, Moodle ( 2-а, 4-а, 4-б, 4-в, 8-б) у день проведення уроку за розкладом.
6. Заняття можуть проходити у синхронному режимі за допомогою додатків ZOOM або GoogleMEET та в асинхронному режимі. Режим роботи обирає вчитель, враховуючи складність теми, та повідомляє учням.
7. Відкривавши завдання, ви знайдете матеріал, який потрібно опрацювати(параграфи, статті підручника; сторінки робочого зошита; презентації; посилання на відеоуроки, сайти, Інтернет-тестування тощо).
8. Щоб навчання під час асинхронного режиму не розтягувалось на весь день, визначте час у першій половині дня, коли ви будете виконувати завдання. Обов'язково дотримуйтесь цього режиму навчання. Не забувайте про перерви. Виконуйте руханки, фізичні вправи – це надзвичайно корисно!
9. Виконання домашніх завдань починайте з опрацювання теоретичного матеріалу (стаття підручника, відео чи Інтернет-стаття за посиланням, яке надав учитель). Тільки після цього переходьте до практичної частини уроку (виконання вправ, проходження тестування тощо).
10. На дистанційному навчанні вчителю важливо отримати файл з виконаною вами роботою в той день, на який призначив учитель. Вчитель проаналізує правильність виконання, за потреби, надасть рекомендації. Головне –засвоєння матеріалу.
11. Якщо здобувач освіти з яких то поважних причин не може своєчасно надати роботу про це потрібно повідомити класного керівника або вчителя-предметника.
12. Кожне виконана учнем робота буде оцінюватися і фіксуватися на платформі GoogleClassroom, Moodle. Потім оцінка буде перенесена до класного журналу.

## **Поради щодо успішного оволодіння знаннями під час дистанційної освіти**

1. Забезпечте тихе робоче місце, в ідеалі – окреме приміщення для навчання. Стежте за дотриманням порядку на робочому місці вашої дитини.
2. З метою дотримання санітарних норм, звертаємо вашу увагу на те, що дитина після регламентованого часу роботи у віртуальному класі згідно з її віковою категорією (для учнів 1-х класів — не більш ніж 10 хвилин; для учнів 2-4-х класів — не більш ніж 15 хвилин; для учнів 5-7-х класів — не більш ніж 20 хвилин; для учнів 8-9-х класів — 20-25 хвилин; для учнів 10-11-х класів на 1-й годині занять — до 30 хвилин, на 2-й годині занять — 20 хвилин) має залишити робоче місце та переключитися на інші види роботи, або перепочити, порухатись, зробити гімнастику для очей тощо.
3. Під час перерв регулярно провітрюйте приміщення, робіть вологе прибирання, стежте за дотриманням питного режиму.
4. Поясніть дитині, наскільки важливим є слідкувати за своєю поставою за робочим столом.
5. Не допускайте прийому їжі під час занять та виконання домашніх завдань, поясніть дитині, що це може бути небезпечним для її здоров'я.
6. Забезпечте дитині збалансоване здорове харчування, особливу увагу при цьому приділіть наявності в раціоні свіжих овочів і фруктів.
7. Поясніть дитині важливість виконання всіх індивідуальних завдань та контрольних робіт самостійно.
8. Ставтеся з повагою до своєї дитини та виховуйте в неї таке ж ставлення до інших людей.
9. Цініть щасливий час дитинства вашої дитини, довіряйте їй, спрямовуйте її розвиток.

## **Поради щодо планування режиму дня учнів під час дистанційного навчання**

**Навчальний процес для учнів на дистанційному навчанні розпочинається о 8.00 триватиме до 16.00.**

**Рекомендовано:**

- 1. Дотримуватися режиму дня**
- 2. Скласти режим дня, враховуючи вікові особливості та особисті можливості здобувачів освіти**
- 3. Робити регулярні перерви**

Під час виконання завдань важливо кожні 25-30 хв робити короточасні перерви для виконання зорової гімнастики, вживати близько склянки води. А кожні 45-60 хв - влаштовувати перерви протягом 10-15 хвилин, щоб розім'яти руки та ноги (танці, заняття спортом), уникнути перенапруження очей від комп'ютерного монітору та залишатися сконцентрованим.

- Крім фізичних вправ, дитина може під час перерви зайнятися справами по дому (скласти іграшки, погодувати домашніх пітомців чи погратися.

- Але дуже важливо, щоб під час відпочинку дитина уникала перебування перед монітором (не гортала стрічку новин у соціальних мережах, не переглядала відео та не грала в комп'ютерні ігри), щоб її оченята могли повноцінно відпочити.

**4. Заохочувати дитину до спілкування з іншими людьми .** Комунікація може також допомогти підвищити ефективність навчання в Інтернеті. Можна зв'язатися з учителями, зареєструватися на форумах, підтримувати зв'язок з батьками однокласників вашої дитини. Можна об'єднатися й створити групу, де будете ділитися корисними ресурсами та досвідом. При цьому в дітей може бути власна група, де вони зможуть ставити запитання, допомагати одне одному вирішувати завдання, ділитися враженнями тощо.

При цьому намагайтеся не порівнювати успіхи вашої дитини з іншими, адже всі вони - унікальні та розвиваються у власному темпі. Нехай діти чують від вас слова підтримки та отримують завдання, які відповідають їх рівню, цілям і потребам.

**5. Пам'ятайте:** чим старшою є дитина, тим більше вона має займатися самостійно. З сьомого-восьмого класу варто підключатися до його занять лише за потреби. Підлітки цілком здатні самостійно опановувати матеріал, здавати тести та організовувати своє навчання. Тож створіть дитині такі умови, в яких вона буде відчувати свою відповідальність за навчання. При цьому цікавтеся її успіхами, враженнями від онлайн-навчання, запропонуйте ділитися труднощами, підтримуйте свого школяра.

**Бажаємо Вам успіхів!**

**Якщо виникають питання – вчитель завжди на зв'язку.**

**Бережіть себе!**

## Як захистити себе від коронавірусу COVID-2019



### Правила гігієни рук

Ретельно мийте руки з милом — 20-40 сек або обробляйте дезінфікуючими спиртвмісними (від 60%) засобами.



### Уникайте дотиків до свого обличчя

Не торкайтеся брудними руками своїх очей, носа та рота. Під час кашлю прикривайтеся серветкою або згином ліктя.



### Тримайте дистанцію

Уникайте скупчень людей. Тримайте дистанцію на відстані 1,5 метри від інших людей, зокрема, тих, хто кашляє.



### Дезінфікуйте особисті речі

мобільні телефони, планшети, комп'ютери, столи, сумки, окуляри та інше.



### Не вживайте сире м'ясо

Термічно обробляйте сире м'ясо, м'ясні субпродукти та яйця.



### Зміцнюйте свій імунітет

Гарно харчуйтеся і висипайтесь, робіть фізичні вправи, пийте багато води.

