Kl. VII Godz. wychowawcza 27 IV 20

**T: Jak uczyć się skutecznie metodą zdalną?**

Moi Drodzy, nie wiem jak Wy, ale ja bardzo chcę wrócić do szkoły. Pojawiło się światełko w tunelu i szansa na powrót 25 maja, czyli na ok. miesiąc przed rozdaniem świadectw. Oby tak się stało.

Nauka zdalna jest metodą, która pojawiła sie z powodu zawieszenia przez Ministra Oświaty - Dariusza Piontkowskiego nauki tradycyjnej. Sytuacja nas wszystkich zaskoczyła. Nikt, nigdy w historii nie nauczał i nie uczył się, w taki sposób i na taką skalę.

Minęło już 6 tygodni od kiedy przestaliśmy chodzić do szkoły. I jeszcze ponad miesiąc zdalnej nauki przed nami. **Ale to nie są wakacje, a niektórzy z Was tak właśnie traktują ten czas.**

Aby usprawnić sobie naukę, należy opracować odpowiedni system i stosować się do niego. Każdy z nas jest inny i każdy w inny sposób tę pracę sobie zorganizuje. Jednak należy narzucić sobie pewną dyscyplinę, by nie narastały zaległości. **Gdy zaległości piętrzą się, stajemy się nerwowi i zestresowani. Taki stan nie mobilizuje, wręcz przeciwnie - wywołuje niepokój i obawy, że sobie nie poradzimy.** Nie dopuszczajmy do takiej sytuacji.

**Przygotowałam Wam kilka wskazówek, które myślę, warto rozważyć.**

1. Ustalić stałą godzinę wstawania podobnie, jak wtedy, gdy chodziliście do szkoły, (np.: 9.00).

2. Po porannej toalecie i śniadaniu, przypominamy sobie plan lekcji i sprawdzamy, o której mamy wideo lekcje.

**3. Ustawiamy alarm 10 minut przed ustaloną godziną wideo lekcji!**

4. Jeśli do wideo lekcji mamy dużo czasu, zasiadamy do komputera i sprawdzamy co mamy nowego na stronie szkoły.Możemy też odrobić zadania, które są na dziś do wysłania.

5. Gdy czasu do wideo lekcji jest niewiele, przygotujmy się do niej (zeszyt, książka, długopis, itp.), tak aby być gotowym, przed jej rozpoczęciem.

**6. Po odbytej wideo lekcji: 10 - 20 min. przerwy.**

7. Po przerwie, najlepiej na świeżo wykonać zadanie z lekcji wideo, a nawet od razu zrobić zdjęcie.

8. Jeśli tego samego dnia mamy jeszcze jedną lekcję wideo, znów ustawmy alarm, jak poprzednio.

9. Ponownie sprawdzamy stronę szkoły, bo mogły pojawić się np., materiały z matematyki do opracowania.

10. Zapoznajemy się ze scenariuszem lekcji, przepisujemy do zeszytu przykłady, kolorowe lub wytłuszczone zdania i przystępujemy do odrobienia zadania. Robimy zdjęcie i wysyłamy.

**Pamiętajcie o higienie pracy czyli o przerwach, szczególnie w pracy przy komputerze!**