

Drodzy Rodzice i Opiekunowie

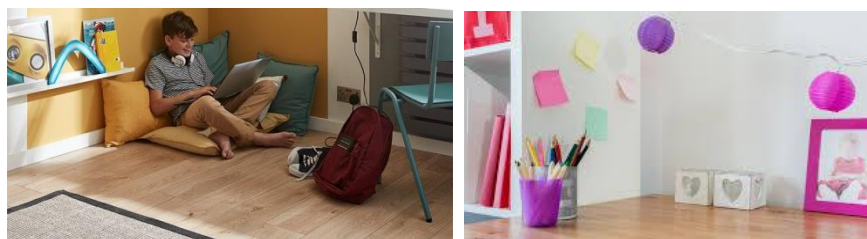
Praca zdalna dzieci, zwłaszcza dzieci z niepełnosprawnością, wymaga przygotowania odpowiedniego do niej miejsca i czasu. Wasze dzieci nie są w stanie poradzić sobie z tym zadaniem. W obecnym czasie, na Was spoczął obowiązek wspomagania dzieci w realizowaniu nauki szkolnej. To Wy musicie znaleźć odpowiedni czas i miejsce, aby to zadanie należycie wykonać. Postaramy się podpowiedzieć Wam, jak przygotować się do tego zadania.

1. Organizacja miejsca pracy

Najlepszym rozwiązaniem byłoby przygotowania oddzielnego pokoju do nauki dla dziecka. Jeśli Wasze dziecko ma własny pokój, postarajcie się go uporządkować, schować niepotrzebne rzeczy, aby nie rozpraszały uwagi. Przygotujcie stolik lub biurko, na którym powinny znajdować się niezbędne do nauki przedmioty: laptop lub komputer, zeszyty, niezbędne podręczniki, przybory do pisania, itp. oraz krzesło dostosowane do potrzeb Waszego dziecka, z którego zapewne korzystało dotychczas. Przygotujcie także wygodne miejsce dla siebie.



Wasza praca z dzieckiem będzie polegała także na zabawach ruchowych i ćwiczeniach polecanych przez nauczycieli. Dlatego przygotujcie na podłodze koc lub materac, przyrządy do ćwiczeń, które posiadacie, zabawki, klocki, piłki, itp. Jeśli Wasze dziecko jest sprawne ruchowo i bardzo ruchliwe, postarajcie się zapewnić mu nieco większą przestrzeń, aby mogło poskakać, pobiegać. Można przesunąć pod ścianę stół w pokoju, usunąć zbędne przedmioty z podłogi czy czasowo korzystać z przedpokoju.



Jeśli posiadacie własny ogród, to przygotujcie zabawki, koc i inne przydatne przyrządy w określonym miejscu, łatwo dostępnym dla Was i dzieci. Róbcie przerwy w nauce i korzystajcie z ruchu na świeżym powietrzu w swoim ogrodzie. Jesteście naprawdę szczęśliwcami, więc bawcie się z dziećmi w berka, chowanego, itp. Przygotujcie arkusz papieru i farby i malujcie. Jeśli macie kredę, możecie rysować po kostce, betonie. Jeśli posiadacie bańki mydlane, puszczajcie je i łapcie. Liczy się Wasza pomysłowość i spędzony z dzieckiem czas. Niech to będzie dobrze wykorzystany czas! Tu znajdziecie propozycje zabaw, możecie zabawy modyfikować według potrzeb Waszych dzieci: <https://parenting.pl/10-pomyslow-na-zabawy-na-swiezym-powietrzu> ,

https://www.edziecko.pl/starsze_dziecko/7,79317,24886994,zabawy-na-dworze-kilkanascie-prostych-pomyslow-gier-na-swiezym.html
<http://dziubdziak.pl/40-pomyslow-na-zabawy/>



W przypadku dzieci mało sprawnych ruchowo, możecie bawić się na świeżym powietrzu w masażyki, możecie dziecku lub z dzieckiem śpiewać, czytać.

2. Czas pracy

Dzieci najszybciej i najchętniej uczą się przed południem i dlatego byłby to najlepszy czas na wspólną pracę. Nie zawsze jest jednak możliwe zorganizowanie pracy w tym czasie, z różnych powodów. Być może sami musicie zdalnie pracować w tych godzinach lub są inni członkowie rodziny, którzy korzystają z tego samego sprzętu w podobnym czasie. Dlatego proponujemy, by biorąc pod uwagę potrzeby i możliwości innych osób, ustalić wspólnie harmonogram pracy przy komputerze. Określcie dla każdego najdogodniejszą godzinę pracy zdalnej. Podczas, gdy jedno dziecko/inny członek rodziny pracuje z komputerem, pozostali odpoczywają lub wykonują inne obowiązki.

3. Higiena pracy zdalnej

Drodzy Rodzice, pamiętajcie, że Wasze dziecko nie powinno zbyt długo pracować przy komputerze, tablecie czy korzystać ze smartfona. Jeżeli dziecko samodzielnie korzysta z tych sprzętów, koniecznie kontrolujcie czas spędzany przy urządzeniach. Jeśli natomiast pomagacie swojemu dziecku w nauce, podzielcie zadania na te, spędzane przy biurku i poświęcone nauce oraz ćwiczenia i zabawy ruchowe, przeplatajcie poszczególne rodzaje zajęć. Róbcie przerwy, podczas których dziecko zmieni pozycję, pobawi się, a Wy w tym czasie przewietrzcie pomieszczenie, uporządkujcie biurko, stół. Gdy wrócicie do nauki, zapewnijcie dziecku ciszę i spokój, aby się nie rozpraszało. I chociaż to trudne, nie obciążajcie dzieci zbyt dużą ilością zadań, aby nie zniechęciły się do pracy.