

## Szanowni Rodzice, Drodzy Uczniowie!

W okresie zamknięcia szkół z powodu zagrożenia epidemicznego uczniowie szkół uczą się w domu. Wymaga to ścisłej współpracy rodziców z nauczycielami oraz zdyscyplinowania i motywacji do pracy ze strony uczniów. W związku z tym przedstawiamy kilka wskazówek dotyczących tego, jak zorganizować naukę dzieci w domu, dbać o ich odpowiedni poziom motywacji oraz bezpieczeństwo w sieci.

Jak efektywnie uczyć się w domu? **Oto kilka istotnych wskazówek dla ucznia:**

1. Ustal z rodzicem plan dnia, w którym stałym punktem będzie czas przeznaczony na naukę (najlepiej jest zacząć z samego rana).
2. Posprzątaj biurko, aby nic cię nie rozpraszało.
3. Sprawdzaj sukcesywnie wiadomości i od razu wykonuj zadania zlecone przez nauczyciela.
4. Rób krótkie przerwy w nauce (5-10 minut), jednak nie graj w tym czasie w gry komputerowe, nie układaj klocków lego itp., ponieważ są to zajęcia, które pochłaniają bardzo dużo czasu.
5. Pamiętaj, że ważna jest systematyczność. Dzięki niej utrzymasz odpowiedni poziom motywacji oraz unikniesz nagromadzenia zaległości, a pozostały czas wolny będziesz mógł spędzić tak, jak zechcesz.

W związku z tym, że obecnie głównym narzędziem komunikacji nauczycieli i uczniów jest Internet, ważnym aspektem jest dbałość o bezpieczeństwo dzieci w sieci.

Zupełnie inaczej opiekunowie powinni dbać o bezpieczeństwo małego dziecka, a inaczej nastolatka operując i przesuwając wg potrzeby granice kontroli, ale także wspierania wyborów dokonywanych przez dziecko, uświadamiania oraz reagowania na sytuacje ryzykowne czy ograniczenia czasu korzystania z urządzeń.

## Oto kilka ważnych zasad:

1. Ustal z dzieckiem zasady korzystania z Internetu (np. odpowiedni czas tj. nie więcej niż 1,5 godziny w przypadku dzieci młodszych, 2 godziny u dzieci starszych).
2. Udostępniaj dziecku jedynie pozytywne i bezpieczne treści (wolnych od przemocy, wulgaryzmów oraz treści erotycznych).
3. Rozmawiaj z dzieckiem o jego doświadczeniach w sieci. Rozmowa o doświadczeniach online będzie pomocna w zauważeniu niepokojących zdarzeń – również tych związanych z kontaktem z niebezpiecznymi treściami.
4. Skonfiguruj ustawienia bezpieczeństwa w urządzeniu. Jeżeli dziecko korzysta z Internetu na komputerze, możemy aktywować moduł Ochrony Rodzicielskiej, który umożliwia kontrolowanie czasu korzystania z komputera oraz ograniczenie dostępu do wskazanych gier i aplikacji. Moduł znajdziemy w panelu sterownia.
5. W przypadku tabletów i smartfonów z systemem Android warto odpowiednio skonfigurować Google Play, przeglądarkę oraz aplikację serwisu YouTube. W nowszych wersjach systemu istnieje także możliwość stworzenia profilu ograniczonego, który będzie stanowił bezpieczną przestrzeń dla dziecka.
6. Zainstaluj program do kontroli rodzicielskiej (np. Family Link). Programy tego typu dają możliwość filtrowania treści, kontrolowania czasu i aktywności dziecka online.

Życzymy powodzenia

Zespół pedagogów i psychologów Zespołu Szkół nr 3 Specjalnych im. J. Korczaka w Pszczynie