

# Вчимося з використанням технологій дистанційного навчання

## Рекомендації учням

1. Головне усвідомити, що дистанційне навчання – це сучасно, цікаво та відповідально, адже дає можливість навчитися вчитись самостійно.

### 2. Важливо зрозуміти, що:

- від рівня вашої самоорганізації та самоконтролю найбільше залежатимуть успіхи у засвоєнні навчального матеріалу;
- дистанційне навчання – це чудова можливість довести оточуючим свою самостійність та значущість;
- спілкування з однокласниками в онлайн-режимі під час навчання є перевагою, а не порушенням дисципліни;
- з метою раціонального розподілу часу на навчання та інші види діяльності щоранку плануйте свій денний розклад;
- чітке дотримання розкладу занять та інструкцій учителя дозволить підвищити ефективність вашого навчання;
- труднощі в організації дистанційного навчання на початковому етапі – це нормально і саме тому звернення за допомогою до вчителів або батьків пришвидшить вашу адаптацію до такого типу навчання.

### 3. Пам'ятайте, що:

- завдання оновлюються та мають чіткі часові рамки, тому дотримуйтеся дедлайну щодо їх виконання;
- тісний онлайн-зв'язок зі своїми вчителями, особливо, якщо виникають труднощі з вивченням матеріалу чи виконанням завдань лише вітається. Зважайте на те, що в учителя теж має бути час на відпочинок;
- варто самоорганізуватися, адже постійний контроль з боку вчителів чи батьків не забезпечить вам високий рівень знань;
- ви маєте можливість займатися в зручній для себе час, у зручному місці й темпі;
- ваша старанність та наполегливість обов'язково буде оцінена.

Відповідальне ставлення до виконання завдань та дотримання принципів академічної доброчесності буде запорукою вашого успішного навчання.

### 4. Зверніть увагу на те, що під час дистанційного навчання:

- умови навчання – комфортні, бо домашні;
- вчителі не забиратимуть гаджети, а закликатимуть вас ними користуватися;
- можливо надолужити прогалини у знаннях;

- можливо самостійно обрати зручний час для навчання;
- можливо самостійно обрати власний темп навчання;
- можливо обирати джерела отримання інформації;
- спробуйте продовжити перелік «можливо» самостійно.

### **Головне пам'ятати, що для засвоєння інформації потрібен час.**

Тому треба зробити ставку на якість, а не на кількість засвоєного матеріалу.

Що для цього потрібно зробити?

**1.Розклад занять .** Можна скласти тижневий або щоденний. Головне наочно зафіксувати об'єм робіт, який вас чекатиме, – постер, плакат, стіннівка (обирайте, що більше до вподоби).

### **2. Режим дня.**

Необхідно вписати в нього розклад телевізійних уроків та шкільних занять, але не забути про підйом, гігієнічні процедури, фізкультпаузи, відпочинок, прийоми їжі, вільний час, відбій тощо. Важливо розуміти, що карантин – це не канікули. Тому ваш робочий день має максимально походити на ваш звичайний день у школі.

### **3. Робочий простір.**

Повинен бути комфортним та зручним, не відволікати та не шкодити здоров'ю. Персональний комп'ютер (інші гаджети), швидкісний Інтернет – вимога часу.

Не забувайте про традиційне шкільне приладдя: зошити, ручка, олівці, лінійка, калькулятор тощо.

Слідкуйте за чистотою та свіжим повітрям у кімнаті.

### **4. Перерви.**

Їх треба влаштовувати регулярно:

- для виконання зорової гімнастики (вправи можна знайти в інтернеті);
- для виконання розминки рук та ніг (підійдуть танцювальні па);
- просто для відпочинку (але не «зависати» в соцмережах, щоб очі могли повноцінно відпочити).

### **5. Начальна діяльність.**

- дотримуйтеся визначеного розкладу (графіку) занять, не допускайте відставання, старайтесь виконувати всі завдання вчасно;
- чергуйте за можливості різні види навчальної діяльності: онлайн-навчання з читанням, роботою в зошиті, виконанням творчих завдань, спілкуванням з однокласниками, створенням проєктів, спостереженнями тощо;

**-пам'ятайте, що ваші вчителі, так як і ви, зацікавлені у вашому успіху, тому не соромтеся, звертайтеся до них за консультаціями.**

Підготувала заступник директора з НВР

М.Гав'юк