# **3335503224_bf73300161_z.jpgHappy Kids Declare Victory | 2014 daily photo #236/365 ...Cicle Inicial - Enric TatchéShould You Let Your Kids Win in Board Games? A ...Kochani uczniowie!**

Jak uczyć się w domu?

Szkoła Podstawowa nr 4 im. Eugeniusza Kolanki w Krośnie

# Nikt z nas nie spodziewał się, że zamiast spotykać się z Wami w szkole, będziemy rozdzieleni i zmuszeni do **nauki online**. Musimy pamiętać, że zdrowie nas wszystkich i naszych bliskich jest najważniejsze. Postarajmy się więc ten czas wykorzystać jak najlepiej.

Przygotowaliśmy dla Was kilka podpowiedzi, jak skutecznie uczyć się w domu. Jesteśmy pewni, że wszyscy **dacie sobie świetnie radę**! Chociaż się nie widzimy, to i tak cały czas jesteśmy i będziemy z Wami w kontakcie ☺



# Chociaż się nie widzimy, to i tak cały czas jesteśmy i będziemy z Wami w kontakcie ☺ **Pamiętajcie, że macie w nas wsparcie!**

Gdybyście potrzebowali w tym czasie rozmowy z naszym szkolnym **psychologiem lub pedagogiem**, przekażcie tą informację wychowawcy lub napiszcie do nich na naszym dzienniku elektronicznym.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Call for Questions: Conscious Experience of Time | Due 7 ... |  | Stwórz swój plan dnia:  * Stałe godziny wstawania * Stałe godziny posiłków * Stałe godziny nauki i powtórek |
| Przygotuj miejsce pracy:  * Przewietrz pokój * Ucz się przy dobrze oświetlonym stole/biurku * Usuń wszystkie rzeczy dokoła Ciebie, które Cię rozpraszają (telefon, gry, radio, telewizor) * Postaraj się mieć porządek na biurku |  | Trendoffice: Kids rooms - individuality together |
| Kermit Cup Drink Coffee · Free photo on Pixabay |  | Rób przerwy ☺  * Co 30-45 minut rób przerwy (lepiej kilka krótkich niż jedną dłuższą) * Napij się czegoś, posłuchaj muzyki, wykonaj proste ćwiczenia fizyczne |
| Dbaj o swój mózg  * Zdrowo się odżywiaj * Pij dużo wody * Ćwicz swoją pamięć i skupienie uwagi (żonglowanie, układanie Kostki Rubika, chwila rysowania ręką przeciwną do tej, którą piszesz zawsze – to wszystko może pomóc w skoncentrowaniu się przed nauką) |  | Free Images : color, fresh, colorful, yellow, juicy ... |