

Поради вчителям, як діяти під час он-лайн уроків, якщо увімкнено сигнал «Повітряна тривога»

Виявляйте упевненість у своїх діях. Не соромтеся повідомляти дітей про сигнал.

Зауважте учнів фразою «Ви йдете в безпечне місце, встановлене за правилами вашої сім'ї».

Звертайтеся до дітей "Натиснути кнопку "вийти з конференції" та кнопку "вимкнути комп'ютер".

Повідомлення "Після сигналу "Тремтячий будильник" приєднуйтеся до занять за розкладом".

Чекайте на вихід із онлайн-зв'язку всіх слухачів.

Намагайтеся зберігати спокій, будьте впевнені.

І наприкінці.

Змусити учнів думати, що кожен день, незалежно від того, чого ми хочемо/не хочемо, можемо/не можемо, у всіх нас є кілька завдань: соціальних, фізичних та пізнавальних.

Треба підтримувати спілкування з родичами та знайомими, поставити хоча б одне питання «як ви там?», тому що єдність і підтримка важливі для кожного.

Рух потрібен, особливо у стресі - він стабілізується, призводить до напруги та надає сил для подальших дій. Мінімум три присідання або ходьба по колу, будь-який активний і хоча б відносно інтенсивний рух. Спробуйте пожартувати з дітьми, посміхніться їм, посміхніться у відповідь. Гумор має терапевтичний ефект. Корисні будуть кумедні історії, питання винахідливості.

Дотримання цих простих правил та порад допоможе зберегти нормальний емоційний стан наших дітей. А академічні знання ми обов'язково надолужимо після стабілізації ситуації.