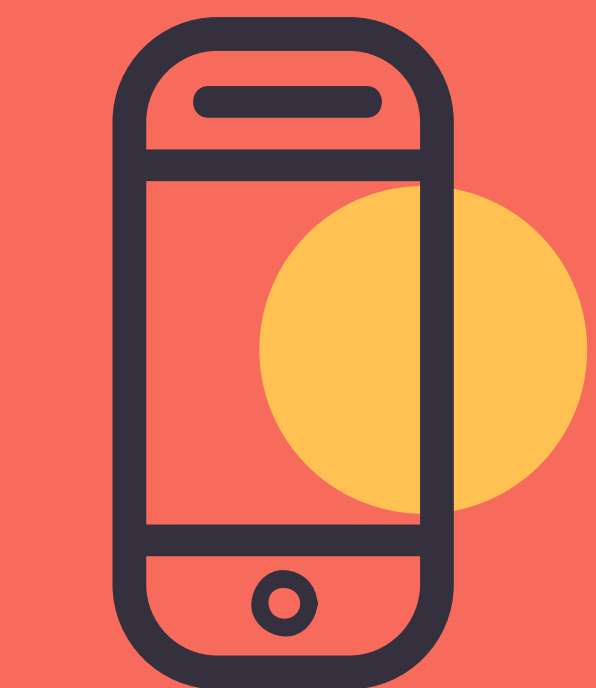


# SAVJETI ZA NASTAVU NA DALJINU



## RUTINA

Zadrži rutinu koju si imao dok si išao u školu; radnim danom probudi se uvijek u isto vrijeme, obavi higijenu i doručak, a zatim se posveti rješavanju zadataka u virtualnoj učionici. Ručaj i odmori se, provedi vrijeme s obitelji, a zatim rješavaj zadatke koji su ti preostali. Navečer se opusti uz film, seriju, igricu ili društvenu igu, ali na spavanje idi na vrijeme kako bi i sljedeći dan mogao koncentrirano pratiti zadatke i upute.



## NAČIN UČENJA

Nastoj zadatke rješavati uvijek na istom mjestu ( ako nemaš kutak za učenje nastoj ga organizirati u nekom djelu svoje sobe ili kuće) i otprilike u isto vrijeme. Osiguraj si dovoljno svjetla i kisika. Makni sve što te ometa, a okruži se stvarima koje su ti potrebne za rješavanje pojedinog zadatka. Podcrtavaj, piši bilješke, izrađuj raspored obaveza, što god ti pomaže da budeš uspješniji u učenju...



## POSTAVLJANJE PITANJA

Ako ti nešto nije jasno ili trebaš pomoć u rješavanju zadataka, pitaj učitelja, razrednika ili prijatelja iz razreda. Ako imaš problem s motivacijom za učenje, osjećaš strah zbog trenutne situacije ili te nešto muči , obrati se razredniku ili pedagogu. Stručnu pomoć možeš potražiti i ovdje <https://skolazazivot.hr/podrska-nakon-teskog-dogadaja/>

## SAMOREFLEKSIJA

Na kraju svakog dana iskreno si odgovori na pitanja:  
Što sam danas naučio?  
Jesam li dao sve od sebe da budem uspješan u nastavi na daljinu?  
Što bih sutra mogao bolje napraviti?

## SLOBODNO VRIJEME

Svaki dan osiguraj si i vrijeme za odmor i opuštanje. Kontaktiraj s prijateljima, gledaj omiljeni film ili seriju, odigraj igricu ili društvenu igru s članovima obitelji, pročitaj knjigu...