

My time – how to organise work during distance learning

Martina Bratuž, prof. of Biology, Home economics, Natural sciences

Primary School Milojka Štrukelj Nova Gorica, Slovenia

March 2021

“I didn’t have time, I forgot, I had a training yesterday” were the students’ answers when they came to school unprepared for classes or without homework. I thought a lot about how to help those students to organise their time in the afternoon in a way that they have time for school and other after school activities. In the past years when I was also a class teacher I had workshops on organising time with our social worker Lilijana Sulič at Class Council.

This school year I am a class teacher in 7th grade. In autumn me and our social worker had workshops in my class about better organisation of time, especially in the afternoon. In October we started with distance learning and organising time was a big challenge for our students. To organise distance learning in a better way I made instructions and an accessory for students. We discussed those instructions at Class council many times on videoconferences, the students described their experiences and we were regularly changing and improving those instructions. Organising work wasn't a problem for some students, because they had their own system for studying. But some students needed detailed instructions on organising time from morning till evening to study successfully at home, do all the tasks and exercises well and still find some free time.

The instructions were composed of a “chart” for writing in the duties and recommendations for better and more successful work. The recommendations started with getting up early and taking care of personal hygiene and then breakfast. Getting up regularly at the same time was easier for students, like on schooldays. Then followed the instructions on preparing a place for studying. And then distance learning by school timetable (on line classrooms and videoconferences). I also included the importance of being hydrated during schoolwork, so drinking (water) and taking breaks to do some exercise and relax the eyes. Regular and healthy eating was another important thing. The recommendations also included where to search for help with the studying and homework in case of troubles. Another important thing was helping with the housework at home. It finished with the importance of good-quality sleep.

The students that followed those instructions reported that they helped them a lot and made them do schoolwork much better.

URA	PON	TOR	SRE	ČET	PET
1.	NIT	LUM	SLJ	SLJ	SLJ
2.	DRU	LUM	DRU	SLJ	TJA
3.	TJA	NIT	GUM	SPO	DRU
4.	SPO	SLJ	GUM	TJA	NIT
5.	MAT	MAT	MAT	GOS	MAT
6.	TEH	RU	OHZ	ATI	SPO
7.	VEŠBOUK				

	PONEDELJEK	Torek	SREDA	ČETRTEK	PETEK
7 ⁰⁰					
8 ⁰⁰					
9 ⁰⁰	NIT - 11 -	NIT - ZOOM	SLJ - ZOOM		
MALICA					
10 ⁰⁰	TJA - ZOOM				
11 ⁰⁰	RU + MAT - ZOOM	MAT - ZOOM	MAT - ZOOM		
12 ⁰⁰					
KOSILO					
13 ⁰⁰					
14 ⁰⁰					
15 ⁰⁰					
NE POZABI!	Pozabi Spo	POTUJOČA 13:00 - 13:30	Pozabi Gum		

How my children plans work (picture 1)

The instructions for students:

	čas	PONEDELJEK	TOREK	SREDA	ČETRTEK	PETEK
DOPOLDAN	VSTAJANJE IN ZAJTRK, priprava na šolo					
	MALICA					
	KOSILO					
POPOLDAN						
	VEČERJA					
Ne Pozabi!						

PRIPOROČAM TI:

- da vstaneš toliko prej, da se v miru pripraviš (preoblečeš, jutranja higiena)



in poješ zajtrk.




- pripraviš si pijačo (nasvet- pripravi si vsaj 0,5l stekleničko vode in si količino razdeli na 5 delov- na zunanjo steno nariši 4 črte tako, da dobiš 5 enakih delov)



- uredi si svojo »šolsko klop« z vsemi pripomočki, ki jih ta dan potrebuješ
- odstrani vse moteče zadeve (telefon, če ne delaš z njim, sladkarije, ugasni televizor)
- odpravi se v »šolo«- začni ob določeni uri (kot se začnejo ure v šoli, sledi urniku)

- po vsaki uri si vzemi odmor, **OBVEZNO** vstani s stola , iz stekleničke popij en




razdelek pijače, se sprehodi po stanovanju, se pretegni , pogledj skozi okno, poišči v zunanjem okolju nekaj zanimivega, okno lahko tudi odpreš za

kakšno minuto da se tvoja »učilnica«  prezrači.

- Nadaljuj z poukom



- Če ti kaj dela težave se obrni na učitelja in/ali razrednika,  saj bomo učitelji le tako vedeli, da imaš neke težave in ti bomo lahko tudi pomagali. Nobeno vprašanje ni »neumno«, če ti bo naš odgovor/pomoč pomagala pri tvojem delu

- V popoldanskem času si vsak dan vzemi najmanj 30 minut za rekreacijo, če je le



možno zunaj (ob upoštevanju vseh ukrepov!), če pa ne gre zunaj pa lahko v stanovanju narediš nekaj vaj (poznaš ji prav gotovo iz ur športa, pazi pa na varnost sebe, drugih in predmetov v stanovanju)



- Seveda lahko pomagaš tudi pri domačih, gospodinjskih ali drugih opravilih



, se družiš s svojimi domačimi in se ukvarjaš s tebi ljubimi dejavnostmi



- Zvečer pojdi ob primerni uri spat (potrebuješ vsaj 8 ur spanca)



Moj čas- kako si organizirati delo v času šolanja na daljavo

Martina Bratuž, prof., biologije, gospodinjstva, naravoslovja

Osnovna šola Milojke Štrukelj Nova Gorica

Marec 2021

Nisem imel časa, sem pozabil, sem imel še trening včeraj, so bili večkrat odgovori učencev, ki so v šolo prišli nepripravljeni na pouk ali brez domače naloge. Večkrat sem razmišljala, kako tem učencem pomagat, da si bodo svoj popoldanski čas organizirali tako, da bo dovolj časa za šolske in izven šolske, popoldanske dejavnosti. S pomočjo socialne delavke Lilijane Sulič sva v preteklih letih, ko sem bila razrednik, v sklopu ur razredne skupnosti, že izpeljale delavnice za organizacijo svojega časa.

V letošnjem šolskem letu sem razredničarka učencem 7. razreda. Že v jesenskem času, sva s socialno delavko v mojem razredu imele delavnice na temo boljše organizacije svojega časa s poudarkom na popoldanskem času. S prehodom na šolanje na daljavo (oktober 2020) se je pri učencih pokazalo, da je nekaterim to kar velik izziv. Z namenom boljše organiziranosti šolanja na daljavo sem učencem pripravila navodila ali nekakšen pripomoček. Na urah razredne skupnosti smo preko videokonference ta navodila večkrat predebatirali, učenci so povedali svoje izkušnje in smo jih tudi sproti dopolnjevali in izboljševali. Pri nekaterih učencih se je pokazalo, da jim organizacija dela ne povzroča večjih težav, saj že imajo izdelan svoj sistem. Nekateri učenci pa so rabili konkretna navodila, kako si organizirati čas od jutra do večera, da bodo uspešno sledili nalogam šolanja na daljavo, uspešno opravili, oddajali naloge in še vedno imeli svoj prosti čas.

Navodila so bila sestavljena iz »tabele« za vpisovanje obveznosti in priporočil za boljše, uspešnejše delo. Priporočila so se pričela za jutranjim vstajanjem in skrbjo za osebno higieno, zajtrkovanjem. Učencem je bilo lažje, če so vsak dan vstajali ob istem času, tako, kot bi morali iti v šolo. Sledilo je navodilo za pripravo svojega prostora za šolsko delo. Pouk na daljavo (v spletnih učilnicah, preko videokonferenc) je sledil šolskemu urniku. V navodilih sem vključila tudi pomen pitja tekočine (vode) med šolskim delom, odmorov z gibanjem in sproščanjem oči. Tudi redno in zdravo prehranjevanje je imelo svoje mesto. Med priporočili pa je bilo tudi kako poiskati pomoč, če ti šolska naloga dela težave. Vključila se tudi pomoč v domačem gospodinjstvu. Zaključila pa so se s pomenom kvalitetnega spanca.

Učenci, ki so navodilom sledili, so sporočali, da so jim veliko pomagala in da so tako lažje sledili šolskemu delu.