



Wsparcie w kształceniu zdalnym dla rodziców i opiekunów z Angielskim lub Walijskim jako język dodatkowy

Polski/ Polish



@WG_Education



Facebook/EducationWales

OGL

Digital ISBN/ Cyfrowy ISBN 978 1 80038 812 3
© Crown copyright/ Prawa autorskie Lipiec 2020
WG40947

Zawartość

Witamy w centrum wsparcia rodziców i opiekunów	2
Bezpieczna Walia (Zdrowie i dobre samopoczucie)	2
Pomoc dzieciom w zrozumieniu sytuacji podczas Coronawirusa oraz następujących zmian	4
Tworzenie rodzinnej rutyny	5
Komunikacja z innymi	5
Aktywność	6
Rozmowa oraz zwracanie uwagi	7
Życzliwość	8
Krok dalej (początek szkoły, zmiana klasy lub szkoły, koniec edukacji)	9
Bezpieczeństwo online oraz dostęp do internetu	9
Walia Się Uczy	10
Wspieranie dzieci w używaniu języka walijskiego	11
Angielski lub walijski jako dodatkowy język	11

Witamy w centrum wsparcia rodziców i opiekunów

W celach zapobiegawczych przed rozprzestrzenianiem się Coronawirusa, zostały wprowadzone odpowiednie ograniczenia do których Rodziny musiały się dostosować.

Te ograniczenia będą ulegały zmianom w przyszłości, ale prawdopodobnie zostaną w pewien sposób zachowane przez dłuższy czas. Rodziny zostawały w domu przez ostatnie miesiące, i każda z nich będzie radziła sobie ze swoimi okolicznościami we właściwy dla ich potrzeb sposób.

W tym czasie, Państwa priorytetem ma być bezpieczeństwo i dobrobyt Rodziny. Zapewne chcieliby Państwo wspierać dzieci na w ich nauce, a sposoby w jaki można to zrobić zależy od indywidualnej sytuacji rodzinnej. Rodzice oraz opiekunowie wymyślają wiele celnych i twórczych pomysłów, aby poradzić sobie na codzień w wyzwaniu którym jest jednocześnie praca, opieka, pomoc w nauce i prowadzenie życia rodzinnego.

Porady oraz informacje dostępne na tych stronach są dla rodziców, opiekunów dzieci oraz dla dzieci od 13 do 18 roku życia. Zostało tu sprawdzone co rodzice, opiekunowie, nauczyciele i inni edukatorzy uważają za pomocne dla Rodzin w ramach **Pomoc Edukacyjna Walii** tak aby zgadzało się to z restrykcjami.

Termin „szkoła” jest używany tu jedynie dla uproszczenia; może odnosić się on również do innych edukacyjnych ścieżek którymi podążają dzieci, tzn. przedszkole, żłobek, szkoła podstawowa, ośrodek wychowawczy, liceum albo jakiegokolwiek inne miejsce edukacji.

Warto zaznaczyć, aby śledzić aktualne [rozporządzenia Rządu Walijskiego \(latest Welsh Government guidance\)](#), mówiące o procedurach mających na celu zapobieganie rozprzestrzenianiu się Coronawirusa oraz programu **Bezpieczna Walia**.

Źródłem informacji zawartych w tym dokumencie jest sekcja "Rodzice i opiekunowie", część "Wsparcie nauki na odległość" na stronie internetowej Hwb (Walijskiego Rządu). Ten materiał dostępny online jest regularnie aktualizowany, w celu załączania dodatkowych informacji oraz materiałów, w miarę kiedy stają się one dostępne. Proszę odwiedź stronę [Hwb aby zobaczyć aktualizacje](#).

Bezpieczna Walia (Zdrowie i dobre samopoczucie)

Zapewnienie bezpieczeństwa Rodzinie oraz dobrego samopoczucia jest najważniejszą rzeczą, jaką możesz zrobić dla swoich dzieci. Informacje o tym [jak możesz chronić siebie oraz innych przez Coronawirusem \(protect yourself and others from coronavirus\)](#) można znaleźć na stronie internetowej walijskiego Rządu, a sugestie dotyczące zapewnienia dzieciom dobrego samopoczucia w poniższych sekcjach. Te informacje są również przydatne gdy:

- Dziecko dostaje darmowe posiłki w szkole: (free school meals:) sprawdź jak można dalej korzystać z darmowych posiłków szkolnych w [danych obszarach samorządowych](#) (in your local authority area) podczas gdy szkoły są zamknięte.
- Potrzebne są informacje dotyczące [wrażliwych dzieci i młodzieży podczas pandemii Coronawirusa](#) [vulnerable children and young people during the coronavirus pandemic](#))
- Dziecko dostaje **doradztwo** od szkoły w zakresie zdrowia psychicznego. Powinno ono nadal dostawać to wsparcie, niekoniecznie w tej samej formie. Młodzi ludzie, którzy otrzymują tego typu pomoc mogą oczekiwać kontaktu z dalszymi informacjami w nadchodzących tygodniach. Dzieci i młodzież która nie dostaje aktualnie wsparcia, ale mają taką potrzebę, mogą dostać do niej dostęp. W razie jakichkolwiek pytań w tej sprawie, proszę kontaktować się bezpośrednio ze szkołą lub [pomocą społeczną](#). ([community based service](#))
- Szukasz sposobu aby poprawić samopoczucie swoje lub dziecka. Jest wiele darmowych aplikacji na telefon, które mogą w tym pomóc; są one dostępne na stronie [biblioteki aplikacji NHS](#) ([NHS apps library](#))
- Dziecko martwi się obecną sytuacją. Jest dostępne mnóstwo darmowych i [poufnych usług wsparcia](#) : ([confidential support available](#):)

[C.A.L.L](#) – 0800 132 737 lub wyślij SMS 81066(24/7)- Doradztwo Społeczne i Linia Wysłuchania, dla poufnego wsparcia emocjonalnego w sprawach dotyczących zdrowia psychicznego i pokrewnych.

[Carers Wales I Carers UK](#) – 0808 808 7777 (Poniedziałek - piątek : 9am – 6pm) - dla ludzi którzy potrzebują pomocy z opieką nad przyjacielem lub członkiem rodziny.

[Childline](#) – 0800 1111- prywatna i poufna usługa, dzięki której każdy poniżej 19 roku życia może

[Live Fear Free](#) – 0808 80 10 800 (24/7) - Udzielanie pomocy i wsparcia dla każdej osoby, która doświadcza przemocy domowej, lub zna kogoś kto potrzebuje takiej pomocy.

[Meic Cymru](#) – 0808 80 23 456 (codziennie 8am – 12pm)- Linia pomocy w Walii, która zapewnia informację, doradztwo oraz rzecznictwo dla dzieci i młodzieży do 25 roku życia.

[Mind Cymru](#) – 0300 123 3393 - doradztwo i wsparcie dla każdej osoby, która doświadcza problemów związanych ze zdrowiem psychicznym.

[NHS Direct](#) – 111- jeśli czujesz się źle, ale nie jest to nagły wypadek (aktualnie dostępne w następujących obszarach zdrowotnych – Hywel Dda, Powys, Aneurin Bevan and Swansea Bay – włącznie z Bridgend). Jeśli jesteś poza tymi obszarami, proszę dzwonić pod numer 0845 46 47 (2p za minutę.)

[NSPCC](#) – 0808 800 5000 (Poniedziałek - piątek: 8am-10pm/weekendy 9am – 6pm)- dla osób dorosłych, które mają obawy o dziecko lub młodzież.

[Samaritans](#) – 116 123 (24/7) - bezpieczna przestrzeń do rozmowy o problemach, uczuciach, stresujących sytuacjach, czy jakichkolwiek innych zmartwieniach.

W razie nagłych wypadków zawsze trzeba dzwonić pod numer 999.

Pomoc dzieciom w zrozumieniu sytuacji podczas Coronawirusa oraz następujących zmian

Twoje dzieciom może brakować ich codziennej rutyny, szkoły, przyjaciół, rodziny, oraz aktywności pozadomowych. Jest to wyjątkowy czas dla wszystkich, wobec czego może zrozumienie i poradzenie sobie z tą sytuacją może sprawiać trudność Twoim dzieciom. Spróbuj wykorzystać tę sytuację aby porozmawiać z dzieckiem o tym co się dzieje i jak się czuje.

Dla młodszych dzieci, spróbuj odpowiedzieć na ich pytania na odpowiednim dla nich poziomie. Jeśli nie potrafisz odpowiedzieć na wszystko, to jest w porządku; najważniejsze to być dla nich i poświęcać im uwagę. Kampania walijskiego Rządu [Rodzicielstwo: Daj temu Czas](#) ([Parenting. Give it Time](#)) daje szereg rad rodzicielskich, informacje, oraz porady dla rodzin z dziećmi poniżej 7 roku życia. Polecane są również książki, które pomogą wyjaśnić dzieciom obecną sytuację:

[COVIBOOK - wspieranie oraz pocieszanie dzieci na całym świecie](#) ([COVIBOOK - supporting and reassuring children around the world](#)) darmowa książka Mindhearta dla dzieci poniżej 7 roku życia, dostępna w wielu wersjach językowych

[Coronavirus - książka dla dzieci \(Coronavirus – a book for children\)](#)- darmowa książka cyfrowa dla dzieci w wieku szkolnym, ilustrowana przez Gruffalo ilustrator, Axel Scheffler.

[‘Mój bohater to ty’\(‘My hero is you’\)](#) - Jesteś moim bohaterem - książka pomagająca dzieciom zrozumieć i walczyć z Coronawirusem, stworzona przez Inter-Agency Standing Committee Reference Group, dostępna w wielu wersjach językowych

Dla starszych dzieci, spróbuj zachęcić je do podzielenia się swoimi emocjami. Kluczowym jest, aby spróbować zrozumieć ich potencjalne zmartwienia, lub lęki, oraz aby pamiętać że mogą one też potrzebować własnej przestrzeni. Możliwe, że będą chciały spotkać się ze swoimi przyjaciółmi, więc ważne jest wytłumaczenie im dlaczego społeczne dystansowanie się jest konieczne. [Meic Cymru](#) ma pomocne informacje aby pomóc dzieciom zrozumieć sytuację i sobie z nią radzić, włącznie z

[Coronavirus: sprawy w perspektywie. \(Coronavirus: Putting things into perspective.\)](#)

Dla dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, spróbuj odpowiedzieć na ich pytania na odpowiednim dla nich poziomie. Będziesz najlepiej wiedzieć jaki jest najlepszy sposób komunikacji ze swoim dzieckiem; rób co uważasz za stosowne.

Tworzenie rodzinnej rutyny

Wprowadzenie rutyny może podzielić dzień w ten sposób, że będzie on bardziej znośny i przywróci porządek i normalność w obecnej sytuacji, może też dać poczucie spełnienia. Trzymanie się zwykłej rutyny będzie pełniło funkcję zapewnienia dla młodszych dzieci i pomoże im w budowaniu poczucia bezpieczeństwa. Ufaj swoim instynktom; znając własne dzieci będziesz mieć najlepszy pomysł co uwzględnić w rodzinnej rutynie. Poniżej znajdziesz sugestie.

- Postaraj się wprowadzić godziny wstawania, wspólnych posiłków, codziennych ćwiczeń fizycznych które wykonujecie wspólnie, oraz godzin kładzenia się spać. To zbudują strukturę dnia i ustali cele.
- Wyznacz dla wszystkich domowników prace, takie jak przygotowywanie posiłków, sprzątanie, zmywanie, oraz rozkładanie zakupów.
- Dla młodszych dzieci spraw aby wieczorny czas był ciekawy, nie zapomnij o czytaniu na dobranoc ich ulubionych bajek. To pomoże ze spokojnym snem dzieci.
- Jeśli jesteś w stanie pomóc swoim dzieciom w nauce w domu, upewnij się że działacie zgodnie z rutyną która jest realistyczna i osiągalna dla Twojej rodziny, biorąc pod uwagę inne zobowiązania.

Możliwe, że chciałbyś pomagać swoim dzieciom w nauce w domu, ale trudność sprawia Ci dostosowywanie się do potrzeb dzieci w różnym wieku. Zadanie wyznaczone dla dziecka w określonym wieku, może być często interesujące zarówno dla innej grupy wiekowej. Rozważ podejście do zadań jako rodzina. Starsze dzieci mogą wejść w rolę nauczyciela, aby pomóc tym młodszym; młodsze dzieci często uczą się i wzorują na swoim starszym rodzeństwie.

Komunikacja z innymi

Dzieci mogą odczuwać brak interakcji z przyjaciółmi, nauczycielami, oraz rodziną. Ta trudność może dotyczyć dzieci w każdym wieku, w zależności od poziomu wprowadzonych ograniczeń, jeśli nie mogą widzieć się z przyjaciółmi lub rodziną. Pomaganie im w znajdowaniu sposobów komunikacji na pewno

polepszy ich samopoczucie. Poniżej podane są sugestie jak się komunikować.

- Ważne jest, aby mieć na uwadze [ograniczenia społeczne podane przez Rząd walijski](#), ([Welsh Government guidance and social distancing restrictions](#)) więc sugerowane jest aby używać technologii np. Rozmów wideo lub maila aby komunikować się z rodziną lub przyjaciółmi.
- Czas na kontaktowanie się z innymi może być częścią codziennej rutyny. Dla młodszych dzieci taki rodzaj komunikacji będzie uspokajający i pomoże im w dbaniu o relacje społeczne.
- Połącz dzieci z ludźmi z którymi dzieci spędzały czas w szkole, jeśli tego chcą. Szkoła jest miejscem, w którym odbywa się interakcja społeczna i Twoje dzieci mogą tęsknić za swoimi przyjaciółmi. Szkoła do której chodzą dzieci może pomóc w zdobyciu odpowiednich kontaktów.
- Jeśli chcesz skontaktować się ze szkołą lub nauczycielem należy użyć programów komunikacyjnych, które w tym celu utworzyła szkoła.
- Zrób plan w jaki sposób można pozostać w kontakcie. Warto rozważyć:
 - pisanie listów/ pocztówek - nie wszyscy mają dostęp do internetu, więc jest to świetna okazja aby zachęcić dzieci do pisania i rysowania, aby mogły wysłać swoje dzieła do przyjaciół lub członków rodziny za którymi tęsknią
 - rozmawianie z ludźmi pomaga w rozwoju zdolności językowych i komunikacyjnych
 - dostępnych jest wiele platform, aby pozostać w kontakcie. Rozważ wirtualne umawianie się na zabawę, albo czaty grupowe czy quizy internetowe
 - Szkoła - poprzez kontakty, które sugeruje szkoła
- Jeśli to adekwatne, pozwól dzieciom na ich własny czas na rozmowę z rodziną i przyjaciółmi. To ważne, aby Twoje dzieci miały własną przestrzeń, ale zawsze miej na uwadze ich bezpieczeństwo oraz [cyber-bezpieczeństwo](#). ([online safety](#))

Aktywność

Aktywność oraz dobra zabawa są świetne dla naszego ciała i umysłu. Zawsze pamiętaj aby przestrzegać [ograniczeń społecznych podanych przez Rząd walijski](#), ([Welsh Government guidance and social distancing restrictions](#)) kiedy wymyślasz nowe pomysły na bycie aktywnym. Poniżej podane są sugestie, których warto spróbować.

- Rozważ przeznaczenie czasu w ciągu dnia na ćwiczenia fizyczne. Może to być gra w jakąś grę, sport, lub po prostu sekwencja ćwiczeń fizycznych.

- Odkrywaj i eksploruj nowe aktywności fizyczne, lub nowy sport razem jako rodzina.
- Jeśli macie do dyspozycji przestrzeń na zewnątrz, zachęć swoje dzieci do używania jej tak często jak to możliwe.
- Ponieważ codzienne ćwiczenia poza domem są dozwolone, wykorzystaj to aby zrobić codzienny spacer lub pójść na rower całą rodziną.
- [Zabawa jest ważna \(Play is important\)](#) i tworzy wartościową część procesu uczenia się dzieci, szczególnie tych młodszych.
- Wykorzystuj każdą okazję aby młodsze dzieci były aktywne. Możecie śpiewać i tańczyć razem, albo np. Zachęcić je do próbowania utrzymania równowagi na jednej nodze, pełzania pod stołami i krzesłami, skakania, kręcenia się w miejscu, albo do grania w klasyczne gry z piłką.
- To bardzo ważne, aby starsze dzieci również były aktywne i miały dużo zabawy. Zachęć je do np. Uprawiania sportu, tańca, chodzenia, biegania, jazdy na rowerze. Jest wiele aktywności, które można wykonywać indywidualnie, w zależności od wieku, albo jako rodzina.
- Od tej pory dzieci nie mogą chodzić na zajęcia fizyczne pozaszkolne, gdzie były aktywne. Rozważ czy te zajęcia mogą być dostępne w inny, możliwy sposób.

Rozmowa oraz zwracanie uwagi

Najlepsze co możesz dać swoim dzieciom, to Twój czas i obecność. Rozmowa z nimi oraz słuchanie tego, co mają do powiedzenia, sprawi że poczują się doceniani. Rozmawianie odbywa się już w ciągu dnia, podczas wykonywania codziennych czynności jak przygotowywanie jedzenia, spacer, sprzątanie, nauka. Poniżej podane są inne okoliczności, które można wykorzystać do rozmowy.

- Wykorzystaj chwilę, aby cieszyć się tym co jest wokół Ciebie, jak pogoda czy zmieniająca się pora roku.
- Podczas codziennych aktywności, rozmawiaj o tym co słyszają i widzą, rób zdjęcia, szukaj sposobów aby zauważać nowe rzeczy i przede wszystkim, korzystaj z dobrego wspólnego czasu.
- To ważne, aby mieć czas na rozmowę i wysłuchanie dziecka. To będzie czasami sprowokowane przez zachowanie dziecka, sytuację lub wydarzenie. Pomóż im zapamiętać pozytywne rzeczy, które wydarzyły się w ciągu ich dnia, wymieńcie się przemyśleniami.

- Sprawdzaj czy Twoje dzieci nie są sfrustrowane, możliwe że potrzebują przerwy lub przekąski, albo czas na zmianę aktywności, lub ćwiczenia fizyczne.
- Zwróć uwagę jeśli dziecko wyjątkowo coś zainteresowało I wykorzystaj to jako okazję aby dowiedzieć się co sprawia im radość.
- Rozmawiaj o tym, za czym tęsknią Twoje dzieci I rób z nimi plany na przyszłość.
- Pamiętaj, że każdy a w szczególności dzieci będą także potrzebowały spokojnego czasu. Wspieraj dzieci w zwalnianiu, bądź spokojny i zauważ co sprawia że czują się spokojne.

Życzliwość

Rodziny musiały się zaadaptować do sytuacji Coronawirusa pod wieloma względami, dlatego wzajemna życzliwość jest kluczowa. Poniżej podane są sposoby na zachęcanie do życzliwego zachowania w domu.

- Wprowadzaj pozytywnie nacechowanie słowa.
- Wyraż pochwałę dla dobrego lub pomocnego zachowania dziecka, i pamiętaj aby zakomunikować mu co dokładnie dobrego było w tym zachowaniu. To podniesie samoocenę dziecka oraz wzmocni jego pewność siebie, czego skutkiem będzie powtarzalność takich zachowań.
- Rozmawiaj o różnych sytuacjach I nie bój się poznawać ich uczuć. Po kłótni, kiedy obydwoje będziecie gotowi, porozmawiajcie o tym co się wydarzyło, jak się czuliście i dlaczego. Taka rozmowa pokieruje Was, jak następnym razem lepiej zareagować w takiej sytuacji.
- Zachęcaj dzieci aby myślały o innych. Pomyśl o ludziach, którzy są w izolacji i nie mają nikogo. Rozmawiajcie o tym, co można zrobić aby inni ludzie byli szczęśliwi, jak można im w tym pomóc. To może uwzględniać:
 - zawieszanie zdjęć w domu lub na oknach
 - wysyłanie listów, rysunków lub pocztówek pocztą
 - zrobienie dobrego uczynku dla sąsiadów oraz rodziny, jak np. Zrobienie dla nich zakupów spożywczych
 - Komunikowanie się z nimi przez platformy internetowe.
- Odwieź stronę internetową [Coronavirus \(COVID-19\): Dbanie o nasze bezpieczeństwo](#), ([Coronavirus \(COVID-19\): Looking out for each other safely](#)) gdzie znajdziesz pomysły na pozostanie bezpiecznym przy jednoczesnym pomaganiu innym, oraz jak zdobyć pomoc.

Krok dalej (początek szkoły, zmiana klasy lub szkoły, koniec edukacji)

W celach prewencyjnych przed Coronawirusem ograniczenia pozostaną obecne w pewnej formie przez jakiś czas, a Twoje dzieci mogą martwić się co dalej wydarzy się w ich życiu. Spróbuj wykorzystać tę okazję aby porozmawiać o uczuciach i pytaniach, a następnie **porozmawiać z odpowiednią reprezentacją szkoły, jeśli potrzebujecie rady lub wsparcia**. Oni znają Twoje dzieci i mają odpowiednie kompetencje, aby udzielić takiej pomocy.

Ponieważ szkoły wchodzą również w nową fazę, wszystkie dzieci w Walii będą miały okazję do skontaktowania się z nauczycielami przed przerwą letnią, i do przygotowania się na semestr letni i jesienny. Zostało to [ogłoszone przez Ministra Edukacji, Kirsty Williams 3 czerwca](#). ([announced by the Education Minister, Kirsty Williams on 3 June](#)) Dzieci mogą się martwić zmianami w szkole po powrocie, albo zmartwione:

- byciem zaakceptowanym z powrotem w grupach przyjaciół
- zaległościami w szkole, porównywaniem się do innych uczniów
- jak społeczny dystans wpłynie na życie szkolne
- rozpoczęciem szkoły podstawowej lub gimnazjum, lub przenoszeniem się do innej klasy
- Rozpoczęciem dalszej lub wyższej edukacji, albo skończeniem szkoły
- jak ta sytuacja wpłynie na ich wyniki.

Szkoły średnie będą współpracować z lokalnymi szkołami podstawowymi aby zapewnić pomoc i wsparcie dla dzieci które rozpoczną szkołę średnią na jesień. Niektóre szkoły mogą zorganizować zajęcia pomiędzy, aby lepiej przygotować dzieci na kolejny etap edukacji; to powinno zmniejszyć obawy dzieci w tym temacie. Niektóre szkoły mogą nadal zorganizować spotkania na miejscu, w odpowiednim czasie i przestrzegając środków dystansowania się. Jeżeli są jakiegokolwiek obawy związane z rozpoczęciem szkoły, lub przenoszeniem się, proszę o kontakt ze szkołą.

Jeżeli Twoje dzieci są zaniepokojone tym jak obecna sytuacja może wpłynąć na ich wyniki oraz przyszłość, należy je zapewnić że nie wpłynie ona na to niekorzystnie, a praca którą do tej pory wykonywały i będą wykonywać, jest doceniana. **Porozmawiaj ze szkołą dziecka najpierw, w razie potrzeby rady czy wsparcia**. Dalsze informacje o ocenach w okresie letnim można znaleźć na [Kwalifikacje w Walii \(Qualifications Wales\)](#), a doradztwo w karierze dla powyżej - 16-latków na [Kariery w Walii \(Careers Wales\)](#).

Bezpieczeństwo online oraz dostęp do internetu

Bezpieczeństwo online

Prawdopodobnie dzieci będą spędzały coraz więcej czasu online. Internet może zapewnić im świat informacji oraz możliwości nauki, może to być również przestrzeń do komunikacji z rodziną i przyjaciółmi. Jednak jest bardzo ważne, aby zachować bezpieczeństwo.

Rząd Walii wydał niedawno Bądź Bezpieczny. [Kontynuuj naukę: Poradnik bezpieczeństwa online dla rodziców i opiekunów](#). ([Stay Safe. Stay Learning: Online safety guidance for parents and carers](#)) Zawiera on porady, wskazówki i wsparcie w szerokim spektrum problemów związanych z bezpieczeństwem online, jak nękanie, granie w gry, nieprawdziwe informacje, social media. Dodatkowo zawiera środki, w skład których wchodzi:

- Zestawy działań, z których można korzystać w ramach [wsparcia i sprawdzania bezpieczeństwa online z Twoim dzieckiem](#) ([support and explore online safety with your children](#))
- porady dotyczące lekcji online - niektóre szkoły prowadzą lekcje wideo online, to jest rzecz która powinna mieć zapewnione bezpieczeństwo wszystkich dzieci. Jeśli szkoła Twojego dziecka zdecydowała się na lekcje online, [to są kwestie które warto przemyśleć](#). ([here are some things you may wish to think about](#))
- Porady dotyczące obaw do kogo zgłosić się o pomoc czy wsparcie

Dostęp do internetu

Jeżeli nie masz dostępu do odpowiedniego urządzenia które łączy się z internetem, aby Twoje dziecko mogło uczestniczyć online w lekcjach z domu, [jest możliwa pomoc](#). ([there is help available](#)) Jeżeli jeszcze nie skontaktowała się z Tobą szkoła i masz problem z dostępem do zajęć online, należy skontaktować się ze szkołą lub lokalną władzą o pomoc.

Jeżeli masz dostęp do urządzenia internetowego, ale nie wiesz jak je obsługiwać możesz znaleźć wskazówki na stronie [Ucz się sam \(Learn My Way\)](#). Jest to strona internetowa mająca na celu pomoc w nauce podstawowych umiejętności komputerowych jak rozmowy wideo, bankowość online, uzyskiwanie dostępu do zdrowotnych informacji.

Walia Się Uczy

Szkoła, do której uczęszczają Twoje dzieci na razie przygotowuje zajęcia i pracę na odległość. Te zmiany w szkolnictwie utrzymują się, na rzecz funkcjonowania zgodnie z ograniczeniami przeciwko rozprzestrzenianiu się Coronawirusa. Dopóki to trwa, nikt nie oczekuje że wejdiesz w rolę nauczyciela, ale istnieje wiele sposobów jak możesz wspierać swoje dziecko w nauce. Najważniejsze to dbać o zdrowie i dobre samopoczucie rodziny, które mają duży wpływ na naukę dziecka.

Nauczyciele Twoich dzieci nadal będą uczyć w tym czasie. W miarę możliwości staraj się śledzić postanowienia szkoły oraz co możesz zrobić aby pomóc dzieciom, mając na uwadze indywidualną sytuację rodzinną. **Należy najpierw skontaktować się bezpośrednio ze szkołą** jeśli potrzebujesz rady lub pomocy w sprawie wsparcia dziecka w nauce. Szkoła zna dzieci i wie jak można im pomóc, na przykład w następujących sprawach:

- najlepsze metody wspierania dziecka w nauce
- otrzymywanie pomocy dla indywidualnych potrzeb

- co zrobić, kiedy Ty lub dziecko macie pytania o zadania szkolne
- co zrobić, kiedy Ty lub dziecko czujecie się przytłoczeni szkolnymi obowiązkami
- co zrobić, jeśli nie masz dostępu do odpowiedniego urządzenia internetowego aby móc uczestniczyć w zajęciach online z domu ([istnieją środki](#), [help is available](#)) które pomagają rodzinom za pośrednictwem szkoły lub lokalnych władz)

Szkoła w której zarejestrowane są Twoje dzieci powinna być zawsze pierwszym kontaktem, ale należy pamiętać że każda rodzina jest inna i trzeba podejmować działania które są dla niej odpowiednie. Jeżeli kontaktujesz się ze szkołą albo nauczycielem, należy w tym celu skorzystać z odpowiedniego narzędzia komunikacyjnego rekomendowanego przez szkołę.

[Sekcja o bezpieczeństwie online](#) ([Keeping safe online section on Hwb](#)) zapewnia pomocne informacje dotyczące pracy i socjalizacji online, włącznie z kwestiami które należy rozważyć jeśli szkoła zdecydowała się na prowadzenie lekcji online.

Poniższe informacje mają na celu pomoc rodzinie w znalezieniu najlepszej metody na owocną naukę dzieci.

Wspieranie dzieci w używaniu języka walijskiego

Jeśli Twoje dzieci uczęszczają do pół-Walijskiej szkoły lub uczą się języka walijskiego na zajęciach angielskiego lub są w dwujęzycznej szkole, jest [dostępne wsparcie w używaniu języka walijskiego w domu](#). ([Welsh language at home](#)) Pomocnym narzędziem przy sprawdzaniu pisowni i gramatyki będzie bezpłatny [program komputerowy z językiem walijskim](#), ([Welsh language software](#)) dostępny dzięki współpracy z Uniwersytetem w Bangor oraz Rządem Walii. [Pomoce przy nauce na odległość](#) ([Distance learning resources](#)) dla dzieci w różnym wieku są również dostępne. Szkoła do której uczęszczają dzieci może być również wsparciem.

Angielski lub walijski jako dodatkowy język

Najlepsze co możesz zrobić dla swoich dzieci to dbać o ich bezpieczeństwo i szczęście. Dobre samopoczucie Twojej rodziny jest zawsze priorytetem. Nikt nie oczekuje, że odtworzysz warunki szkolne w domy albo zostaniesz nauczycielem, ale są metody które pomogą im w nauce.

Najlepsze wsparcie w nauce - skontaktuj się ze swoją szkołą

Należy skontaktować się ze szkołą dzieci w razie pytań o wsparcie dzieci w nauce. Szkoła będzie mogła udzielić pomocy, albo dać wskazówki jak najlepiej pomóc dziecku dostosowując się do jego indywidualnych potrzeb włącznie ze wsparciem w nauce języka angielskiego i walijskiego.

Szkoła lub władza lokalna może również udzielić pomocy, jeśli Twoje dzieci:

- Dostają **darmowe posiłki szkolne** - takie wsparcie jest nadal dostępne, aby dostawać [darmowe posiłki szkolne w obecnej sytuacji](#). ([access free school meals at this time](#)) Należy porozmawiać ze szkołą, lub dowiedzieć się tam o możliwych opcjach dostarczanych przez [lokalne władze tu](#). ([local authority here](#))
- **Mają trudność z używaniem lub dostępem do narzędzi elektronicznych w celu uczestniczenia w zajęciach online** - proszę skontaktować się ze szkołą lub władzami lokalnymi. [Dodatkowe wsparcie zostało zrealizowane](#) ([Additional support has been provided](#)) aby wspierać rodziny w tym trudnym okresie.

Inne sposoby wspierania w nauce - warto spróbować

Jest wiele metod nauki, ale nie wszystkie one wymagają użycia technologii lub nauczyciela. Dzieci mogą się uczyć poprzez zabawę, rozmowę, wykonywanie codziennych czynności domowych jak gotowanie, zajmowanie się ogrodem, sprzątanie. Mogą się uczyć również dzięki bardziej formalnym metodom jak wykonywanie zadań, ręcznie lub online.

Nauka języka oraz rozmowy o nauce języka w domu może być pomocne dla Twoich dzieci. Warto spróbować:

- Porozmawiania o tym, co się aktualnie dzieje. Przyjąć perspektywę dziecka, możliwe że może mieć trudność ze zrozumieniem sytuacji. Następujące książki są dostępne, w ramach pomocy dziecku w zrozumieniu dlaczego sytuacja się zmieniła:
 - [COVIBOOK - wspieranie oraz pocieszanie dzieci na całym świecie](#) ([COVIBOOK - supporting and reassuring children around the world](#)) jest dostępna w Cymraeg, Español, English, Italiano, Português (Brasil & Portugal) Français, Polskie, עברית, Bahasa indonesia, Deutsch, Türkçe, Русский, مصري عربي, عربي, ρουμανικός, Magyar, Ελληνικά, Dansk, Српски, Hrvatski, 日本語, 中文, Nederlands, فارسی,
 - ['Mój bohater to ty' \(My hero is you\)](#) jest dostępne w wielu wersjach językowych
- Zachęcania do dyskusji i zabawy w języku ojczystym dziecka oraz w języku używanym w szkole.
- Poproszenia dzieci, o opowiedzenie o zajęciach w szkole które odbywają się w języku ojczystym - to pomoże im zrozumieć lepiej te zajęcia. Jeśli Twoje dzieci są za młode aby w tym uczestniczyć, albo wspólnie nie możecie zrozumieć tych aktywności, należy skontaktować się ze szkołą - tam powinniście dostać wsparcie.

Dodatkowe wsparcie

Jeżeli masz trudności oraz potrzebujesz dodatkowego wsparcia aby radzić sobie z obecną sytuacją, możesz dostać wsparcie od:

[Welsh Refugee Council](#) (zapewnia pomoc i doradztwo osobom starającym się o azyl i uchodźcom)

Cardiff – 02920 489 800

Newport – 01633 266 420

Swansea – 07918 403 666

Wrexham – 07977 234 198

[Ethnic Minorities and Youth Support Team Wales](#) (zapewnia holistyczne wsparcie dla młodzieży, rodzin i osób należących do mniejszości etnicznych, włączając uchodźców i osoby starające się o azyl)

[The Traveller Movement](#) (udziela informacji oraz rad dla Romów oraz grup i osób z mniejszości koczowniczych)