

## Skoleteamet i Atea har laget følgende tips til foresatte om hjemmeskole:

1. Følg skolens opplegg for hjemmeskole. Forbered dere godt på opplegget ved å gå gjennom informasjon fra skolen sammen slik at barnet blir godt forberedt.
2. Lag kjøreregler og rutiner sammen foreldre og barn for hvordan dere skal ha det hjemme i denne perioden. Eksempler på regler det kan være lurt å avtale er når det er "time" og når det er "friminutt". Sett opp en fast plan for når skolen starter og slutter, samt når det er "friminutt" eller pause hvis ikke skolen gjør det for dere. Avtal også hva slags mobilregler dere skal ha i "skoletiden" hvis barnet har egen mobil. Lag også regler for hvordan læringsbrett eller datamaskin skal brukes – de er til læring i skoletiden.
3. Hvis barnet ditt har spesialundervisning eller spesiell tilrettelegging, er det viktig å ha tett dialog med skolen om dette.
4. Legg inn jevnlige økter med fysisk aktivitet inne eller ute hvis ikke skolen gjør dette i sitt opplegg.
5. Ettersom fritidsaktiviteter også kan bli innstilt, så lag gjerne egne alternative planer for hvordan dere vil bruke fritiden nå. Det kan for eksempel være viktig å lage regler og rutiner for god regulering av skjermbruk for både barn og foreldre sammen hjemme i denne tiden.
6. Mange barn vil trenge hjelp til å motivere seg for læring i de ukene vi nå går inn i. Snakk sammen hjemme om viktigheten av å opprettholde kontakt med skole og venner digitalt for å være en del av samfunnet og fellesskapet.