HOMESCHOOLING

Meine Schülergesundheit ist mir wichtig!

So arbeite ich am besten:

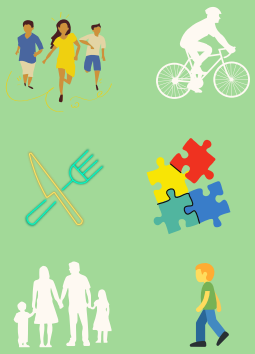
Ich bereite meinen Arbeitsplatz vor! Habe alle Materialien griffbereit.

Ich halte mich an meine Lernzeiten, vergleichbar mit meinem Stundenplan! 15 Uhr ist Feierabend!

AUFGABEN

Ich bearbeite die Aufgaben des Tages und achte auf die Rückgabe-fristen!

Nach Schulschluss:



MEINE PAUSEN

Ich mache **regelmäßig** Pause. In den Pausen **esse** und **trinke** ich, **lüfte** mein Zimmer und **bewege** mich.

DISTANZUNTERRICHT

Meine Lehrergesundheit ist mir wichtig!

So arbeite ich am besten:

Ich bereite meinen Arbeitsplatz und mein Onlineunterricht rechtzeitig vor!
Unterstütze mich im Team!

Ich richte mir feste Arbeitszeiten ein!
Ich muss nicht 24h erreichbar sein!

AUFGABEN

Ich stelle Aufgaben und Termine rechtzeitig und sende meine Aufgaben nicht erst spät abends an die Schüler. Schüler haben auch feste Pausenzeiten!

Nach Feierabend:

Bewege ich mich!
Esse gesund!
Genieße die Zeit mit der Familie!

MEINE PAUSEN

Ich mache **regelmäßig** Pause. In den Pausen **esse** und **trinke** ich, **lüfte** mein Zimmer und **bewege** mich.