

Vision: To inspire students to become **confident, ethical and compelling** individuals with the aspiration and qualities to shape a **better future for all**.

Values: Respect, Responsibility, Curiosity and Resilience



John Whitehead | Headteacher

The Forest High School,
Causeway Road,
Cinderford,
Gloucestershire
GL14 2AZ

T: 01594 822257

E: info@foresthg.org.uk

www.foresthigh.org.uk

Dragi părinți / îngrijitori, 25 ianuarie 2021

Sper că vă simțiți bine și vă păstrați în siguranță. Aș dori să vă mulțumesc tuturor pentru sprijinul pe care l-ați acordat școlii pentru a vă asigura că copiii dvs. continuă să învețe cu succes în aceste vremuri provocatoare. Am fost atât de impresionat de hotărârea ta de a face tot ce este mai bun pentru copiii tăi. Deoarece se pare posibil ca blocarea actuală să continue de ceva timp, m-am gândit să împărtășesc câteva dintre cele mai importante sfaturi de la Young Minds, organizația caritabilă pentru sănătate mintală.

1. Planificați ziua

Acest lucru îi ajută pe tineri să se pregătească pentru ziua respectivă și să știe la ce să se aștepte. Identificați din timp când veți putea sprijini. Doar să vorbești despre lucruri te poate ajuta adesea. Nu este nevoie de cunoștințe de specialitate. Pur și simplu să puneți întrebări și să lucrați alături de un tânăr poate face o mare diferență. Identificați timpul pentru pauze, prânz și recompense, astfel încât motivația să rămână ridicată. Stabilirea unei rutine consistente de la o zi la alta va contribui mult la a face copilul să se simtă în siguranță. Aceasta ar trebui să includă perioade regulate pentru culcare și trezire, precum și perioade regulate de gustări și pentru urmărirea hobby-urilor și intereselor. Ajutați-vă copiii să-și rupă munca în pași mici, astfel încât să nu se simtă copleșiți. Asigurați-vă că primesc aer proaspăt și fac mișcare.

2. Pleacă ocazional

Perseverența este o calitate excelentă și toți studenții de succes o arată. Cu toate acestea, răbdarea și flexibilitatea din partea ta vor face diferența atunci când copilul tău devine frustrat. Ar putea fi cel mai bine pentru dvs. să vă încurajați copilul să treacă la o altă sarcină sau să se îndepărteze de o sarcină pentru un timp. Acest lucru poate reduce presiunea asupra copilului tău și asupra ta.

4. Personalizați sarcina

Dacă copilul dvs. se luptă cu o sarcină, încercați să adaptați sarcina într-un mod care să-l angajeze din nou pe copil. Acest lucru ar putea presupune furnizarea unui exemplu despre modul în care această sarcină ar putea fi relevantă pentru lumea reală SAU ar putea include raportarea la un subiect sau abilitate pe care știți că îi pasă de copilul dvs.

5. Recompense

Motivația este cheia absolută pentru învățarea cu succes la domiciliu. Lăudarea elevilor pentru îndeplinirea unei sarcini și observarea în care și-au luat timp și grijă pentru o lucrare poate face o mare diferență pentru sănătatea mintală a tinerilor. Oferirea unei recompense tinerilor la sfârșitul unei zile provocatoare poate face o mare diferență. Asigurarea tinerilor că ceea ce contează este timpul și efortul depus într-o lucrare și că îmbunătățirile ar putea fi lente pentru a începe, va oferi o asigurare importantă.

Dacă doriți mai multe informații și îndrumări despre educația la distanță, vă rugăm să vizitați gov.uk/coronavirus SAU consultați atașamentele însoțitoare.

Vă rugăm să nu ezitați să mă contactați la john.whitehead@foresthg.org.uk dacă aveți întrebări.

Cu stimă,

John Whitehead
Director



The Forest High School is sponsored by South Gloucestershire and Stroud College (SGS) through the SGS Academy Trust

In partnership to inspire future success

SGS Academy Trust is a limited company registered in England and Wales (9353480) An exempt charity, whose registered office is at Stratford Road, Stroud, Gloucestershire, GL5 4AH