



בריאות התלמיד בשיעור מקוון

מתווה הלימודים שגובש בעקבות מגפת הקורונה מלווה בהחלפה (חלקית) של לימודים בביתה בלמידה מרחוק, ומביא לעליה משמעותית בהיקף השימוש בטכנולוגיה דיגיטלית. על רקע שינויים אלו, ריכזנו עבור צוותי ההוראה המלצות וטיפים, שניתן ליישם במסגרת שיעור מקוון, לשמירה על בריאות התלמיד.



מה אנחנו מציעים?

הרצאה בנושא השלכות בריאותיות של שימוש מוגבר במסכים והמלצות ליישום בשיעור מקוון (בזום)

למי מיועדת ההרצאה?

למורים המלמדים בבית ספר יסודי, חט"ב או תיכון, בכל תחום דעת ובכל פלטפורמה דיגיטלית

אורך הפעילות? כ-20 דקות



תוכן ההרצאה:

- השלכות הקרינה הנפלטת ממכשירים דיגיטליים
- השימוש הלילי במסכים ואיכות השינה
- השימוש במסכים ובעיות עיניים
- שימוש במסכים מעודד פעילות יושבנית
- המלצות לפעילויות פשוטות ליישום במהלך שיעור מקוון סינכרוני

למידע נוסף: