**أهم النصائح للمتعلمين**

 **قبل الذهاب إلى المدرسة:**

 إذا كنت تشعر بالتوعك، أخبر شخص ما في المنزل

- هل أنت ساخن، أو لديك سعال مستمر أو فقدت حاسة الشم والذوق؟

 تأكد من تناول وجبة الإفطار

 تأكد من أنك قد حزمت كل ما تحتاجه لهذا اليوم بما في ذلك مطهر اليد والقناع والأنسجة إذا كنت تريد أن

 تتذكر إحضار الغداء الخاص بك

 تحقق إذا كنت بحاجة إلى مجموعة PE الخاصة بك

اترك أي شيء لا تحتاجه في المنزل (على سبيل المثال ، الألعاب والألعاب والأجهزة)

اغسل يديك قبل مغادرة المنزل (20 ثانية)

تجنب لمس وجهك ، والعينين والفم في جميع الأوقات

عند السفر في المدرسة أو وسائل النقل العام:

إذا كنت تستطيع، المشي، أو الدراجات إلى المدرسة كخيار أكثر صحة

 تطهير اليد قبل الذهاب إلى المدرسة أو وسائل النقل العام

ارتداء قناع إذا كنت تريد (تذكر أن تفعل ذلك على وسائل النقل العام)

لا تأكل أو تشرب على وسائل النقل

خذ القمامة الخاصة بك معك وضعها في سلة المهملات

تجنب لمس المقاعد و المقابض...

* حافظ على مسافة مترين من البالغين

**عند الوصول إلى المدرسة:**

 تصل إلى أقرب ما يمكن إلى بداية اليوم الدراسي - لا تتأخر!

 تجنب التجمع مع الآخرين في مجموعات

اتبع التعليمات من البالغين غسل يديك ومطهر اليد

تجنب الوقوف في المناطق المزدحمة – على سبيل المثال، عند أبواب المدخل

كن لطيفاً ومحترماً في جميع الأوقات واتبع القواعد لسلامة الجميع

ضع حقيبتك و الغداء على الأرض لا تضع هذا على الأسطح / أسطح العمل

**خلال اليوم الدراسي:**

غسل يديك بانتظام، وتجفيفها بشكل صحيح

التحرك في جميع أنحاء المدرسة والفصول الدراسية فقط عندما تحتاج إلى

استخدام المراحيض في أوقات الراحة والغداء حيث ممكن

التحرك خلال أوقات الصف سوف تكون محدودة

وضع معطفك على الجزء الخلفي من كرسي الخاص بك وضع حقيبتك ومعبأة الغداء على الأرض

لا تضع هذا على الأسطح / أسطح العمل

البقاء في كرسي الخاصة بك لا تشارك المعدات إذا كنت تستخدم الأنسجة للعطس / السعال، وضعها في سلة المهملات وغسل يديك

تجنب لمس أشخاص آخرين، المصافحات والعناق

ابتسامة والتلويح في أشخاص آخرين لتحيتهم

اتبع التعليمات التي تعطى من قبل الموظفين

 إذا كنت تشعر بتوعك في أي وقت ، أخبر معلم أو شخص بالغ على الفور

**في أوقات الراحة والغداء**

: غسل يديك و تطهيراليد

إذا كنت تشعر بالتوعك، أخبر شخص ما على الفور والتي قد تنطوي على الذهاب إلى مكتب المدرسة

 سوف يقال لك متى وأين للذهاب لتناول طعام الغداء

 وضع جميع القمامة في الصناديق الصحيحة

 أن يكون هناك مراحيض مختلفة لفئة أو فئة السنة تلك- استخدم المراحيض الصحيحة!

 سوف يساعدك البالغون المناوبون عند الانتقال في المدرسة - يرجى اتباع تعليماتهم للحفاظ على سلامة الجميع

**المدارس الثانوية:**

 قد يسمح لمجموعات السنوات المحددة بمغادرة المدارس في وقت الغداء.

 توجيه الحكومة الاسكتلندية عندما خارج المدرسة المباني يجب الالتزام

 يرجى أن يكون حسن الجوار ، أن يكون محترما ، ومتابعة النأى الاجتماعية وارتداء قناع

**في نهاية اليوم الدراسي:**

 اتبع تعليمات موظفي المدرسة و المعلمين

 مغادرة المبنى، مع جميع البنود الشخصية معك

 استخدام طريق الخروج الصحيح وباب الخروج

تجنب التجمع خارج مبنى المدرسة أو في طريق العودة من المدرسة

 كن لطيفا ومحترما للناس والمنطقة المحيطة بالمدرسة

**عند العودة إلى المنزل:**

 غسل يديك و تطهير اليد

قد ترغب في تغيير من الزي المدرسي الخاص بك

 تذكر أن تفعل الواجبات المنزلية الخاصة بك أو الدراسة

**في جميع الأوقات:**

 يرجى أن تكون لطيف والتفكير في الآخرين

 يرجى اتباع جميع القواعد والسهام والتعليمات

 حاول أفضل ما لديكم وتكون داعم لبعض البعض

 استمتع بالعودة إلى المدرسة وتعلمك

ونحن سوف نفعل كل ما في وسعنا لتجعلك تشعر بالأمان في المدرسة ودعم لكم مع التعلم الخاص بك. في حالة غير محتملة للغاية أنك غير قادر على اتباع النصائح والتوقعات أعلاه للحفاظ على سلامة الجميع ، سنتصل بوالدك / مقدم الرعاية لجمعك من المدرسة.

