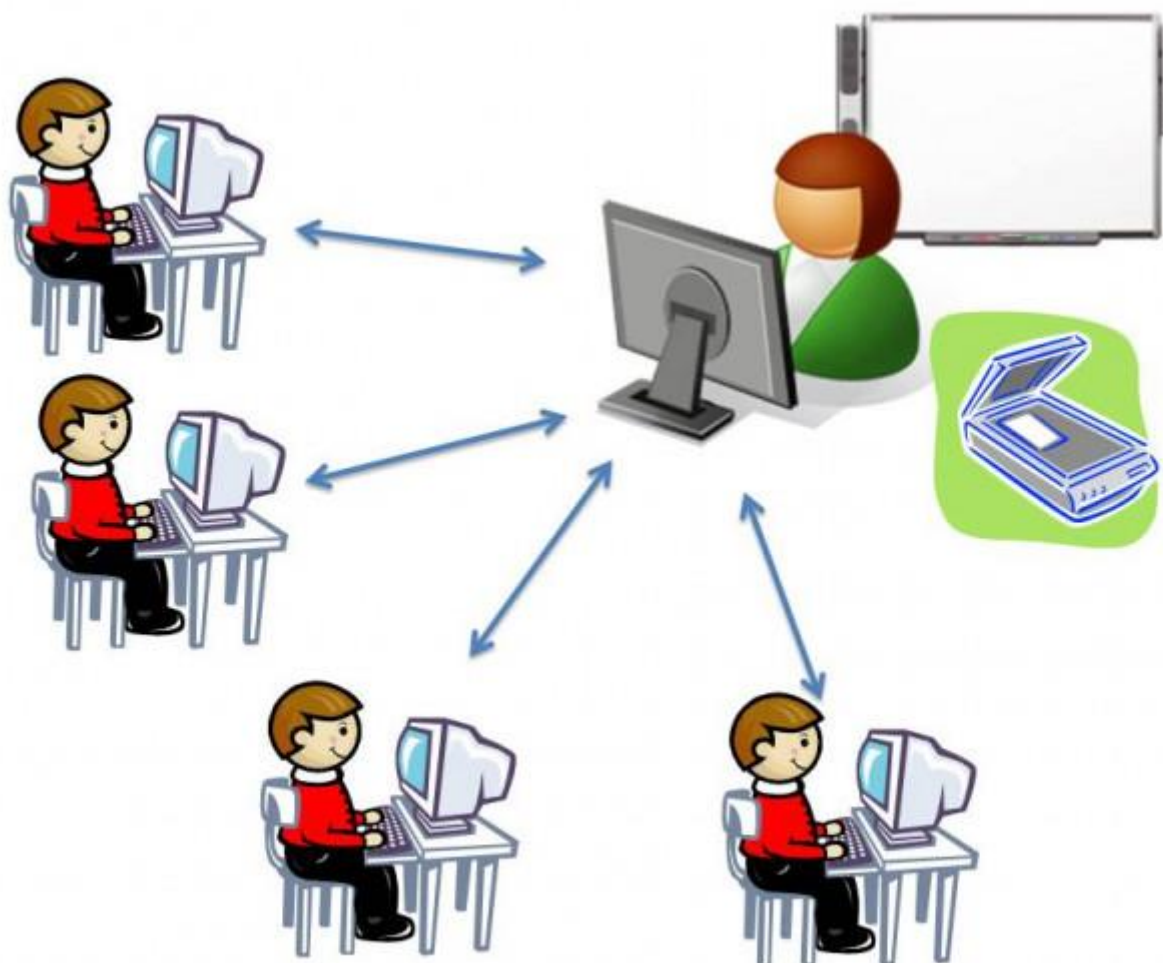


Рекомендации для родителей по организации дистанционного обучения



10 правил дистанционного обучения

1. В первую очередь, **спокойствие**. Как бы банально не звучала фраза "у спокойных родителей - спокойные дети", но это правда, и это работает. Все мы понимаем, что дистанционное обучение невозможно, хотя бы первое время, без участия родителей. Так или иначе, вы будете вовлекаться в процесс, и это нервирует. Но успокойтесь и постарайтесь передать спокойный эмоциональный фон ребенку, это снизит его тревожность. Ведь он тоже волнуется! Родителям потребуется провести разъяснительную работу с младшими детьми и предупредить их, что они не должны шуметь и отвлекать школьника, пока он учится.

2. Подготовьте для ребенка **рабочее место**. Отдельная комната или рабочий уголок, не столь важно. Главное, чтобы вокруг был порядок, - это настраивает на рабочий лад. Позаботьтесь о технической стороне вопроса, чтобы компьютер

(планшет, телефон) был в рабочем состоянии, а интернет не подвел в ответственный момент. На случай сбоя интернета через wi-fi, выберете тариф на телефоне с безлимитным интернетом, чтобы при необходимости создать точку доступа и не выпасть из процесса.

Чек-лист для проверки рабочего места:

- Домашний и мобильный интернет оплачены и работают.
- Камера и микрофон на компьютере исправны.
- У ребенка есть наушники и они работают.
- Все необходимые программы установлены на компьютер и ребенок понимает, как ими пользоваться.

3. Зарегистрируйтесь и ознакомьтесь с образовательной платформой, которую выбрала ваша образовательная организация, заранее вместе с ребенком. Это исключит эффект неожиданности. Ничего особенно сложного в этих платформах и образовательных системах нет, разобраться в них сможет любой. У ребенка наверняка возникнут вопросы, и если родители ознакомятся с материалами заранее — они смогут помочь ребенку

4. Спланируйте день, составьте для ребенка расписание школьных занятий и занятий в организации дополнительного образования детей. Старайтесь придерживаться примерно такого же распорядка дня, как и во время посещения образовательной организации очно. Не забудьте о перерывах: 5-10 минут между занятиями и 30 минут через каждые 2-4 часа занятий.

5. Рабочая обстановка. Проконтролируйте, чтобы во время занятий ребенка ничего не отвлекало. Отключите уведомления в мессенджерах и удалите животных из комнаты. Редко кто из детей удержится от соблазна потискать питомца.

6. Подберите одежду для занятий, нельзя позволять ребенку заниматься в пижаме или домашней одежде, это не создаст рабочую атмосферу.

7. Самое время вспомнить про режим дня. Полноценный сон очень важен для растущего организма! Мозг во время сна продолжает обрабатывать информацию, полученную во время бодрствования. Также сон помогает справиться со стрессом, не забывайте об этом. Разбудите ребенка как минимум за час до начала занятий. Он должен успеть умыться и позавтракать, а также подготовиться к занятиям.

8. Записывайте успехи ребенка! Это помогает мотивировать. Можно каждое небольшое достижение записывать на цветные листочки и прикалывать к пробковой доске. Наглядно видно, как ребенок поработал. Старшеклассникам можно делать следующее: писать все задания, которые надо сдать, на цветные листочки и, по мере выполнения, снимать их с доски.

9. Физическая нагрузка и гигиена. В течение дня у ребенка обязательно должна присутствовать физическая нагрузка. Делайте зарядку, гимнастику. Не забывайте регулярно проветривать помещение. Глаза также должны отдыхать от яркого монитора компьютера. Полезно выполнять гимнастику для глаз, в интернете много

вариантов. Чтобы у ребенка не случилось обезвоживания, родителям следует ставить рядом с компьютером большой стакан воды (к концу дня он должен быть пуст!).

10. Обратная связь. Будьте на связи с педагогом, задавайте ему вопросы, если вам что-то непонятно. И не переживайте, для педагогов это тоже новый опыт. Они волнуются не меньше вас. Убедитесь, что ребенок не страдает от одиночества. В условиях дистанционного обучения ребенку важно как можно больше общаться и с ребятами из группы (класса) — это поможет избежать ощущения, что он оказался в полной изоляции. Одноклассники (одноклассники) могут помочь разобраться с какими-то техническими моментами и заданиями, а педагог — в индивидуальном порядке объяснить сложную тему.

Контакт с друзьями необходим. Дети переживают социальную изоляцию хуже, чем многие взрослые, ведь для них друзья — очень важная часть их мира. Недопустимо лишать ребенка общения с приятелями даже в качестве наказания за плохую оценку. При этом, родители должны следить, чтобы звонки и переписки в мессенджерах не мешали занятиям — болтать с друзьями можно только после того, как все задания выполнены.

Как помочь гиперактивным и медлительным детям с обучением на дому?

Все дети разные: не каждого ребенка легко усадить за компьютер и включить в занятия. Одни гиперактивные и не могут усидеть на месте, другие, наоборот, медлительные. Но, соблюдая некоторые правила, вы вполне справитесь с обучением любого типа ребенка.

Правила работы с медлительным ребенком

- Утром, при подготовке к занятиям, **важно рассчитывать время** так, чтобы дать ребенку возможность встать, умыться и позавтракать спокойно, в его собственном темпе. Для этого, возможно, придется раньше ложиться спать и раньше вставать.
- Для медлительного ребенка очень важны **привычные условия работы**. Если у него есть собственный письменный стол, если он приступает к занятиям всегда в одно и то же время, то его психике проще быстрее включиться в работу.
- Медлительному ребенку **трудно переключаться** с одного вида работы на другой. Не нужно озадачивать его неожиданными вопросами, пока он занят предыдущим заданием.
- Старайтесь избегать ситуаций, когда от ребенка нужно получить быстрый устный ответ на неожиданный вопрос. Необходимо предоставить ему **время на обдумывание** и подготовку.
- Не работать на «скорость».
- У медлительных детей часто плохо развита координация движений, поэтому полезно использовать специальные упражнения для развития моторики. В процессе выполнения этих упражнений можно одновременно тренировать темп и скорость движений.

- При выполнении самостоятельной работы с медлительными детьми **не рекомендуется делать перерывы**, поскольку заново включиться в работу ребенку будет сложно. Лучшая схема такова: позанимались одним направлением – отдохнули – начали заниматься другим направлением.
- Чтобы ребенок успевал уловить мысль и действия педагога, рекомендуется **идти на шаг впереди**, чтобы уже накануне ребенок знал, что будет делать на занятии.
- Медлительные дети часто тревожны и, как следствие, не уверены в себе. Работайте только на **"положительном подкреплении"**: при неудачах подбодрите, поддержите, а любой, даже самый маленький, успех подчеркните. Это будет самым лучшим стимулом для ребенка.

Правила работы с гиперактивным ребенком

- Обязательно соблюдайте **режим дня!** Вставать, обедать, делать уроки, отдыхать в одно и то же время, даже в выходные дни. Это особенно важно для таких деток. У ребенка с СДВГ низкий уровень нейродинамики, поэтому он быстро устает и выключается из процесса.
- По возможности **придерживаться единой системы требований**.
- Гиперактивные дети очень чувствительны к похвале. Их нужно стараться **чаще поддерживать, хвалить**. В данном случае нет опасности перехвалить.
- При разговоре старайтесь **смотреть ребенку в глаза**, можно держать ребенка за руки.
- Инструкции нужно давать короткие, пошаговые.
- При выполнении самостоятельной работы лучше **делить ее** на несколько коротких блоков /частей.
- Ребенку будет легче, если при выполнении работы перед ним будет **план действий**:
 1. Сесть;
 2. Достать краски, кисточки, карандаши, альбом;
 3. Посмотреть задание.
 и т.д.
- **Новые требования вводите заранее**, постепенно, чтобы ребенок успел привыкнуть. Можно вывесить их на видном месте и периодически к ним возвращаться. Требования не должно быть много, но они должны быть четкими, понятными. О каких-то важных событиях или планах гиперактивному ребенку тоже лучше говорить заранее, тогда не будет столь бурной реакции.
- **Обстановка в семье** должна быть по возможности комфортной, спокойной; это поможет уравновесить эмоциональный фон ребенка.

Бывает, что дистанционно дети учатся значительно лучше. Сейчас самое главное - справиться с первыми трудностями. Может быть всех нас ждут новые возможности? Всем успехов!!!