

Рекомендации родителям детей, находящихся на дистанционном обучении

Дистанционное обучение – тест на степень самостоятельности и ответственности детей, на умение организовывать свою жизнь и управлять ею, на сформированность умения учиться.

Как помочь ребенку организовать процесс обучения:

В первую очередь следует сохранить и поддерживать для себя и ребенка привычный распорядок дня (время сна и бодрствования, время начала уроков, их продолжительность, «переменки» и пр.). Резкие изменения режима дня могут вызвать существенные перестройки адаптивных возможностей ребенка и привести к излишнему напряжению и стрессу.

Постарайтесь разобраться в рекомендациях, которые вы получаете от школы по организации дистанционного обучения детей. Ориентируйтесь только на официальную информацию, которую вы получаете от учителя-предметника и классного руководителя.

Родители школьников могут повысить привлекательность дистанционных уроков, если попробуют «освоить» некоторые из них вместе с ребенком. Например, можно задать ребенку вопросы, поучаствовать в дискуссии и тогда урок превратится в увлекательную, познавательную игру-занятие. Для ребенка — это возможность повысить мотивацию, а для родителей — лучше узнать и понять своих детей.

Как помочь ребенку выполнить учебные задания:

1. Важен диалог и уважительное, дружелюбное общение, чтобы ребенок сам принял решение, что он будет выполнять задания учителя. Обсудите с ним, что ему поможет и что может помешать. Пусть он напишет свое намерение на бумаге. **Собственное решение, зафиксированное письменно, станет для школьника психологической опорой, к которой можно обращаться.**

2. В конце каждого дня подробно обсуждайте с ребенком что получилось, а что пока нет. Для понимания успехов и трудностей задавайте ему открытые вопросы, обращенные к конкретному опыту: что, как, для чего, зачем, что чувствовал, как это получилось или не получилось и т.д. В свою очередь давайте ребенку развернутую положительную обратную связь: опишите конкретный успешный опыт ребенка, выразите уважение к его усидчивости и труду.

3. Большинство школьников плохо чувствуют время и не умеют его планировать. **Помогите ребенку составить план на каждый день**, а вечером необходимо подробно его проговорить и мысленно прокрутить «видеофильм» завтрашнего дня. Важно, чтобы у школьника перед глазами были часы и таймер, который фиксировал бы окончание запланированного периода. Полезно разбить работу на отрезки по 30- 40 минут между ними делать пятиминутный перерыв.

4. Без внешних стимулов и санкций, согласованных с ребенком, не обойтись. Составьте письменный договор о поощрениях за качественно выполненное учебное задание и санкциях за не выполнение.

5. Очень важна организация рабочего места. Все необходимое при выполнении учебных заданий должно быть в зоне доступности руки, в то время как мобильный телефон и другие гаджеты – вне рабочей зоны. Экспериментально доказано: если смартфон находится в зоне досягаемости, пусть даже в выключенном состоянии, ребенок намного хуже решает математические задачи по сравнению с ситуацией, когда смартфон лежит в другой комнате.