

Рекомендации родителям и детям по организации дистанционного обучения

В школе у детей понятная система с графиком, звонками и переменами. А как обеспечить ребенку продуктивный образовательный процесс на дистанционном обучении — все еще непонятно. Давайте разберемся, как родитель может помочь ребенку организовать рабочее место, каким теперь должен быть режим дня и что учителя могут сделать для встревоженных мам и пап.

Поначалу переход на дистанционное обучение требует определенного участия родителей. Важно объяснить детям, что это временно: скоро обучение встанет на рельсы, и процесс пойдет по накатанной. Предлагаем родителям учеников воспользоваться памяткой по организации дистанционного обучения.

Памятка по организации дистанционного обучения

- 1) На дистанционном обучении ученик занимается даже больше, ведь доля самостоятельной работы увеличивается. Поэтому очень важно, чтобы у него было место, где он сможет спокойно заниматься. Родителям потребуется провести разъяснительную работу с младшими детьми и предупредить их, что они не должны шуметь и отвлекать школьника, пока он учится. Чек-лист для проверки:
 - ✓ 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.
- 2) Распланировать день и откалибровать режим.
 - Не исключено, что в первые недели ребенку трудно привыкнуть к новой реальности: вроде бы он и дома, а учиться все равно нужно. Причем речь идет именно о самостоятельной работе, ведь теперь вместо обычных уроков у него видеозаписи в сети Интернет, тексты в учебниках и интерактивные занятия. Поэтому родителям придется самим следить, чтобы учебный распорядок не нарушался.
 - Чтобы эффективно организовать время, родители могут запросить у классного руководителя расписание на неделю. Поэтому родителям нужно самим составить график занятий, не забывая о 15-минутных перерывах между уроками. Очень важно, чтобы ребенок во время этих переменок вставал и хотя бы немного двигался, пил

воду, делал гимнастику для глаз, переключался с учебы на что-то другое.

- Желательно, чтобы перерывы не «разбивали» занятие одним предметом, а разграничивали разные: позанимались математикой, отдохнули, переключились на английский язык. Через три часа после начала занятий стоит устроить долгий перерыв — 30–40 минут. Памятка для детей по дистанционному обучению поможет им следовать расписанию — родители могут даже нарисовать расписание на каждый день и включить в него не только уроки и перемены, но и фруктовые перекусы, мытье рук и разминки.
- Очень жесткое соблюдение режима дня сейчас важно, как никогда: это поможет снизить тревожность и привыкнуть к дистанционному обучению. Гиперактивные дети при правильном режиме лучше концентрируются, а медлительные — быстрее включаются в работу. Но ребенку сложно следовать распорядку самостоятельно, так что руководство родителей здесь необходимо. Ребенок, обучаемый дистанционно, все равно должен понимать, что бездельничать ему никто не позволит. (Помогите ребенку составить эффективное расписание и постепенно уменьшайте контроль).

- 3) Ознакомиться с платформой. Каждая школа сама решает, какая форма для проведения дистанционных уроков подходит их ученикам лучше всего. Единого решения здесь нет: обучать детей могут при помощи самых разных цифровых инструментов. Желательно, чтобы родители знали, как выглядит образовательная платформа, которую используют учителя для организации онлайн-уроков и рассылки заданий, какой электронный учебник или рабочая тетрадь нужны для каждого предмета, какие сервисы для видеосвязи учителя используют при проведении уроков.
- 4) Поддерживать связь с учителем. Дистанционное образование — новая технология, и вполне естественно, что родителям или ребенку что-то будет непонятно. Родители должны знать, что задавать вопросы учителю совершенно нормально. Более того, это лучше, чем пытаться догадаться, как теперь проходит подготовка к контрольной, тестированию, уроки и выполнения домашних заданий.
- 5) Не забывать про мотивацию. Даже у самого опытного учителя не всегда есть возможность похвалить ученика, однако, мотивации много не бывает. «Хвалите детей, вдохновляйте их» — эта

рекомендация, которую часто повторяет любой детский психолог, сейчас очень актуальна. Мамам и папам необходимо следить за успехами ребенка и акцентировать внимание на том, чего он уже добился, а не на том, что у него не получается. Например, «Ты уже решил три задачки, молодец, осталось всего пять!» вдохновит ребенка сильнее, чем «Так долго возился и решил всего три примера?!». Хорошо работают и вознаграждения. Например, пицца с доставкой или лишний час мультиков за выполненные вовремя уроки.