

## Рекомендации родителям детей, начальной школы, находящихся на дистанционном обучении.

Дистанционное обучение стало неожиданностью не только для учителей, но и для родителей и детей. Дети, которые большую часть дня проводили в школе, теперь постоянно дома. Родители вынуждены контролировать их обучение, работать удаленно, а в перерывах заниматься домашними делами. Как помочь родителям пережить дистанционное обучение и заручиться их поддержкой?

При переходе на дистанционное обучение дети могут растеряться, поэтому важно, чтобы родители, были рядом и помогли. Но, не все родители могут быть со своими детьми в результате занятости. Для организации учебной деятельности необходимо ознакомиться с платформой, как ребенку, так и родителю. Вы получите представление о том, как именно будут проходить онлайн-занятия.

В начале дистанционного обучения родители, выступают в роли организатора: помогают ребенку со всеми средствами, устанавливаете программы, в закладках устанавливают ссылки на нужные платформы. Затем контролируют, чтобы дети не пропускали занятия.

На дистанционном обучении важно учитывать психолого-возрастные особенности ребенка. Для детей начальной школы нужно обеспечить двигательную активность и смену деятельности. Желательно каждый день между уроками делать динамические паузы. Необходимо составить режим дня для детей так, чтобы они как можно больше двигались и отдыхали от компьютера.

Очень важна во время дистанционного образования организация рабочего места для ребёнка. Хорошо, если это будет отдельный стол, чтобы он мог записывать нужную информацию во время онлайн урока или консультации. Рабочий стол должен находиться в хорошо освещенном месте. Если ребенок левша – свет обязательно должен падать справа; если ребенок правша – источник света необходимо размещать слева.

Рядом с ребенком не должно быть еды, чтобы не отвлекался во время видеурока. Напомнить детям, что ставить воду рядом с техникой опасно — есть риск ее опрокинуть. Если у ребенка нет отдельной комнаты, попросите членов семьи не шуметь во время онлайн-урока, выключить телевизор и создать рабочую обстановку.

Дистанционное обучение неизбежно увеличивает время, проведенное с компьютером или планшетом. Желательно сократить другие цифровые активности: игры, видео, социальные сети.

Длительность онлайн-уроков, рекомендованных Минпросвещения, -15 минут в начальной школе. В перерывах дети должны вставать, делать небольшую зарядку и гимнастику для глаз. В это время полезно проветрить комнату.

Дома есть много отвлекающих факторов, поэтому дети должны научиться организовать себя. Это сложно для детей любого возраста.

Составляя режим дня для детей, необходимо придерживаться его на протяжении нескольких недель. Нужно укладывать и будить ребенка в одно время, обязательно давать ему время на отдых и уединение. Важно помнить, что дисциплина вырабатывается поэтапно. На первых этапах стоит увеличить уровень контроля на и постепенно уменьшать его.

Уважаемые родители! Вы должны помнить, что дистанционное обучение – это такое же обучение, только в другом формате. Не нужно думать, что ребенок ничего не делает, раз сидит за компьютером.

Напомните, что ребенку нужно время для адаптации к новому формату. Попросите в первое время не проявлять излишнюю строгость по отношению к оценкам. Сейчас главная задача ребенка — перестроиться на новый лад и разобраться с техническими особенностями сервисов.

Понятная схема взаимодействия — отличный способ снизить тревожность. Видеоконференции и консультации будут проходить в установленное им время.

Чтобы избежать напряжения между вами и учителями, нужно придерживаться установленными правилами общения. Учителя сообщат вам время, когда они смогут ответить на сообщения. Например, с 8 до 18. Помните о том, что педагоги, так же как и вы, оказались в ситуации тревоги и стресса. Необходимо сохранять спокойствие.

Письменная речь менее выразительна по сравнению с устной. Чтобы показать эмоции, используйте смайлики. Не пишите на бегу, лучше отложите на потом.

Для оптимальной организации процесса дистанционного обучения мне хотелось бы дать родителям несколько практических советов:

1. В сложившейся ситуации важно наладить с ребенком диалог, уважительное дружелюбное общение.
2. Ребенок должен сам понять, что дистанционное обучение - это та же школа, только в других условиях.
3. Важно соблюдать привычный распорядок дня: время сна и бодрствования, время начала уроков, перемены, перерыв на обед и пр. Резкие изменения в режиме дня могут привести к излишнему напряжению и стрессу.
4. Очень важна организация рабочего места. Кроме того, что всё необходимое должно находиться в зоне доступности руки, рекомендуется все гаджеты оставлять в другом помещении. Также ребенок должен иметь возможность работать сосредоточенно, не отвлекаясь на внешние раздражители. Поэтому постарайтесь ограничить доступ домашних животных к рабочему месту ребёнка.
5. Планируйте с ребёнком дела на предстоящий день заранее. Важно, чтоб у ребенка всегда были часы в зоне видимости. Вечером сверяйте план и его выполнение.
6. В конце каждого дня обсуждайте с ребёнком успехи и неудачи за день. Стройте планы на завтра. Совместно ищите решения в спорных ситуациях. Не скупитесь на слова поддержки и объятия.

7. Если ребенку трудно, страшно, тревожно, и вы понимаете, что своими силами не справитесь, то Вы всегда можете рассчитывать на помощь классного руководителя и школьных специалистов.

8. Предусмотрите периоды самостоятельной активности ребенка (не стоит постоянно занимать) и совместные со взрослыми дела. Главная идея состоит в том, что пребывание дома — не «наказание», а ресурс для освоения новых навыков, получения знаний, для новых интересных дел.

