

## РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ РЕБЁНКА НА ДОМУ

Уважаемые родители!

Домашнее (дистанционное) обучение – это не тотальный контроль, а работа над самостоятельностью школьника. Поддержите его! Для ребенка – это большой стресс, поэтому нужно ему помочь в переходе на новую форму обучения. Если в школе объявили о необходимости перевести учеников на дистанционное обучение, родителям нужно сначала самим разобраться, как будет проходить этот процесс.

Свяжитесь с классным руководителем, узнайте названия всех программ, информационно-образовательных систем и инструментов, которые будут использоваться при работе, и составьте примерный план школьного дня. Что обязательно вам понадобится?

- Бесперебойное подключение к интернету.
- Удобное кресло и продуманное, хорошо освещённое рабочее место для ребёнка.

При необходимости заранее установите на компьютер или ноутбук программу для чтения текстовых документов (предпочтительнее Microsoft Word), программу для просмотра презентаций (Microsoft PowerPoint), плеер для просмотра видеоуроков (например, Windows Player, VLC Media Player или KM Player). Необходимо также предусмотреть наличие технических средств для осуществления обратной связи с учителем (например, наличие фотокамеры на телефоне, наличие электронной почты и т.д.).

Сначала вам необходимо будет разобраться со всеми нюансами дистанционного обучения, чтобы в случае технических неполадок вы могли быстро помочь ребёнку восстановить связь. До начала дистанционных занятий ознакомьтесь с инструментами домашнего обучения, которые предоставляет школа. Каждый учитель сам выбирает платформу из тех, которые рекомендованы Министерством просвещения РФ – Учи.ру, Лекта, ЯКласс и Яндекс. Учебник, Российская Электронная школа, Образовариум и другие.

### **Как же избежать стрессовых ситуаций и помочь ребёнку в непривычных условиях обучения?**

В первую очередь постарайтесь разобраться в рекомендациях, которые вы получаете от школы по организации дистанционного обучения детей. Ориентируйтесь только на официальную информацию, которую вы получаете от классного руководителя и администрации школы. Школе также нужно время на то, чтобы организовать этот процесс. В настоящее время существует целый ряд ресурсов, помогающих и родителям, и педагогам в дистанционном обучении. Многие родители уже используют эти платформы, поскольку они содержательно связаны с образовательными программами.

На едином бесплатном государственном портале по поддержке родителей [растимдетей.рф](http://растимдетей.рф) запущен навигатор консультационных центров. Центры оказывают психолого-педагогическую, методическую поддержку по вопросам воспитания и образования детей, а также дистанционной формы обучения. В России уже работают 163 консультационных центра. Увидеть полный список центров можно, перейдя в раздел «родители» -> «услуги в помощь».

Информация для специалистов и родителей, важная для обучения детей с особыми образовательными потребностями, размещается на сайте [Института коррекционной педагогики РАО](#) в специализированном разделе. На сайте представлены обучающие вебинары и памятки для родителей. Там же родители могут получить консультацию от ведущих специалистов в области коррекционной педагогики и психологии.

Обязательно в период дистанционного обучения **следует сохранить и поддерживать для себя и ребенка привычный распорядок и ритм 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.

**Очень важна организация рабочего места.** Все необходимое 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.

**Большинство школьников плохо чувствуют время** и не умеют его планировать. Помогите ребенку составить план на каждый день, а вечером 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 15-20 минут (в трудных случаях – до 7-10 минут), между ними делать пятиминутный перерыв, в который можно отдохнуть и отвлечься.

**Важен диалог и уважительное, дружелюбное общение,** чтобы ребенок сам принял решение, как 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. Оно отличается от обещания родителям, то есть внешней системы управления жизнью, в которой преобладает ответственность взрослых.

**В конце каждого дня подробно обсуждайте с ребенком, что получилось, а что - пока нет.** Для понимания успехов и трудностей задавайте 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 ему развернутую положительную обратную связь: опишите конкретный успешный опыт ребенка, выразите радость, восхищение, уважение. И не жалейте объятий!

**Без внешних стимулов и санкций, согласованных с ребенком, не обойтись.** Например, один пятиклассник договорился с родителями о том, что ему через 45 дней купят аквариум с рыбками, о которых он давно мечтал. Договор составили письменно, а невыполнение его условий отдаляло исполнение мечты еще на один день. Рвение к учебе волшебным образом выросло.

Родители и близкие 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.

