

## **Рекомендации психолога родителям по организации и проведению дистанционного обучения**

Бывают случаи, когда из-за серьезной болезни, всеобщего карантина или других непредвиденных обстоятельств школьник вынужден перейти на дистанционное обучение. Как действовать родителям, чтобы помочь ребенку?

Родителям нужно ответственно подойти к процессу организации рабочего места для занятий и распорядка дня. Как перевести школьника на домашнее обучение без стресса для него и для вас.

### **1. Узнайте, что нужно для дистанционного обучения школьнику**

Домашнее обучение – это не тотальный контроль, а работа над самостоятельностью школьника. Поддержите его! Для ребенка – это большой стресс, поэтому ему нужно помочь в переходе на новую форму обучения. Для этого родителям нужно сначала самим разобраться, как будет проходить этот процесс.

Свяжитесь с классным руководителем, узнайте названия всех программ, которые будут использованы при работе, и составьте примерный план школьного дня.

### **2. Обязательно сохраните школьный режим**

Дистанционное обучение отличается от занятий в школе. Важно сохранить привычный для ребенка распорядок дня. Спланируйте день школьника, учитывайте регулярные перерывы, общение со сверстниками, не позволяйте заниматься в пижаме и со спутанными волосами. Ребенок должен на часы обучения погрузиться в школьный режим, к которому ему однажды придется вернуться.

### **3. Подберите одежду для занятий**

Объясните ребенку, что в пижаме или домашних спортивных штанах ему не стоит заниматься. Одежда тоже должна настраивать на рабочую атмосферу.

### **4. Сделайте расписание занятий**

Красочно оформленное расписание не только поднимет настроение, но и поможет легко сориентироваться, с каким учителем и в какое время выходить на связь. Также можно повесить доску для записок рядом с рабочим столом школьника. Предложите ребенку записывать на доске свои успехи. Ребенок будет смотреть на свои достижения и гордиться собой.

## **5. Составьте чек-лист поощрений, которые ребенок будет получать за хорошую учебу**

Ребенка стоит поощрять за хорошую успеваемость, но это не должны быть денежные вознаграждения. Принцип рыночных отношений – это не метод воспитания, а манипуляция.

Ребенок должен понимать, что знания нужны ему, а не родителю. Поощрения должны быть, но их лучше связать с положительно окрашенными впечатлениями и пользой для школьника.

Отличными наградами могут стать любимые игры для всей семьи, домашняя вечеринка с пиццей, любимая сладость, ночевка у лучшего друга и т.п.

А за неудачи в учебе не ругайте ребенка, помогите ему разобраться в проблеме.

## **6. Разбудите ребенка как минимум за час до занятий**

Режим сна легко сбивается, не допускайте этого. До начала занятий школьнику следует умыться, позавтракать, переодеться и настроиться на рабочий лад.

## **7. Проследите, чтобы ребенка ничто не отвлекало во время дистанционного обучения**

Избавьте ребенка от информационного шума, пока он занимается. Отключите всплывающие уведомления на смартфоне и компьютере, не позволяйте заходить в соцсети во время урока. Домашних питомцев на время обучения лучше отправить на кухню или в другую комнату.

## **8. Не забывайте о важности общения со сверстниками**

Школа – это не только место для учебы, но и для социализации. Ребенку важно общаться с другими детьми. У него должна быть зона уединения, где он может поговорить со своими друзьями, и в этот момент ему никто не должен мешать. Конечно, следите, чтобы общение не вредило другим обязанностям и интересам ребенка.

## **9. Поддерживайте связь с учителями**

Периодически созванивайтесь с учителями, чтобы узнать об успехах и поведении ребенка. Проявляйте заинтересованность, тогда и ребенок будет подходить ответственно к получению дистанционного образования.