

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

Дистанционное обучение - серьёзный вызов для детей и родителей, жёсткий тест на степень самостоятельности и ответственности детей, на умение организовывать свою жизнь и управлять ею, на сформированность умения учиться.

Однако, не всё так однозначно. Дистанционное обучение можно использовать как позитивное решение. Особенно это касается старшеклассников. Можно заниматься в более интенсивном режиме: проходить материал быстрее, чем в классе, глубже окупаться в интересные темы, проходить дополнительные курсы и вебинары.

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

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 или скорректировать его под ребенка: время сна и бодрствования, время начала уроков, переменки, перерыв на обед и пр. Резкие изменения в режиме дня могут привести к излишнему напряжению и стрессу, так же как и отсутствие режима.
4. Готовиться к предстоящей рабочей неделе стоит заранее просмотрев расписание занятий, обращать особое внимание на онлайн уроки, время которых регламентировано. Планируйте с ребёнком дела на предстоящий день. Важно, чтоб у ребенка всегда были часы в зоне видимости. Вечером сверяйте план и его выполнение.
5. Тщательно прослеживать сроки выполнения заданий, предоставленных преподавателями, рационально подходить к их выполнению. Если на задание отводится 1 час – стоит приступить к нему незамедлительно, если задание подразумевает глубокое изучение и на него отведено несколько часов или дней – правильно распределите учебную нагрузку для более комфортного образовательного процесса.
6. Очень важна организация рабочего места. Кроме того, что всё необходимое должно находиться в зоне доступности руки, рекомендуется все гаджеты не задействованные в образовательном процессе, оставлять в другом помещении. Также ребенок должен иметь возможность работать сосредоточенно, не отвлекаясь на внешние раздражители. Поэтому постарайтесь ограничить доступ домочадцев и домашних животных к рабочему месту ребёнка.
7. Заботьтесь о физическом состоянии ребенка, по возможности заменяйте электронные источники информации на книги и помощь взрослых.
8. 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.
9. 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.

С уважением Алевтина Анатольевна Стецюк

Педагог – психолог ГБОУ Гимназии №248 Санкт-Петербурга.

За консультацией можно обратиться с понедельника по пятницу с 11:00 до 14:00 по телефону 89819591669