

Переход на дистанционное обучение вызывает большие трудности не только у педагогов.

В России массовый карантин. Детей распустили по домам учиться дистанционно, родителей переводят на удаленную работу. При этом взрослые оказались в непривычной и сложной для себя ситуации: одновременно нужно быть и мамами-папами, и сотрудниками своих предприятий, и отчасти педагогами, взяв на себя некоторые функции учителей по организации учебы на дому. Все это – на фоне угнетающих новостей из вне. Как в такой ситуации сохранить самообладание и спокойную атмосферу в семье?

Основные трудности, с которыми сталкиваются родители

1. Отсутствие технической оснащённости.

Нет возможности выхода в Интернет, наличие одного компьютера на несколько детей или необходимость работы за компьютеров самого родителя.

Учителя не используют удобные порталы для проведения занятий и дачи ДЗ, а рассылаю в виде фотографий учебников и заданий.

2. Дети ОВЗ

Дистанционная учёба детей с особенностями развития требует особого подхода. Например, детям с расстройствами аутистического спектра нужны программы сопровождения, включая поведенческий анализ, визуальную поддержку. Школьникам с нарушением слуха нужны адаптированные видеуроки и поддержка дефектологов.

И эти все проблемы очень тяжело обойти в первый месяц дистанционного обучения.

3. Вместо учителя – родитель

Родителям приходится братья на себя функции учителей, объяснять и вникать в информацию, которую они забыли или не проходили. Это накладывает дополнительную психоэмоциональную нагрузку на родителей.

4. Конфликты в семье

Самая распространенная проблема – это недопонимание в семье и конфликты на почве обучения. Родители срываются на детей, дети не выдерживают нагрузок. А невозможность сменить обстановку или выйти на улицу усугубляют ситуацию.

Сейчас непростое время, когда страдает вся семейная структура.

Возраст школьника

Младшим школьникам видеоконференции сложны для восприятия информации. Детям трудно слушать видеообъяснения более пяти–семи минут подряд. Через десять минут они уже играют в видеоигры, рисуют или просто занимаются своими делами. У детей, которые честно смотрят все уроки, возникают другие проблемы — долгое сидение за экраном, нагрузка на зрение и, что ещё хуже, на психику.

Подростки же могут заниматься своими делами, виртуально «присутствуя» на уроке.

Для решения этих трудностей помогут рекомендации психолога:

Важен диалог и уважительное, дружелюбное общение, чтобы ребенок сам принял решение, что он будет выполнять задания учителя. Обсудите с ним, что ему поможет и что может помешать.

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 заниматься чем угодно.

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.

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: назовите конкретный успешный опыт ребенка, выразите радость, восхищение, уважение. И не жалейте объятий.

Хорошо заранее вместе с **ребенком выбрать тот "приз"**, который получит ребенок после завершения домашнего обучения. Например, один пятиклассник договорился с родителями о том, что ему через 45 дней, после того как он выполнит всю необходимые учебные задания, родители купят аквариум с рыбками, о которых он давно мечтал. Договор составили письменно. Можно запланировать совместный праздник,

на котором ребенок сможет поблагодарить себя и всех, кто ему помогал учиться дома.

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.

Надо предусмотреть **периоды самостоятельной активности ребенка** (не надо его все время развлекать и занимать) и совместные со взрослым дела, которые давно откладывались. Главная идея состоит в том, что пребывание дома — не «наказание», а ресурс для освоения новых навыков, получения знаний, для новых интересных дел.

Обсудите с ребенком плюсы дистанционного обучения:

- Можно самому планировать свой день;
- никто не вызовет к доске на нелюбимом уроке;
- можно выбирать способы обучения самостоятельно (например, не читать учебник самостоятельно, а посмотреть лекцию на Youtube);
- можно учиться с чашкой чая;
- можно встать попозже;
- можно не надевать форму, а ходить в своей любимой футболке с персонажем игры *Brawl Stars*;
- можно обратиться за помощью к родным, если что-то непонятно и учитель за это не наругает;
- Еще миллион ваших **МОЖНО** на эту тему.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Если вы чувствуете, что не справляетесь, ваши отношения внутри семьи ухудшились, ребенок всё чаще заходит истериками и плачет, то приглашаю вас на индивидуальную консультацию.

Вы получите:

- Психологическую поддержку
- Рекомендации о взаимодействии именно с вашим ребенком
- Рекомендации об организации дистанционного обучения в зависимости от особенностей вашего ребенка

Также вы можете оставить заявку на индивидуальную диагностику или на консультацию вашего ребенка .

И помните надпись на кольце царя Соломона: «Все пройдет. Пройдет и это»