

10 правил дистанционного обучения

- 1. Спокойствие. У спокойных родителей - спокойные дети"** – это правда, и это работает. Успокойтесь и постарайтесь передать спокойный эмоциональный фон ребенку, это снизит его тревожность. Ведь он тоже волнуется!
- 2. Рабочее место.** Отдельная комната или рабочий уголок, не столь важно. Главное, чтобы вокруг был порядок, - это настраивает на рабочий лад. Техническая сторона вопроса, чтобы компьютер (планшет, телефон) был в рабочем состоянии, а интернет не подвел в ответственный момент
- 3. Зарегистрируйтесь и ознакомьтесь с образовательной платформой,** которую выбрала ваш сад или педагог, заранее вместе с ребенком. Это исключит эффект неожиданности.
- 4. Расписание занятий.** Старайтесь придерживаться примерно такого же распорядка дня, как и во время посещения детского сада. Не забудьте о перерывах: 5-10 минут между занятиями, если их 2.
- 5. Рабочая обстановка.** Проконтролируйте, чтобы во время занятий ребенка ничего не отвлекало. Отключите уведомления и удалите животных из комнаты. Редко кто из детей удержится от соблазна потискать питомца.
- 6. Подберите одежду для занятий,** нельзя позволять ребенку заниматься в пижаме или домашней одежде, это не создаст рабочую атмосферу.
- 7. Режим дня.** Сон помогает справиться со стрессом, не забывайте об этом. Разбудите ребенка как минимум за час до начала занятий. Он должен успеть умыться и позавтракать, а также подготовиться к уроку.
- 8. Записывайте успехи ребенка!** Это помогает мотивировать. Можно каждое небольшое достижение записывать на цветные листочки и прикалывать к пробковой доске. Наглядно видно, как ребенок поработал.
- 9. Физическая нагрузка и гигиена.** В течение дня у ребенка обязательно должна присутствовать физическая нагрузка. Делайте зарядку, гимнастику. Не забывайте регулярно проветривать помещение. Глаза также должны отдыхать от яркого монитора компьютера. Полезно выполнять гимнастику для глаз, в интернете много вариантов.
- 10. Обратная связь.** Будьте на связи с педагогом, задавайте вопросы, если вам что-то непонятно. И не переживайте, для педагогов – это тоже новый опыт. Они волнуются не меньше вас.

Всем успехов!!!