

Дистанционное обучение. Памятка родителям от психолога

Итак, начинается сложный период дистанционного обучения.

Во-первых, детям довольно сложно перестроиться на новый формат. А еще непросто объяснить детям, почему им теперь придется учиться дома.

Как объяснить детям переход на дистанционное обучение?

Просто расскажите ребенку всю правду. Про злобный вирус, про его опасность для людей, особенно пожилых. Про то, что дети часто являются переносчиками вируса. Расскажите и про то, что многие люди сейчас работают дома и т.д.

Возможно, ребенок будет хныкать, говорить, что хочет в школу. Что делать?

Соглашайтесь с ребенком. Дайте ему возможность выговориться и проявить свои чувства. Скажите, что понимаете, что он злится (сердится, возмущен) оттого, что нельзя идти в школу, оттого, что нельзя гулять. Скажите ему и о своих чувствах. Ведь вряд ли вы в восторге от ситуации.

Как же начать заниматься?

Во-первых организуйте процесс так, чтобы распорядок дня был максимально приближен к школьному. Это значит, что после завтрака ребенок будет заниматься уроками, а вы своими делами (работа, домашние дела).

Во-вторых, обязательно делайте перемены каждые 40-45 минут. На второй/третьей перемене организуйте второй завтрак, следующей — сделайте зарядку и т.д.

В-третьих, дайте возможность ребенку управлять процессом. Откройте электронный дневник и предложите ребенку переписать домашнее задание по всем предметам в дневник. После этого предложите заниматься в том режиме, в котором ребенку комфортно. Хочет начать с математики? Прекрасно! Или с рисования? Тоже хорошо. Возможность такого выбора очень важна для ребенка, он чувствует себя самостоятельным, насколько это возможно.

В-четвертых, дайте ребенку возможность самостоятельно отправлять задания учителям через электронный журнал. А именно, пусть он сам сфотографирует выполненное задание, сам загрузит его, прикрепит файл и отправит. Очень часто родители эту часть работы не готовы делегировать ребенку, мотивируя отказ тем, что сами они справятся быстрее. Тем не менее, ребенку очень важно (и интересно) самому отправить свое задание педагогу, потом получить ответ.

Кстати, дистанционное обучение – хорошая возможность научиться культуре эпистолярного жанра. Научите ребенка писать вежливое письмо. Очень часто учитель получает вложение, которое не содержит ни приветствия, ни вежливого обращения, ни какой-то содержательной информации. Дистанционное обучение – возможность потренировать навык вежливого онлайн общения. Пусть ученик навсегда запомнит, что начиная письмо, нужно поздороваться, вежливо обратиться к педагогу и т.д.

Это только начало. Начало дистанционного обучения и первая заметка на эту тему. Продолжение следует!

Материал подготовлен на основе рекомендаций психолога, кандидата психологических наук — г. Санкт-Петербург, Гусевой Ю.В.

Будьте здоровы, берегите себя и ваших близких!

Рекомендации родителям подростка

Советы родителям

- Любите своего ребенка таким, какой он есть, а не за его достижения и победы.
- Никогда не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Сравнивайте его с самой собой: каким он был вчера и какой стал сегодня.
- Не следует постоянно опекать ребенка. Будьте уверены, что он сам сможет преодолеть большинство трудностей.
- Ни в коем случае не ругайте и не оскорбляйте ребенка, тем более в присутствии чужих людей. Уважайте чувства и мысли своего сына или дочери. На жалобы со стороны окружающих отвечайте так: «Спасибо, мы дома обязательно поговорим на эту тему».
- Научите ребенка говорить о своих проблемах, искренне интересуйтесь его мнением и позицией.
- Постоянно общайтесь с ребенком. Ваши отношения должны основываться на доверии. Ребенок должен чувствовать, что его детские проблемы вам интересны.
 - Помогайте ребенку выполнять то, с чем он не может справиться сам.
- Никогда не бейте ребенка: это не приносит желаемого результата, а лишь делает его агрессивным.
 - Осуждайте не самого ребенка, а его вину.
- Не расхваливайте ребенка незаслуженно, но и не забывайте поощрять его, если он это заслужил. Главное — оценить усилия ребенка, а не хвалить его самого, его характер. Хвалите словом, улыбкой, лаской.
 - Учите ребенка анализировать свои ошибки.
- Не пытайтесь все делать вместо ребенка, дайте ему определенную свободу, чтобы он мог действовать открыто. Помните: ребенок имеет право на самостоятельность.
- Проводите с ребенком свободное время, помогите ему развивать свои способности.
- Не стройте взаимоотношения на запретах: всегда объясняйте причину и цель ваших требований.

- Будьте терпеливы к вашему ребенку. Старайтесь отвечать на все его вопросы и никогда не говорите, что он много спрашивает.