

Памятка

«Рекомендации для родителей по организации условий смешанного обучения детей»

1. В первую очередь, **спокойствие**. Как бы банально не звучала фраза "*у спокойных родителей - спокойные дети*", но это правда, и это работает. Все мы понимаем, что смешанное обучение невозможно, хотя бы первое время, без участия родителей. Так или иначе, вы будете вовлекаться в процесс, и это нервнует. Но успокойтесь и постарайтесь передать спокойный эмоциональный фон ребенку, это снизит его тревожность. Ведь он тоже волнуется!
2. Подготовьте для ребенка **рабочее место**. Отдельная комната или рабочий уголок, не столь важно. Главное, чтобы вокруг был порядок, - это настраивает на рабочий лад. Позаботьтесь о технической стороне вопроса, чтобы компьютер (планшет, телефон) был в рабочем состоянии, а интернет не подвел в ответственный момент. На случай сбоя интернета через wi-fi, выберите тариф на телефоне с безлимитным интернетом, чтобы при необходимости создать точку доступа и не выпасть из процесса.
3. **Развивайте компьютерную грамотность**. Это очень важно, чтобы школьника не пугало обучение с помощью цифровых технологий. Желательно начинать формирование этого навыка ещё с младшей школы, постепенно объясняя всё более тонкие нюансы работы с компьютером.
4. **Научитесь пользоваться платформой для обучения**. Попросите учителя объяснить всем родителям на общем собрании основы использования технологий. Так вы сможете помочь ребёнку при возникновении технических трудностей или любых других проблем.
5. Спланируйте день, составьте для ребенка **расписание занятий**. Старайтесь придерживаться примерно такого же распорядка дня, как и во время посещения школы. Не забудьте о перерывах: 5-10 минут между уроками и 30 минут через каждые 2-4 часа занятий.
6. **Рабочая обстановка**. Проконтролируйте, чтобы во время занятий ребенка ничего не отвлекало. Отключите уведомления в мессенджерах и удалите животных из комнаты.
7. **Подберите одежду для занятий**, нельзя позволять ребенку заниматься в

пижаме или домашней одежде, это не создаст рабочую атмосферу.

8. Самое время вспомнить про режим дня. Полноценный сон очень важен для растущего организма! Мозг во время сна продолжает обрабатывать информацию, полученную во время бодрствования. Также 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.

9. Не заставляйте учиться постоянно. Доступ к платформе 24/7 не означает, что школьник должен теперь заниматься только учёбой. Напоминайте ему отдыхать и делать перерывы, если он забывает. Чрезмерные нагрузки могут отбить желание учиться и привести к проблемам со здоровьем.

10. Записывайте успехи ребенка! Это помогает мотивировать. Можно каждое небольшое достижение записывать на цветные листочки и прикалывать к пробковой доске. Наглядно видно, как ребенок поработал. Старшеклассникам можно делать следующее: писать все задания, которые надо сдать, на цветные листочки и, по мере выполнения, снимать их с доски.

11. Физическая нагрузка и гигиена. В течение дня у ребенка обязательно должна присутствовать физическая нагрузка. Делайте зарядку, гимнастику. Не забывайте регулярно проверять помещение. Глаза также должны отдыхать от яркого монитора компьютера. Полезно выполнять гимнастику для глаз, в интернете много вариантов.

12. Обратная связь. Будьте на связи с педагогом, задавайте вопросы учителю, если вам что-то непонятно. И не переживайте, для педагогов школ это тоже новый опыт. Они волнуются не меньше вас.