4

**Образование в новой реальности. Дистанционное обучение. Советы педагога - психолога для родителей.**

Что рекомендуют педагоги - психологи в данном случае.

1. Самое главное – спокойствие мамы и папы. Если родитель уверен в себе, спокоен, это передается ребенку. Доброжелательность всех членов семьи в условиях самоизоляции способствует созданию спокойной рабочей атмосферы.

2. Составьте вместе с ребенком распорядок дня, режим который максимально приближен к обычному школьному дню. Прогулку замените на подвижные игры, возможные в домашних условиях. Можно послушать любимую музыку, потанцевать, поговорить, поиграть в настольную игру.

3. На онлайн-занятиях ребенок не должен быть в домашней одежде или пижаме. Внешний вид настраивает на рабочий процесс. Это не обязательно должна быть школьная форма, но одежду для занятий лучше выбрать более строгую.

4. Создайте серьезную обстановку для ребенка. Необходимо выделить рабочее место, убрать все лишние предметы. В комнате на период занятий не должно быть домашних животных. Они отвлекают и не дают сосредоточиться.

5. Если у вас один ноутбук на семью, составьте расписание, кто в какое время работает за ним и старайтесь соблюдать этот режим. Время пребывания ребенка с компьютером – 30 мин, после чего необходимо сделать перерыв.

6. Обязательно включите в режим дня ребенка физическую нагрузку. Это может быть зарядка, танец или подвижная игра.

7. Обязательно поддерживайте связь с педагогами. Для учителей это тоже первый опыт в дистанционном обучении. Будьте терпеливы и спокойны. Все наладится.

8. Разговаривайте с ребенком, обсуждайте задания, онлайн-конференции. Детям сейчас особенно нужна поддержка.

9. Старайтесь не обсуждать «страшилки» из интернета про коронавирус при ребенке. Дети очень впечатлительны и такие разговоры могут спровоцировать повышенную тревожность

Главное, помните, это все временно. Дистанционное обучение – новый опыт, который мы с вами успешно освоим.