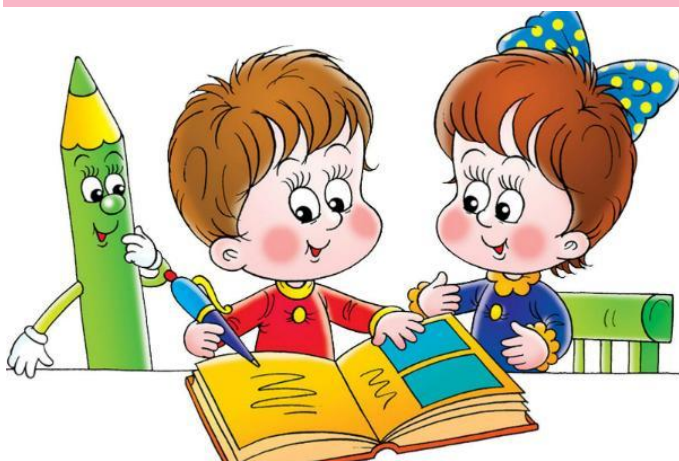




Організація освітнього процесу відрізняється від очного навчання дітей у першу чергу тим, що дітям **СКЛАДНІШЕ ВЧИТИСЯ ВДОМА**. Кожна третя дитина перебуває у стресовому стані/тривозі, пов'язаній зі сформованими обставинами. Однією зі складових стресу є втрата тієї стабільності та структурованості (зарозумілості), яка була, коли дитина мала чіткий режим, розклад і розуміння, що за чим йде.

Стрес – це не найсприятливіший ґрунт для розвитку. Для того, щоб допомогти дитині створити позитивну атмосферу для навчання, систематизувати і структурувати (тобто зробити зрозумілим) цей процес, пропонуємо такі кроки.

1. *Скласти чіткий розклад/режим*

Стабільність і зрозумілість – це те, що для дітей створює якусь зону безпеки. Адже, саме в безпеці діти прагнуть розвиватися, вчитися і пізнавати світ. Складіть новий розклад для дитини. Розмістіть його на видному місці, намагайтеся дотримуватися режиму дня (підйом в один і той же час, перерви, прийом їжі тощо). Режим позитивно позначається і на нервовій системі дитини.

● *Організувати робочу зону*

Якщо немає своєї кімнати, то хоча б свій куточок (обов'язково ввімкнений екран монітору чи телефону та наявні навушники). Де будуть **ТІЛЬКИ** потрібні для «цього» уроку матеріали. Усі зайві предмети, що відвертають увагу, доцільно прибрати. Також на працездатність дитини впливає світло. Яскраве і холодне освітлення стимулює мобілізацію систем організму і підвищує пильність.

● *Організувати форму*

Дитина не повинна сидіти в піжамі. Вона і так навчається вдома (у дітей будинок не асоціюється з навчальною діяльністю, а більше з відпочинком). Учні будуть значно простіше надіти на себе «роль учня» і «переключитися» на заняття, якщо він буде одягнений у відповідний (асоціюється з навчанням) одяг.

- ***Робити перерви***

Фокус уваги школяра на відеоконференції/уроці 15-25 хвилин. Не більше. Дитина докладає чимало зусиль, аби сконцентруватися і зрозуміти, що їй через екран намагаються донести. Енергії витрачається більше, ніж на звичайному уроці. Тому вкрай важливо, аби діти перемикали свою увагу і відпочивали між уроками (по можливості не в гаджетах).

- Братися до виконання домашньої роботи доцільно не раніше, ніж за годину-півтори після закінчення уроків. Дитині потрібно переключитися, відпочити, пограти і перезарядитися.
- Заохочувати спілкування з однолітками.
- Провідна діяльність школярів середніх та старших класів – це спілкування. Та й в цілому школярі (зокрема молодші) звикли проводити багато часу в колективі спілкуючись, тому можуть відчувати дискомфорт в ізоляції.

Заохочуйте спілкування, розмови, скайп-коли, можливо, навіть якісь ігри онлайн з однокласниками. Загалом, створюйте і заохочуйте умови, у яких дитина може поспілкуватися з однолітками.

- Знизити очікування і вимоги.

Нові умови навчання, тиск суспільства, страхи і тривога заважають дитині розуміти і читця як раніше. Отже, якщо помітили, що оцінки й успішність вашого сина/дочки погіршилися – НЕ СВАРІТЬ І НЕ ТИСНІТЬ, а навпаки, зверніть увагу на ситуацію. Адже це може бути однією з ознак стресу. Дитина потребує допомоги і відкритого діалогу з батьками. Зараз як ніколи вдалий час для перегляду і переоцінки вимог стосовно дитини.

- ***Мотивувати і помічати успіхи***

Не змушуємо дитину, а мотивуємо! Спробуйте переконати дитину в тому, що система примусу відходить в минуле. Кожна людина в сучасному світі розуміє ту міру відповідальності за своє життя, яку вона несе. Ніхто не допоможе тобі стати освіченою і успішною людиною, якщо ти сам не захочеш і не навчишся цього. Дистанційна освіта дає унікальний шанс довести самому собі, чого ти вартий. Але батьки повинні усвідомлювати, що такий рівень відповідальності за своє життя дитина отримує з часом. І головна мета батьків – допомогти своєму школяреві це зрозуміти і створити максимально комфортні умови для того, щоб він зміг оволодіти навичками онлайн-навчання.

Водночас не забуваймо відзначати її успіх. Якщо порівнюємо, то тільки із самим собою. Навчайте дітей помічати хороше в обставинах, що склалися, розмовляйте, хваліть і підтримуйте.

Ось такі базові та найнеобхідніші правила,
що допоможуть правильно організувати процес дистанційного
навчання.