

## Организация дистанционного обучения

Помимо, классической очной формы обучения в школе, существует дистанционная форма обучения. Что же это такое и как она осуществляется?

Дистанционное обучение (ДО)- это обучение на дому с помощью дистанционных технологий. Как и привычная форма обучения, она предполагает обязательное участие ученика на уроке, выполнение заданий. Дистанционное обучение предполагает, что учитель и обучающийся общаются в реальном времени (например, на видеоконференции).

ДО проводится по всем предметам по расписанию, которое устанавливает школа. Содержание обучения, его обязательность, оценивание, педагогический состав остается тем же, что и в очной форме.

Если в школе объявили о необходимости перевести учеников на ДО, родителям нужно сначала самим разобраться, как будет проходить этот процесс. Ознакомьтесь с инструментами домашнего обучения, которые предоставляет школа. В основном обучение делится на две части: живое общение с учителем через видеосвязь (Zoom) и оттачивание навыков на специальных образовательных платформах. Каждая школа сама выбирает платформу из тех, которые рекомендует Министерство образования РФ.

При принятии решения о переводе образовательной организации на обучение с применением дистанционных образовательных технологий необходимо руководствоваться следующими нормативными правовыми актами.

Локальные акты образовательной организации разрабатываются и принимаются на основе Федерального закона РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статьи 13, 16, 17, 18, 28, 30,41).

При составлении расписания дистанционных уроков образовательная организация должна обеспечивать соблюдение

**Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях.**

Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

для обучающихся 1 классов - не должен превышать 4 уроков и один день в неделю - не более 5 уроков за счет урока физической культуры;

для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю – 6 уроков за счет урока физической культуры. (3.4.16 СанПиН)

При данной форме обучения важно учитывать, что для обучающихся все уроки проходят за компьютером (персональным устройством).

Поэтому время непосредственного общения учителя и учеников не должно превышать установленное СанПиН.

**Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 (ред. от 22.05.2019) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (вместе с СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы»)** (зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 № 19993).

Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 1-2 классов - не более 20 минут, для учащихся 3 классов - не более 25 минут. (2.10.2 СанПиН)

Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали: во 2 - 3 классах - 1,5 ч, в 4 классах - 2 ч.

При организации образовательного процесса с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения образовательной организации необходимо руководствоваться **Приказом Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».**

Дистанционные технологии для онлайн-конференций несовершенны, могут давать сбои, поэтому часть материала учителя могут высылать ученикам в текстовом формате. Домашние задания также могут быть даны в разной форме на усмотрение педагога. О режиме занятий, как будут проходить уроки и о форме контроля вам расскажет учитель. Не переживайте! Поддерживайте связь с учителем, задавайте вопросы, вам обязательно помогут. В настоящее время существует целый ряд ресурсов, помогающих и родителям, и педагогам в дистанционном обучении. Постарайтесь разобраться в рекомендациях, которые вы получаете от классного руководителя. Все получится!

А мы хотели бы вам дать несколько важных советов по организации дистанционного обучения.

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 дистанционное обучение невозможно, хотя бы первое время, без участия родителей. Так или иначе, вы будете вовлекаться в процесс. Постарайтесь передать спокойный эмоциональный фон ребенку, это снизит его тревожность. Ведь он тоже волнуется!

2. Очень важна организация **рабочего места**. Отдельная комната или рабочий уголок, не столь важно. Все необходимое должно быть в зоне доступности руки, в то время как развлекательные гаджеты – вне рабочей зоны. 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. **Зарегистрируйтесь и ознакомьтесь с образовательной платформой**, которую выбрала ваша школа, заранее вместе с ребенком. Это исключит эффект неожиданности.

4. 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. Постарайтесь придерживаться привычного распорядка дня, как во время посещения школы: время сна и бодрствования, время начала уроков, перемены, перерыв на обед и пр. Резкие изменения в режиме дня могут привести к излишнему напряжению и стрессу.

5. **Подберите одежду для занятий**, нельзя позволять ребенку заниматься в пижаме или домашней одежде, это не создаст рабочую атмосферу.

6. **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. Например, вот эту:

## Гимнастика для глаз



**7. 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.

8. В свободное от обучения время займитесь **вместе с ребенком** какой-нибудь конкретной содержательной деятельностью. Вместе сделайте игрушку, совместный рисунок, приготовьте какое-нибудь блюдо. Когда ребенок рядом с родителями и что то делает вместе с ним — это снимает тревогу. Постарайтесь использовать это время, чтобы Вам с ребенком лучше узнать друг друга. Можно вместе сделать спортивные упражнения.

9. В конце каждого дня подробно **обсуждайте с ребенком** что получилось, а что пока нет. Для понимания успехов и трудностей задавайте открытые вопросы, обращенные к конкретному опыту: что, как, для чего, зачем, что чувствовал, как это получилось или не получилось и т.д. В свою очередь давайте ему развернутую положительную обратную связь: опишите конкретный успешный опыт ребенка, выразите радость, восхищение, уважение. И не жалейте объятий!

10. Если ребенку трудно, тревожно, и Вы понимаете, что своими силами не справитесь, то Вы всегда можете рассчитывать на помощь классного руководителя и школьных специалистов.

Дистанционное обучение –это не тотальный контроль, а работа над самостоятельностью школьника. Поддержите его! Для ребенка это новые, непривычные условия обучения, поэтому нужно ему помочь в переходе на новую форму обучения. И помните, эмоциональное состояние ребенка напрямую зависит от состояния взрослых.

## Как помочь гиперактивным и медлительным детям с обучением на дому?

Все дети разные: не каждого ребенка легко усадить за уроки и включить в занятия. Одни гиперактивные и не могут усидеть на месте, другие, наоборот, медлительные. Но, соблюдая некоторые правила, вы вполне справитесь с обучением любого ребенка.

### Правила работы с медлительным ребенком

-Утром, при подготовке к урокам, **важно рассчитывать время** так, чтобы дать ребенку возможность встать, умыться и позавтракать спокойно, в его собственном темпе. Для этого, возможно, придется раньше ложиться спать и раньше вставать.

-Для медлительного ребенка очень важны **привычные условия работы**. Если у него есть собственный письменный стол, если он приступает к домашним заданиям всегда в одно и то же время, то его психике проще быстрее включиться в работу.

-Медлительному ребенку **трудно переключаться** с одного вида работы на другой. Не нужно озадачивать его неожиданными вопросами, пока он занят предыдущим заданием.

-Старайтесь избегать ситуаций, когда от ребенка нужно получить быстрый устный ответ на неожиданный вопрос. Необходимо предоставить ему **время на обдумывание** и подготовку.

-Не работать на «скорость».

-У медлительных детей часто плохо развита координация движений, поэтому полезно использовать специальные упражнения для развития моторики. В процессе выполнения этих упражнений можно одновременно тренировать темп и скорость движений.

-При выполнении домашних заданий с медлительными детьми **не рекомендуется делать перерывы по время занятий по одному из предметов**, поскольку заново включиться в работу

ребенку будет сложно. Лучшая схема такова: позанимались математикой – отдохнули – начали заниматься письмом.

-Чтобы ребенок успевал уловить мысль и действия учителя, рекомендуется **идти на шаг впереди**, чтобы уже накануне ребенок знал, что будет делать на уроке. Допустим, если на ближайшем уроке дети будут изучать виды животных, можно посмотреть научно-популярный фильм о животных планеты, чтобы ребенок уже частично включился в контекст темы.

-Медлительные дети часто тревожны и, как следствие, не уверены в себе. Работайте только на "**положительном подкреплении**": при неудачах подбодрите, поддержите, а любой, даже самый маленький, успех подчеркните. Это будет самым лучшим стимулом для ребенка.

### Правила работы с гиперактивным ребенком

-Обязательно соблюдайте **режим дня!** Вставать, обедать, делать уроки, отдыхать в одно и то же время, даже в выходные дни. Это особенно важно для таких деток. У ребенка с СДВГ низкий уровень нейродинамики, поэтому он быстро устает и выключается из процесса.

-По возможности **придерживаться единой системы требований.**

-Гиперактивные дети очень чувствительны к похвале. Их нужно стараться **чаще поддерживать, хвалить.** В данном случае нет опасности перехвалить.

-Инструкции даем короткие, пошаговые.

-При выполнении домашнего задания лучше **делить упражнение** на несколько коротких блоков /частей.

-Ребенку будет легче, если при выполнении домашней работы перед ним будет **план действий:**

1. Сесть;
2. Достать учебники и тетрадь;



3. Посмотреть задание.

и т.д.

**-Новые требования вводите заранее**, постепенно, чтобы ребенок успел привыкнуть. Можно вывесить их на видном месте и периодически к ним возвращаться. Требования не должно быть много, но они должны быть четкими, понятными. О каких-то важных событиях или планах гиперактивному ребенку тоже лучше говорить заранее, тогда не будет столь бурной реакции.

**-Обстановка в семье** должна быть по возможности комфортной, спокойной, это поможет уравновесить эмоциональный фон ребенка.