

Рекомендации психолога родителям детей на дистанционном обучении

Школа, учителя, школьники и родители мы все временно переходим на дистанционное обучение. Да, это новое для нас всех, могут возникнуть трудности, но все вместе мы справимся, главное набраться нам всем терпения, все новое всегда пугает. Но это не значит что нововведение это плохое, во всем всегда ищем только позитив.

Как замотивировать детей на дистанционное обучение? Рекомендации психолога помогут найти ответ на этот вопрос.

Школа дает ученикам четкие рекомендации, объясняет, как выстраивать учебный процесс. Родителям стоит следить за тем, чтобы у ребенка сохранялся режим дня. Разрешить ребенку встать чуточку позже или поменять порядок дел, важно сохранить привычный ритм. «Ребенок может самостоятельно решить, начать с более сложного предмета или приступить сначала к легким заданиям. Главное — обозначить круг задач, которые обязательно должны быть выполнены». Начинать занятия стоит в одно и то же время, делайте небольшие перерывы между занятиями. Следите, чтобы процесс не растягивался на целый день. Мотивируйте ребенка, что чем быстрее он все сделает, тем быстрее вы вместе сможете посмотреть фильм или поиграть во что-то».

Напоминать о занятиях следует в мягкой, дружелюбной форме. Например, можно устроить занимательный квест, который настроит ребенка на учебу, или приготовить вкусный завтрак как залог хорошего настроения. «В идеальном варианте с ребенком можно договориться, заранее проговаривая, что и когда предстоит сделать».

Самое главное родители нельзя пускать на самотек процесс обучения. Просто потому, что самим детям организовать себя крайне сложно: психические функции самоорганизации и самоконтроля в юном возрасте еще недостаточно развиты. Рядом должен быть рядом взрослый. К тому же дома много отвлекающих факторов - младшие братья и сестры, игрушки, если речь о младших школьниках, гаджеты, если говорить о подростках. Им, кстати,

сконцентрироваться сложнее других: в 12-14 лет снижение интереса к учебе – нормальное явление, хочется больше общаться со сверстниками, а на карантине это сложно, и ребята пытаются компенсировать это соцсетями и мессенджерами. Не исключены раздражение, плохое настроение, повышение агрессии, что точно не способствует продуктивной учебе. Главное набраться терпения.

Объясните ребенку, что время самоизоляции это не отдых, а дистанционное обучение это те же уроки, просто дома. Расскажите о плюсах и минусах. Например, среди первых – ты можешь заниматься в удобной одежде, не тратить времени на дорогу в школу, поесть то, что ты любишь. Можно проговорить с ним последствия в случае, если он не будет учиться. И тут не надо назиданий, они лишь будут усиливать упрямство, лучше взгляните на ситуацию глазами детей и объясняйте с их позиций. «Да, я понимаю, тебе хочется то-то и то-то, я тебя очень понимаю, но давай придумаем, что поможет тебе выполнить программу. Дайте ребенку какую-либо мотивацию. Часто сами дети знают, что может их мотивировать.

Конечно, для взрослых «примерять» на себя функции учителя не всегда просто. К тому же многие родители продолжают работать. Но тут важно понимать, что это временно, самоизоляция когда-нибудь закончится. А самим папам и мамам сохранять спокойствие помогут простые правила – выделять ежедневно на себя хотя бы полчаса.

Вспомните, что вас наполняет, придает сил - любимая книга, хобби.

Главное, родители, не перегнуть с воспитательным моментом и убрать ремень в долгий ящик!!!