

«ЭФФЕКТИВНОЕ ОНЛАЙН- ОБУЧЕНИЕ РЕБЕНКА»

Пособие для родителей
Милки-Академии

ВЫПУСК I

СОДЕРЖАНИЕ



1 Введение

2 Важность организации учебного процесса ребенка на СО

3 Трудности в обучении

4 Что требуется для обучения ребенка на СО (чек лист)

5 Правильное утро с детьми, как подготовить ребенка к обучению

6 Забота о зрении ребенка на онлайн-обучении

7 Как адаптировать ребенка к онлайн

8 Как мотивировать ребенка

9 Как повысить внимание ребенка

10 Контроль знаний и роль родителя в обучении

11 Заключение

ВВЕДЕНИЕ

Дистанционное обучение – это новая форма организации образовательного процесса и взаимодействия с детьми и родителями.

Дистанционное обучение – это серьёзный выбор как для детей, так и для их родителей. Это тест на самостоятельность, ответственность и дисциплинированность детей.



ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА РЕБЕНКА НА СЕМЕЙНОМ ОБУЧЕНИИ

Поскольку семейное обучение подразумевает обучение в стенах дома, необходимо научиться организовывать учебный процесс ребенка.

Правильное ведение процесса обучения даст результат в виде успехов в учебе.

Необходимо в меру своих возможностей организовать рабочее место для ребенка, которое будет предназначено только для получения знаний. Конечно, безупречным вариантом будет организация учебного помещения, чтоб ребенка не отвлекало ничего: посторонние звуки, разговоры родителей, младшие братья и сестры, домашние животные.



Таким образом, ребенок быстрее научиться находить грань между свободным времяпрепровождением и учебой.

В комнате не должно быть ничего лишнего. Можно организовать небольшую библиотеку для него в этой же комнате, чтобы, оказавшись в ней, ребенок погружался полностью в атмосферу учебы.

Под организацией семейного образования подразумевается учебный план и режим дня.

График должен быть составлен из всех составляющих дня вашего ребенка: религия, сон, прием пищи, основные уроки, дополнительные занятия, отдых.



Родитель выбирает образовательную программу для ребенка, которую считает наиболее приемлемой и правильной. **Ваш ребенок является вашей зоной ответственности.**

Если в образовательной организации выбраны определенные программы в соответствии с федеральным перечнем учебников и методических материалов, то при семейной форме образования вы можете совмещать абсолютно любые учебники, методические материалы, руководствоваться интернет-ресурсами. И, конечно, самостоятельно формировать его траекторию в сфере образования.

ТРУДНОСТИ В ОБУЧЕНИИ

- 
1. Отсутствие мотивации.
 2. Поддерживать нужный темп обучения без контроля удастся не всем учащимся.
 3. Отсутствие коммуникации или ее неразвитость.
 4. Отсутствие компьютерной грамотности.
 5. Мало практических знаний.
 6. На уроке могут быть ученики с разным уровнем усвоения материала.
 7. Дети могут почувствовать себя изолированными.
 8. Ученики могут утомиться.
 9. Напряжение глаз.

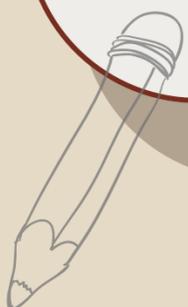


Но все эти трудности можно с легкостью преодолеть, если родитель будет обладать достаточными знаниями в сфере организации процесса обучения в домашних условиях.

ЧТО ТРЕБУЕТСЯ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ РЕБЕНКА НА СО. ЧЕК-ЛИСТ



- Информация о семейном обучении
- Права и обязанности обучающихся на СО
- Дисциплина
- Уведомить учреждение образования о вашем выборе
- Забрать личное дело (если ранее обучались в школе)
- Решить вопрос с аттестацией (прикрепиться к местной школе или выбрать прохождение аттестации в онлайн-формате)
- Определиться с программой обучения
- Выбрать онлайн-школу
- Составить распорядок дня
- Поддерживать ребенка
- Режим
- Найти единомышленников (делиться впечатлениями и перенимать опыт)



ПРАВИЛЬНОЕ УТРО С ДЕТЬМИ, КАК ПОДГОТОВИТЬ РЕБЕНКА К ОБУЧЕНИЮ

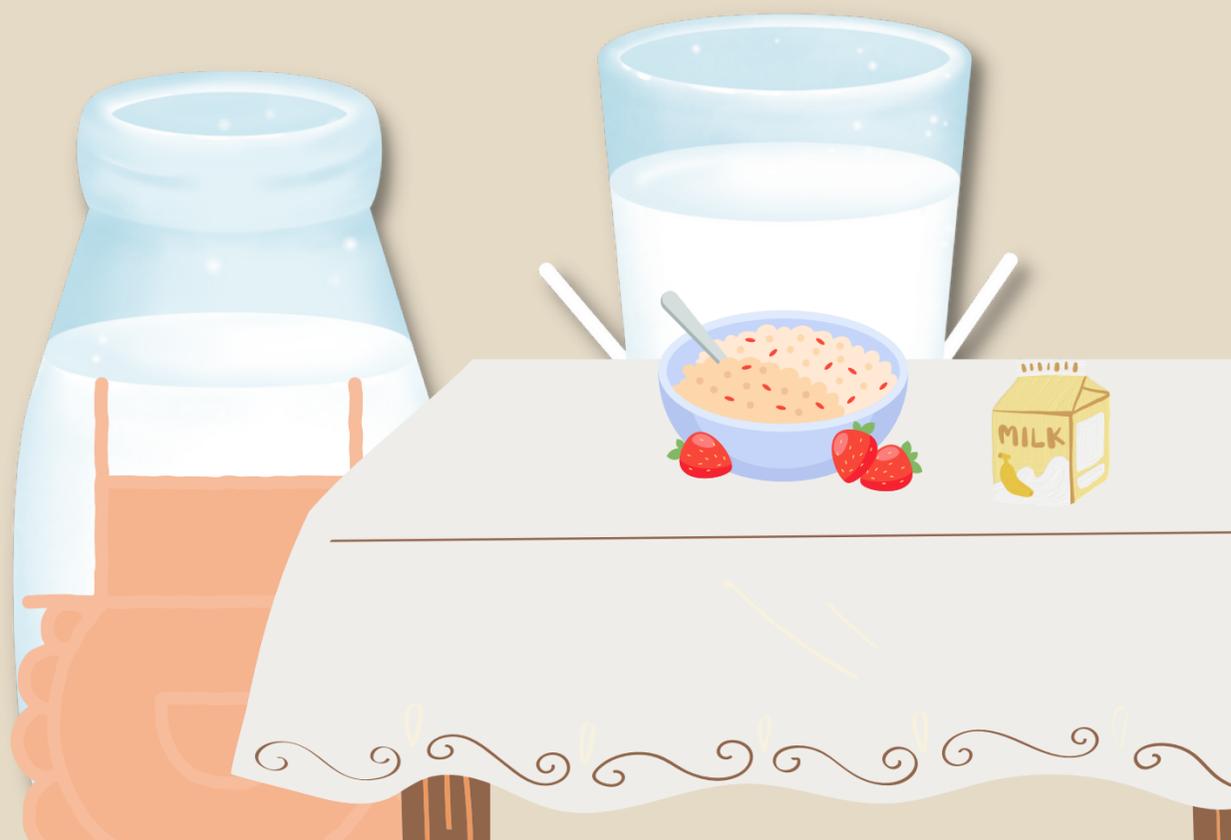
(правильный завтрак, подготовка рабочего стола)

Но все эти трудности можно с легкостью преодолеть, если родитель будет обладать достаточными знаниями в сфере организации процесса обучения в домашних условиях.

Завтрак школьника обязательно должен в себя включать фрукты и ягоды — источник витаминов, клетчатки. Предпочтение можно отдать яблокам, грушам, винограду и малине.

Молочные продукты — творог, йогурты, сыры, которые содержат необходимый растущему организму кальций. Каши, ведь в зерновых содержится витамин А и углеводы, которые способствуют восстановлению организма после сна.

И, конечно, куриные или перепелиные яйца, которые содержат аминокислоты, необходимые для роста клеток и мозговой деятельности.





ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАВИЛЬНОГО РАБОЧЕГО МЕСТА

1. Пользоваться стационарным компьютером с диагональю не менее 17 дюймов (можно и 15 дюймов).
 2. По возможности отказаться от телефонов.
 3. Расстояние до экрана - 60 см.
 4. Высоту стола и стула выбирать в соответствии с ростом ребенка.
 5. Освещение должно быть слева для правшей и справа- для левшей.
 6. Собрать небольшую библиотеку с необходимыми учебниками.
 7. Расписание уроков должно быть на видном месте.
 8. Тетради и все необходимые принадлежности под рукой.
 9. Необходимо обязательно проветривать помещение.
 10. Следить за влажностью воздуха.
- II. Гимнастика

ЗАБОТА О ЗРЕНИИ РЕБЕНКА НА ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИИ

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАВИЛЬНОЙ ЗРИТЕЛЬНОЙ НАГРУЗКИ:

- после завершения каждого занятия должен быть перерыв, в течение которого необходимо полностью отказаться от зрительной нагрузки вблизи, лучше посмотреть в окно, сделать физические и зрительные упражнения (будут приведены ниже);
- максимальное время непрерывной зрительной нагрузки согласно санитарно-гигиеническим нормам для дошкольника составляет не более 15 минут, для старших учащихся - не более 40 минут.

КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗРЕНИЯ:

- нужно посмотреть вдаль в окно (если есть очки для дали или постоянного ношения, то смотреть необходимо в очках), оценить как видно вдаль обоими глазами, соответствует ли качество зрения привычной картинке из окна или она стала нечеткой. Далее обязательно поочередно закрыть **КАЖДЫЙ ГЛАЗ** и сравнить качество зрения каждого глаза! Зрение каждым глазом должно быть сопоставимо зрению обоими глазами! **Если у вас дошкольник, помогите ему провести тестирование.**



ВАЖНО ПОНИМАТЬ!

Если есть снижение зрения, хотя бы одного глаза, жалобы на нечеткость, нужно срочно обратиться к офтальмологу, чтобы вовремя предотвратить проблемы со зрением.



В целях обеспечения нормального зрения и препятствию прогрессирования его ухудшения необходимо обратиться к офтальмологу и выписать актуальный рецепт на очки. Не теряйте время, пока ожидаете визит, самостоятельно постарайтесь проводить с ребенком зрительные упражнения.

Попробуйте сделать сначала сами, а затем вместе с ребенком. Ваши впечатления от сделанных упражнений и опыт помогут правильно их выполнять.

Важно понимать, что только с помощью упражнений решить проблему нельзя, но они помогут разгрузить аккомодацию, расслабить излишнее зрительное напряжение.



ТРЕНИРОВКА АККОМОДАЦИИ В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ



Упражнения с меткой на стекле (выполняется в очках для дали, в очках для постоянного ношения, или без очков, если они не прописаны ребенку): стоять перед окном на расстоянии 40 см, на уровне глаз ребенка на стекле наклеить метку 3 мм в диаметре черного цвета, закрыть один глаз (лучше импровизированной повязкой), посмотреть на метку 3 секунды, затем перевести взгляд за окно на объект, находящийся на максимально удаленном расстоянии, но еще видимый, не меняя оси взгляда, «посмотреть как бы через черную метку вдаль», экспозиция 3 секунды, и так 3 минуты каждым глазом по очереди, 3 раза в день.

«Ракетка», это упражнение выполняется вблизи также в очках для дали или постоянного ношения (очки для работы вблизи нужно снять): на небольшие по размерам карточки (как визитка) наклеиваются и печатаются буквы размером 2 мм. Лучше напечатать разные буквы (с разными буквами будет легче или сложнее заниматься). Если занятия проходят легко, размер буквы можно уменьшить. Упражнения выполняются также каждым глазом отдельно, это важно. Вытягиваем карточку максимально на расстояние вытянутой руки, смотрим на букву, медленно приближаем до тех пор, пока объект не начнет расплываться или раздваиваться. Затем тренируемый так же медленно отодвигает карточку от глаз до конца вытянутой руки, смотря на букву. Упражнение повторять 3 минуты несколько раз в день.

Упражнения на подвижность: описывать глазами круги, квадраты, кресты медленно с максимальной амплитудой, но, не доводя до болевых ощущений, в течение 3-5 минут не реже 3х раз в день постоянно. При ощущении нагрузки на глаза замуриваться несколько раз подряд.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ И БЕРЕГИТЕ СВОЕ ЗРЕНИЕ!



КАК АДАПТИРОВАТЬ РЕБЕНКА К ОНЛАЙН

Сопровождение родителей в период адаптации играет ключевую роль.

Родители не хотят быть пассивными потребителями образовательных услуг, они все чаще выбирают для себя роль активных участников процесса. **Очень важно, чтобы родители были компетентны в этом вопросе.** В первую очередь, комфортное пребывание в такой обстановке зависит от родителей, дальше уже от педагогов и других социальных групп.

Переход ребенка на семейное обучение сопровождается большим количеством разного рода нагрузок. У ребенка меняется:

● Время, режим, питание

● Окружение

● Учителя и уроки

● Ответственность родителей

● Оценки

● Личные качества

● Ответственность ребенка



ЧТО ЖЕ МЕНЯЕТСЯ ВНУТРИ ШКОЛЬНИКА ПРИ ПЕРЕХОДЕ НА СО?

В отношении мотивации практически ничего. Ему также нужно хорошо учиться, делать домашние задания и соблюдать дисциплину.

НО ЕМУ НУЖНО ПРОЙТИ ПЕРИОД АДАПТАЦИИ.

Первокласснику, который только пошел в школу, намного легче адаптироваться, чем ученику перейти на СО после обучения в школе.

Сейчас мы будем рассматривать именно переход на СО и поступление в онлайн школу, когда родители «перекладывают» обучение детей на стороннюю организацию.

Ученик, который раньше ходил в школу, имел друзей, у которого в жизни была «реальная» социализация, вдруг резко становится «отшельником».



Так ли все на самом деле? Разве ученик, перешедший в онлайн-школу, стал отрезанным от мира? **Конечно, нет.** Но внутреннее состояние ученика может говорить об обратном. По крайней мере до тех пор, пока он не адаптируется.

Сколько ему нужно на это время, неизвестно, потому что все индивидуально и зависит от ряда факторов.

***Поддержка
родителей***

***Психологический и
эмоциональный комфорт
дома и на уроках***

***Поиск общего языка с
новым преподавателем
и одноклассниками***

***Желания самого ученика
обучаться дома***

ЕСЛИ БУДЕТ СЛАЖЕННАЯ РАБОТА ПЕДАГОГА И РОДИТЕЛЕЙ ТО АДАПТАЦИЯ ПРОЙДЁТ БЫСТРО.



Еще один немаловажный момент: если ученика буквально «вырвали» из школы и посадили учиться дома против его желания, то родители должны запастись терпением, потому что ребенку будет очень тяжело преодолеть этот период. Он будет скучать по одноклассникам, учителям. Поэтому важно, если родители решили переводить ребенка на СО, даже если они уже приняли это решение, им нужно сделать так, чтобы ребенок думал что это совместное решение, чтобы он не чувствовал что делается что либо против его воли.

Нужно озвучить все плюсы СО:

1. не нужно зимой, рано утром, когда еще даже темно, вставать с тёплой кровати и идти в школу;
2. на перемене ты можешь спокойно попить чай, перекусить и для этого тебе не нужны карманные деньги;
3. на перемене ты даже можешь прилечь и отдохнуть;
4. не нужно таскать тяжелый портфель и вторую обувь;
5. новые знакомства с разных точек мира в новой школе.

И еще много чего можно рассказать ребенку, чтобы у него возникло желание обучаться дома.

Ведь правильная внутренняя позиция, собственное желание, хороший настрой - залог быстрой и успешной адаптации

Всегда трудно переходить из одного состояния (привычного и понятного) в другое – неизведанное, но ведущее к правильной жизни. Страх и неуверенность часто являются верными спутниками таких перемен.

КАК МОТИВИРОВАТЬ РЕБЕНКА

Выбирая методы мотивации, родитель должен определиться с внутренней мотивацией ребенка, то есть, у ребенка должно быть желание приобретать знания. Потому что в противном случае нацелить на обучение может быть весьма затруднительно.

Самый лучший мотиватор- желание и потребности ребенка.



Если ребенок любит задавать много вопросов об окружающем мире, можно сказать ему, что ответ на этот вопрос он может получить самостоятельно. Важно объяснить ребенку, что требование знаний даст необъятное количество знаний, ответов на многие вопросы.

МОТИВИРУЕМ К ПРИОБРЕТЕНИЮ ЗНАНИЙ!



Важно периодически напоминать ребенку, что ничто не возвышает так, как знания. Ведь Всевышний нам поведал в своей прекрасной Книге, что не равны тот, кто знает и тот, кто не знает.

Ну а как же без поощрений. Относительно них мнения разделились и есть те, кто считают этот способ недействительным. Но среди тех, кто использует этот метод, встречаются довольные родители и счастливые дети.

В качестве поощрения можно пообещать отвести в музей, аквапарк, океанариум, купить любимую книгу, пригласить друзей. Некоторые дети довольствуются вкусными мамиными пирожками да пирогами и с удовольствием учат очередное стихотворение, чтобы отведать любимые блюда.

Похвала ребенка - мотивация, которая приносит хорошие результаты. Ребенка нужно хвалить обязательно, даже если на взгляд родителя, труда было приложено мало и не получен тот желаемый результат. Ребенку ни в коем случае нельзя показывать недовольство результатом. Оскорбляя и принижая умственные способности ребенка, родитель может и вовсе отбить у ребенка желание учиться.

Выгодное предложение. Можно предложить ребенку взамен на вовремя выполненное домашнее задание просмотр интересной передачи, прогулку с друзьями.

Самое главное – подобрать ключ с сердцу ребенка, научиться ему доверять и быть с ним в одном направлении!



КАК ПОВЫСИТЬ ВНИМАНИЕ РЕБЕНКА

Воспитание в детях усидчивости, стремления к достижению поставленных целей, легкость в усвоении знаний предполагает тренировку навыка концентрации внимания.

Важным условием для развития ребенка в целом и его когнитивных функций в частности является физическое здоровье. Например, повышение температуры может вывести ребенка из состояния равновесия. Соблюдение режима дня, правильного питания, физических нагрузок приведет к улучшению общего состояния здоровья ребенка.

Во время занятий ребенок должен чувствовать себя в психологически комфортных условиях. В семье должно быть взаимное доверие, что является одним из факторов, приводящим к повышению эффективности работы мозга и, как правило, к внимательности.

Беспринципным вариантом привлечения внимания - научить контролю собственной мотивации, вовлечь в события. Параллельным выполнением нескольких дел. Можно использовать любые темы ребенка, его увлечения,

На просторах интернета можно найти немало количество курсов и занятий, которые будут способствовать развитию концентрации внимания. Рекомендуется выбрать те из них, в которых созданы максимально благоприятные условия для ребенка.

Если ребенок будет посещать занятия с удовольствием, будет улучшаться усидчивость и внимательность, концентрация и нацеленность на результат.



Несколько действенных советов для развития концентрации внимания:

- убрать раздражители: гаджеты, игрушки, яркие плакаты;
- включение в режим дня физических упражнений;
- выбрать лучший вид подачи информации;
- вести диалог: необходимо интересоваться мнением ребенка;
- читать вслух.



КОНТРОЛЬ ЗНАНИЙ И РОЛЬ РОДИТЕЛЯ В ОБУЧЕНИИ



Действительно, нагрузка на родителей в период карантина возрастает из-за непривычной ситуации, когда дети школьного возраста обучаются в домашних условиях. При дистанционном обучении возрастает роль родителей.

Вынужденный переход на дистанционное обучение вносит коррективы в привычную жизнь. У детей нарушается распорядок дня, к ним предъявляются новые требования и ложится дополнительная нагрузка по части самообразования. Всё это может отразиться на успеваемости и даже здоровье детей. **Наиболее благоприятные условия дистанционного обучения школьников складываются тогда, когда непосредственными участниками образовательного процесса являются родители обучающихся.**

В отличие от очной формы, педагог не может непосредственно мотивировать ребёнка, удерживать его в рамках занятия, обеспечивать присутствие ребёнка на занятии и выполнение им заданий педагога. Эта роль в дистанционном обучении отводится родителям.

В связи с этим главная задача родителей- сделать процесс дистанционного обучения комфортным, чтобы у детей не пропал интерес к учёбе. Как никогда, ученики нуждаются в педагогической поддержке.

В новых условиях важно организовать день ребёнка, где хватало бы времени на учёбу, развлечение и отдых. Родители должны правильно транслировать своим детям, что ничего не изменилось, изменился только метод получения знаний.



РОДИТЕЛИ НЕСУТ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА ОСВОЕНИЕ ИХ ДЕТЬМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ ВМЕСТЕ СО ШКОЛОЙ!

Как при обычном обучении родители отвечали за физическое присутствие ребенка в школе, точно так же они отвечают за полноценное выполнение заданий на дистанционном обучении и присутствие на дистанционных занятиях. Ребенок обязан выполнять требования учителя в рамках освоения образовательной программы, в том числе на дистанционном обучении. Родителям придется взять процесс обучения под свой контроль.



Так же, как и учителя, родители на данный момент адаптировались к дистанционному формату обучения своих детей. И в каком формате не велось бы обучение – традиционном аудиторном или новом дистанционном, **родители являются важными участниками образовательного процесса.**

Чтобы они взяли на себя роль организатора домашнего обучения и оказали поддержку своему ребенку в учении со стороны школы и учителей, нужна максимальная открытость и ясные инструкции.

Во время дистанционного обучения большую роль в обучении играет Интернет, значение которого неопределимо в наше время. Дети получают огромный поток информации.

Каждый родитель должен быть в курсе, чем занимается их ребёнок, когда подключает Интернет. Следует говорить с ребёнком о том, что он видит и делает в компьютере или мобильном устройстве.



Занятия по 15-20 минут в день во внеучебное время – это совершенно достаточно, чтобы ежедневно осваивать что-то новое. Родители должны объяснить своим детям, сколько времени в день можно пользоваться компьютером, гаджетами, в каких комнатах и какое содержание использовать.

Если родители не могут целый день находиться дома, то можно установить программу родительского контроля, только заранее надо предупредить. Подобные программы не только дисциплинируют детей, но и могут отключать устройства по окончании заданного времени.

Утром, при подготовке к урокам, следует рассчитать время так, чтобы дать возможность ребёнку встать, умыться и позавтракать спокойно, в его собственном темпе. Для этого, возможно, придётся раньше лечь спать и раньше вставать.

Для ребёнка 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.

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

При выполнении домашних заданий с детьми не рекомендуется делать перерывы во время занятий по одному из предметов, поскольку заново включиться в работу будет сложно.



Что может дать родителям дистанционное обучение? Это прежде всего системность занятий, обучение и развитие ребёнка, идеи для собственных занятий, ссылки на интернет-ресурсы, эмоциональную поддержку.

Растёт воспитательный потенциал, новые методы воспитания.



**РОДИТЕЛИ – ПОЛНОПРАВНЫЕ ПАРТНЁРЫ
В СОЗДАНИИ ИНКЛЮЗИВНЫХ ПРОЕКТОВ!**

**РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ ВЕЛИКА ПРИ
ДИСТАНЦИОННОМ ОБУЧЕНИИ.**

СЛЕДУЕТ ЭТОМУ ОТДАТЬ ДОЛЖНОЕ!