

detkityumen.ru

## 5 способов помочь ребенку учиться дистанционно

Разбираемся, как снизить уровень стресса во время учебы

Дистанционное обучение стало кошмаром для родителей. Поэтому многие надеялись, что им больше не придется переживать подобный опыт. Противники дистанционки писали посты в соцсетях, выходили на пикеты, но это не помогло предотвратить неизбежное: все больше регионов вновь отправляют школьников учиться дома. И если это доставляет неудобства родителям, то представьте, каково детям? Несмотря на весенний опыт, система дистанционного обучения все еще отлажена плохо. Это касается как технической стороны (сервисы, которые используют школы, то и дело ломаются), так и подхода учителей, отправляющих задания в последний момент. На эти факторы родители повлиять не в состоянии. Но есть вещи, которые вы можете сделать, чтобы облегчить жизнь ребенка.

### Подготовьте рабочее место

Многие школьники привыкли делать домашнее задание, где придется. Во времена обычной учебы они могли учить параграфы, валяясь на кровати или перед телевизором. Но когда весь учебный день проходит дома, такой вариант не подойдет. Нужно найти в квартире место, где школьник сможет просидеть у компьютера несколько часов. Важно, чтобы его не отвлекали другие члены семьи, шум телевизора и прочие раздражители.

Интернет теперь тоже стал обязательным элементом обучения. Не забывайте оплачивать его вовремя, чтобы не сорвать уроки. Проверьте, установлены ли на компьютере или смартфоне ребенка нужные программы (Zoom и прочие) и зарегистрирован ли он на образовательной платформе, которую выбрала ваша школа.

### Следите за режимом

Кажется, что во время дистанционки ребенок может просыпаться намного позже, ведь ему не приходится переодеваться в школьную форму, идти или ехать на занятия. Но вставать за пять минут до первого урока — не лучшая идея. Утренние сборы помогают хоть немного взбодриться и настроиться на учебу. Поэтому даже на дистанционке следите за режимом ребенка. Предложите ему прогуляться перед уроками или сделать зарядку.

Больше времени нужно уделять и учебному расписанию. Мысль о том, что после семи часов, которые ребенок провел у компьютера на дистанционных уроках, ему предстоит и дальше сидеть за столом, теперь уже выполняя домашнее задание, может быть весьма удручающей. Помогите ребенку составить расписание дня, выделив в нем достаточно времени для отдыха. Важно, чтобы учеба дома не превратилась в однообразное выполнение заданий с утра до ночи. Если у ребенка нет хобби, то предложите ему освоить новое занятие, которое поможет отвлечься от уроков.

### Помогайте с уроками, но не делайте их вместо ребенка

Во время дистанционного обучения у ребенка как никогда велик соблазн переключать выполнение заданий на родителей. Проверяйте, сделаны ли уроки, помогайте найти решение в действительно сложных ситуациях, но не берите всю работу на себя. Дистанционное обучение может стать настоящим испытанием для самостоятельности ребенка. Вы наверняка хотите, чтобы он справился с ним достойно.

### Подберите платформы для дополнительных занятий

Приучите ребенка пользоваться дополнительными источниками информации. Во время дистанционного обучения учителям тоже приходится непросто, поэтому они не всегда могут прийти на помощь и ответить на возникшие уже после уроков вопросы каждого ученика. Выберите образовательные платформы, на которых есть материалы по школьной программе. Ребенку будет полезно изучить новые аспекты темы и послушать объяснения другого преподавателя. Если раньше вы не решались попробовать онлайн-образование, потому что не были уверены, справится ли с ним ребенок, то в 2020 году пришло время сделать это.

### **Разработайте систему поощрений**

Как бы вы не старались составить для ребенка идеальное расписание, его могут испортить внешние факторы. Например, еще одно задание или тест, который учитель внезапно прислал уже вечером, когда все уроки вроде бы сделаны. Придумайте систему поощрений, чтобы помочь ребенку отвлечься от учебной рутины. Предложите ему посмотреть мультфильм или сходить в любимое кафе, если он вовремя выполнит все задания. Такая мотивация поможет ребенку взяться за учебу.

© Лиза Стрельцова

<https://chips-journal.ru/>

Адрес на сайте «Детки!» [detkityumen.ru/biblio/category135/category142/5106/](http://detkityumen.ru/biblio/category135/category142/5106/)