

Памятка родителям, обучающихся 1-4 классов (надомное обучение)!

Педагог-психолог
Стрижнев Олег Николаевич

В период дистанционного обучения ваших детей очень важно сохранить их интерес и желание учиться. Для ребенка необходимо создать определенные условия, при которых он смог бы эффективно продолжать обучение находясь дома.

Режим дня.

В первую очередь необходимо сохранить и поддерживать привычный ритм жизни для себя и ребенка или распорядок дня.

Важно сохранить привычный режим жизни, в противном случае ребенку трудно будет вернуться к прежнему порядку. **Сохраняйте обычный режим дня** (устраивайте занятия, как в школе, устраивайте «перемены»). Продолжительность электронного занятия непрерывной работы за компьютером (согласно требованиям СанПин) для учащихся 1-4-х классов - не более 15 минут,



Новая форма обучения.

Просим предельно ответственно отнестись к данной форме обучения, вместе с ребенком выполнять домашние задания. Теперь Вы, родитель-тьютор, родитель-учитель. **Помощь родителей здесь нужна обязательно.** Выходить на связь и дистанционные уроки надо проходить вместе с ребенком. Постарайтесь разобраться в тех рекомендациях, которые вы получаете от классного руководителя и педагогов школы. Для того чтобы процесс дистанционного обучения был эффективным необходимо получать обратную связь от учителей. Для этого нужно создать чат в популярной соцсети или по номеру телефона преподавателя.

Активность ребенка.

Займитесь вместе с ребенком какой-нибудь конкретной **содержательной деятельностью.** Вместе сделайте игрушку, совместный рисунок. 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.

Профилактика заболеваний.

Для профилактики респираторных заболеваний нужно делать следующее:

Регулярно мойте руки с мылом и следите, чтобы это делали дети. Мыть руки, лицо, когда это нужно — после того, как пришли с улицы, после туалета, перед едой. Закрывайте нос и рот, когда чихаете. Мойте фрукты и овощи и научите этому детей.



Избегайте тесного контакта с любым, кто проявляет симптомы респираторных заболеваний, такие как кашель и чихание. Проветривайте комнаты.

Выполняйте режим дня, вовремя ложитесь спать; пейте витамины, нормально питайтесь, то все будут здоровы!

По всем вопросам обращаться:
эл.п: strishnev_oleg@mail.ru
тел. 89029781795