

Рекомендации педагогам

1. **Обеспечьте детям благоприятную позитивную виртуальную образовательную среду** без стрессов, вызванных стремлением к академическим успехам. Внимание на сохранении здоровья детей, их психологического и социального благополучия.



2. **Не привлекайте излишнего внимания к проблеме.**
3. **Используйте дистанционные формы обучения, поощряющие развитие интеллектуальной, творческой деятельности** (например: олимпиады, квесты, соревнования), которые позволят и детям и их родителям поддерживать активность и создавать благоприятную психологическую атмосферу в семье.
4. **Обязательно встречайтесь онлайн!**
5. **Заранее проверяйте площадку и работу всех систем.** Старт по времени должен сочетаться со стартом занятия. Тогда с первых секунд занятия все ученики ваши.
6. **Ссылки должны быть интегрированы заранее и разосланы за сутки.** Очень важно, чтобы участники могли проверить их. Это тоже экономит время и придает дополнительную уверенность как учителю, так и ученику, создает ощущение готовности к предстоящему уроку.
7. **Четко договоритесь о технических моментах.** К ним относятся сроки пересылки ссылок, техническое время регуляции входа, ответы на вопросы. У учителя тоже должно быть личное время, и отвечать на «help» в полночь не очень правильно.

Заранее обговоренные временные рамки помогают и ученику лучше спланировать свое время. Для ребят это тоже новая форма, и им также не просто. Тем более, что многие родители продолжают работать, в то время как дети остаются одни один на один с компьютером, заданием и регламентами.

8. **Домашние задания.** Очень важны конкретные сроки пересылки и проверки домашних заданий.
 - Онлайн-формат — это более трудозатратный и энергозатратный процесс, чем обычный. И для педагогов, и для учащихся.
 - У учителя возникает ощущение, что он не успевает добавить материал и переносит его в формат самоподготовки. В итоге у детей перегруз.

Ученики тоже пока не умеют грамотно подойти к самостоятельному обучению. Многим из них сложно заставить себя сесть и самостоятельно делать домашнее задание в полном объёме, а теперь ещё к тому же оно стало занимать практически всё их свободное время.

9. Грамотно подходите к планированию нагрузки. Усвоение материала в дистанционном формате происходит совсем по-другому. Больше информации приходится воспринимать на слух и дольше удерживать внимание. Это требует специальных навыков и привычки работать в подобном формате.

10. Обязательно реагируйте на письма. Игнорирование (даже если оно происходит из-за большой загрузки педагога) — это травмирующий фактор для многих детей. Часть из них начинают чувствовать себя брошенными и одинокими, если не видят обратной связи.

11. Если у вас не получается выйти в эфир, нужно обязательно предупреждать учащихся.

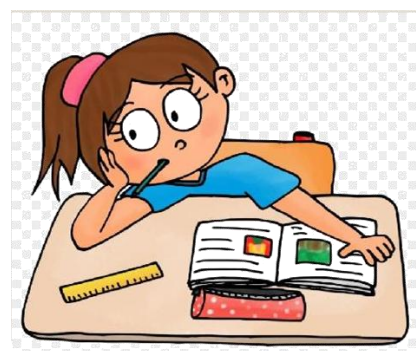
Внимание и уважение к ним крайне важно для установления контакта и доверительных отношений с ними.

12. Организуйте мини-группы. В условиях онлайн-сопровождения взаимодействие с детьми облегчит заведение групповых адресов и выбор ответственного (контактного лица). Информацию можно будет пересылать на один почтовый ящик, а не каждому отдельно. Туда же можно будет выгружать материалы и важные ссылки.

13. Поддерживайте детей и родителей. Помощь другим людям в трудную минуту может принести вам лично психологическую пользу. Например, найдите возможности для распространения позитивных и обнадеживающих историй о выздоровлении людей, снижении распространения коронавируса, делитесь оптимистичными картинками.

14. На вас сейчас лежит двойное бремя ответственности за здоровье детей, психологическое и социальное благополучие членов их семей и академическую подготовку учащихся.

Относитесь к этой ситуации как к особым условиям работы. Берегите себя. Забота о своем психологическом состоянии так же важна, как и забота о физическом здоровье. Умейте находить положительные эмоции и вести полноценный здоровый образ жизни. Занимайтесь дыхательными и физическими упражнениями, упражнениями для



релаксации и т.д.