



## Рекомендации для родителей обучающихся, перешедших на смешанное обучение

Вот несколько практических советов для родителей по взаимодействию с ребенком во время смешанного обучения:

1. Важен диалог и уважительное, дружелюбное общение. Обсудите с ребенком, что ему поможет и что может помешать. Пусть он напишет свое намерение на бумаге. Собственное решение, зафиксированное письменно, станет для школьника психологической опорой, к которой можно обращаться. Оно отличается от обещания родителям, то есть внешней системе управления жизнью, в которой преобладает ответственность взрослых.

2. В конце каждого дня подробно обсуждайте с ребенком что получилось, а что пока нет. Для понимания успехов и трудностей задавайте

открытые вопросы, обращенные к конкретному опыту: что, как, для чего, зачем, что чувствовал, как это получилось или не получилось и т.д. В свою очередь давайте ему развернутую положительную обратную связь: опишите конкретный успешный опыт ребенка, выразите радость, восхищение, уважение. И не жалейте объятий.

2. Большинство школьников плохо чувствуют время и не умеют его планировать. Помогите ребенку составить план на каждый день, а вечером подробно его проговорить и мысленно прокрутить «видеофильм» завтрашнего дня. Важно, чтобы у школьника перед глазами были часы и таймер, который фиксировал бы окончание запланированного периода. Полезно разбить работу на отрезки по 15-20 минут (в трудных случаях – до 7-10 минут), между ними делать пятиминутный перерыв, в который можно заниматься чем угодно.
3. Без внешних стимулов и санкций, согласованных с ребенком, не обойтись. Например, один пятиклассник договорился с родителями о том, что ему через 45 дней купят аквариум с рыбками, о которых он давно мечтал. Договор составили письменно, а невыполнение его условий отдаляло исполнение мечты еще на один день. Рвение к учебе волшебным образом выросло.
4. Очень важна организация рабочего места. Все необходимое должно быть в зоне доступности руки.
5. Немало важно сохранить и поддерживать для себя и ребенка привычный распорядок

и ритм дня (время сна и бодрствования, время начала уроков, «переменки» и пр.). Резкие изменения режима дня могут вызвать существенные перестройки адаптивных возможностей ребенка и привести к излишнему напряжению и стрессу.

6. Эмоциональное состояние ребенка напрямую зависит от состояния взрослых. Проявляйте заботу о своем эмоциональном состоянии.

7. Постарайтесь разобраться в рекомендациях, которые вы получаете от школы по организации обучения детей. Ориентируйтесь только на официальную информацию, которую вы получаете от классного руководителя и администрации школы.

8. Предусмотреть периоды самостоятельной активности ребенка (не надо его все время развлекать и занимать) и совместные со взрослым дела, которые давно откладывались. Главная идея состоит в том, что пребывание дома — не «наказание», а ресурс для освоения новых навыков, получения знаний, для новых интересных дел.

**Единый общероссийский номер  
детского телефона доверия  
8-800-2000-122.**

Сайт [www.telefon-doveria.ru](http://www.telefon-doveria.ru)

**Для родителей портал «Я-родитель»:**  
<https://www.ya-roditel.ru>

*Подготовлено специалистами службы  
сопровождения школы 555 «Белогорье»:  
Педагогом-психологом высшей квалиф.  
категор., канд. филос. наук Шавшаевой Л.В.  
Социальным педагогом первой квалиф.  
категории Агавеловой Л.Г.*