

Инструкция для родителей на период прохождения детьми образовательных программ с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Алгоритм действий родителя

- Ознакомление с форматом и графиком**
 Ознакомиться с форматом дистанционного обучения, расписанием занятий, графиком текущего и итогового контроля
- Соблюдение режима**
 Обеспечить соблюдение школьником режима занятий и отдыха с учетом режима двигательной активности ребенка в соответствии с возрастными особенностями
- Обеспечение информационной безопасности**
 Контролировать информационную безопасность ребенка
- Организация обратной связи**
 Предоставлять обратную связь учителю
- Использование интернет-ресурсов**
 Использовать для дистанционного обучения детей рекомендованные интернет-ресурсы

РАСПОРЯДОК ДНЯ РЕБЕНКА НА ДИСТАНЦИОННОМ ОБУЧЕНИИ РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ

СОХРАНЕНИЕ РИТМА ЖИЗНИ
 Привлекая к четкому расписанию дня, ребенок растет здоровым. У него хватает сил для физической активности, остается достаточно времени на отдых.

ВОСПИТАНИЕ СЕМЕЙНЫХ ЦЕННОСТЕЙ
 Распорядок дня должен стать частью общих правил. Родители должны прививать ребенку интерес к совместным действиям и уважение к семейным традициям.

ФОРМИРОВАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ НАВЫКОВ
 Сформированные в детстве привычки помогут рационально использовать время: ребенок многое успеет, хотя нигде не спешит. При этом он всегда настроен позитивно, так как не нервничает и не спешит.

ОЖИДАНИЕ РАЗВЛЕЧЕНИЙ
 Распорядок дня – это не просто сухой перечень обязательных ежедневных действий, это гибкие правила. Уделите особое внимание выходным дням, наполните их приятными событиями.

ПРИУЧЕНИЕ К ДИСЦИПЛИНЕ
 Если соблюдать распорядок дня, ребенок будет знать, что подошло время садиться за уроки или готовиться ко сну, и он сделает все сам, без принуждения со стороны взрослых.

РАЗВИТИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ И ОТВЕТСТВЕННОСТИ
 Привыкнув к четкому расписанию, ребенок будет точно знать, что именно и в какое время ему делать. А внимание и одобрение со стороны взрослых будет вдохновлять детей и полагать формировать чувство ответственности.

УМЕНИЕ КОНТРОЛИРОВАТЬ СТРЕССОВЫЕ СИТУАЦИИ
 Каждая перемена в жизни ребенка – стресс для его психики. Соблюдение распорядка дня помогает ему быстрее справиться со стрессом и вернуться в привычное русло.

ПРИМЕР РАСПОРЯДКА ДНЯ

- 07:30 – подъем, зарядка
- 08:00 – завтрак
- Дистанционное обучение
- 08:30 – окружающий мир
- 09:00 – музыкальная пауза
- 09:30 – иностранный язык
- 09:40 – танцевальная пауза
- 09:50 – русский язык
- 10:20 – перерыв
- 10:30 – литература
- 11:00 – спортивная пауза
- 11:30 – математика
- 11:40 – проектная деятельность
- 13:00 – обед
- 13:30 – виртуальные экскурсии по музею/онлайн-лекции, кружки
- 14:30 – спортивная пауза
- 15:00 – выполнение домашних заданий
- 17:00 – полдник
- 17:30 – помощь по дому
- 18:00 – чтение литературы/занятия творчеством
- 19:00 – ужин
- 19:30 – свободное время, общение с друзьями
- 21:00 – подготовка ко сну
- 23:00 – сон

РАСПОРЯДОК ДНЯ ВАЖЕН ДЛЯ РЕБЕНКА