**Қашықтықтан оқытуды ұйымдастыру бойынша**

**ата-аналарға психолог кеңестері**

Бала мұғалімнің тапсырмаларын орындау туралы шешім қабылдауы үшін **диалог және сыйластық, достық қарым-қатынас өте маңызды.** Оған не көмектесетінін және не кедергі жасайтынын талқылаңыздар. Өз ниетін қағазға жазсын. Жазбаша түрде бекітілген өз шешімі оқушы үшін психологиялық тірек болады. Ол ата-анаға, яғни ересектердің жауапкершілігі көбірек өмірді басқарудың сыртқы жүйесіне берген сөзден ерекшеленеді.

**Әр күннің соңында баламен нені орындау қолдан келгенін, ал ненің жасалмағанын талқылаңыздар.** Сәттілік пен қиындықты түсіну үшін нақты тәжірибеге бағытталған сұрақтар қойыңыздар: не, қалай, не үшін, не сезіндің, қалай болды және т.б. Өз кезегінде оған оң кері байланыс беріңіздер: баланың нақты сәтті тәжірибесін сипаттаңыздар, қуанышыңызды, құрметіңізді көрсетіңіздер. Құшығыңызды аямаңыздар.

**Мектеп оқушыларының көбісі уақытты жоспарлауды білмейді.** Балаңызға әр күнге жоспар жасауға, кешке оны қайталап, ертеңгі күннің «бейнефильмін» ойда айналдыруға көмектесіңіздер. Оқушының алдында сағат пен таймер болуы маңызды, ол жоспарланған уақыттың аяқталуын көруі керек. Жұмысты 15-20 минуттық үзінділерге бөлген пайдалы (қиын жағдайда – 7-10 минутқа дейін), олардың арасында бес минуттық үзіліс жасау керек, не істегісі келсе, соны істеуге болады.

**Жұмыс орнын ұйымдастыру өте маңызды.** Қажеттінің бәрі қол жетімді жерде болғаны абзал, ұялы телефон және басқа гаджеттер жұмыс аумағынан тыс жерде болуы тиіс. Бала смартфон қолжетмідік аумағында болғанда, тіпті сөндірулі болса да, смартфон басқа бөлмеде жатқанға қарағанда математикалық есептерді нашарлау шығаратыны эксперименталды түрде дәлелденді.

**Қашықтықтан оқытудағы балалардың ата-аналарына кеңестер**

* Бірінші кезекте өзіңіз және балаңыз үшін үйреншікті күн тәртібі мен күн ритмін (ұйқы уақыты, сабақ басталу уақыты, олардың ұзақтығы, «үзіліс» және т.б.) сақтау және ұстану керек. Күн тәртібін күрт өзгерту балалардың бейімделу мүмкіндігіне едәуір өзгерту енгізеді, шамадан тыс ширығу мен күйзелуді тудырады.
* Балалардың ата-аналары мен жақындары болып жатқан уақиғаларға салмақты, дұрыс қарым-қатынас танытуға тырысуы тиіс. Баланың эмоционалдық жағдайы ересектердің жағдайына тікелей байланысты. Басқа елдердің ата-аналарының тәжірибесі оларға өзін-өзі оқшаулау режиміне бейімделуге біраз уақыт қажет екенін көрсетеді және де бұл қалыпты үдеріс.
* Өзіңізге ұстамды болыңыздар, балалардың вирус туралы сұрақтарына жауап беруден қашпаңыздар, бірақ пандемия жағдайын және оның қаупі туралы ұзақ талқылаудан аулақ болыңыздар. Интернет-желідегі «қорқынышты» айғақтарды көрсете бермеңіздер!
* Балаларды қашықтықтан оқыту бойынша мектептен алған ұсыныстарды түсініп алуға тырысыңыздар. Сынып жетекшісі немесе мектеп әкімшілігінен алған ресми ақпаратқа ғана сүйеніңіздер. Мектепке де осы үдерісті ұйымдастыруға уақыт керек. Қазіргі уақытта ата-аналарға да, ұстаздарға да қашықтықтан оқытуға көмектесетін бірқатар ресурстар бар. Көптеген ата-аналар осы платформаларды қолданып жатыр, өйткені олар білім беру бағдарламаларымен тығыз байланысты.
* Оқушылардың ата-аналары мен жақындары баламен бірге кейбір ресурстарды бірге «меңгерсе» қашықтықтан оқытудың тартымдылығын арттыра алады. Мысалы, балаға сұрақ қойып, дискуссияға қатысса, сабақ бала үшін қызықты ойын-сабаққа айналады. Бала үшін – бұл уәжді көтеру мүмкіндігі, ата-ана үшін – өз баласын жақсырақ біліп, түсіну мүмкіндігі.
* Мәжбүрлі түрде үйде отырған кезде сіз де, балаңыз да өзіне жақын әлеуметтік ортамен қарым-қатынаста болу (телефон, мессенджер арқылы) маңызды, алайда жалпы алынатын ақпарат ағынын азайту қажет (жаңалықтар, әлеуметтік жлідегі лента). Өзекті ақпаратты біліп отыру үшін бір жаңалық көзін таңдап, күніне 1-2 рет шығу жеткілікті (мысалы, таңертең – таңғы істерден кейін, біраз уақыт тыныштықта болу маңызды – және кешке, ұйқыға дейін 2 сағат бұрын), бұл үрейлену деңгейін төмендетуге көмектеседі. Жақын-туыстармен сөйлескен кезде коронавирус туралы, үреу тудыратын басқа тақырыптарды қозғамауға тырысыңыздар.
* Жақындармен қарым-қатынас жасау үшін «ақпараттық шуға», кейде жалған ақпаратқа толы әлеуметтік желілерді қолданбауға кеңес беріңіздер. Өзіңіз бір мессенджерді таңдап, маңызды қарым-қатынастарды сонда ауыстырыңыздар. Әлемдегі өзекті жағдайды талқылайтын чаттарға жиі кіруден алшақ болған абзал. Күніне 1-2 рет кіру жеткілікті. Мессенджерлердегі кез келген чатты дыбыссыз режимге қоюға және тек қажет болған жағдайда ғана кіруге болады.
* Баланың өз белсенділігі кезеңдерін (үнемі оны алдандырып, бірдеңемен айналыстыру қажет емес) және ересектермен бірге көптен бері кейінге қалдырылған істермен шұғылдану уақыттарын алдын ала қарастыру керек. Негізгі идея: үйде болу – «жазалау» емес, жаңа дағдыларды меңгеруге, білім алуға, жаңа қызықты істерге арналған ресурс болып табылады.
* Үйде болған кезде бала сыныбымен, достарымен қарым-қатынас жасай алады (қоңырау шалу, ВК, топтық чаттар). Ата-аналар виртуалды конкурс (мысалы, оң мемдер және т.б.) және басқа да оң белсенділіктер жүргізу идеясын айта алады. Жасөспірімдерге өздеріне қызықты тақырыптарға бейнеблог жүргізуді ұсынуға болады.