

## Смешанное обучение. Рекомендации родителям.

В первую очередь следует **сохранить и поддерживать для себя и ребенка привычный распорядок и ритм дня** (время сна и бодрствования, время начала уроков, их продолжительность, «переменки» и пр.). Резкие изменения режима дня могут вызвать существенные перестройки адаптивных возможностей ребенка и привести к излишнему напряжению и стрессу.

**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.



**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 отдалило исполнение мечты еще на один день. Рвение к учебе волшебным образом выросло.

**Очень важна организация рабочего места.** Все необходимое должно быть в зоне доступности руки, в то время как мобильный телефон и другие гаджеты – вне рабочей зоны. Экспериментально доказано: если смартфон находится в зоне досягаемости, пусть даже в выключенном состоянии, ребенок намного хуже решает математические задачи по сравнению с ситуацией, когда смартфон лежит в другой комнате.

**Постарайтесь разобраться в рекомендациях,** которые вы получаете от школы по организации смешанного обучения детей. Ориентируйтесь только на официальную информацию, которую вы получаете от классного руководителя и администрации школы. В настоящее время существует целый ряд ресурсов, помогающих и родителям, и педагогам в смешанном обучении. Многие родители уже используют эти платформы, поскольку они содержательно связаны с образовательными программами.

**Родители и близкие школьников могут повысить привлекательность уроков, если попробуют «освоить» некоторые из них вместе с ребенком.** Например, можно задать ребенку вопросы, поучаствовать в дискуссии и тогда урок превратится в увлекательную, познавательную игру-занятие. Для ребенка - это возможность повысить мотивацию, а для родителей - лучше узнать и понять своих детей.

**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.