

## **Рекомендации учителям, проводящих дистанционное обучение (советы психолога)**



### **1. Научите учеников в совершенстве пользоваться инструментами дистанционного обучения.**

Если ваш ученик не до конца понял, как работает платформа, то он будет отвлекаться на технические «моменты»: искать нужную кнопку, думать, как включить микрофон и т.п. Такому ученику будет сложно «погрузиться» в онлайн-урок. Заранее расскажите ученикам, как работать с данной платформой, как пользоваться необходимыми приложениями. Выберите для этого время, пусть ученики потренируются, тогда на самом уроке вы не будете сами отвлекаться на технические моменты.

### **2. Концентрируйте внимание учеников.**

Для этого, уберите отвлекающие факторы. Внимание учеников ничего не должно отвлекать. Для этого, проводите урок на однотонном, лучше белом, фоне. Тогда, ученики не будут пытаться рассмотреть детали за вашей спиной. Родителей учеников попросите организовать их рабочие места так, чтобы на столе не было посторонних предметов. Для учеников должно быть правилом: во время онлайн-урока надо закрыть все мессенджеры и посторонние вкладки в браузере, отключены социальные сети.

### **3. Проговаривайте все свои действия, не делайте что-то в молчании.**

Например: *«Я сейчас запускаю презентацию»*. Этим, вы удерживаете внимание учеников.

### **4. Расскажите, что будет происходить на уроке.**

Это: цели урока, сколько времени будет длиться урок, какие будут задания. Например: *«15 минут я буду рассказывать новую тему, потом мы посмотрим 5-минутный видео-ролик, затем выполним онлайн-тест на*

*закрепление новой темы, в конце урока мы выполним письменное задание в тетрадях».* Таким образом, вы сформируете у учеников ожидания от урока и распределите их силы.

**5. Всегда помните об обратной связи.**

Промежуточные итоги подводите как можно чаще. Делайте акцент на успехах отдельных учеников. Совместно обсуждайте результаты класса. В конце урока обязательно укажите, что вам удалось выполнить на уроке. Такие приёмы хорошо удерживают внимание и усиливают мотивацию учеников. *Выделите для себя тех учеников, у которых недостаточная саморегуляция, учебная мотивация. Для таких учеников особенно важна похвала даже за небольшие достижения.* Предоставляйте ученикам возможность добиваться промежуточных результатов, создавайте ситуации успеха.

**6. Используйте жестикуляцию, старайтесь рассказывать материал эмоционально, меняйте темп речи.**

Такие приёмы привлекают непроизвольное внимание учеников. Здесь можно запомнить правило: любой контраст усилит непроизвольное внимание ваших учеников.

**7. Урок должен быть разнообразным.**

Включайте иллюстрации, короткие видеоматериалы, онлайн-тесты, онлайн-игры и т.п. Но, при этом, не забывайте объяснять ученикам, на что направлено это задание, зачем вы смотрите видеоролик. *Для учеников с недостаточной усидчивостью особенно важно наличие интересного материала.*

**8. Меняйте деятельность.**

Обязательно давайте ученикам выполнять задания на бумаге. Меняя деятельность, вы удерживаете внимание учеников, не перегружаете их мозг однообразной работой.

**9. Во время онлайн-урока проводите гимнастику.**

Если ученики проводят за монитором 20-30 минут можно сделать короткую гимнастику для глаз, дыхательные упражнения, двигательную разминку. Задайте вопросы, которые переключают внимание: «Что вам больше всего запомнилось из вчерашнего занятия?», «Что вы видите за окном?» и т.п.

**10. Помогайте ученикам организовать время.**

Не все ученики могут планировать своё учебное время. Кому-то требуется больше контроля, а родители на работе. *Составьте «группу риска» на каждый класс, которой за 10-15 минут до начала урока напомните, что необходимо подключиться к платформе и настроиться на работу.*

**11. Сделайте запись своего онлайн-урока.** В этом случае его смогут посмотреть ученики, пропустившие занятие. Ученики, не понявшие что-то на уроке, смогут посмотреть сложные для них моменты ещё раз.