"БЕКІТЕМІН»

 № 1 НОМ КММ директоры М. А.

А. М. Касенова\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

"" \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г.

Балалардың ата-аналарына арналған ұсыныстар

педагог-психологтан оқыту.

Ата-аналарға арналған жадынама. Оны назарларыңызға ұсынамыз.

• Ең алдымен өзін және бала үшін әдеттегі күн тәртібі мен ырғағын (ұйқы және сергектік уақыты, сабақтың басталу уақыты, олардың ұзақтығы, "үзіліс" және т.б.) сақтап, ұстап тұру керек. Күн тәртібінің күрт өзгеруі баланың бейімделу мүмкіндіктерінің Елеулі қайта құрылуын тудыруы және шамадан тыс кернеу мен күйзеліске әкелуі мүмкін.

• Ата-аналарына және жақындарына, баланың маңызды өзімен тырысу сақтап, тыныш, барабар және критичное қатысы шыққан. Баланың эмоционалдық жағдайы ересектердің жағдайына тікелей байланысты. Басқа елдердің ата-аналарының тәжірибесі өзін-өзі оқшаулау режиміне бейімделуге біраз уақыт қажет екенін көрсетеді және бұл қалыпты процесс.

\* Өзіңізді сабырлы, ұстамды ұстаңыз, балалардың вирусты және т.б. туралы сұрақтарына жауап бермеңіз, бірақ пандемия және оның тәуекелдерін ұзақ талқылауға батырмаңыз. Интернет-желілерден "қорқынышты" егжей-тегжейін байқамаңыз!

\* Балаларды қашықтықтан оқытуды ұйымдастыру бойынша мектептен алатын ұсынымдарды түсінуге тырысыңыз. Сынып жетекшісінен және мектеп әкімшілігінен алынған ресми ақпаратқа ғана назар аударыңыз. Мектеп сондай-ақ осы процесті ұйымдастыру үшін уақыт қажет. Қазіргі уақытта ата-аналар мен педагогтарға қашықтықтан білім беруде көмектесетін бірқатар ресурстар бар. Көптеген ата-аналар осы платформаларды пайдаланады, өйткені олар білім беру бағдарламаларымен мазмұнды байланысты.

\* Оқушылардың ата-аналары мен жақындары, егер олардың кейбіреулерін баламен бірге "меңгеруге" тырысса, қашықтық сабақтарының тартымдылығын арттыра алады. Мысалы, балаға сұрақ қоюға, пікірталасқа қатысуға болады, сол кезде сабақ қызықты, танымдық ойынға айналады. Бала үшін — бұл мотивацияны арттыру, ал ата-аналар үшін-өз балаларын білу және түсіну жақсы.

\* Үйде амалсыз болған кезде сізге және балаға жақын әлеуметтік ортамен байланыста болу маңызды (телефон, мессенджер арқылы), алайда жалпы алынатын ақпараттық ағындарды (жаңалықтар, әлеуметтік желілердегі таспалар) азайту қажет • Өзекті жаңалықтардан хабардар болу үшін бір жаңалық көзін таңдап, оған күніне 1-2 реттен жиі емес бару жеткілікті (мысалы, таңертең — таңертең-таңертең — таңертеңгі істер, рәсімдер кейін, тыныштықта-кешке, бірақ ұйықтауға 2 сағаттан кеш емес уақыт қалғанда болу маңызды), бұл дабыл деңгейін төмендетуге көмектеседі. Жақындарымен қарым-қатынас жасау кезінде коронавирусқа арналған тақырыптарда және дабыл тудыратын басқа да тақырыптарда орталықтандырылмауға тырысыңыз.

\* Жақындарымен қарым-қатынас жасау үшін балаға "ақпараттық шу", кейде дезинформацияға толы әлеуметтік желілерден аулақ болуға кеңес беріңіз. Бір мессенджерді таңдаңыз да, маңызды қарым-қатынасты онда жылжытуға тырысыңыз. Әлемдегі өзекті жағдайды талқылай отырып, жиі сөйлесуге жол бермеңіз. Күніне 1-2 рет келу жеткілікті. Мессенджерлерде кез келген чат шусыз режимге қоюға болады және қажет болған жағдайда ғана оған кіруге болады.

\* Баланың өзіндік белсенділігінің кезеңдерін (оны барлық уақытта қызықтырып, алып жүрудің қажеті жоқ) және бұрыннан кейінге қалдырылған ересектермен бірлескен істерді қарастыру қажет. Басты идея-үйде болу - "жаза" емес, жаңа дағдыларды игеру, білім алу, жаңа қызықты істер үшін ресурс.

\* Үйде болғанда, бала сынып, достармен (қоңыраулар, ВК, топтық сөйлесулер) сөйлесуді жалғастыра алады. Ата-аналар виртуалды конкурстарды (мысалы, позитивті мемтер және т.б.) және өзге де оң белсенділіктерді өткізу идеяларын ұсына алады. Жасөспірімдерге қызықты тақырыпқа өз бейнеблогын жүргізуді ұсынуға болады.

Ал сізге қиын жағдайды жеңуге не көмектеседі? Баланың үйде жайлы оқуы мен демалысын ұйымдастыру және үрейге ұшырамау әдістерімен пікірлеріңізбен бөлісіңіз!