Рекомендации школьного психолога родителям детей (младшего школьного возраста), находящимся на дистанционном обучении.

1. **Особенности психологического развития ребенка младшего школьного возраста (6-7 – 10-11 лет). Этот пункт важен для понимания всех важных процессов и закономерностей развития ребенка.**

С началом обучения в школе происходят значительные изменения. Учебная деятельность становится ведущей для младшего школьника, заменяя собой игровую.

В плане социализации происходит адаптация, ребенок начинает понимать, что отношения с учителем более официальные, чем были с воспитателями в детском саду и родителями. Учитель занимает важную роль в жизни ребенка, становится главным авторитетом. Оценки напрямую влияют на самооценку и формируют отношение со стороны окружающих (являются ли мотивацией? …спорный вопрос). Формируются и укрепляются волевые качества, самоконтроль и самооценка.

Условия и правила становятся более строгими, необходимо соблюдать дисциплину во время уроков и после. Самостоятельное выполнение домашнего задания требует организованности и дополнительных умственных и физических усилий.

В этот период активно растет и развивается организм ребенка, поэтому нужно учитывать анатомо-физиологические возможности младшего школьника. Увеличивается вес мозга, особенно лобные доли, отвечающие за осознанные движения, а также умение писать и разговаривать. Формируются все изгибы позвоночника: шейный, грудной, поясничный. Окостенение скелета не закончено, отсюда – большие возможности для развития спортивных навыков и большая опасность искривления позвоночника при неправильной посадке. Правильная поза за столом – важнейшее условие работоспособности школьника!

У детей слабо развита мелкая моторика, кисть руки быстро утомляется. Поэтому даже стараясь переписать работу заново, ребенок может сделать еще хуже в результате утомления. И в школе и дома надо чередовать работу с отдыхом, с разминкой для пальцев. Время активной работоспособности 6-7 летнего школьника не превышает 20 минут.

Цель учебной деятельности – это изменение, преобразование ученика. В учебном процессе необходимо учитывать системность, поэтому важно, чтобы каждая пройденная тема была усвоена.

**Восприятие** уже достаточно развито, дети могут различать форму, цвет, звуки речи. В процессе обучения у ребенка формируется и развивается наблюдение, которое позволяет целенаправленно и досконально исследовать предмет.

**Внимание** в этот период активно развивается. В учебном процессе тренируется произвольное внимание, которое можно удерживать различными приемами, точной инструкцией, интонацией, выделением нужных объектов и т.д.

**Память** у детей-дошкольников в большей степени образная. Детям гораздо легче запомнить интересный, эмоциональный, яркий, наполненный образами материал. При запоминании важно понимать и представлять, о чем идет речь. Также существуют приемы осмысленного запоминания: выделение опорных слов, расчленение текста на смысловые единицы, смысловая группировка, сопоставление крупного и детального планов текста и т.д.

**Воображение.** Обучение опирается прежде всего на воссоздающее воображение. Воображение младшего школьника вначале очень схематично, образы бедны деталями, им не хватает гибкости. Под влиянием обучения дети начинают воссоздавать более точные и детальные образы.

**Речь.** Учебная деятельность значительно ускоряет речевое развитие детей, совершенствует все виды речи. Важно и читать, и писать. Эталоном и развивающим фактором для ребенка является окружение. Поэтому важно, чтобы родители тоже читали.

**Мышление.** Развитие мышления в начальной школе проходит две стадии. Происходит становление словесно-логического мышления при сохранении предметно-образного типа мышления. Высокий темп умственного развития, способность к рассуждению и рефлексии.

***Знание данной информации позволит вам лучше понимать ребенка и более эффективно взаимодействовать в процессе воспитания и обучения вашего ребенка.***

1. **Дистанционное обучение и карантин. Рекомендации.**

Не смотря на быстроразвивающиеся события никто не был готов к пандемии. Хочется отметить и сказать о том, что не нужно поддаваться панике! Необходимо соблюдать все обязательные меры безопасности и рекомендации ВОЗ. Со страхами можно и нужно справиться! Вы можете записать свои страхи и попытаться полностью описать их, затем ниже по пунктам к каждому страху вы можете записать стратегию преодоления. Важно понять, насколько они реальны.

***Дистанционное обучение*** – серьезный вызов для детей и родителей, жесткий тест на степень самостоятельности и ответственности детей, на умение организовывать свою жизнь и управлять ею, на сформированность умения учиться и учебно-познавательной деятельности. При этом дистанционное обучение можно воспринимать и позитивно – как возможность для ребенка, учиться самому быстрее, чем в школе.

***Важен диалог и уважительное, дружелюбное общение,*** чтобы ребенок сам принял решение, что он будет выполнять задания учителя. Обсудите с ним, что ему поможет и что может помешать. Пусть он напишет свое намерение на бумаге. Собственное решение, зафиксированное письменно, станет для школьника психологической опорой, к которой можно обращаться. Оно отличается от обещания родителям, то есть внешней системе управления жизнью, в которой преобладает ответственность взрослых.

***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. В свою очередь давайте ему развернутую положительную обратную связь: опишите конкретный успешный опыт ребенка, выразите радость, восхищение, уважение. И не жалейте объятий.

***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 отдаляло 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.

***Карантин — отличная возможность побыть вместе с ребенком. Особенно это актуально для работающих мам и пап. У детей постоянный дефицит родительского внимания — мы встречаемся только с утра, за завтраком и по дороге в детский сад или школу, и вечером, когда на игры и качественное общение "по душам" нет ни времени, ни сил.***