

## Рекомендации учителю в процессе дистанционного обучения

1. Обеспечьте ученикам благоприятную позитивную виртуальную образовательную среду без стрессов, вызванных стремлением к академическим успехам. Внимание на сохранении здоровья учеников, их психологического и социального благополучия.
2. Используйте дистанционные формы обучения, поощряющие развитие интеллектуальной, творческой деятельности (например олимпиады, квесты, соревнования), которые позволят и ученикам, и их родителям поддерживать активность и создавать благоприятную психологическую атмосферу в семье.
3. Обязательно встречайтесь онлайн!
4. Заранее проверяйте площадку и работу всех систем. Старт по времени должен сочетаться со стартом занятия.
5. Ссылки (на ознакомление по урокам, дополнительная информация к урокам) должны быть интегрированы заранее и разосланы за сутки. Очень важно, чтобы участники могли проверить их. Это тоже значительно экономит время и придаёт дополнительную уверенность как преподавателю, так и ученику, создаёт ощущение готовности к предстоящему уроку.
6. Домашние задания. Очень важны конкретные сроки пересылки и проверки домашних заданий. Онлайн-формат — это более трудозатратный и энергозатратный процесс, чем очный. И для педагогов, и для учеников.
7. Грамотно подходите к планированию нагрузки. Усвоение материала в дистанционном формате происходит совсем по-другому. Больше информации приходится воспринимать на слух и дольше удерживать внимание. Это требует специальных навыков и привычки работать в подобном формате.
8. Если у вас не получается выйти в эфир, нужно обязательно предупреждать учеников. Внимание и уважение к ним крайне важно для установления контакта и доверительных отношений с ними.
9. Поддерживайте учеников и родителей. Ваш позитивный настрой передается и родителям и ученикам.
10. На вас сейчас лежит двойное бремя ответственности за здоровье подростков, психологическое и социальное благополучие членов их семей и академическую подготовку учеников. Относитесь к этой ситуации как к особым условиям работы. Берегите себя. Забота о своем психологическом состоянии так же важна, как и забота о физическом здоровье. Умейте находить положительные эмоции и вести полноценный здоровый образ жизни. Создавайте свои индивидуальные ситуации, которые способствуют снятию вашего эмоционального напряжения.

