***Рекомендации для родителей***

***«Дистанционное обучение»***

Дистанционное обучение - это серьёзный вызов для детей и родителей, жёсткий тест на степень самостоятельности и ответственности детей, на умение организовывать свою жизнь и управлять ею, на сформированность умения учиться.

Однако, не всё так однозначно. Дистанционное обучение можно использовать как позитивное решение.

Для оптимальной организации процесса дистанционного обучения хотелось бы дать родителям несколько практических советов:

**1.** В сложившейся ситуации важно наладить с ребёнком диалог, уважительное дружелюбное общение.

**2.** Ребёнок должен сам понять, что дистанционное обучение - это тот же садик, только в других условиях.

**3.** Важно соблюдать привычный распорядок дня: время сна и бодрствования, время занятий, отдых, приём пищи, самостоятельная деятельность, пребывание на свежем воздухе. Делайте зарядку, гимнастику. Не забывайте регулярно провертывать помещение. Резкие изменения в режиме дня могут привести к излишнему напряжению и стрессу.

**4.** Очень важна организация рабочего места. Кроме того, что всё необходимое должно находиться в зоне доступности руки, рекомендуется все гаджеты оставлять в другом помещении. Также ребёнок должен иметь возможность работать сосредоточенно, не отвлекаясь на внешние раздражители. Поэтому постарайтесь ограничить доступ домочадцев и домашних животных к рабочему месту ребёнка.

**5.** Планируйте с ребёнком дела на предстоящий день заранее.

**6.** В конце каждого дня обсуждайте с ребёнком успехи и неудачи за день. Стройте планы на завтра. Совместно ищите решения в спорных ситуациях. Не скупитесь на слова поддержки и объятия.

**7.** Если ребёнку трудно, страшно, тревожно, и Вы понимаете, что своими силами не справиться, то Вы всегда можете рассчитывать на воспитателя и специалистов детского учреждения.