**Рекомендации родителям по обращению с детьми в период пандемии коронавируса COVID-19**

Уважаемые родители!

Работники МБОУ СОШ№3 им. А.И. Гаджибекова желает всем здоровья в этот нелегкий период и сообщает, что школа принимает специальные превентивные меры, отменены все публичные мероприятия и. **с 6 апреля дети переходят на дистанционное обучение на время карантина**.

В первую очередь следует сохранить и поддерживать для себя и ребенка привычный распорядок и ритм дня (время сна и бодрствования, время начала уроков, их продолжительность, «переменки» и пр.). Резкие изменения режима дня могут вызвать существенные перестройки адаптивных возможностей ребенка и привести к излишнему напряжению и стрессу.

Родителям и близким ребенка важно самим постараться сохранить спокойное, адекватное и критичное отношение к происходящему. Эмоциональное состояние ребенка напрямую зависит от состояния взрослого (родителей, близких). Опыт родителей из других стран показывает, что потребуется некоторое время на адаптацию к режиму самоизоляции, и это нормальный процесс.

Убедительная просьба к вам, родителям отнестись с особым вниманием к детям в этот период:

Дети должны в это время находиться дома так как профилактические мероприятия по карантину подразумевают не только отмену занятий в школах, но и отмену массовых скоплений людей.

Ведите себя спокойно, сдержанно, не избегайте отвечать на вопросы детей о вирусе и т. д., но и не погружайтесь в длительные обсуждения ситуации пандемии и ее рисков. Не смакуйте подробности «ужасов» из интернет сетей!

Постарайтесь разобраться в рекомендациях, которые Вы получаете от школы по организации дистанционного обучения детей. Ориентируйтесь только на официальную информацию, которую Вы получаете от классного руководителя и администрации школы. Школе также нужно время на то, чтобы организовать этот процесс. В настоящее время существует целый ряд ресурсов, помогающих и родителям, и педагогам в дистанционном обучении (учи.ру (uchi.ru), **Якласс**, РЭШ (Российская Электронная Школа) и др.. Многие родители уже используют эти платформы, поскольку они содержательно связаны с образовательными программами.

Онлайн-уроки для детей ощутимо короче обычных школьных — длятся не более 30 минут. На дистанционном обучении дети выполняют много самостоятельной работы — по сути, она и есть домашняя.

Каждый учитель составляет свое расписание для конкретного класса, проводит с ребятами онлайн-конференции, индивидуальные уроки, общается с ними по телефону.

Родители и близкие школьников могут повысить привлекательность дистанционных уроков, если попробуют «освоить» некоторые из них вместе с ребенком. Например, можно задать ребенку вопросы, поучаствовать в дискуссии и тогда урок превратится в увлекательную, познавательную игру-занятие. Для ребенка — это возможность повысить мотивацию, а для родителей — лучше узнать и понять своих детей.

Во время вынужденного нахождения дома Вам и ребенку важно оставаться в контакте с близким социальным окружением (посредством телефона), однако необходимо снизить общий получаемый информационный поток (новости, ленты в социальных сетях). Для того чтобы быть в курсе актуальных новостей, достаточно выбрать один новостной источник и посещать его не чаще 1—2 раз в день (например, утром — после утренних дел, ритуалов, важно какое-то время побыть в покое — и вечером, но не позже чем за 2 часа до сна), это поможет снизить уровень тревоги. При общении с близкими старайтесь не центрироваться на темах, посвященных коронавирусу, и других темах, вызывающих тревогу.

Надо предусмотреть периоды самостоятельной активности ребенка (не надо его все время развлекать и занимать) и совместные со взрослым дела, которые давно откладывались. Главная идея состоит в том, что пребывание дома — не «наказание», а ресурс для освоения новых навыков, получения знаний, для новых интересных дел.

Находясь дома, ребенок может продолжать общаться с классом, друзьями (звонки, ВК, групповые чаты). Родители могут подсказать идеи проведения виртуальных конкурсов (например, позитивных мемов и пр.) и иных позитивных активностей. Можно предложить подросткам начать вести собственные видеоблоги на интересующую тему (спорт, музыка, кино, кулинария).

**Ответственность за жизнь и безопасность детей несет родитель!**

Желаем вам и вашим детям провести время с пользой и в семейном кругу!

**Интернет-ресурсы, направленные на освоение образовательных программ, самостоятельную подготовку и саморазвитие**

* АСУ РСО - <https://asurso.ru/> . На Главной странице вкладка «Учебные курсы», внизу ссылка на систему «ЯКласс» (авторизация в системе «ЯКласс» проходит автоматически с учетной записью АСУ РСО). Также во вкладке «Дневник» надо открыть вкладку «Коллекция ресурсов».
* [Российская электронная школа](https://resh.edu.ru/)(интерактивные уроки по всему школьному курсу с 1-го по 11-й класс лучших учителей страны, более 120 тысяч уникальных задач, тематические курсы, видеоуроки, задания для самопроверки, каталог музеев, фильмов и музыкальных концертов).
* [Московская электронная школа](http://school75.tgl.net.ru/(https:/www.mos.ru/citv/proiects/mesh/)(широкий набор электронных учебников и тестов/ Решения МЭШ).  
  [Фоксфорд (](https://foxford.ru/teacher-dashboard/objectives)онлайн-школа для учеников 1−11 классов, учителей и родителей).
* [Яндекс.Учебник](https://education.yandex.ru/home/)(сервис для учителей 1–5-х классов с более 45 000 уникальных заданий по математике и русскому языку).
* [ЯКласс](https://www.yaklass.ru/) (электронная образовательная платформа содержит онлайн-тренажёры по школьной программе и автоматическую проверку домашних заданий, база платформы состоит из 1,6 трлн заданий и видеоуроков по 13 предметам школьной программы, ЕГЭ, ОГЭ и ВПР).
* [Lingualeo](https://lingualeo.com/ru) (эффективный сервис для нескучного изучения английского языка).
* [Skyeng](https://www.notion.so/6f755e9d529c408d979a3c070ed4c7c0) (цифровая образовательная среда для изучения английского языка).
* [Урок цифры](https://xn--h1adlhdnlo2c.xn--p1ai/) (уроки в виде увлекательных онлайн-игр для трёх возрастных групп, которые помогут освоить принципы искусственного интеллекта, больших данных, правила безопасного поведения в интернете и многое другое, не выходя из дома).
* Билет в будущее - <http://bilet-help.worldskills.ru/>
* Онлайн-курсы Образовательного центра Сириус - <https://edu.sirius.online/#/>
* Сайт Проектория - <https://proektoria.online/lessons>
* Всероссийский образовательный проект «Урок Цифры» - [https://урокцифры.рф/](https://xn--h1adlhdnlo2c.xn--p1ai/)
* Сайт «Мои достижения» - <https://myskills.ru/>
* Информационный портал проекта «Платформа новой школы» - <http://pcbl.ru/>
* Сайт Олимпиум - <https://olimpium.ru/>
* Кружковое движение НТИ - <https://kruzhok.org/>
* Система «Информационно-библиотечный центр Самарской области» - <http://biblio.minobr63.ru/>
* Просвещение. Медиа - <https://ap.prosv.ru/>
* Ростелеком. Лицей - <https://lc.rt.ru/myeducation>
* Образовательный портал GeekBrains - <https://geekbrains.ru/>
* Курсы программирования Алгоритмика - <https://samara.algoritmika.org/>
* VK для дистанционного обучения: инструкция по применению - <https://vk.com/@edu-for-distant>
* Как организовать онлайн-обучение в «Одноклассниках» во время карантина - <https://insideok.ru/blog/-kak-organizovat-onlayn-obuchenie-v-odnoklassnikah-vo-vremya-karantina>
* Семейный IT-Марафон - [https://игра-интернет.рф/news/startoval-chetvertyy-semeynyy-it-marafon.html](https://xn----7sbikand4bbyfwe.xn--p1ai/news/startoval-chetvertyy-semeynyy-it-marafon.html)
* Портал Фоксфорд - <https://help.foxford.ru/>
* Портал «Открытое образование» - <https://openedu.ru/>
* Coursera - <https://www.coursera.org/?utm_campaign=website&utm_content=top-nav-c4c&utm_medium=coursera&utm_source=enterprise>