

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР ГОРОДА НОВОАЛТАЙСКА

Рассмотрено
на заседании методического совета
Протокол № 5 от 13.01.2026г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ ДОДЮЦ г.
Новоалтайска
Т.В. Страшникова
Приказ № 3 от 14.01.2026г.



**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО
ОРГАНИЗАЦИИ
ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Авторы-составители:
Полтарацкая Елена Владимировна
Зам.директора по УВР
Жукова Анастасия Викторовна
методист МБОУ ДО ДЮЦ

Методические материалы для родителей по организации дистанционного обучения обучающихся

Введение

Дистанционное обучение стало неотъемлемой частью современной системы образования. Для родителей, чьи дети обучаются с использованием дистанционных технологий, особенно важно понимать, как правильно организовать учебный процесс, поддерживать мотивацию ребёнка и эффективно использовать современные технические средства. Эти методические рекомендации помогут вам создать комфортные условия для обучения, наладить взаимодействие с педагогами и поддержать ребёнка на всех этапах дистанционного образования.

1. Организация рабочего пространства

Для успешного дистанционного обучения ребёнку необходимо собственное, специально организованное рабочее место.

Выбор места. Желательно выделить для занятий тихий угол, где минимальны отвлекающие факторы (телевизор, посторонние звуки, проходящие люди).

Освещение. Рабочее место должно быть хорошо освещено. Лучше всего — естественным светом, но обязательно предусмотрите настольную лампу для вечерних занятий.

Мебель. Стол и стул должны соответствовать росту ребёнка. Ноги должны стоять на полу, а локти — свободно лежать на столе. Следите за осанкой.

Техника. Компьютер или планшет должны быть исправны, с доступом в интернет. Проверьте работу микрофона и камеры — они необходимы для общения с учителем и одноклассниками.

Порядок. На столе не должно быть лишних предметов. Учебные материалы (тетради, книги, ручки) должны быть под рукой.

2. Техническая подготовка и безопасность

Перед началом учебного дня убедитесь, что всё необходимое оборудование готово к работе.

Проверка связи. Убедитесь в стабильности интернет-соединения. Заранее сохраните ссылки на образовательные платформы и электронные сервисы.

Программное обеспечение. Установите необходимые программы для видеосвязи (Zoom, Skype, Teams и др.) и учебные приложения. Научите ребёнка самостоятельно входить в систему.

Безопасность в сети. Объясните ребёнку правила цифровой гигиены: не переходить по сомнительным ссылкам, не сообщать личные данные незнакомцам, сообщать вам о любых странных сообщениях.

Режим работы за компьютером. Следите за временем, проводимым ребёнком за экраном. Рекомендуется делать перерывы каждые 30–40 минут на 10–15 минут (гимнастика для глаз и разминка).

3. Режим дня и планирование

Дистанционное обучение требует строгой самодисциплины. Помощь родителей в организации режима дня особенно важна.

Фиксированное расписание. Составьте вместе с ребёнком расписание дня, максимально приближенный к образовательному процессу в учреждении: подъём, завтрак, начало занятий, перемены, обед, выполнение домашних заданий, свободное время.

Визуализация. Повесьте расписание на видном месте. Используйте будильник или таймер для контроля времени занятий и отдыха.

Баланс. Чередуйте умственную нагрузку с физической активностью. Прогулка на свежем воздухе обязательна (если позволяет погода и здоровье).

Подготовка к занятиям. С вечера готовьте учебные материалы и тетради на следующий день. Это приучает к порядку и экономит утреннее время.

4. Психологическая поддержка и мотивация

Обучение дома может вызывать у ребёнка чувство одиночества или снижение мотивации.

Позитивный настрой. Хвалите ребёнка за старания, а не только за результат. Отмечайте даже небольшие успехи.

Общение. Интересуйтесь не только оценками, но и тем, что нового он узнал, что ему понравилось на занятии. Обсуждайте темы образовательного процесса за ужином.

Самостоятельность. Постепенно передавайте ребёнку ответственность за выполнение заданий. Не делайте задания за него, но будьте готовы помочь разобраться в сложной теме.

Контроль стресса. Если ребёнок устал или расстроен из-за трудностей с заданием, предложите сделать перерыв. Не ругайте за ошибки — они часть учебного процесса.

5. Взаимодействие с педагогами

Вы — важный партнёр педагога в процессе обучения вашего ребёнка.

Связь с педагогом дополнительного образования. Регулярно проверяйте почту. Не стесняйтесь задавать вопросы педагогу по поводу успеваемости или содержания занятий.

Участие в родительских собраниях. Даже если они проходят онлайн, ваше участие необходимо для получения актуальной информации о жизни класса.

Обратная связь. Если у ребёнка возникают технические или методические трудности, своевременно сообщайте об этом педагогу или администрации МБОУ ДО ДЮЦ.

Заключение

Дистанционное обучение — это совместный труд обучающегося, родителя и педагога. Ваша поддержка, организация пространства и позитивный настрой являются залогом успешного освоения дополнительной образовательной программы и сохранения здоровья ребёнка. Помните, что главная цель — не только получение знаний, но и развитие самостоятельности и ответственности вашего ребёнка.

«Методические рекомендации по организации дистанционного обучения с дошкольниками»

Рекомендации для родителей по организации дистанционного обучения ребёнка на дому

Обучение ребёнка в дистанционной форме требует от родителей соблюдения определённых правил создания особого учебного пространства в домашних условиях. В первую очередь необходимо продумать, где лучше всего расположить рабочее место ребёнка. Оно должно удовлетворять ряду важных требований:

1. Компьютерный стол с оборудованием для организации дистанционного оборудования должен находиться вблизи от естественного освещения.
2. Это должен быть стол с прямой столешницей, чтобы можно было установить на нём не только компьютер, но и периферийные устройства, а также специальное и учебное оборудование в безопасном и устойчивом положении.
3. Рабочее место с учебным оборудованием должно быть защищено от неконтролируемого доступа маленьких детей, домашних животных, если они есть в доме.
4. Все технические средства должны быть расположены недалеко друг от друга, на расстоянии вытянутой руки от ребёнка. Принтер лучше расположить отдельно.
5. Для освещения применять обычные светильники. Свет должен падать на клавиатуру сверху.
6. Со стороны ведущей руки должно быть оставлено место для записей на бумаге.
7. Желательно убирать компьютерное оборудование, когда ребёнок его не использует.
8. Заинтересованно относиться к обучению ребёнка работе на компьютере.
9. Во время чатов должна быть обеспечена тишина и рабочая обстановка.
10. По возможности наблюдайте за работой ребёнка на компьютере, процессом обучения в целом и целевым использованием оборудования и Интернета.
11. Контролируйте время работы ребёнка на компьютере. Перерывы необходимо устраивать через каждые полчаса. Старайтесь снижать зрительную нагрузку ребёнка при работе с компьютером.

Рекомендации родителям по профилактике компьютерной зависимости детей

Причиной возникновения компьютерной зависимости у детей становятся неуверенность в себе и отсутствие возможности самовыражения. В этой ситуации родителям необходимо поддержать ребёнка, помочь ему разобраться с возникшими проблемами. Неправильно только критиковать ребёнка за то, что он проводит много времени за компьютером. Данная ситуация только обострит проблему.

Если родители обнаружили компьютерную зависимость у ребёнка, необходимо в определённой мере разделить его интерес к компьютерным играм. Это усилит доверие ребёнка к родителям, что приведёт к желанию делиться с ними своими проблемами.

Критика в сторону ребёнка воспринимается им как отказ родителей понять его интересы и приводит к замкнутости и даже к агрессии.

Основной мерой предотвращения возникновения зависимости у детей является правильное воспитание ребёнка. Важно не ограничивать детей в их действиях, а объяснять, почему то или иное занятие или увлечение для него не желательно.

Рекомендуется ограничивать доступ детей к играм, основанным на насилии. Если ребёнок все же встретился с такой информацией нужно в доступной форме объяснить, чем она опасна для него. Только запрет безо всяких объяснений будет способствовать усилению интереса ребёнка к этой информации.

В связи с отсутствием других средств самовыражения дети обращаются к компьютеру, которые создают иллюзию безответственной реальности. Это приводит к разрушению психики ребёнка и разрыву его отношений с родителями и другими окружающими его детьми.

Чтобы избежать компьютерной зависимости необходимо расширить спектр его занятий.

Например, спорт, музыка, рисование, прикладное искусство, робототехника, моделирование и пр.

На сегодня действенным способом отвлечения ребёнка от компьютера является его вовлечение в процессы, не связанные с компьютерной деятельностью, чтобы электронная информационная среда не стала заменой реальности.

Родителям необходимо:

- регламентировать время, проводимое ребёнком за компьютером;
- показывать личный пример рационального использования компьютера и соблюдения гигиенических правил;
- продемонстрировать позитивные возможности компьютера: программирование, веб-дизайн, компьютерная графика, анимация и оказать помощь в их освоении;
- ограничить время работы ребёнка на компьютере, при этом резко запрещать работать на компьютере нельзя; если ребёнок склонен к компьютерной зависимости, он может проводить за компьютером два часа в будний день и три - в выходной;
- предложить ребёнку другие возможности для досуга: походы в кино, на природу, игра в шахматы, посещение аквапарка, парка аттракционов и пр.;
- использовать работу на компьютере в качестве поощрения;
- обращать внимание на содержание компьютерных игр, посещаемых сайтов и других информационных Интернет-ресурсов, в связи с тем, что некоторые из них могут стать причиной бессонницы, раздражительности, агрессивности, специфических страхов;
- отдавать предпочтение развивающим играм; научить ребёнка критически относиться к компьютерным играм, показывать, что это очень малая часть доступных развлечений, что жизнь гораздо разнообразней, что игра не заменит общения;
- в случаях, если вы самостоятельно не можете справиться с проблемой, обращайтесь к психологам, в специализированные центры, так как за кажущейся компьютерной зависимостью могут скрываться совсем другие проблемы - это неуспешность ребёнка, социальная неадаптированность, поэтому ребёнок комфортно чувствует себя именно в виртуальной реальности.

Рекомендации для родителей по контролю работы ребёнка на компьютере

Для того чтобы обеспечить контроль за информацией, получаемой ребёнком в сети «Интернет» и за тем, чем он занимается на компьютере, есть несколько не сложных систем контроля.

1. Когда ребёнок работает на компьютере, изредка наблюдайте за содержимым экрана.
2. Из папки компьютера C:/WINDOWS/Temporary Internet Files вы можете получить информацию, какие сайты посещает Ваш ребёнок.
3. Если ребёнок стал отдельным пользователем на компьютере, зайдите в него под его логином и паролем. И посмотрите, какие игрушки находятся на рабочем столе. Если логина и пароля не знаете, проверьте папки c:/Program Files и c:/games, а так же корневой каталог. Там тоже видны установленные игры.

Рекомендации для педагогов по организации образовательной деятельности в дистанционном режиме

Современный педагог сегодня – это не только традиционный, очный воспитатель, но и человек, знающий образовательный сегмент сети Интернет, ориентирующийся в педагогических сетевых сообществах, имеющий навыки проведения образовательного процесса с помощью информационно-коммуникационных технологий, знающий педагогические технологии дистанционного обучения.

Согласно пункту 4.20 СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» организация и режим занятий детей дошкольного возраста с использованием

компьютерной техники должны соответствовать требованиям СанПиН 2.2.2./2.4.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы». Санитарными правилами и нормативами регламентируются гигиенические требования к развивающим игровым занятиям с использованием видеотерминала и клавиатуры при условии использования ПЭВМ с детьми с 5 лет. Вместе с тем санитарно-эпидемиологические требования к просмотру телепередач, а также изображений на индивидуальном мониторе компьютера в процессе дистанционного обучения детей от 3 лет не разработаны.

Деятельность педагога в системе дистанционного обучения.

Педагог несёт ответственность за качество обучения, поэтому ему необходимо быть хорошо подготовленным методически и содержательно к образовательному процессу, уметь работать с программным обеспечением, сервисами сети Интернет, также он должен владеть дистанционными методиками преподавания и знанием особенностей построения учебного процесса в виртуальной среде.

Условия проведения дистанционного обучения могут отличаться по режиму взаимодействия педагога и обучающегося.

Существуют два вида режима:

- Offline - местонахождение и время не является существенным, так как все взаимодействие организовывается в отложенном режиме;
- Online – обучающийся с родителем (законным представителем) и педагог находится у автоматизированного рабочего места.

Дистанционное занятие в режиме offline выкладывается в методическую копилку МБОУ ДО ДЮЦ (электронный ресурс) и заказчик (родитель (законный представитель) воспитанника) может воспользоваться им в любое удобное для себя время самостоятельно.

Дистанционное занятие в режиме online проводится по заранее составленному расписанию, согласованному с заказчиком.

Для проведения педагогом дистанционного занятия в любом из режимов необходимо:

- выстроить индивидуальный образовательный маршрут для каждого ребёнка за счет возможности выбора уровня и вида представления материала и согласовать его с заказчиком;
- разработать конспекты занятий и подготовить демонстрационный и раздаточный материал к занятиям с элементами видео- и аудио, с включением иллюстраций и анимации;
- организовать щадящий режим обучения, нормируя количество времени, проводимого за компьютером;
- разработать и осуществить социальную программу работы с семьей, обязательное включение родителей в процесс обучения ребёнка, выработка совместной политики общения.

При разработке конспектов занятий следует учитывать следующие особенности:

- сложность оказания эмоционально-волевого влияния на обучающегося (суггестивные способности);
- сложность в умении определить эмоциональное состояние ребенка по его внешнему виду, жестам, мимике, движениям (перцептивные способности);
- невозможность встретиться глазами с собеседником через веб-камеру;
- сложность в пояснении словами запахов, вкуса и т.д.

Организация педагогом дистанционного обучения.

Организация педагогом дистанционного обучения строится следующим образом:

I. Разработка конспекта.

Дистанционное занятие несколько отличается от обычного рядового занятия, т.к. подача информации идет не на прямую, а через экран монитора и обучающийся получается изолирован от педагога. Все это следует учитывать при разработке конспекта.

Алгоритм разработки конспекта к дистанционному занятию:

1. Определение темы дистанционного занятия.
2. Определение типа дистанционного занятия (изучение новой темы, повторение, углубление, контроль, ликвидация пробелов в знаниях и умениях и т.д.).
3. Постановка цели занятия (относительно обучающегося, педагога, их совместной деятельности).
4. Выбор наиболее оптимальной по техническим и технологическим особенностям модели и формы дистанционного занятия.
5. Определение длительности дистанционного занятия, исходя из возрастной категории обучающихся.

II. Выбор наиболее удобного способа доставки учебного материала (раздаточного) заказчику.

С родителями (законными представителями) обговаривается заранее, каким образом им будет доставляться учебный материал к данному занятию.

Можно рассмотреть следующие варианты:

- Скачивание из методической копилки МБОУ ДО ДЮЦ и распечатка или создание его самостоятельно заказчиком.
- Самовывоз - заказчик приезжает в МБОУ ДО ДЮЦ и берёт на временное пользование готовый вариант учебного материала.

III. Подготовка методических рекомендаций для родителей (законных представителей) обучающегося к данному занятию.

Педагог самостоятельно разрабатывает методические рекомендации для родителей (законных представителей) к каждому занятию.

Методические рекомендации делятся на два типа:

- Индивидуальные - в рекомендациях педагог прописывает, в чем необходимо поупражнять или какие знания и навыки необходимо закрепить ребенку для проведения следующего занятия, и выкладывает их в личный кабинет заказчика.
- Общие – рекомендации по предварительной работе к следующему занятию. Размещаются в методической копилке МБОУ ДО ДЮЦ вместе с конспектом и дистанционным занятием в режиме offline.

IV. Проведение занятия. Анализ занятия.

После проведения дистанционного занятия педагог анализирует удалось ли достичь поставленных целей, какие при этом возникли трудности как со стороны обучающихся, родителей (законных представителей), так и самого педагога.

Практические советы проведения занятий дистанционного обучения в режиме реального времени.

Для достижения лучшего результата по дистанционному обучению в режиме реального времени, стоит придерживаться нескольких практических советов:

1. Обязательно установите личный контакт с ребёнком (улыбайтесь, обращайтесь по имени, смейтесь вместе, уберите с лица выражение усталости и заботы).
2. Старайтесь быть очень энергичным, используйте в речи больше интонационных средств, чем в обычной беседе.
3. Надевайте одежду спокойных тонов, чтобы не отвлекать внимание ребёнка.
4. Старайтесь громко, четко и внятно произносить слова, но не кричите.
5. Всегда держите рядом музыкальную игрушку или аудиозапись, чтобы привлечь внимание ребёнка в случае потери интереса.

Непрерывная длительность занятий с компьютером не должна превышать 10 мин.
 Работа на компьютере должна проводиться в индивидуальном темпе и ритме.
 Педагогу надо помочь детям выработать подходящий для них темп работы.
 Обязательным элементом здоровьесберегающей организации образовательной деятельности в соответствии с современными требованиями являются физкультминутки. Описания их содержания можно найти в рекомендациях физиологов и гигиенистов.

Гигиенические критерии рациональной организации образовательной деятельности

№	Факторы образовательной деятельности	Уровни гигиенической рациональности образовательной деятельности		
		Рациональный	Недостаточно рациональный	Не рациональный
1	Плотность образовательной деятельности	Не менее 60% и не более 75-80%	85-90%	Более 90%
2	Количество видов образовательной деятельности	4-7	2-3	1-2
3	Средняя продолжительность различных видов деятельности	Не более 10мин.	11-15 мин.	Более 15 мин.
4	Количество видов преподавания	Не менее 3-х	2	1
5	Чередование видов преподавания	Не позже, чем через 10-15 мин.	Через 15-20 мин.	Не чередуется
6	Наличие эмоциональных разрядок (кол-во)	2 – 3	1	Нет
7	Место и длительность применения средств информатизации	В соответствии с гигиеническими нормами	С частичным соблюдением гигиенических норм	В произвольной форме
8	Чередование позы	Поза чередуется в соответствии с видом работы. Педагог наблюдает за посадкой детей	Имеются случаи несоответствия позы виду работы. Педагог иногда контролирует посадку детей	Частые несоответствия позы виду работы. Познание не контролируется педагогом
9	Психологический климат	Преобладают положительные эмоции	Имеются случаи отрицательных эмоций	Преобладают отрицательные эмоции