Рекомендации родителям студентов инвалидов и ОВЗ на период дистанционного обучения в условиях самоизоляции

1. Обеспечьте своему ребенку технически оснащенное всем необходимым рабочее место для того, чтобы он имел возможность учиться дистанционно и получать информацию в полном объеме.
2. Старайтесь контролировать соблюдение режима дня ребенком. Он должен вставать и ложиться в одно и тоже время, принимать пищу тоже желательно в одно время. Спать необходимо 7-8 часов.
3. Старайтесь контролировать смену режимов труда и отдыха. В процессе обучения 30 минут работает, 10 минут отдыхает.
4. Поощряйте успехи в любых аспектах учебной или даже внеучебной деятельности ребенка.
5. В случае неудачи не обрушивайтесь с критикой на ребенка, а попытайтесь в доверительной беседе выяснить, в чем была причина неудачи и по возможности помогите исправить сделанные ошибки
6. Старайтесь больше общаться со своим ребенком, и в беседе находите возможность дать выразить ему свои чувства и эмоции. Особенно, если эти эмоции отрицательные, потому что их следует проговаривать.
7. Поощряйте общение своих детей с друзьями. Оно им очень необходимо. При этом лучше будет, если это будет общение по видеосвязи. Где у ребенка появляется возможность видеть своего друга.
8. В период самоизоляции старайтесь не нарушать ваши семейные традиции. Пусть дети продолжают принимать активное участие в ваших совместных делах. А можете придумать новые совместные дела. Особенно, если это связано с творческой деятельностью.
9. Дети, находясь в режиме самоизоляции и обучаясь дистанционно, могут испытывать состояние стресса, потому что не всегда имеют обратную связь с преподавателем, или не всегда понимают как выполнить то или иное задание, или физически устают от постоянной работы за компьютером. Поэтому их реакция может быть различной. Дети могут стать более тревожными, раздражительными и даже агрессивными. Тогда постарайтесь выяснить, с чем связаны данные изменения. Если вы сами не в состоянии помочь. Свяжитесь с мастером п/о, классным руководителем, социальным педагогом или психологом и получите помощь и поддержку.

Рекомендации студентам инвалидам и ОВЗ на период дистанционного обучения в условиях самоизоляции

1. В период соблюдения режима самоизоляции и дистанционного обучения наберитесь терпения. Понятно, что очень трудно и нудно целыми днями проводить время за компьютером и выполнять задание. Но к сожалению сложившаяся ситуация требует от нас оставаться дома.
2. Соблюдайте режим дня. Вставайте и ложитесь спать в одно и тоже время. Спать необходимо не менее 8 часов. Приемы пищи тоже должны быть в одно время.
3. Старайтесь чередовать режим труда и отдыха. Занимайтесь 30 минут, затем 10 минут перерыв. Сделайте гимнастику для глаз, а каждые 2-3 часа простые физические упражнения. А также чередуйте выполнение письменных заданий с устными или с практическими . Таким образом происходит смена деятельности и организм отдыхает.
4. Делать полученные задания необходимо поэтапно. Сначала делать домашнее задание по одному предмету. Затем по второму, третьему и т.д., переходя от простого к сложному.
5. Старайтесь поддерживать постоянную связь с вашим мастером п/о или классным руководителем для того, чтобы куратор был в курсе вашей ситуации, и в случае возникновения проблемы, своевременно ее можно было решить. (Регулярный обмен информацией через мессенджеры и чаты)
6. Старайтесь общаться со своими друзьями. При этом лучше будет, если это будет общение по видеосвязи, где ты будешь видеть друга.
7. Полезно ставить рядом с монитором что-то красивое и приятное глазу. Это будет помогать вам в борьбе с негативными эмоциями.
8. Во время учебного процесса максимально сосредоточьтесь на учебе, выключите все устройства, отключите все оповещающие службы.
9. 9. Не разрешайте себе отлынивать, ни в коем случае не позволяйте себе лениться. У вас есть расписание, следуйте ему, и у вас обязательно все получится.
10. Дистанционное обучение может стать для тебя проблемой. Если это произойдет, то надо понять, в чем она заключается. И если не получается сделать это самостоятельно, то в первую очередь обратиться за помощью к родителям, а затем к мастеру п/о, классному руководителю, социальному педагогу, психологу. И вам обязательно помогут.
11. Если по какой то причине не можете связаться с сотрудниками колледжа, а ситуация стрессовая, то можно воспользоваться телефоном доверия: 8-800-2000-122. Данный номер телефона круглосуточный, бесплатный и анонимный
12. В свободное от учебы время не забывайте про свои хобби. Очень важно заниматься тем, от чего получаешь удовольствие.

Рекомендации преподавателям для работы со студентами, имеющими инвалидность и ОВЗ на период дистанционного обучения в условиях самоизоляции

1. Используйте методы, технологии и пособия, адаптированные для восприятия студентами с различными нозологиями
2. Старайтесь поэтапно разъяснять задание
3. Продолжительность занятия должна составлять 30 минут, а потом 10-минутный перерыв.
4. Старайтесь способствовать созданию доброжелательной атмосферы, где будет развита взаимная поддержка
5. Необходимо поощрять достижения студентов относительно успехов в учебной и неурочной деятельности
6. Акцентируйте внимание на хороших оценках
7. Сведите к минимуму наказание за невыполнение задания
8. Игнорируйте незначительные нарушения в поведении
9. Проявляйте педагогический такт, создавайте ситуации успеха, своевременно оказывайте помощь каждому студенту, развивайте веру в собственные силы и возможности.