

## Рекомендации учащимся на период дистанционного обучения.

Ребята, завершилась первая неделя дистанционного обучения. Но и у вас – учеников, и у нас – преподавателей – еще масса работы. Большая нагрузка легла и на плечи ваших родителей.

Все мы неожиданно для себя и помимо нашей воли оказались в сложной ситуации. Мы – учителя и администрация – прилагаем все усилия, чтобы создать условия для осуществления учебного процесса. Это непросто: предлагаемые онлайн-платформы не были рассчитаны на обработку такого большого числа запросов; ресурсы разрознены; несмотря на то, что на разных порталах очень схожая организация учебного контента, наполняемость разная, поэтому проблематично остановиться на каком-то одном. Мы сейчас в том же положении, что и вы. И мы учимся вместе с вами.

Многое не зависит от нас, но мы не бессильны. В этой непростой ситуации особенно важно правильно организовать основной ресурс – время.

Надеюсь, что эти рекомендации вам помогут.

1. Зарегистрируйтесь на всех предложенных порталах (см., например, приложение 1), даже если вы ими не воспользуетесь, помните – чем больше благоприятных возможностей, тем больше вероятность успеха (см. раздел «Элементы теории вероятностей и математической статистики»).
2. Старайтесь не отвлекаться во время занятий, помните – каждый упущенный момент снижает число благоприятных возможностей.
3. Воспринимайте трудности не как катастрофу, а как возможность роста, помните – многое зависит именно от настроения, а преодолевая трудности мы становимся сильнее. Кроме того, вы – молодые, здоровые, с подвижным гибким умом. Поверьте – вы сейчас далеко не в худшем положении.
4. Разумно распределяйте нагрузки. Особенно сейчас уязвимы ваши глаза. Соблюдайте щадящий режим: вы вынуждены быть онлайн на занятиях, изучать источники информации, глядя на экран. Поэтому постарайтесь свести к минимуму общение в соцсетях (пусть это будут не чаты, а аудио- или видео-звонки). Постарайтесь минимизировать время, проводимое в игровых программах – с нынешней нагрузкой на зрительный анализатор вы все равно не получите от игр удовлетворения, мозг можно порадовать иначе – съешьте кусочек шоколада или поспите.

5. Старайтесь выполнять задания своевременно, помните, что прокрастинация – прямой путь к снижению благоприятных возможностей. Для повышения эффективности ведите дневник (один из вариантов см. в приложении 2).
6. Старайтесь активно работать на занятии, проявить себя. Помните – лучше ошибиться, чем ничего не сделать.
7. На онлайн-занятии, как и на обычном, нужно иметь под рукой тетрадь и письменные (а возможно и чертежные) принадлежности. Так же могут быть полезны текстовый и графический редакторы. И уж наверняка – поисковая система.
8. В любой ситуации ищите что-то позитивное. Например, многие уже прочувствовали, что занятие в чате – нелегкий процесс. Но в такой форме есть свой плюс – можно открыть чат и просмотреть все снова. А чтобы ничего важного не затерялось, можно использовать такой прием: создайте отдельный чат, где участником будете только вы, своевременно пересылайте туда важные сообщения.
9. Если вы не можете решить какую-то задачу, самое разумное – просмотреть заново тему, к которой задача относится: теорию, образцы решения. Главное – начать.
10. Используйте любую возможность, любую предлагаемую помощь. Если учитель выделяет время на консультации, не следует этим пренебрегать. На самом деле это личное время учителя, которое он готов отдать вам, чтобы вам помочь, чем не благоприятная возможность?

И помните главное: мы все стараемся для вас, так постарайтесь и вы!  
Давайте вместе сделаем все, что зависит от нас с вами!