

Как удержать внимание детей на дистанционных занятиях

Переход на дистанционное обучение позволяет отойти от традиционной классно-урочной системы и открывает новые возможности для учителей. В то же время онлайн-преподавание вызывает у педагогов много сложностей. Один из важных вопросов — как удерживать внимание детей во время дистанционных занятий и что делать, если ребенок часто отвлекается?

Нейропсихолог Яндекс.Учебника Ксения Вотякова поделилась советами, как сконцентрировать внимание учеников во время видеоурока и повысить их мотивацию.

1. Научите детей пользоваться инструментами дистанционного обучения

Если дети не поняли, как работает платформа для вебинаров или приложение с задачами, они будут часто отвлекаться на технические проблемы: поиск нужной кнопки, включение микрофона. После этого им будет сложно вернуться к содержанию урока.

Заранее расскажите ученикам, как работать с выбранной вами платформой и пользоваться нужными приложениями. По возможности выделите для этого отдельный урок — дети спокойно потренируются, а вы не будете беспокоиться о содержании.

2. Уберите отвлекающие факторы

Сделайте так, чтобы внимание учеников ничего не отвлекало. Хорошо, если вы будете вести занятия на белом, однотонном или размытом фоне, чтобы дети не пытались рассмотреть детали за вашей спиной.

Попросите родителей организовать рабочее место ребенка так, чтобы на письменном столе не было лишних предметов. Установите правило — во время онлайн-занятий должны быть закрыты все социальные сети, мессенджеры и вкладки в браузере, не касающиеся учебы.

3. Комментируйте свои действия

Проговаривайте все свои действия, которые ученики не видят. Например: «Сейчас я переключаю слайды», «Минутку, я решаю проблемы со звуком», «Не получилось включить демонстрацию экрана, сейчас попробую разобраться». Это поможет удерживать внимание детей.

4. Расскажите о том, что будет происходить на уроке

Анонсируйте тему урока. Расскажите, каких учебных целей вы хотите достичь, сколько времени будет длиться занятие, и какие будут задания. Например: «10 минут я буду рассказывать новую тему, затем мы посмотрим видео, потом вы сделаете небольшое задание в тетрадях, и в конце мы вместе решим онлайн-задание с автоматической проверкой». Так вы помогаете сформировать ожидания от занятия и распределить силы.

5. Помните об обратной связи

Чаще подводите промежуточные итоги. Обсуждайте результаты группы, подчеркивайте успехи конкретных учеников. В конце каждого урока резюмируйте, что из запланированного удалось выполнить.

Обратная связь по ходу урока помогает удерживать внимание и мотивацию, а подведение итогов структурирует работу. Это особенно важно во время дистанционного обучения. С помощью обратной связи вы компенсируете отсутствие такого фактора внешней организации учебного процесса, как звонки и перемены.

6. Привлекайте непроизвольное внимание

Непроизвольное, или пассивное, внимание — это внимание, вызванное внешними причинами, не требующее специальных усилий со стороны ребенка. Непроизвольное внимание учеников можно привлечь, например, с помощью контрастов. Используйте жестикуляцию, сделайте речь более эмоциональной, меняйте темп и громкость речи.

7. Делайте уроки разнообразными

Переход на дистанционное обучение требует предварительной подготовки, но сейчас доступно большое количество качественного обучающего контента. Включайте в урок иллюстрации, короткие видеоматериалы, обучающие квесты и дидактические онлайн-игры. Чередуйте работу с монитором и выполнение заданий на бумаге. Смена деятельности помогает удерживать внимание детей. Но при этом не забывайте структурировать деятельность, объяснять, на что направлено конкретное задание, и зачем вы смотрите видеоматериалы.

8. Сделайте запись урока

По возможности запишите урок, чтобы он был доступен для тех учеников, которые не смогли подключиться онлайн. Это отличный способ добавить в дистанционное обучение индивидуальный подход — дети могут посмотреть непонятные моменты или пройти занятие в комфортном для них темпе.

9. Помогите ученикам организовать время

Четко составленное расписание на каждый день — основной помощник для управления временем и концентрации внимания. Обсудите с родителями важность личного расписания и попросите помочь детям составить список дел на день.

Поддерживайте привычный «школьный» режим и распорядок дня. Составьте расписание уроков и отправьте его всем ученикам. За 10–15 минут до начала занятий напоминайте ребятам, что нужно подключиться к платформе и настроиться на рабочий лад.

В ежедневном списке дел обязательно должна быть двигательная активность и время, которое дети проведут по своему усмотрению.

10. Проводите гимнастику

Если ученики проводят за компьютером больше 20–30 минут, сделайте с ними короткую гимнастику для глаз или небольшие дыхательные упражнения, двигательную разминку. Чтобы дети переключились и отдохнули, задайте простые вопросы, например: «Что вы

видите за окном?», «Какие звуки вы сейчас слышите?» «Что вам больше всего запомнилось из вчерашнего занятия?».

11. Выдавайте задания дозированно

Не все дети могут сами планировать, сколько заданий нужно делать каждый день, чтобы сдать их через неделю. Большое количество заданий пугает, и даже самые организованные дети могут опустить руки.

Группы риска при дистанционном обучении — это, во-первых, дети со слабо развитыми регуляторными функциями, неусидчивые и импульсивные, и, во-вторых, ученики с невысокой учебной мотивацией. Таким ребятам особенно важно включение в урок интересного контента и смена деятельности. Уделяйте ученикам внимание и хвалите даже за небольшие достижения.

Научные исследования [доказывают](#), что школьники, обучающиеся дистанционно, могут добиться тех же академических успехов, что и при традиционной очной форме.

Главное:

1. Организовать процесс обучения — расставить цели, расписание и сроки выполнения.
2. Использовать разные форматы работы и способы подачи учебного материала.
3. Наладить обратную связь с учениками.

10.04.2020

Педагог-психолог

О.В. Офлиди

(Из рекомендаций Нейропсихолога Ксении Вотяковой . Яндекс учебника)

**Памятка для педагогов-психологов
по организации сопровождения обучающихся
с расстройствами аутистического спектра
в условиях перехода на обучение в дистанционном режиме**

Переход с очной формы обучения на обучение в дистанционном режиме сопровождается серьезными изменениями в жизни ребенка с расстройствами аутистического спектра (далее – РАС). В связи характерными особенностями развития детей с РАС, проявляющимися в стереотипности поведения и склонности к сохранению установленного жизненного порядка, ситуация изменения формы обучения может вызывать у них сильный дискомфорт и дезадаптацию. Это, в свою очередь, будет препятствовать освоению адаптированной основной общеобразовательной программы. Преодоление этих сложностей возможно путем создания специальных условий обучения в домашней среде и организации психолого-педагогического сопровождения в изменившейся ситуации.

Важнейшим направлением работы психолога в случае перехода учащегося на дистанционное обучение является оказание помощи в адаптации к новым условиям. В зависимости от возраста и уровня развития ребенка данная работа может быть проведена различными способами и в разных формах.

У обучающихся начального школьного возраста, а также у учащихся более старшего возраста со сниженным интеллектом работа по адаптации проводится в значительной степени посредством родителей. Педагог-психолог в данном случае является наставником или супервизором. Его первоначальной задачей становится информирование родителя по вопросам организации обучения в домашних условиях. Основными тематиками консультирования являются:

- способы адаптации среды (зонирование пространства, его обедненность, использование визуальных подсказок, ограничение пространства с постепенным его расширением, использование специального сенсорного оборудования);
- подбор способов мотивации ребенка к учебной деятельности;
- формирование учебного поведения в домашних условиях;
- способы преодоления нежелательного поведения;
- выстраивание взаимоотношений с ребенком в новой роли («родитель-учитель», «родитель-тьютор»).

На уровне основного и среднего общего образования при сохранном интеллектуальном развитии обучающегося работа по его подготовке к обучению в дистанционном режиме может осуществляться непосредственно педагогом-психологом в режиме онлайн. При работе в данном направлении могут применяться следующие методы: социальные истории, видеомоделирование, визуальные сценарии, беседа.

Показателями успешной адаптации ребенка являются:

- принятие и выполнение новых правил поведения в ситуации дистанционного обучения;
- соблюдение установленного режима дня;
- выполнение заданий в специально организованном рабочем месте;
- следование визуальному расписанию занятий;
- выполнение заданий под руководством родителя или при его поддержке в качестве тьютора;
- взаимодействие с педагогом в режиме онлайн (выполнение инструкций, заданий, ответы на вопросы);

По завершению у учащегося адаптационного периода при организации дистанционного режима обучения необходимо определить дальнейшие цели

психологической работы, которые в новых сложившихся условиях могут сильно отличаться от запланированных ранее.

При разработке индивидуальной программы коррекционной работы в части психологического сопровождения важно обеспечить необходимую поддержку учебного процесса, а также выбирать цели по формированию отдельных функциональных навыков, необходимых для повседневной жизни. При необходимости поддержки процесса обучения психолог участвует в проведении уроков в режиме онлайн, осуществляет наблюдение за организацией процесса обучения и разрабатывает рекомендации для учителя и родителя по развитию навыков, необходимых для обучения, и преодолению трудностей в обучении, характерных для учащихся с РАС. Как правило, такие рекомендации включают следующие тематики:

- дополнительное структурирование процесса обучения;
- подбор мотиваторов для повышения интереса к учебной деятельности и эффективного формирования учебных навыков;
- применение методов визуальной поддержки (наглядные схемы организации рабочего места; схемы последовательности подготовки к уроку; алгоритмы подбора необходимых для выполнения определенной деятельности учебных материалов; последовательности выполнения отдельных учебных действий; визуальное расписание занятий или распорядка дня).

При работе над жизненными компетенциями в условиях обучения в дистанционном режиме приоритетными становятся задачи по формированию социально-бытовых навыков (самообслуживание и бытовая ориентировка), навыков времяпрепровождения и досуговых навыков (расширение интересов ребенка и видов деятельности), а также совместных игровых навыков с другими членами семьи.

При постановке целей психологической работы важно учитывать возраст и уровень развития детей, в зависимости от которых будут меняться как содержание, так и способы работы. При работе с детьми с выраженными аутистическими нарушениями реализация целей программы индивидуальной коррекционной работы будет осуществляться преимущественно родителем под дистанционным наблюдением и супервизией педагога-психолога. При работе с детьми с менее выраженными аутистическими нарушениями акцент смещается на непосредственную коррекционную онлайн работу психолога с ребенком.

На первом этапе непосредственной работы психолога с ребенком в режиме онлайн осуществляется отработка элементарных социально-коммуникативных навыков: совместное внимание, визуальный контакт со специалистом, навыки простейшей имитации, выполнение каких-либо действий в присутствии педагога в режиме онлайн, выполнение простых инструкций.

Для детей с более высоким уровнем развития и менее выраженными расстройствами аутистического спектра диапазон формируемых навыков расширяется. В дистанционном онлайн режиме может проведена работа по формированию широкой группы коммуникативных диалоговых навыков, навыков совместной онлайн игры, понимания эмоций, модели психического, высших психических функций, когнитивных навыков. Важно обеспечить своевременный переход от индивидуальной работы в формате психолог-ребенок к работе в мини-группе в дистанционном режиме.

Таким образом, психологическая поддержка обучающихся с РАС в условиях дистанционного обучения направлена на их адаптацию, освоение адаптированной основной общеобразовательной программы и социальное развитие путем формирования жизненных компетенций и преодоления имеющихся социально-коммуникативных дефицитов. В отличие от очной формы обучения в ситуации дистанционного обучения могут меняться конкретные приоритетные цели работы и способы их достижения.