Психолого-педагогические рекомендации для студентов по организации дистанционного обучения

- **Изучите расписание.** Заранее ознакомьтесь с расписанием учебных занятий, выделяя те предметы, с которыми могут возникнуть трудности и более легкие для вас учебные дисциплины. Разместите расписание в рабочем пространстве комнаты.
- **Изучайте материалы систематически.** Продуктивность учебного процесса напрямую зависит от регулярности занятий. Усвоение учебного материала будет проходить гораздо проще, если выполнять задания систематически. Намного труднее справится с большим объемом домашних заданий, отложенных в долгий ящик.
- **Составьте индивидуальный план.** Составьте для себя график выполнения заданий, чтобы своевременно сдавать проверочные работы. Так вы сможете эффективно организовать учебный процесс, не упустив из виду важные детали.
- **Применяйте знания на практике.** Старайтесь как можно чаще применять полученные знания в период дистанционного обучения на практике. Это позволит осознать их важность для решения профессиональных задач.
- **Организуйте рабочее пространство.** Уберите со стола все лишнее, подготовьте только те материалы, которые понадобятся для выполнения заданий. Мобильный телефон следует отложить до перерыва.
- **Установите режим дня.** Запланируйте свой день с учетом индивидуальных особенностей и биоритмов организма. Для полноценного функционирования организма необходим здоровый сон (7-8 часов), правильное питание, физические нагрузки.
- **Не забывайте об отдыхе.** Старайтесь соблюдать баланс между учебными нагрузками и отдыхом. Используйте время рационально и не забывайте отдыхать. Отнеситесь к этому совету серьезно и постарайтесь избегать переутомления.
- **Сохраняйте положительный эмоциональный настрой.** Обратите внимание на свое эмоциональное состояние. На первых этапах дистанционного обучения, может сложиться представление, что это непосильная задача. В этот период особенно важно не падать духом, ведь успех в обучении напрямую зависит от вашего отношения к выполняемой деятельности.
- **Общайтесь с преподавателями и другими студентами.** Общение с другими студентами позволяет расширять знания и обмениваться интересными идеями. При этом если у вас возникнут сложности в освоении материалов, не стесняйтесь попросить совет или задать вопрос преподавателю.
- **Поддерживайте связь с куратором группы. Это** позволит вам получать актуальную информацию о процессе обучения, поможет успешно адаптироваться к условиям дистанционного обучения.
- **Соблюдайте этикет интернет - переписки.** Отправляйте выполненные задания преподавателю в дневной период, ограничьте отправку сообщений в вечернее время. В переписке соблюдайте правила этикета, используйте деловой стиль общения.
- **Делитесь успехами, достижениями, возникающими трудностями с родителями.** Намного легче справляться с трудными жизненными ситуациями благодаря поддержке близких. Они всегда готовы выслушать, придти на помощь, помочь советом и поделиться опытом.