

ԻՆՉՊԵՍ ԽԹԱՆԵԼ ԵՐԵԽԱՅԻ ՆԵՐԱՌՈՒՄԸ ՀԵՌԱՎԱՐ ՈՒՍՈՒՅՄԱՆ ՄԵՋ

Խորհուրդներ ծնողներին

Մեթոդական ուղեցույց
Ձեռնարկ



unicef 

յուրաքանչյուր երեխայի համար

Սույն ձեռնարկը ստեղծվել է ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի աջակցությամբ: Ներկայացված տեսակետները պատկանում են հեղինակներին և պարտադիր չէ, որ արտահայտեն ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի տեսակետները և քաղաքականությունը: ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ն աշխատում է, որպեսզի Հայաստանում յուրաքանչյուր երեխա լինի սիրված, սնված և խնամված:

Հիմնվելով 75-ամյա միջազգային փորձի և Հայաստանի երեխաների համար 25 տարվա հաջողությունների վրա՝ ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ը պարտավորություն է ստանձնում բարելավելու ամենախոցելի՝ աղքատության և մեկուսացման մեջ ապրող երեխաների կյանքը:

Ստեղծման պահից ի վեր՝ ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ն ամբողջությամբ ֆինանսավորվում է անհատների, մասնավոր հատվածի, հիմնադրամների և կառավարությունների կամավոր նվիրատվություններով:

Հայաստանում ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի գործունեությանը ծանոթանալու համար այցելեք www.unicef.am և www.babycef.am կայքերը:

ԻՆՉՊԵՍ ԽԹԱՆԵԼ ԵՐԵԽԱՅԻ ՆԵՐԱՌՈՒՄԸ ՉԵՌԱՎԱՐ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ՄԵՋ

Խորհուրդներ ծնողներին

Մեթոդական ուղեցույց
Ձեռնարկ



Ինչպես խթանել ներառումը հեռավար ուսուցման պայմաններում:
Խորհուրդներ ծնողներին: Մեթոդական ուղեցույց: Ձեռնարկ - Եր.:
Հանրապետական մանկավարժահոգեբանական կենտրոն, 2021 -
46 էջ

Ձեռնարկը հրատարակության է երաշխավորվել ԿԳՄՍ Նախարարության կողմից

Ձեռնարկը հրատարակության է երաշխավորվել Խ.Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարանի հատուկ և ներառական կրթության ֆակուլտետի գիտական խորհրդի կողմից

Մասնագիտական խմբագիր՝ մ.գ.թ., դոցենտ Սվաջյան Ա.Յ.

Գրախոսներ՝

մ.գ.թ., դոցենտ Ազատյան Թ.Յու.
հ.գ.թ. Մանուկյան Ա.Տ.

Հեղինակներ՝

Սվաջյան Ա.Յ.
Ադամյան Յ.Ա.
Գարեգինյան Ա.Ա.
Հակոբյան Լ.Գ.
Մարգարյան Լ.Յ.

Լուսանկարների հեղինակ՝

Ադամյան Յ.Ա.

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

4 ՆԱԽԱԲԱՆ

7 ՄԱՍ 1.

Խելամիտ պահանջներ սովորողների և
Նրանց ընտանիքների
համար

16 ՄԱՍ 2.

Ինչպես կազմակերպել հեռավար
ուսուցումը տան պայմաններում

26 ՄԱՍ 3.

Ինչպես աջակցել երեխային ազատ
ժամանակի պլանավորման, ժամանցի
կազմակերպման և իրականացման
գործընթացում

30 ՄԱՍ 4.

Ինչ կարող են անել ծնողները, երբ իրենց
երեխան հեռավար ուսուցման ընթացքում
դրսևորում է անցանկալի վարք

36 ՄԱՍ 5.

Ինչպես աջակցել երեխայի հոգեկան և
հուզական առողջությանը ԶՈՎԻԴ-19
համավարակի պայմաններում

40 ՄԱՍ 6.

Ինչպես վերադառնալ դպրոց
համավարակի պայմաններում

44 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԱԽԱԲԱՆ

Հեռավար ուսուցման մարտահրավերները

Արտակարգ դրության պայմաններում՝ պայմանավորված այս կամ այն հիվանդություններով, ինչպես նաև այլ չնախատեսված հանգամանքներով, կարող է անհրաժեշտություն առաջանալ ժամանակավորապես կրթությունը կազմակերպել հեռավար ձևաչափով՝ կտրվելով դպրոցի ֆիզիկական միջավայրից:

ՔՈՎԻԴ-19 համավարակն ամբողջ աշխարհում տակնուվրա է արել բոլոր ընտանիքների կյանքը: Հաշված օրերի ընթացքում այն վերափոխեց մեր ամբողջ կրթական համակարգը և դրան մասնակից տարբեր կողմերին ներկայացվող պահանջները: Անցումը հեռավար ուսուցման մոդելին միայն մեկն էր այն փոփոխություններից, որին ընտանիքները ստիպված էին հարմարվել՝ առանց որևէ նախազգուշացման և նախապատրաստման: Եվ, չնայած որ դպրոցների դռները ֆիզիկապես փակվել էին, այնուամենայնիվ դասավանդումն ու ուսումնառությունը շարունակվում էր: Սա նշանակում է, որ ծնողները ստիպված էին ավելի շատ ուշադրություն դարձնել երեխաների կրթությանը, օգնել և աջակցել նրանց այդ գործընթացում [7]:

Այո, դպրոցները փակվել են, երեխաները սովորում են տանից՝ հեռու մնալով իրենց սիրելի ուսուցիչներից և դասընկերներից: Երեխաների համար սա իսկապես չափազանց բարդ է, իսկ ծնողների համար՝ էլ ավելի, քանի որ ոչ միայն փոխվում է կրթության կազմակերպման միջավայրը, այլև փոխվում են ուսուցման գործընթացի իրականացման միջոցներն ու ձևերը:

Այս բոլոր մարտահրավերները կարող են փոփոխել երեխայի վարքագիծը: Վարքը կարող է արտահայտել երեխայի կարիքները, ինչպես նաև հանդիսանալ որևէ խնդրի դիմադրելու միջոց, որը, ըստ երևույթին, լուծում չի ստացել: Երեխաներն ավելի հաճախ հակված են իրավիճակին ոչ համապատասխան վարք դրսևորել, քանի որ այս կերպ նրանք մեծահասակներից ավելի արագ են արձագանք ստանում: Շատ ծնողների այս հանգամանքն անհանգստացնում է, քանի

որ նրանք հաճախ չեն հասկանում բացասական վարքագծի պատճառները: Ծնողների մոտ լարվածություն է առաջացնում նաև հեռավար կրթության պայմաններում նրանց պատասխանատվության մասնաբաժնի մեծացումը, քանի որ տան պայմաններում նրանք ոչ միայն պետք է հետևեն որպեսզի երեխան լիարժեք մասնակցություն ունենա դասերին, այլ նաև հաճախ պետք է աջակցեն երեխային տեխնիկայի կիրառման ժամանակ ծագած խնդիրները լուծելու կամ դասերի ժամանակ կիրառվող համակարգչային ծրագրերից օգտվելու հարցերում: Բնականաբար, ծնողներից շատերը կարծում են, որ պատրաստ չեն հեռավար ուսուցմանը: Նրանց մոտ հարցեր են առաջանում այն մասին, թե արդյոք կարող են ինքնուրույն կրթել իրենց երեխային, կարող են արդյոք ճիշտ կազմակերպել ժամանակը և այլն: Բնականաբար, երեխաներին կրթության գործընթացում ներառելու համար մեծ ջանքեր են պահանջվում ոչ միայն ուսուցիչներից, այլև ծնողներից [21]:

Սույն ձեռնարկը մշակվել է «Մանկավարժահոգեբանական աջակցության ցուցաբերումը ԶՌԿԻԴ-19 համավարակի ընթացքում» ծրագրի շրջանակներում և ուղղված է տան պայմաններում իրենց երեխաների կրթությանն աջակցող բոլոր ծնողներին, այդ թվում նաև կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաների ծնողներին:

Ձեռնարկում մատչելի լեզվով ներկայացված է, թե ինչ պայմաններ կարող են ստեղծել ծնողները, որպեսզի խթանեն իրենց երեխաների ներառումը հեռավար ձևաչափով կազմակերպված դասերին և պարապմունքներին: Ձեռնարկի մյուս հիմնարար հատվածը վերաբերվում է կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաների նախապատրաստմանը հեռավար ուսուցման, ինչպես նաև այդ պայմաններում նրանց հոգեկան առողջության և հուզական կայունության պահպանմանը: Այս բաժինն էլ ավելի է կարևորվում ներկայիս ԶՌԿԻԴ-19 համավարակի պայմաններում, որը լրացուցիչ ազդեցիկ գործոն է երեխայի հոգեկան առողջության համար:

Ձեռնարկում առանձին գլուխներով ներկայացված են նաև ցուցումներ, որոնք կօգնեն այն ծնողներին, ում երեխաները հեռավար ուսուց-

ման ընթացքում բացասական վարքագիծ են ցուցաբերում, ինչպես նաև տան պայմաններում երեխաների ազատ ժամանակի պլանավորմանն ուղղված խորհուրդներ:

Ձեռնարկի բոլոր բաժինները հագեցած են բազմաթիվ հուշումներով և գործնական առաջարկներով, ներառում են ինչպես տեսական տեղեկություններ, այնպես էլ կիրառական խորհուրդներ: Հենվելով այդ գործնական հուշումների վրա՝ ծնողը կարող է էականորեն բարձրացնել երեխայի մասնակցությունը հեռավար ուսուցմանը:

Սիրելի՛ ծնողներ,

հետևելով ստորև ներկայացված խորհուրդներին՝

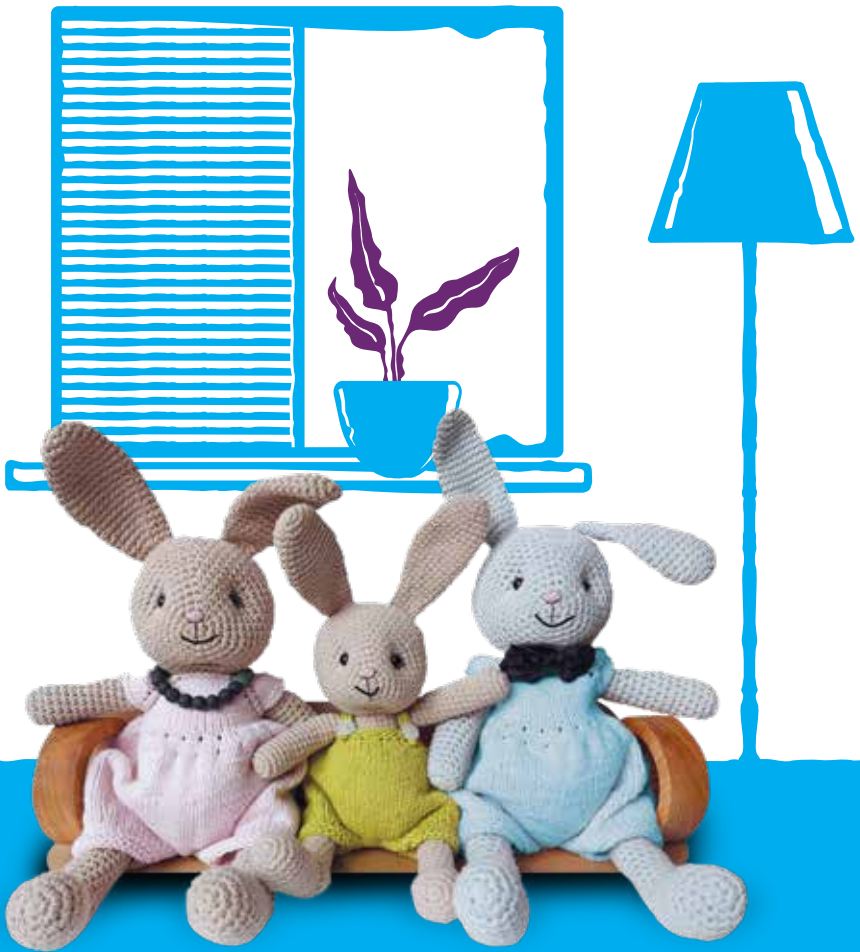
Դուք կարող եք կազմակերպել և աջակցել

Ձեր երեխայի կրթությանը՝

ապահովելով դրա շարունակականությունն

ու անընդհատությունը:





ՄԱՍ 1

ԽԵԼԱՄԻՏ ԴԱՅԱՆՁՆԵՐ
ՍՈՎՈՐՈՂՆԵՐԻ ԵՎ ՆՐԱՆՑ
ԸՆՏԱՆԻՔՆԵՐԻ ԳԱՄԱՐ

Վերջին շրջանում համավարակով պայմանավորված կրթական համակարգը կտրուկ փոփոխությունների է ենթարկվում և ուսուցման գործընթացը տարբերվում է նախկինից: Այժմ, քանի դեռ մենք փորձարկում ենք հեռավար կրթությունը ճգնաժամային պայմաններում, ուսուցման գործընթացը բարդ է ոչ միայն ուսուցիչների, այլև աշակերտների և նրանց ընտանիքների համար: Այս ամենը ստիպում է կրթական գործընթացի բոլոր մասնակիցներին իրենց առջև դնել միայն խելամիտ պահանջներ:

Այս պահին Դուք՝ որպես ծնող, առավել անհանգստացած եք Ձեր երեխայի կրթական առաջընթացով, սակայն հեռավար ուսուցման դեպքում, բավարար ժամանակ հատկացնելով երեխային և անմիջական մասնակցություն ունենալով կրթական գործընթացին՝ Ձեր և Ձեր երեխայի հաջողություններն ավելի ակնհայտ և շոշոփելի կլինեն: Երեխայի կարիքները հասկանալու միակ ճանապարհն այն է, որ Դուք իմանաք, թե ինչպես է գործում հեռավար ուսուցումը: Առցանց և հեռավար ուսուցման տարբերակները կարող են դժվարամատչելի և բարդ թվալ, սակայն ստորև ներկայացված խորհուրդները, ցուցումներն ու առաջարկությունները կարող են օգնել Ձեզ հաղթահարել իրավիճակային դժվարությունները և ավելի վստահ առաջ շարժվել հեռավար ուսուցման պայմաններում [19]:

8

Դուք ծնողն եք, ոչ թե ուսուցիչը

Հեռավար ուսուցումը Ձեր կատարած ընտրությունը չէ: Հեռավար ուսուցման ընթացքում Ձեր երեխան ուսուցիչ ունի: Որպես ծնող Դուք կարող եք օգնել երեխային ընդունել նոր իրավիճակը, հարմարվել նոր օրակարգին, ինչպես նաև տրամադրել համապատասխան տարածք և ժամանակ, որը նա պետք է օգտագործի իր ուսուցչի կողմից իրականացվող դասերին մասնակցելու և մշակված առաջադրանքները կատարելու համար [10]:

Կապ հաստատեք դպրոցի հետ

Խոսեք ուսուցիչների, մանկավարժահոգեբանական աջակցության ծառայություն մատուցող մասնագետների կամ ղեկավարների հետ, ճշտեք իրենց հետ կապ հաստատելու հարմար տարբերակները

(Էլեկտրոնային փոստ, հեռախոս և այլն) և ժամերը: Ուսուցիչներից և մանկավարժահոգեբանական աջակցության ծառայություն մատուցող մասնագետներից պարզեք, թե ինչ է անհրաժեշտ հեռավար կրթության արդյունավետ կազմակերպման համար, ինչ տեխնիկական միջոցներ և էլեկտրոնային հարթակներ կարելի է կիրառել: Երեխայի ուսուցումն առավել արդյունավետ կազմակերպելու նպատակով, տեղեկացրեք նրանց Ձեզ և Ձեր երեխային հասանելի թվային սարքերի առկայության կամ դրանց բացակայության մասին. երեխան չպետք է իրեն մեկուսացված զգա որոշ թվային սարքերի կիրառման հետ կապված դժվարություններ ունենալու պահանջով: Համոզվեք, որ դուք և Ձեր երեխան ունեք գործող էլեկտրոնային հասցե և հնարավորություն՝ օգտվելու դպրոցի կողմից ուսուցման նպատակով կիրառվող էլեկտրոնային հարթակներից (Zoom, Google classrom, Microsoft Teams և այլն) [9]:

Համագործակցեք դպրոցի հետ

Յուրաքանչյուր ուսուցիչ վերլուծական անդրադարձ է կատարում իր կողմից իրականացված աշխատանքներին: Նրանք դա իրականացնում են՝ հաշվի առնելով սովորողների կարողությունները, հմտությունները, առանձնահատկությունները և կրթական պահանջմունքները: Այս ամենը հնարավորություն է տալիս նրանց հասկանալու, թե ինչ ձևաչափով կարելի է աշխատել երեխայի հետ, անհրաժեշտ է արդյոք ավելացնել կամ պակասեցնել առաջադրանքները, հարմարեցնել, պարզեցնել կամ կրկնել ուսուցանվող նյութը:

Հեռավար ուսուցման ժամանակ, ուսուցիչների կողմից սովորողների դիտարկում իրականացնելու հնարավորությունները սահմանափակ են [9]: Այդ իսկ պատճառով, Դուք պետք է անընդհատ կապի մեջ լինեք ուսուցիչների հետ, տեղեկացնեք նրանց երեխայի հաջողությունների և ձեռքբերումների մասին, ներկայացնեք դասերի հետ կապված դժվարությունները, եթե դրանք առկա են: Իմանալով այս ամենի մասին՝ ուսուցիչը կարող է լրացուցիչ իրահանգներ տալ և ուղղորդել Ձեզ հեռավար ուսուցման ընթացքում երեխային աջակցելու և խրախուսելու հարցում [19]:



Մի անտեսեք մանկավարժահոգեբանական աջակցության ծառայությունները

Կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխայի հեռավար ուսուցման գործընթացում պետք է ապահովել նրա հավասարաչափ մասնակցությունն ինչպես դասապրոցեսին, այնպես էլ՝ աջակցող մասնագետների կողմից տրամադրվող մանկավարժահոգեբանական աջակցության ծառայություններին: Կրթության արդյունավետ կազմակերպման և իրականացման գործընթացում դրանք երկուսն էլ կարևոր են և չեն փոխարինում մեկը մյուսին: Հիշեք, որ համագործակցությունը և շարունակական կապը Ձեր երեխային աջակցության ծառայություններ մատուցող մասնագետների հետ ևս շատ կարևոր է [4]:

Համբերատար եղեք

Հեռավար կրթության այս գործընթացն իրականացվում է տեղեկատվական տեխնոլոգիաների և հեռահաղորդակցության սարքերի միջոցով: Պետք է ընդունել, որ ինչպես ուսուցիչների, այնպես էլ սովորողների և նրանց ծնողների համար այս գործիքների կիրառումը կրթության կազմակերպման և իրականացման գործընթացում բոլորովին նոր է, ուստի ամեն ինչ կատարյալ լինել չի կարող: Այնուամենայնիվ, Ձեր երեխայի ուսուցիչները հասանելի են Ձեր հարցերին պատասխանելու և մտահոգություններին արձագանքելու համար [23]:

Ճկուն եղեք Ձեր երեխաների կարիքներին արձագանքելիս

Եթե գտնում եք, որ երեխան շեղվում է ուսուցման ընթացքից, հիասթափվում է կամ անավարտ է թողնում աշխատանքներն, ապա թույլ տվեք նրան ընդմիջում անել: Մի փոքր հանգստանալուց հետո, երեխան ավելի կենտրոնացած կշարունակի աշխատել [11]:

Համբերատար եղեք, եթե երեխան վատ վարք է դրսևորում

ԶՈՎԻԴ -19 համավարակի ընթացքում իրականացվող հեռավար ուսուցումը նոր մարտահրավերներ է ստեղծել բոլոր ընտանիքների համար: Անցումը հեռավար կրթության, մեկուսացումն ընկերներից,

անկանխատեսելի փոփոխություններն առօրյայում և մտահոգություններն ապագայի վերաբերյալ կարող են երեխայի մոտ բացասական վարքի դրսևորման պատճառ դառնալ: Այս ընթացքում երեխան պայքարում է, որպեսզի ճանապարհներ գտնի՝ վերահսկելու համար իրեն շրջապատող միջավայրը: Եթե երեխան անսովոր վարքագիծ է դրսևորում, ապա անհրաժեշտ է հասկանալ, թե կոնկրետ ինչն է պատճառը: Եթե Դուք չեք կարողանում հստակ հասկանալ երեխայի կարիքները, ինքնուրույն ելքեր գտնել և հաղթահարել այդ խնդիրները, ապա դիմեք դպրոցի անձնակազմի օգնությանը [4]:

Օգտագործեք Ձեր առօրյան և կենցաղը՝ սովորելու նպատակով

Որևէ նոր բան սովորելու կամ արդեն ձեռք բերված գիտելիքներն ամրապնդելու համար Դուք կարող եք օգտագործել Ձեր կենցաղը: Միասին որևէ բան թխելը կամ եփելը կարող է օգնել ամրապնդել մաթեմատիկական գիտելիքները, ընթերցանությունը, ինչպես նաև երեխայի մոտ ձևավորել համբերատարություն: Անհրաժեշտ է երեխային բացատրել, թե նա ինչ անելիքներ ունի: Երեխային տվեք հստակ հանձնարարություն, թե ինչպես նա կարող է ինքնուրույն կազմակերպել իր զբաղվածությունը հետագա 30 րոպեների համար, կամ ավելի շատ, ինչը կարող է մեծապես խթանել նրանց ժամանակի ընկալումը:

Ինչպիսին էլ որ լինի իրավիճակը, միշտ հիշեք, որ որևէ կետում ամեն ինչ վերադառնալու է սովորական գրաֆիկին: Համբերատար եղեք Ձեր երեխայի, դպրոցի անձնակազմի և ինքներդ Ձեր նկատմամբ [19]:

Մի անտեսեք խաղը

Խաղը գործունեության մի տեսակ է, որը կարող է զբաղեցնել երեխային, զվարճացնել, ոգեշնչել, հետաքրքրություն առաջացնել տարաբնույթ առարկաների և երևույթների նկատմամբ և որ ամենակարևորն է՝ նպաստել նրա զարգացմանը: Այն հնարավորություն է տալիս երեխայի մոտ ձևավորել և զարգացնել համագործակցային հմտությունները, երևակայությունը, տարբեր իրավիճակներից ելքեր գտնելու, ընտրություն կատարելու կարողությունը և շատ այլ

հմտություններ: Համավարակի պայմաններում, երբ կան որոշ սահմանափակումներ, երեխայի ակտիվ խաղային գործունեությունը նվազում է: Դուք որպես ծնող պետք է խթանեք երեխայի խաղը և մասնակից դառնաք դրան:

Կան բազմաթիվ սեղանի խաղեր և թղթախաղեր, որոնք Դուք կարող եք կիրառել երեխայի ուսուցման գործընթացում: Այդ խաղերի հիմքում ընկած են գրագիտության, սոցիալական շփման, մաթեմատիկական և շատ այլ հմտությունների զարգացումը: Նմանօրինակ խաղերը հնարավորություն կտան Ձեզ խաղային գործունեությանը մասնակից դարձնել ընտանիքի մյուս անդամներին՝ քույրերին, եղբայրներին և այլն, դրանով իսկ խթանելով նաև հաղորդակցումն ընտանիքի բոլոր անդամների միջև: Կառուցողական խաղերի կիրառումը կնպաստի երեխայի մտածողության և երևակայության, համատեղ գործողություններ կատարելու և համագործակցելու կարողության զարգացմանը: Դերային խաղերը կնպաստեն երեխայի սոցիալական հմտությունների ձևավորմանն ու զարգացմանը, ինչպես նաև հնարավորություն կտան Ձեզ ավելի մատչելի կերպով ներկայացնել երեխային ստեղծված համավարակային իրավիճակը:

Ցանկացած խաղ ընտրելիս անպայման հաշվի առեք Ձեր երեխայի հետաքրքրությունները, նախասիրությունները, կարողություններն ու հմտությունները:

12



Չարգացրեք զգայական ընկալումը

Կորոնավիրուսի համավարակը տակնուվրա է արել բոլոր սովորողների առօրյան: Այն խնդիրներ է ստեղծել հատկապես կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող այն սովորողների համար, ովքեր ունեն զգայական տեղեկատվության ընկալման և վերլուծության հետ կապված դժվարություններ [16]: Որպեսզի կարողանան արդյունավետ գործել առօրյա կյանքում, նրանք ունեն դպրոցի, դպրոցական համայնքի և կանոնավոր տրամադրվող մանկավարժահոգեբանական աջակցության ծառայությունների կարիքը: Տանն այնպիսի զգայական տարածքի և զգայական գործիքների ստեղծումը, որոնք կհիշեցնեն երեխային դպրոցում տրամադրվող աջակցության մասին, կարող են օգնել նրան այս անցումային շրջանում, նպաստել առաջացած խոչընդոտների հաղթահարմանը և դուրս բերել կորոնավիրուսային ճգնաժամից: Սենսորային գործիքները, հնարավորություն են տալիս երեխային սպառել կամ ուղղորդել կուտակված էներգիան, բավարարել զգայական կարիքները, հանդարտվել և կենտրոնանալ: Տան պայմաններում զգայական գործիքներ ստեղծելը բարդ գործընթաց չէ [17]:

- Դուք հեշտությամբ կարող եք ստեղծել զգայական զամբյուղ (արկղ): Այն պետք է լցված լինի տարաբնույթ առարկաներով, որոնք խթանում են 5 զգայություններից մեկը կամ մի քանիսը, թույլ են տալիս միևնույն ժամանակ և՛ հանգստանալ, և՛ ուսումնասիրել: Նման զամբյուղներ կամ արկղիկներ կարող եք ստեղծել՝ դրանց մեջ, օրինակ կոճակներ, բամբակե գնդիկներ, լոբի, բրինձ կամ ոսպ լցնելով:
- Տնային պայմաններում կարող եք պատրաստել տարբեր կալցունության ծեփոններ՝ օգտագործելով ալյուր, ձու, հեղուկ օճառ և ձեռքի տակ եղած այլ նյութեր [17]:



Ապահովեք համապատասխան ուսումնական միջավայր

Առանձնացրեք տան այն հատվածը, որը երեխայի համար կդառնա ուսումնական միջավայր: Ապահովեք այնտեղ գույքի հարմարավետ դասավորվածություն, համապատասխան լուսավորություն, ուսումնական նյութերի առկայություն: Երեխաների համար կարող է դժվար լինել կենտրոնանալ դպրոցական առաջադրանքների վրա տան պայմաններում: Ուսումնառության գործընթացից շեղվելու հավանականությունը նվազագույնի հասցնելու նպատակով երեխայի համար ուսումնական միջավայր առանձնացնելիս ընտրեք տան առավել հանգիստ հատվածը, որտեղ ոչ ոք և ոչինչ չի խանգարի երեխային կենտրոնանալ ուսուցման վրա: Ուսումնառության գործընթացի ժամանակ անջատեք բոլոր շեղող սարքերը, տարածքն ազատեք երեխային հետաքրքրող և ուսուցման մեջ այդ պահին չօգտագործվող պարագաներից, խաղերից և այլ իրերից [23]:

Ընտրեք երեխային հարմար աշխատանքային Էկրան

Հնարավորության դեպքում երեխային տրամադրեք մեծ Էկրան ունեցող թվային սարքեր և հետևեք որպեսզի նա բավարար հեռավորություն պահպանի Էկրաններից. աչքերի և Էկրանի միջև հեռավորությունը պետք է լինի 50-60սմ, երեխայի հայացքը պետք է ուղղված լինի Էկրանի կենտրոնին, իսկ Էկրանը պետք է լինի աչքերի հորիզոնական գծից ներքև՝ 20-30° անկյան տակ: Հստակեցրեք տարբեր տեսակի Էկրանների առջև երեխայի գտնվելու ժամանակահատվածը, մշակեք կանոնակարգ [10]:

Սահմանեք օրվա ռեժիմ

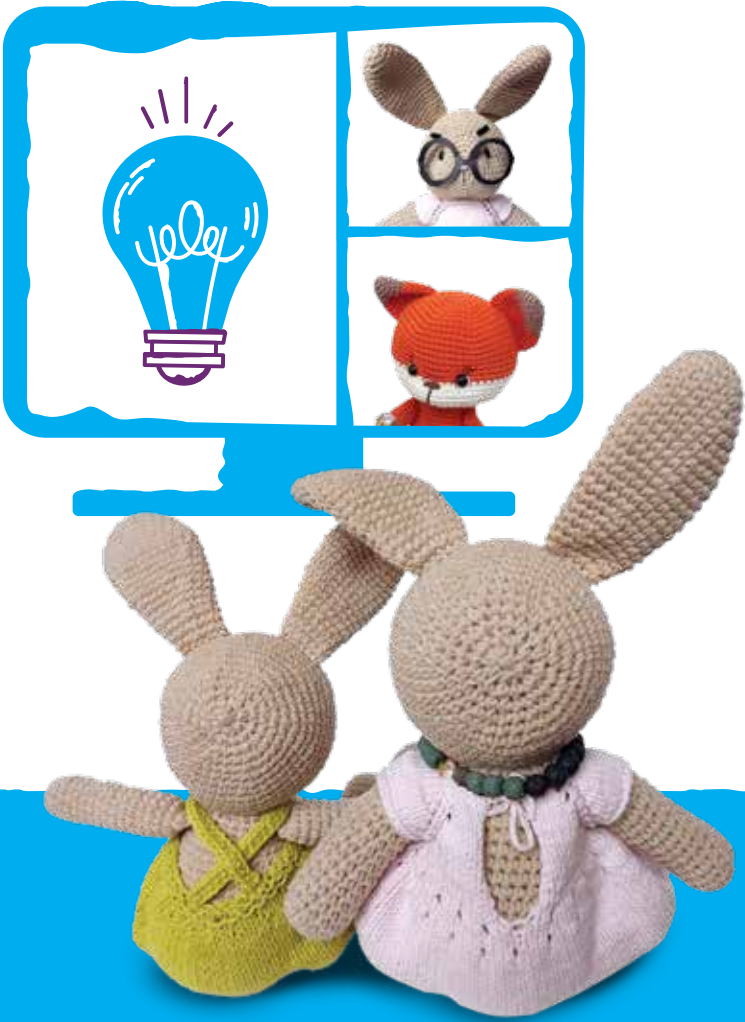
Համավարակը կտրուկ փոխել է երեխաների կենցաղը: Նրանք չեն գնում դպրոց, չեն տեսնում իրենց ընկերներին և ուսուցիչներին, չեն մասնակցում կանոնավոր արտադասարանական միջոցառումների: Երեխայի հետ միասին մշակեք առօրյայում իրականացվող գործողությունների պլան, դա կօգնի նրան ապահովության զգացում ունենալ: Երեխան դրական է արձագանքում սովորական դպրոցական առօրյայի կրկնօրինակմանը՝ ամեն օր մինևույն ժամին արթնանալ, լվացվել, հագնվել, նախաճաշել, դասավորել դպրոցական իրերը և

այլն: Երեխայի օրակարգի ուսումնական հատվածում պետք է նախատեսել կանոնավոր ընդմիջումներ: Այն, որ ձեր երեխան այժմ աշխատում է տանը, չի նշանակում, որ ուսուցումը պետք է զբաղեցնի նրա ամբողջ առօրյան: Երեխայի համար կարևոր է հանգիստն ինչպես դասաժամերից հետո, այնպես էլ դրանց ընթացքում [9]:

Պահպանեք երեխայի անձնական տվյալների գաղտնիությունը

Չիշեցրեք երեխային այն մասին, որ ամեն անգամ որևէ կայք մուտք գործելիս կամ էլեկտրոնային նամակ ուղարկելիս նա որոշակի տեղեկություններ է թողնում իր մասին համացանցում: Երեխան կարող է ամբողջությամբ չգիտակցել իր անձնական տվյալների կարևորությունը կամ գիտակցել, սակայն չկարողանալ պատշաճ կերպով պաշտպանել դրանք: Չրուցեք երեխայի հետ և ներկայացրեք նրան կրթական գործընթացում տեղի ունեցած փոփոխությունները: Խորհուրդ տվեք երեխային նոր էլեկտրոնային հարթակներ մուտք գործելիս խորհրդակցել, համացանցում նյութեր հրապարակելուց առաջ քննարկել և համաձայնեցնել դրանք ուսուցիչների կամ Ձեզ հետ [18]: Որպես ծնող Դուք ևս պետք է խուսափեք համացանցում երեխայի և նրա անձնական տվյալների (լուսանկար, տեսանյութ և այլն) վերաբերյալ տեղեկատվության տարածումից [1]:





ՄԱՍ 2

ԻՆՉՊԵՍ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊԵԼ
ԳԵՌԱՎԱՐ ՈՒՍՈՒՑՈՒՄ
ՏԱՆ ՊԱՅՄԱՆՆԵՐՈՒՄ

Կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաներին հեռավար ուսուցմանը նախապատրաստելու գործընթացն այս պահին կարող է բարդ թվալ, սակայն պետք է ընդունել, որ բոլոր այն խնդիրները, որոնց բախվում են ծնողները և երեխաները ժամանակավոր բնույթ են կրում: Կրթական այս նոր միջավայրին հարմարվելու, ուսուցման նոր ձևաչափն ընդունելու և կրթական նոր միջավայր սահուն անցումն ապահովելու համար, անհրաժեշտ է մշակել հստակ կանոնակարգ, հետևել որոշակի սկզբունքների [6]:

Խոսք երեխայի հետ ստեղծված իրավիճակի մասին

Երեխայի համար մատչելի և հասանելի տարբերակով ներկայացրեք, թե ինչ է համարակը և ինչ բացասական հետևանքներ կարող է այն ունենալ: Անպայման անդրադարձ կատարեք այն հանգամանքին, որ համարակի պայմաններում կրթության շարունակականությունն ապահովելու և երեխաների մասնակցությունն ուսուցման գործընթացին ապահովելու լավագույն լուծումն անցումն էր հեռավար կրթության [18]:



Պլանավորեք աշխատանքները՝ հաշվի առնելով երեխայի կարծիքը

Երեխայի հետ քննարկեք, առանձնացրեք և նախապատրաստեք տան այն հատվածը, որն առավել հարմար է հեռավար ուսուցմանը մասնակցելու համար: Տարածքի ընտրության ժամանակ հաշվի առեք ուշադրությունը շեղող հանգամանքները: Միասին որոշեք, թե նորագույն տեխնոլոգիաներից ո՞րն է երեխային առավել հարմար կիրառել հեռավար ուսուցման ընթացքում (օրինակ՝ SMART հեռախոս, համակարգիչ, պլանշետ և այլն): Երեխայի հետ միասին կազմեք օրակարգ, որտեղ ներառված կլինեն առօրյան կազմակերպելու համար անհրաժեշտ բոլոր գործողությունները (արթնանալ, անձնական հիգիենայի պահպանմանն ուղղված գործողությունների կատարում,

Նախավարժանք, մասնակցություն դասերին, դասապատրաստում, նախասիրություններ, սոցիալական շփում, խաղ, հանգիստ, տնային գործեր, քուն): Օրակարգը հասանելի դարձնելու նպատակով օգտվեք առցանց ռեսուրսներից և փոքր նկարներով, պատկերագրերով, սիմվոլներով պատկերեք տվյալ գործողությունները: Եթե երեխան կարողանում է կարդալ, ապա օրակարգը կազմեք գրավոր տարբերակով: Այսպիսի օրակարգը կօգնի երեխային կողմնորոշվել և պլանավորել իր օրը, ինչը ապահովության և կանխատեսելիության հնարավորություն է ստեղծում և ապահովում կայուն հուզական վիճակ [23]:

● **Ընթացիկ գործողությունների պլանավորում**

Հեռավար ուսուցման գործընթացում կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաների մասնակցությունն ապահովելու համար անհրաժեշտ է պլանավորել ամենօրյա գործողությունները, խթանել մասնակցությունը, խրախուսել օրվա ձեռքբերումների և հաջողությունների համար: Հետևելով ստորև ներկայացված խորհուրդներին՝ Դուք կարող եք նպաստել Ձեր երեխայի կրթության շարունակականության ապահովմանը [10]:

● **Գործողություններ դասապրոցեսից առաջ**

- Փորձեք ակնառու կերպով երեխային ցույց տալ օրվա պլանով նախատեսված գործողությունների իրականացումից հետո անցումը հաջորդ գործողությանը, օրինակ՝ ջնջեք կամ կայուն ժապավենի վրայից պոկեք տվյալ գործողության անվանումը կամ պատկերը:
- Հետևեք օրվա ռեժիմին. երեխան պետք է արթնանա և քնի նույն ժամին, իրականացնի անձնական հիգիենայի պահպանմանն ուղղված գործողությունները և պատրաստվի դասի մեկնարկին [10]:
- Թույլ մի տվեք, որ երեխան հեռավար դասերի ընթացքում լինի գիշերազգեստով կամ մասնակցի ուտելով, քանի որ դա կարող է դառնալ սովորություն, և հետագայում նախկին ռեժիմին վերադառնալիս՝ երեխան կունենա հարմարվելու դժվարություններ:

- Երեխային հարմար վայրում փակցրեք մազնիսական գրատախտակ, որպեսզի անհրաժեշտության դեպքում Դուք կամ երեխան կարողանաք նշումներ կատարել, որոնք հետագայում կդառնան հուշումներ երեխայի համար [6]:
- **Գործողություններ դասապրոցեսի ընթացքում**
 - Ապահովեք պատշաճ հանգիստ. 40-60 րոպե աշխատանքից հետո անհրաժեշտ է առնվազն 10 րոպե ընդմիջում: Այդ ընթացքում երեխան կարող է աչքերը փակել կամ աչքերի համար նախատեսված վարժություններ կատարել: Հաշվի առնելով երեխայի առանձնահատկությունները և աշխատունակության մակարդակը՝ երեխային դասի ընթացքում կարելի է տալ ևս մի քանի րոպե ազատ ժամանակ՝ հանգստանալու համար:
 - Երեխայի հետ միասին ստեղծեք հետաքրքրաշարժ գունավոր պաստառներ, որոնք կհիշեցնեն նրան առողջ ապրելակերպի մասին, օրինակ, որ նա պետք է բանջարեղեն ուտի, շարժվի, ջուր խմի և այլն:
 - Գերակտիվություն և աուտիզմ ունեցող երեխաների համար կարող է դժվար լինել երկար ժամանակ նստել Էկրանի առջև, ուստի սենյակում նրանց տեղաշարժվելու հնարավորություն տվեք՝ ուշադրության կենտրոնում պահելով դասը:
 - Մտավոր զարգացման խնդիրներ ունեցող երեխաների համար կարող է բարդ ու անհետաքրքիր լինել առցանց դասին ամբողջությամբ մասնակցելը: Այդ իսկ պատճառով նախապես մանկավարժների հետ քննարկեք, թե տվյալ առարկայի համար երեխայի անհատական ուսումնական պլանում ի՞նչ է նախատեսված, ինչպե՞ս պետք է նա մասնակցի տվյալ դասին, իր համար նախատեսված ի՞նչ առաջադրանքներ կան և փորձեք կատարել դրանք դասապրոցեսի ընթացքում:

- Լսողության խնդիրներ ունեցող երեխաների համար կարող է դժվար լինել ընկալել առցանց դասի ժամանակ մատուցվող լսողական տեղեկատվությունը. նախապես ուսուցչի հետ քննարկեք և որոշեք, թե երեխային ինչ տեսակի տպագիր նյութ կամ տեսանյութ կարելի է տրամադրել, որպեսզի առավել հասկանալի դարձնեք քննարկվող թեման:
- Տեսողության խնդիրներ ունեցող երեխաների համար դասերի ընթացքում տրամադրվող տեքստային նյութերի ընկալման նպատակով անհրաժեշտ է կիրառել համակարգչային այնպիսի ծրագրեր կամ հավելվածներ, որոնք կօգնեն երեխային տեղեկատվությունը դարձնել առավել հասանելի, տեսողական նյութը կվերածեն լսողականի՝ խթանելով նրա մասնակցությունն ուսուցման գործընթացում: Նմանատիպ ծրագրերի կիրառման անհնարինության դեպքում դասապրոցեսի ընթացքում եղեք երեխայի կողքին և նրա համար կարդացեք տրված նյութը [14]:
- Առցանց դասերի ընթացքում շարժունակության խնդիրներ ունեցող երեխաների մասնակցությունն ապահովելու համար ստեղծեք հնարավորինս հարմար ֆիզիկական միջավայր, ձեռքերի շարժումների դժվարություն ունեցող երեխաների համար կիրառեք համապատասխան աջակցող տեխնիկական միջոցներ կամ դրանց բացակայության դեպքում երեխայի փոխարեն սեղմեք համակարգչի ստեղծերը՝ գրանցելով երեխայի մտքերը:
- Եթե երեխան ունի խոսքի կամ հաղորդակցման դժվարություններ, կիրառեք հաղորդակցման և տեղեկատվության փոխանցման այլընտրանքային միջոցներ՝ նկարներ, ժեստեր և այլն [14]:
- **Գործողություններ դասապրոցեսից հետո**
 - Օգնեք երեխային չմոռանալ կոկիկ և հավաքված պահել տեսրերը, գրքերը և թղթերը:

- Երեխայի հետ միասին ստեղծեք «խրախուսանքների պաստառ» և գրանցեք այնտեղ երեխայի հաջողությունները: Հիշեք, որ նույնիսկ փոքրիկ հաջողությունների համար տրված խրախուսանքը կարող է մոտիվացնել երեխային: Օրինակ, կարող եք գովաբանել նրան այն դեպքում, երբ դասի պահանջված ժամանակահատվածում դրսևորել է համապատասխան վարք կամ տալ 10-15 րոպե ընդմիջում տնային յուրաքանչյուր հանձնարարությունն ավարտելուց հետո:
- Երեխայի հետ միասին ստեղծեք համացանցից օգտվելու կանոնների վերաբերյալ պաստառ, որպեսզի նա ծանոթանա և պահպանի համացանցից օգտվելու էթիկան և անվտանգությունը [6]:



Ուսումնական առաջադրանքները հեռավար ձևաչափով կատարելու ցուցումներ

Երբ կրթությունն իրականացվում է հեռավար պայմաններում, երեխան ստիպված է լինում և՛ դպրոցական, և՛ տնային առաջադրանքներն իրականացնել տան պայմաններում: Կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխան կարող է դժվարություններ ունենալ այդ աշխատանքների համակարգման ժամանակ: Դուք պետք է կարևորեք Ձեր դերը և օգնեք երեխային աշխատանքները կանոնակարգված իրականացնելու գործընթացում:

Լսեք ուսուցչին

Ուսուցչի հետ քննարկեք երեխայի անհատական ուսուցման պլանով նախատեսված գործողությունները և հետևեք, որ երեխան ստանա դրանց համապատասխան անհատականացված առաջադրանքներ և ուսումնական նյութեր: Նախապես ուսուցչից կամ մասնագետից ճշտեք, թե ի՞նչ առաջադրանքներ, ի՞նչ դիմակտիկ պարագաներ կամ իրեր են անհրաժեշտ տվյալ առարկայի կամ պարագամուքի համար և հետևելով նրանց ցուցումներին՝ պատրաստեք տվյալ առաջադրանքների կատարման համար անհրաժեշտ լրացուցիչ նյութերը: Ուսուցիչների հետ քննարկելով՝ փորձեք երեխային առաջարկել ուսումնական ծրագրի յուրացմանը նպաստող համացանցային լրացուցիչ ռեսուրսներ, դրանք կօգնեն երեխային ավելի լավ հասկանալ ուսուցանվող նյութը կամ կատարել տրված առաջադրանքը [6]:

Մասնակցեք դասապրոցեսին

Դասապրոցեսին անմիջական մասնակցություն ունենալով՝ կատարեք մշտադիտարկումներ և հանդես եկեք կառուցողական առաջարկություններով՝ խթանելով երեխայի ակտիվ մասնակցությունը: Ծնողի մասնակցությունն առցանց դասերին կարևոր է հատկապես այն երեխաների դեպքում, ովքեր ինքնուրույն դժվարանում են կազ-

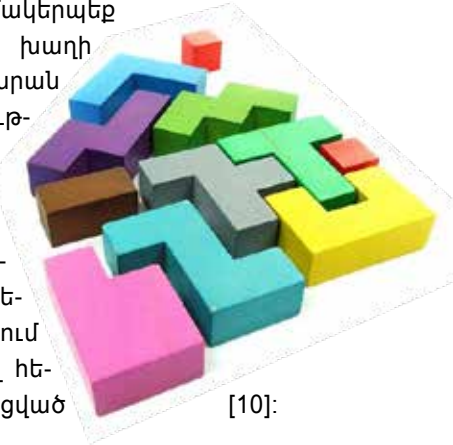
մակերպել առօրյան և ապահովել ակտիվ մասնակցություն: Մասնակցեք ընտանեկան նախագծերով կազմակերպված ուսուցմանը, այստեղ ընտանիքն իր անմիջական մասնակցությունն է ունենում, օրինակ՝ հեքիաթների կամ պատմությունների բեմականացումներ, ընտանեկան ընթերցումներ և այլն: Անհրաժեշտության դեպքում ձայնագրեք պարապմունքները և դասերը, որպեսզի երեխան դասը կիսատ թողնելու դեպքում հնարավորություն ունենա շարունակելու, ամրապնդելու կամ կրկնելու ուսուցանվող նյութը: Ուսուցման ընթացքում անջատեք սոցիալական կայքերի բոլոր ծանուցումները տեղեկատվական աղմուկից խուսափելու և երեխային չչեղելու համար [9]:

Հաշվի առեք երեխայի զարգացման առանձնահատկությունները

Խորհրդակցելով երեխային դասավանդող ուսուցիչների կամ աշակցության ծառայություններ տրամադրող մասնագետների հետ և հաշվի առնելով երեխայի զարգացման առանձնահատկությունները՝ կազմեք լրացուցիչ ուսուցողական ծրագիր: Ուսուցման գործընթացում կիրառեք խոսող գրքեր, աուդիոձայնագրություններ, սուրդոթարգմանությամբ տեսահոլովակներ, դիտեք ուսուցանող հոլովակներ, ֆիլմեր, հաղորդաշարեր: Կիրառեք այնպիսի համակարգչային հավելվածներ, որոնք ի սկզբանե նախատեսված են եղել զարգացման առանձնահատկություններ ունեցող երեխաների համար: Տեսողության խնդիրներ ունեցող երեխաների կրթությունը կազմակերպելիս առավել շատ անհրաժեշտ է կիրառել աուդիոգրքեր, ձայնագրություններ, քանի որ Էկրանների առջև տեսողության ծանրաբեռնումը կարող է բացասաբար անդրադառնալ նրանց տեսողության վրա [19]: Մտավոր և աուտիստիկ սպեկտրի խանգարում ունեցող երեխաների կրթությունը կազմակերպելիս, եթե դասարանի հետ զուգընթաց առցանց մասնակցություն ապահովել չի հաջողվում, փորձեք նրանց ներառել փոքր խմբերից կազմված աշխատանքներում: Օգտվեք լեզուների առցանց ուսուցման ռեսուրսներից՝ նպաստելով օտար լեզուներով հաղորդակցվելու հմտության զարգացմանը [3]:

Հաշվի առեք երեխայի հետաքրքրությունները

Օգտագործեք երեխայի հետաքրքրություններն ուսուցման գործընթացում, նրա դասապատրաստումը և ուսումնական նյութի յուրացումը հնարավորության դեպքում կազմակերպեք խաղերի միջոցով, օրինակ, լեզուներով խաղի նկատմամբ հետաքրքրությունը կօգնի նրան սովորել մաթեմատիկական հասկացություններ, ինչպիսիք են՝ ձև, չափ, քանակ, գույն և այլն [10]: Եվ հակառակը՝ խաղի ընթացքում փորձեք ապահովել ուսումնական տարրեր՝ տարբեր թեմաներով յուրացված գիտելիքներն ու կարողությունները ամրապնդելու նպատակով: Այս դեպքում ուսուցման գործընթացը կդառնա առավել հետաքրքիր, իսկ երեխան՝ առավել մոտիվացված



[10]:

Մի մոռացեք հանգստի մասին

Առցանց ուսուցման ընթացքում դասաժամերին մասնակցելու ժամանակահատվածը համապատասխանեցրեք երեխայի կարողություններին և հնարավորություններին: Մի ստիպեք երեխային առաջադրանքներն անընդմեջ կատարել՝ տվեք ընդմիջումներ և դադարներ հանգստանալու համար: Օգտագործեք դպրոցական գանգ հիշեցնող ձայներ կամ տեսողական նշաններ ուսուցման գործընթացում ընդմիջումների ավարտի և աշխատանքերին վերադառնալու մասին հիշեցնելու համար [23]:

Պահպանեք նախկին սովորույթները և ձևավորեք նորերը

Հնարավորության դեպքում թույլ տվեք, որպեսզի երեխան տնային աշխատանքները կատարի այն նույն վայրում, որտեղ կատարել է նախկինում: Առցանց աշխատանքներն ավարտելուց հետո անջատեք տեսախցիկը, խոսափողը և համակարգիչը, իսկ տնային հանձնարարությունները կատարելուց հետո երեխայի հետ միասին բոլոր պարագաները վերադարձրեք իրենց տեղը [6]:

Խոսք երեխայի դժվարությունների մասին

Անհրաժեշտության դեպքում գանգահարեք ուսուցչին, Էլեկտրոնային հաղորդագրություն կամ նամակ ուղարկեք նրան այն մասին, թե ինչ դժվարություններ է ունենում երեխան տնային կամ դասարանային աշխատանքները կատարելիս: Այլ ծնողների հետ փորձի փոխանակման նպատակով օգտվեք տարբեր կայքերից, ծնողների առցանց խմբերից, ֆորումներից՝ չմոռանալով նաև, որ այնտեղ նշված առաջարկությունները ոչ միշտ կարող են համապատասխանել ձեր երեխայի կարիքին կամ առանձնահատկություններին [19]:

Խթանեք ինքնուրույնությունը

Չարգացրեք երեխայի ինքնասպասարկման և կենցաղային գործողություններ կատարելու կարողություններն ու հմտությունները՝ ներառելով նրան առօրյա տարաբնույթ գործերում [10]:





ՄԱՍ 3

ԻՆՉՊԵՍ ԱԶԱԿՑԵԼ
ԵՐԵԽԱՅԻՆ ԱԶԱՏ ԺԱՄԱՆԱԿԻ
ՊԼԱՆԱՎՈՐՄԱՆ, ԺԱՄԱՆՅԻ
ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՄԱՆ ԵՎ
ԻՐԱԿԱՆԱՑՄԱՆ
ԳՈՐԾԸՆԹԱՑՆԵՐՈՒՄ

Երեխաները ցանկացած տարիքում իրենց ծնողների սիրո և ուշադրության կարիքն ունեն։ Մի՛ մոռացեք լսել Ձեր երեխաներին, խոսել քնքշորեն և հանգստացնել նրանց։ Երեխան օգնության կարիք ունի նաև իր ազատ ժամանակը պլանավորելու հարցում։ Սովորությունները պետք է պահպանել։

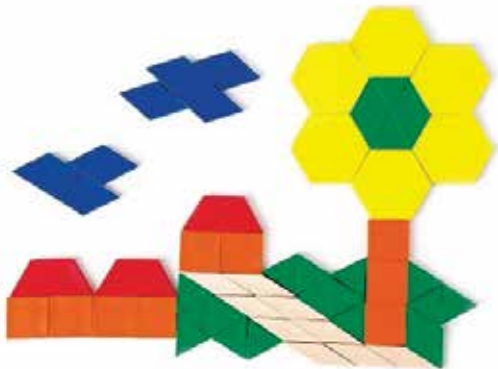
Երեխայի առօրյան լի է պլանավորումներով՝ առավոտյան դպրոց, խմբակներ, հետո դասապատրաստում, հանգիստ, խաղ, շփում ընկերների հետ և այլն։ Երեխայի օրվա ռեժիմը պետք է պլանավորել նույնիսկ այն իրավիճակում, երբ նա ստիպված է մնալ տանը։ Այսպես երեխան հեռավար ուսուցման ընթացքում տանը հնարավորություն է ունենում սովորելու, հանգստանալու և տպավորություն չի ստեղծվում, թե նա ստիպված է ամբողջ օրը սովորել՝ առանց հանգստի իրավունքի [19]:

Հնարավորության դեպքում անհրաժեշտ է երեխայի հետ համատեղ պլանավորել նրա առօրյան և պայմանավորվել, որ այն վերահսկվելու է Ձեր կողմից, նույնիսկ այն դեպքերում, երբ Դուք տանը չեք լինի։ Կարևոր է նաև նշել երեխային մոտիվացնելու և խրախուսելու միջոցներ և պլանավորել նրա հանգիստն ու ժամանցը [3]: Հաշվի առնելով այն, որ երեխաները համավարակի ընթացքում օրեր շարունակ տանն են անցկացնում, անհրաժեշտ է նրանց առօրյան հետաքրքիր դարձնել, որի համար առաջարկում ենք՝

- մշակել ընկերների և հարազատների հետ հաղորդակցման (նաև խմբային) հետաքրքիր եղանակներ՝ կիրառելով բջջային տարբեր հավելվածներ,
- միասին համեղ ուտեստներ պատրաստել՝ կիրառելով այդ ժամանակահատվածը տարբեր առարկաներից յուրացված գիտելիքները գործնականում ամրապնդելով,
- միասին լսել երեխայի սիրած երաժշտությունը՝ կիրառելով այն ֆիզիկական ակտիվության բարձրացման, շարժունակության և ռիթմիկայի զարգացման նպատակներով,

- Ներառել երեխաներին կենցաղային առօրյա աշխատանքներում՝ զարգացնելով նրանց կենցաղավարման և ինքնասպասարկման կարողությունները,
- խրախուսելով երեխայի հաջողություններն՝ առաջարկել զբոսանք նրան հետաքրքրող վայրերում,
- խաղալ սեղանի խաղեր, կազմակերպել ժամանց ընտանիքի հետ միասին,
- զրույցներ և քննարկումներ ծավալել երեխային հետաքրքրող թեմաների շուրջ՝ ոչ ֆորմալ իրավիճակում ամրապնդելով երեխայի գիտելիքները և պարզելով երեխայի տեսակետն այս կամ այն երևույթի հանդեպ,
- սովորեցնել երեխային պահպանել իր առողջությունը՝ ապահովելով ֆիզիկական ակտիվությունը, սահմանափակելով տեխնիկական միջոցների առջև անցկացրած ժամանակահատվածը,
- օգտագործել խաղերը որպես երեխայի հետ զվարճալի ժամանակ անցկացնելու միջոց,
- ավագ նախադպրոցական և կոտսեր դպրոցական տարիքի երեխաների հետ խաղալ «Հայելի» խաղը՝ փորձելով նմանակելով միմյանց շարժումներն ու դիմախաղը, ինչը կնպաստի երեխայի սեփական մարմնի և հույզերի ճանաչմանը,
- երեխայի հետ միասին պատմություններ պատմել, հորինել, խաղարկել սիրված մուլտֆիլմերից կամ ֆիլմերից դրվագներ՝ նպաստելով երևակայության և խոսքի զարգացմանը,
- գտնել երեխայի տարիքին և նախասիրություններին համապատասխան գրքեր և համաձայնեցնել նրա հետ, թե օրվա ընթացքում քանի էջ է պետք կարդալ, ցանկալի է երեկոյան զբաղվել համատեղ ընթերցանությամբ,
- կիրառել երեխաների մշակութային և սոցիալ-հուզական զարգացմանը նպաստող առցանց խաղեր:

Ծնողները պետք է հիշեն նաև իրենց հետաքրքրությունների և հանգստի մասին՝ ժամանակ հատկացնելով դրանց համար: Ժամանակ հատկացրեք Ձեզ. անպայման հնարավորություն և ուժ գտեք հարազատների և ընկերների հետ ժամանակ անցկացնելու համար, նույնիսկ այն դեպքում, երբ չափազանց պարտավորված եք Ձեզ զգում երեխայի առջև: Հետևեք Ձեր ֆիզիկական առողջությանը. լավ սնվեք, բավարար չափով հանգստացեք, քնեք, անհրաժեշտության դեպքում դիմեք բժշկի: **Դժվար է հոգ տանել երեխայի մասին, երբ ձևողը վատառողջ է [6]:**





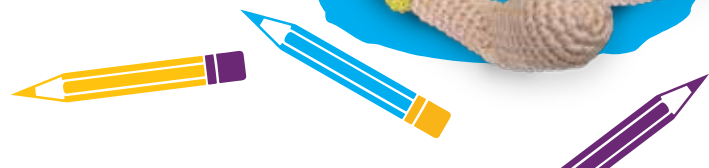
ՄԱՍ 4

ԻՆՉ ԿԱՐՈՂ ԵՆ ԱՆԵԼ
ԾՆՈՂՆԵՐԸ, ԵՐԲ ԻՐԵՆՑ
ԵՐԵԽԱՆ ՀԵՌԱՎԱՐ
ՈՒՍՈՒՅՄԱՆ ԸՆԹԱՑՔՈՒՄ
ԴՐՍԵՎՈՐՈՒՄ Է
ԱՆՑԱՆԿԱԼԻ ՎԱՐՔ

Մինչ ամբողջ աշխարհում մարդիկ փորձում են կարգավորել համավարակի արդյունքում առաջացած աշխատանքային գրաֆիկի փոփոխությունը և աջակցել իրենց սիրելիներին, ծնողներն ու խնամակալները փորձում են հարմարվել կյանքի արդիական մարտահրավերներին և օգնել իրենց երեխաներին ուսուցանվել տան պայմաններում:

Անորոշությունը փոխել է մեր կենցաղը, և բոլորս միասին սովորում ենք հարմարվել կյանքի նոր իրավիճակին. բնակարանի սենյակները վերափոխվում են դասասենյակների, իսկ ծնողները՝ ուսուցչի օգնականների, ինչն էլ թողնում է իր ազդեցությունն ընտանիքի յուրաքանչյուր անդամի, առավել ևս երեխայի հոգեվիճակի վրա: Ինչպես հայտնի է յուրաքանչյուր ոք յուրովի է հարմարվում փոփոխություններին, ուստի այս ճգնաժամային իրավիճակում անհրաժեշտ է խրախուսել երեխաների մոտ դրական վարքագծի և կանխել հնարավոր բացասական դրսևորումները: Հիշեք, որ երեխաները մեծանում են, երբ մենք կենտրոնանում ենք նրանց ուժեղ կողմերի վրա, այլ ոչ թե՝ ճիշտ կատարած առաջադրանքների [8]:

Իսկ ի՞նչ կարող են անել ծնողները, երբ հեռավար ուսուցման ընթացքում երեխայի մոտ նկատում են անցանկալի վարքի դրսևորումներ.



Բացահայտել և հասկանալ պատճառները

Երբեմն կարող է թվալ, որ երեխան հրաժարվում է տնային աշխատանքները կատարել, խուսափում է ուսուցչի հետ հանդիպումներից, ցուցաբերում է կամակորոթյուն, բայց իրականում հնարավոր է, որ երեխան պարզապես դժվարանում է կատարել այն, ինչ իրենից պահանջում են: Հասկանալով երեխայի դժկամության պատճառը՝ կկարողանաք ուղղորդել և խթանել նրա մասնակցությունը դասապրոցեսին, ուստի անհրաժեշտ է խնդիրների լուծման և երեխայի կարիքների բացահայտման տարբեր նպաստավոր ճանապարհներ գտնել: Որպեսզի կարողանաք բացահայտել սովորելու ընթացքում առաջ եկած խոչընդոտների և երեխայի կողմից ցուցաբերած իրավիճակին անհամապատասխան վարքագծի իրական պատճառները, անհրաժեշտ է հաշվի առնել հետևյալ գործոնները [3].

- երեխան հասկանում է արդյո՞ք, թե ինչպես պետք է օգտագործել այն տեխնոլոգիան, որն ակնկալվում է կիրառել հեռավար ուսուցման համար,
- կարողանո՞ւմ է օգտվել այն ծրագրերից կամ հավելվածներից, որոնք պահանջվում է կիրառել,
- հասկանո՞ւմ է տրված առաջադրանքի պահանջները,
- ուշադի՞ր է և մոտիվացվա՞ծ,
- ունի՞ բավարար շփում հասակակիցների և մեծահասակների հետ,
- առկա՞ է ակադեմիական դժվարություն,
- առկա՞ են խոչընդոտող գործոններ, որոնք սահմանափակում են երեխայի մասնակցությունը՝ խաղ, ընտանեկան իրավիճակ, հեռուստացույց և այլն,
- կարիք կա՞ լրացուցիչ կապ հաստատել ուսուցիչների հետ պարզելու համար, թե ինչպիսի՞ աջակցություն կարող են նրանք առաջարկել երեխային և Ձեզ:

Վերահսկել և նվազեցնել անհանգստությունը

Ծնողները, խնամակալները, երեխայի հարազատներն ու մտերիմները հեռավար ուսուցման ընթացքում՝ գտնվելով երեխայի կողքին, կարող են օգնել նրան ձեռք բերել բարդ իրավիճակային լարվածությունը հաղթահարելու և հարմարողականության հմտություններ, ինչի արդյունքում կնվազի անցանկալի վարքն ու տագնապայնությունը: Երեխային ճիշտ ուղղորդելու համար անհրաժեշտ է [5].

- պահպանել բարենպաստ, հանգիստ մթնոլորտ ընտանիքում, ինչի շնորհիվ երեխան ձեռք կբերի վստահություն խնդրային իրավիճակում,
- ստեղծել երեխայի կարողություններին համապատասխան բարդ իրավիճակներ, որոնք կարող են լուծվել երեխայի կողմից և, դրանց հաղթահարումը կարող է օգնել նվազեցնել տագնապայնությունն ու մեծացնել սեփական ուժերի հանդեպ վստահությունը,
- կենտրոնանալ նախասիրությունների վրա, այլ ոչ թե դժվարությունների,
- զբաղվել առավել մատչելի կամ հաճելի գործերով (տնային, ուսումնական),
- պատմել իրական կյանքի դժվարությունների մասին, որոնք արդեն հաղթահարվել են. ընտանիքում զրանցված հաջողությունները երեխան կվերագրի իրեն և վստահություն կունենա հերթական դժվարությունը հաղթահարելու համար,
- խոսել երեխայի հետ անցանկալի վարքագծի մասին՝ չկենտրոնացնելով ուշադրությունը դրա վրա, անհրաժեշտ է նշել, որ հասկանում եք նրան և որ նման իրավիճակները կյանքում անցողիկ են,
- սովորեցնել երեխային արտահայտել իր զգացմունքները ծե-



փի, նկարչության, ակտիվ սպորտի կամ ֆիզիկական ծանրաբեռնվածության միջոցով,

- Խրախուսել երեխայի հետաքրքրությունների և նախասիրությունների շրջանակում ծավալվող գործունեությունը, որը երեխայի մոտ զարգացած է, հուշել, որ նա կարող է դա սովորեցնել մյուսներին, ում մոտ ավելի վատ է ստացվում,
- պահպանել օրվա ռեժիմը. երեխան պետք է քնի, արթնանա, սնվի, մասնակցի դասերին, կատարի առաջադրանքները, խաղա նույն ժամերին, ինչը հնարավորություն կտա նրա մոտ պահպանել դպրոց հաճախելու պատասխանատվության զգացումը,
- հնարավորություն տալ հանգստանալու և ուրախանալու առօրյա հաճույքներից՝ համեղ սնունդ, խաղ, զրույց ընկերների հետ հեռախոսով և այլն:

Պլանավորել դրական արձագանք բոլոր տիպի վարքագծերի համար

Համավարակի ընթացքում հեռավար ուսուցումը նոր մարտահրավերներ է ստեղծել բոլոր ընտանիքների համար: Եթե երեխան մարտահրավեր-վարքագիծ է դրսևորում, ապա անհրաժեշտ է հասկանալ, թե կոնկրետ ինչի դեմ է նա պայքարում: Եթե դուք դժվարանում եք օգնել նրան՝ գտնելու խնդրի լուծումները, չեք կարողանում բացահայտել նրա կարիքները և դրանց առաջացման պատճառները, ապա դիմեք դպրոցի անձնակազմին [20]: Ստորև առաջարկում ենք անցանկալի վարքագծին արձագանքելու որոշ ռազմավարություններ.

- լինել դրական և ակտիվ, ցույց չտալ երեխային, որ ինքներդ անհանգստացած եք իրավիճակով,



- Երեխայի վարքը կարգավորելիս չպետք է մոռանալ, որ նա երեխա է և ունի շատ էներգիա, ինչը սպառնելու համար անհրաժեշտ է շատ շարժվել,
- շեղել երեխային՝ առաջարկելով համատեղ գործունեության տարբեր ձևեր, որոնց ընթացքում երեխան կսպառնի իր էներգիան,
- ընդունել երեխայի կողմից դրսևորված հույզերը,
- վստահեցնել երեխային, որ դուք կարող եք օգնել նրան ամեն հարցում,
- հարցնել երեխային, թե ինչպես կարող եք օգնել նրան, և հնարավորինս փորձել կատարել նրա խնդրանքները,
- խնդիրները բաժանել փոքրիկ մասերի, որոնք ավելի հեշտ կլինի լուծել, իսկ երբ դրանք լուծված կլինեն, առաջարկել երեխային հանգստանալ,
- ավելի հանգիստ խոսել երեխայի հետ, երբ նա կիրառում է իր մարտահրավեր-վարքագիծը,
- ճկուն լինել և խրախուսել երեխայի ընտրությունն այն մասին, թե երբ և ինչ առաջադրանքներ է կատարելու,
- թույլ տալ երեխային ժամանակավորապես չկատարել այնպիսի աշխատանք, որը նա դժվարանում է կատարել և որը լարվածության պատճառ է հանդիսանում,
- տրամադրել դադարներ և լրացուցիչ ժամանակ նախընտրած գործունեության համար,
- կենտրոնանալ երեխայի կատարածի ու ձեռքբերումների, այլ ոչ թե չստացված գործողությունների ու անհաջողությունների վրա,
- ստեղծել համակարգ, որի միջոցով կկարողանաք խրախուսել երեխային աշխատանքն ավարտելու համար [12]:



ՄԱՍ 5

ԻՆՉՊԵՍ ԱԶԱԿՑԵԼ
ԵՐԵԽԱՅԻ ՀՈԳԵԿԱՆ ԵՎ
ՀՈՒԶԱԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆԸ
ՔՈՎԻԴ-19 ՀԱՄԱՎԱՐԱԿԻ
ՊԱՅՄԱՆՆԵՐՈՒՄ

Ներկայիս ԶՈՎԻԴ -19 համավարակի ընթացքում շատ ծնողներ և ինսամոդներ իրենց երեխայի կամ դեռահասի մոտ սթրեսի, վախի և անհանգստության աճ են նկատում: Երեխաներն ու դեռահասները հակում ունեն մարտահրավեր-վարքագիծ դրսևորելու բնական աղետների ժամանակ, երբ որևէ ձևով խախտվում է նրանց առօրյան: Երեխաները տարբեր կերպ են արձագանքում, երբ նրանց աշխարհը գլխիվայր շուռ է գալիս: Նրանցից շատերն օգտագործում են իրենց վարքը, որպեսզի ահազանգեն, որ իրենք օգնության կամ աջակցության կարիք ունեն: Երեխայի վարքի փոփոխությունների վերաբերյալ որոշակի տեղեկատվություն ունենալը կարող է օգնել Ձեզ այս դժվարին ժամանակահատվածում նրան աջակցելիս [5]:

Վարքի առավել տարածված փոփոխություններից են.

- լացը կամ դյուրագրգռությունը մանրուքների պատճառով,
- չափից շատ անհանգստությունը,
- հաճախակի բողոքն այն մասին, որ նրանք իրենց լավ չեն զգում,
- մեծահասակների կողմից ուշադրության ավելի մեծ պահանջը,
- զարգացման հետընթացը վարքագծում,
- ինքնամեկուսացումը,
- սովորականից ավելի կամ պակաս քունը,
- հետաքրքրության կորուստը սովորաբար նախընտրելի գործունեության նկատմամբ,
- կենտրոնանալու դժվարությունը,
- դեռահասների մոտ ալկոհոլի, ծխախոտի կամ թմրանյութերի օգտագործումը:

Երեխաների մոտ այս վարքագծերից մի քանիսը կարող են նոր ի հայտ գալ, իսկ մյուսները, որոնք առկա են եղել՝ արտահայտվել ավելի հաճախ և ավելի մեծ ինտենսիվությամբ: Այս դժվար պահերին Դուք կարևորագույն առաքելություն ունեք Ձեր երեխային աջակցելու գործում: Ահա այս առաջարկությունները կարող են օգնել Ձեզ այդ հարցում [3]:

Ուշադրություն դարձրեք երեխայի հույզերին

Փորձեք գնահատել Ձեր երեխայի հույզերը, նույնիսկ եթե դրանք ուղղակիորեն կապված չեն համավարակի հետ: Այն, ինչ մենք տեսնում ենք, պարտադիր չէ, որպեսզի ուղղակիորեն կապված լինի իրական խնդրի հետ: Խրախուսեք երեխային օրվա ընթացքում դրսևորած դրական վարքի, ինչպես նաև ուսումնական գործընթացում ցուցաբերած ակտիվության համար [18]:

Փորձեք նվազեցնել երեխայի սթրեսի մակարդակը

Երեխայի համար հասանելի միջոցներով և խոսքով բացատրեք իրավիճակը, պատճառները՝ առանց նրանից որևէ բան թաքցնելու կամ ստելու: Ձեր երեխայի հետ կիսվեք նրա տարիքին համապատասխան, իրական տեղեկատվությամբ: Երեխան, ով չունի բավարար տեղեկատվություն, կարող է օգտագործել իր երևակայությունն այդ բացերը լրացնելու համար: Եղեք բաց և հասանելի՝ պատասխանելու նրա հարցերին և լսելու նրան հուզող խնդիրների մասին [5]:

Ապահովեք օրվա գրաֆիկ

Կառուցվածք ունեցող ու նախապես պլանավորված առօրյան խթանում է երեխայի զարգացումը: Արթնանալու և քնի հստակ ժամը, դասերի և հանգստի ժամերն ապահովում են անհրաժեշտ կառուցվածք, ինչն այս ընթացքում մեծապես խախտվել է: Սովորեցրեք երեխային սնվել ճիշտ և առողջ հետևել հիգիենայի կանոններին, որոնք կօգնեն ուժեղացնել երեխայի իմունային համակարգը [18]:

Գտեք ուղիներ, օգնելու ձեր երեխային ունենալ վերահսկողության զգացողություն

Այս պահին երեխաները շատ են լսում «ոչ» արտահայտությունը՝ «Ո՛չ, դեռ չես կարող վերադառնալ դպրոց», «Ո՛չ, մենք չենք կարող գնալ խաղահրապարակ», «Ո՛չ, ընկերներդ չեն կարող գալ»: Թույլ տալով երեխային ինքնուրույն որոշումներ կայացնել՝ կարող եք օգնել նրան ունենալ վերահսկողության որոշակի զգացողություն [23]:

Համբերատար եղեք Ձեր երեխայի նկատմամբ

Իհարկե, խորհուրդ տալն ավելի հեշտ է, քան կատարելը: Սթրեսը ծնողներին ևս ավելի դյուրագրգիռ կամ անհամբեր է դարձնում, սակայն անհրաժեշտ է մողելավորել այն վարքը, որը Դուք ցանկանում եք տեսնել: Հանգիստ մնալ ի հեճուկս մարտահրավերներին՝ այս վարքն ավելի արդյունավետ է, քան զայրացած կամ չափազանց բուռն արձագանքը [11]:

Խրախուսեք սոցիալական հաղորդակցումը

Այժմ, առավել քան երբևէ, կարևոր է կապ հաստատել այլ մարդկանց հետ: Վիրտուալ հարթակները՝ տնից դուրս և այլ մարդկանց հետ շփվելու հիանալի միջոցներ են: Հեռախոսազանգերը, էլեկտրոնային և ձեռագիր նամակները կամ քարտերը նույնպես օգնում են երեխաներին կապ հաստատել իրենց ընկերների և այլ ընտանիքների հետ [23]:

Ժամանակ գտեք նաև Ձեզ համար

Դուք որպես անհատ նույնպես հարմարվում եք կյանքի նոր պայմաններին: Առողջ մնալով՝ Դուք ավելի արդյունավետորեն հոգ կտանեք Ձեր հարազատների մասին: Ժամանակ գտեք շնորհակալություն հայտնելու ինքներդ Ձեզ՝ ձեռքբերումների կապակցությամբ, ինչպես նաև գտնելու մի բան, որն ամեն օր Ձեզ կարող է ուրախություն պարգևել [15]:



Ծնողներն այս դժվար ժամանակներում երեխաների և դեռահասների համար մխիթարության և հույսի լավագույն աղբյուրն են: Ժամանակ և համբերություն է անհրաժեշտ կյանքի այս զգալի փոփոխություններին հարմարվելու համար: Ընդունե՛ք բոլոր մարտահրավերները: Գործնականում ինքներդ Ձեր մասին հոգ տանելով, ինչպես նաև հասկանալով և ուշադրություն դարձնելով երեխայի զգացմունքներին՝ Դուք հոգ եք տանում նաև երեխայի հոգեկան առողջության ու բարեկեցության համար:





ՄԱՍ 6

ԻՆՉՊԵՍ ՎԵՐԱԴԱՌՆԱԼ
ԴՊՐՈՑ ՀԱՄԱՎԱՐԱԿԻ
ՊԱՅՄԱՆՆԵՐՈՒՄ

Ժամանակակից աշխարհում տեղի ունեցող ցանկացած փոփոխություն իր դրական կամ բացասական ազդեցությունն է ունենում նաև ուսումնառության գործընթացի վրա: Կորոնավիրուսային հիվանդության և արտակարգ դրության պայմաններում դպրոցը պետք է նպաստի յուրաքանչյուր, այդ թվում՝ կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաների կրթության իրավունքի իրացմանը՝ բարելավելով կրթության կազմակերպումը համաճարակների ընթացքում: Հաշվի առնելով այն, թե ինչպես են դպրոցները պլանավորում դասավանդման և ուսումնառության գործընթացի մոդելները, որոնք կարող են ներառել նաև անձնական շփումներ՝ անհրաժեշտ է դիտարկել բոլոր սովորողների և դասավանդողների պահանջները թույլատրելիության և անվտանգության չափորոշիչների սահմաններում [13]:

Բոլոր դպրոցները պետք է պահպանեն Պարետատան կողմից հաստատված «Կորոնավիրուսային հիվանդության (ԶՈՎԻԴ-19) պայմաններում հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում գործունեության կազմակերպման ուղեցույցի» ցուցումները: Ուղեցույցը պարտադիր է բոլոր հանրակրթական ուսումնական հաստատությունների համար: Անհրաժեշտ է ուշադրություն դարձնել սովորողների և անձնակազմի սահմանված սոցիալական հեռավորությանը, միջավայրի ախտահանմանը, հեռահաղորդակցական միջոցների և կապի հասանելիությանը, կրթական այլ խնդիրների լուծմանն ու ապահովմանը:

Երբ հեռավար կրթությունից հետո երեխան պետք է վերադառնա դպրոց, լավագույն լուծումը նրան դասերից չկտրելն է, եթե չկան հատուկ ցուցումներ: Համավարակի ընթացքում ուսումնառության գործընթացում երեխայի անընդհատ և շարունակական մասնակցությունն ապահովելու համար անհրաժեշտ է պահպանել մի շարք կանոններ և հետևել որոշ սկզբունքների [22]:

Անվտանգության կանոններ և անձնական հիգիենա

Համավարակի ընթացքում երեխաներն անընդհատ լսել են վարակից պաշտպանվելու անվտանգության կանոններին և անձնական հիգիենային հետևելու անհրաժեշտության մասին: Հարկ է նշել, որ

դպրոց վերադառնալուն պես, երեխաներն ունենում են հարմարվելու դժվարություններ՝ պայմանավորված ԶՈՎԻԴ-19 համավարակով: Այս դեպքում դպրոցը երեխայի համար դառնում է նոր միջավայր, քանի որ բոլորի համար գործում են նոր կանոններ և պահանջներ:

Դուք՝ որպես ծնող, ուսումնական գործընթացում համավարակի տարածումը կանխելու նպատակով դպրոց հաճախելուց առաջ ջերմաչափեք երեխային և ջերմություն ունենալու դեպքում բացառեք երեխայի մուտքը դպրոց [13]: Երեխային բացատրեք սոցիալական հեռավորության գաղափարը, համավարակի պայմաններում դրա պահպանման անհրաժեշտությունը և Ձեր իսկ օրինակով սովորեցրեք երեխային հետևել այդ կանոնին մարդաշատ վայրերում: Խոսեք երեխայի հետ հիգիենայի կանոնների պահպանման կարևորության մասին: Հաճախ հիշեցրեք երեխային, որպեսզի լվացվի կամ ախտահանի ձեռքերը հատուկ ախտահանիչ միջոցներով, երբ դպրոցում օգտվում է ընդհանուր օգտագործման համար նախատեսված առարկաներից և սարքերից: Երեխային բացատրեք մշտապես դիմակ կրելու անհրաժեշտությունը: Հետևեք, որ երեխան դպրոց գնալիս պայուսակում ունենա դեմքի անձեռոցիկներ, դիմակներ, ախտահանիչ սյուլթեր [5]:

Երեխայի հոգեվիճակը հեռավար կրթությունից հետո

Իրավիճակի կտրուկ և հաճախակի փոփոխություններն ազդում են երեխայի հոգեվիճակի վրա: Դուք՝ որպես ծնող, անպայման զրուցեք երեխայի հետ, բացահայտեք նրան անհանգստացնող հարցերը, խնդիրները, քննարկեք, պատասխանեք հարցերին և երեխայի հետ միասին գտեք լուծումների լավագույն տարբերակը:

Ինքնամեկուսացումից հետո, երբ երեխան վերադառնում է դպրոց, նրա համար դժվար է զսպել հույզերը և արտահայտել դրանք՝ հաշվի առնելով համավարակի առկայությունը, օրինակ՝ երեխան, տեսնելով իր ընկերներին երկար դադարից հետո, կարող է չզսպել հույզերը և զրկել ընկերներին: Այդ դեպքում անհրաժեշտ է ըմբռնումով մոտենալ, ևս մեկ անգամ հիշեցնել երեխային անվտանգության կանոնները և բացատրել, որ նման կերպ հույզերն արտահայտելը կարող է վտանգավոր լինել նաև սիրելի մարդկանց առողջության համար [22]:

Հարգելի՛ ծնողներ,

մի փորձեք ամեն ինչ անել ինքնուրույն:
Յուրաքանչյուր հարցի, խնդրի և դժվարության
առաջացման դեպքում անպայման կապ
հաստատեք երեխայի ուսուցիչների և
մանկավարժահոգեբանական աջակցության
ծառայություններ մատուցող մասնագետների հետ,
քանի որ

**հեռավար ուսուցումը կրթական գործընթաց է,
որի անմիջական պատասխանատուն
չարունակում է մնալ դպրոցը:**



ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Բեգիրջյան Խ., Խաչատրյան Վ., Հովհաննիսյան Գ., Բաբայան Ս.- Եր. 2017թ.: ՀՀ պետական կառավարման ակադեմիա, Հեռավար ուսուցման կազմակերպումը և իրականացումը կանոնակարգող փաստաթղթերի ժողովածու Հ 530
2. Կորոնավիրուսային հիվանդության (COVID-19) պայմաններում հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում գործունեության կազմակերպման ուղեցույց <http://escs.am/files/files/2020-08-25/709e774b3ebe0c3afc18767bf6289c99.pdf>
3. Սվաջյան Ա.Հ., Ադամյան Հ.Ա. և այլոք: Ինչպես խթանել ներառումը դասարանում: Մեթոդական ուղեցույց: Ձեռնարկ - Եր.: Հանրապետական մանկավարժահոգեբանական կենտրոն, 2020 - 235 էջ
4. Branstetter R. (2020) How Parents Can Support Children With Special Needs During Distance Learning <https://rb.gy/kz5sty>
5. Deschaine, M. (2018). Supporting students with disabilities in k-12 online and blended learning. Lansing, MI: Michigan Virtual University. Retrieved from <https://mvlri.org/research/publications/supporting-students-with-disabilities-in-k-12-online-and-blended-learning/>
6. Elgersma C. (2020) Help parents and caregivers keep kids focused, interested, and balanced while learning from home <https://rb.gy/2pebcs>
7. Fojtik R. (2018) Problems of Distance Education <https://rb.gy/gj7j4d>
8. Goldman C. (2020) Distance learning not working? Here are strategies to try <https://www.washingtonpost.com/lifestyle/2020/12/01/remote-learning-strategies-covid-parenting/>
9. Grenier I. (2020) 5 Tips for Parents of Students Doing Distance Learning <https://www.penguinhall.org/5-tips-for-parents-distance-learning/>
10. Heick T. (2020) 22 Remote Learning Tips For Parents Helping At Home <https://www.teachthought.com/technology/remote-learning-tips-for-parents/>

11. Heisler L. (2020) 3 Tips for Parents Managing Behavior During Distance Learning <https://rb.gy/ocrm2l>
12. Hulick K. (2020) Healthy screen time is one challenge of distance learning <https://www.sciencenewsforstudents.org/article/healthy-screen-time-is-one-challenge-of-distance-learning>
13. Internet Safety Advice: Top Tips for Parents (2020) <https://www.webwise.ie/parents/advice-top-10-tips-for-parents/>
14. Mark E. Deschaine Central Michigan University (2020) Supporting Students with Disabilities in K-12 Online and Blended Learning <https://rb.gy/vbpwsa>
15. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, (2020). WHO. <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/mental-health-considerations.pdf>
16. Miller-Wilson K. (2020). Distance learning tips for children with autism <https://autism.lovetoknow.com/autism-education/distance-learning-tips-children-autism>
17. Minero E., Fleming N. (2020) DIY Ways to Meet a Child's Sensory Needs at Home <https://edut.to/3i1t3kv>
18. Mitchell C. (2020) Bridging Distance for Learners With Special Needs <https://www.edweek.org/teaching-learning/bridging-distance-for-learners-with-special-needs/2020/09>
19. Mundy P. ACS International Schools (2020) Parent's guide to distance learning <https://acs-schools.com/parents-guide-distance-learning>
20. Rachel H. F. (2020) Distance Learning: Tips for Parents of Children with Autism Spectrum Disorder - <https://www.texaschildrens.org/blog/distance-learning-tips-parents-children-autism-spectrum-disorder>
21. State University of West Georgia, Distance Education Center (2002) Distance Learning: Promises, Problems, and Possibilities <https://rb.gy/c77uas>

22. Supporting your children return to school during COVID-19. <https://www.unicef.org/rosa/stories/supporting-your-children-return-school-during-covid-19>
23. Tuulik R. (2020). How can parents support their children during distant learning? <https://www.innove.ee/en/blog/innove-rajaleidja-how-can-the-parents-support-their-children-during-distant-learning/>

ԻՆՉՊԵՍ ԽԹԱՆԵԼ ԵՐԵԽԱՅԻ ՆԵՐԱՌՈՒՄԸ ՅԵՌԱՎԱՐ ՈՒՍՈՒՑՄԱՆ ՄԵՋ

Խորհուրդներ ծնողներին

Մեթոդական ուղեցույց
Ձեռնարկ

Երևան – 2020





