

## با سلام و عرض احترام خدمت اولیا و دانش آموزان محترم

کودکان و نوجوانان امروز، شهروندان جهانی و عاملان قدرتمند تغییر و نسل آینده‌ی نزدیک و دانشمندان و پزشکان جهان ما هستند. هر بحران، فرصتی است برای کمک به کودکان و نوجوانان برای یادگیری، تمرین مهربانی و شفقت، و افزایش تاب‌آوری و در نهایت، ساختن جامعه‌ای امن‌تر و دلسوزتر. داشتن اطلاعات درست به از بین بردن ترس و نگرانی‌های دانش‌آموزان کمک می‌کند و آنها را برای مقابله با هرگونه پیامد ثانویه بر زندگی‌شان آماده می‌سازد. این راهنما، برای جلب مشارکت والدین و دانش‌آموزان گرامی، در ارتقای وضعیت سلامت و ایمنی، مجموعه‌ای از پیام‌ها و ملاحظات کلیدی را ارائه می‌دهد.

آموزش آنلاین در شرایط کرونا ممکن است باعث کاهش حوصله والدین و دانش‌آموزان شود، به دلیل بیشتر شدن تعاملات در خانه، پرخاشگر شدن بچه‌ها طبیعی است و والدین باید مدیریت تعامل با آنها را یاد بگیرند.

در آموزش بصورت آنلاین، برنامه ریزی آکادمیک بهم می‌خورد و معمولاً دانش‌آموزان ساعات مشخصی برای انجام تکالیف ندارند؛ بنابراین والدین باید برنامه ریزی مشخصی برای زمان آموزش و انجام تکالیف دانش‌آموزان داشته باشند.

بهتر است والدین فضای مشخصی از خانه و اتاق فرزند خود را برای آموزش و انجام تکالیف در نظر بگیرند تا دانش‌آموز بتواند با تمرکز بهتر به یادگیری مشغول شود.

والدین همچنین باید زمان مشخصی را برای استراحت و تفریح و تغذیه در بین ساعات آموزشی دانش‌آموزان در نظر بگیرند تا دانش‌آموزان اذیت نشوند.

به کاهش تعامل دانش‌آموزان با دوستان و هم‌سالان خود در این ایام توجه کنید تعامل با هم‌سالان به ویژه برای دانش‌آموزان به جهت پختگی روانی آنها بسیار حائز اهمیت است که در گذشته این نیاز از طریق مدرسه برای بچه‌ها تامین می‌شد؛ در این ایام نیز خانواده‌ها می‌توانند در صورتی که دوستان فرزند خود را می‌شناسند به فرزند خود اجازه دهند با دوستانش تماس تصویری برقرار کند و از این طریق به اجتماعی شدن دانش‌آموز کمک کنند.

ما معتقدیم در ایام آموزش مجازی، والدین باید با آموزگاران در تماس باشند و برنامه ریزی دقیقی را برای آموزش و ارائه تکالیف دانش‌آموزان داشته باشند تا دانش‌آموزان همانند دوران قبل از کرونا به برنامه‌ای منظم عادت کنند. این مورد با مراجعه روزانه شما به سایت مدرسه و آگاهی از برنامه‌ها و

تکالیف روزانه فرزندانان امکان پذیر است.

پنجشنبه و جمعه‌ها حتما برای استراحت دانش‌آموزان قرار داده شود والدین باید به صورت نامحسوس بر فعالیت فرزندان خود نظارت داشته باشند البته این نظارت نباید با شدت انجام شود و اصول کار با بچه‌ها را رعایت کنید.

والدین در آموزشهای آنلاین، باید فرزندان خود را به جستجو برای یافتن پاسخ پرسش‌ها و مطالب علمی و حل مسئله تشویق کنند و نباید تنها برای کسب نمره پاسخ تمرینات آموزشی را بدون اینکه دانش‌آموز به تفکر واداشته شود، در اختیار آنها قرار دهند.

در پایان پیش بینی فعالیت‌های پرتحرک و جنبشی برای بچه‌ها، گذراندن ساعاتی برای تماشای تلویزیون و داشتن برنامه‌ی منظم برای استفاده از دستگاه‌های هوشمند آموزشی اعم از موبایل، تبلت، لپ‌تاپ و... برای جلوگیری از اعتیاد دانش‌آموزان به دستگاه‌های هوشمند تأکیدی شود.

**واحد مشاوره دبیرستان شهید علیرضا افشار**