**Рекомендации родителям, которые необходимо учитывать при дистанционном обучении школьников**

1.Начинайте занятие в комфортное для ребенка время. Важно, чтобы у него было бодрое состояние и хорошее настроение. Так обучение не будет ассоциироваться с негативом и урок пройдет эффективно.

2.Выполняйте разные задания короткими забегами на максимальной скорости. Высокий темп обеспечит хорошую умственную тренировку и вовлечение, а частое переключение — отдых и интерес.

 3. Прекращайте выполнять упражнения на пике. Не надо дожидаться снижения эффективности и скорости или появления усталости и скуки.

 4.Больше всего мы тратим энергии, когда работаем на «спаде». Тогда же и результат снижается в несколько раз. Приучите ребенка отслеживать свое состояние и быстро переключаться.

5.Все упражнения должны выполняться легко и быстро — это залог мотивации и хорошей тренировки.

6.Если что-то получается медленно или сложно — возьмите уровень попроще. На этом этапе важна не сложность, а скорость и количество сделанного.

7.Непонятное, сложное, долгое и скучное пропускаем.

8.Не позволяйте ребенку скатываться в старые стратегии нелюбимого для него обучения. Это особенно важно на начальном этапе внедрения новых привычек обучения.