***Как организовать онлайн-урок?***

***Советы педагога-психолога учителям***

За последние несколько дней жизнь очень изменилась, российские вузы и школы переходят на дистанционные формы образования и коммуникации. Увы, очень многие педагоги не готовы к такому повороту событий и ни разу не проводили онлайн-уроки и занятия.

Как же лучше подготовиться? **Попробуем определить основные направления подготовки к онлайн-уроку и особенности его проведения:**

- Организация рабочего места

- Внешний вид

- Методика

- Управление своим состоянием и вниманием аудитории

- Технические детали

- Референсы

- Как этому научиться

**1. Организация рабочего места**

**1.1. Белый фон**

Истина такова, что учащиеся не должны тратить время и драгоценную концентрацию на разглядывание фона, на котором мы появляемся у них на мониторах или на экранах смартфонов.

В домашних условиях лучшим фоном, на котором будет выступать преподаватель, является белая стена без каких-либо деталей. Светлая, но не белая стена — тоже неплохо, но несколько хуже, так как даёт цветной отблеск на лицо и за счёт этого придаёт человеку слегка болезненный вид. Тёмный или чёрный фон — тоже отличное решение. Получается очень выразительная и стильная «картинка».

Если у вас уже есть белая стена без мебели — отлично, разверните рабочий стол так, чтобы во время трансляции камера «видела» вас на её фоне. Если нет — можно купить ролл-штору для окон (лучше всего — плотную и виниловую, светоблокирующую, чисто-белую или чёрную, шириной не меньше 160 см). Белая штора выглядит, как экран «под проектор». Вы можете закрепить штору на стене или на шкафу, разворачивать её во время работы и снова сворачивать, когда у вас нет занятий. Не очень удачный фон — книжный шкаф. Учтите, что в этом случае первые 20 минут дети будут изучать содержание шкафа, а не информацию, которую вы им преподносите. Не самый удачный фон — это ваш потолок. Когда рабочий стол стоит у стены, а вы сидите за ним — вы будете выступать на фоне своей люстры, которая будет конкурировать за внимание с вами.

**1.2.Подсветка**

Кроме «задника», на фоне которого вы выступаете, очень важен свет. Позаботьтесь о том, чтобы верхний свет был ярким. При возможности замените лампы в потолочных светильниках на более яркие, тёплого дневного света.

Будьте внимательны: верхнего света будет недостаточно 100%. Без дополнительной подсветки ваше лицо будет очень тёмным. А чем темнее оно будет, тем меньше внимания аудитории вы сможете удержать. Лицо в кадре надо ярко осветить, и это довольно просто сделать с помощью двух ламп.

**1.3. Питьевая вода**

Непривычный формат работы — это дополнительный стресс. От него нередко пересыхает горло. Позаботьтесь о том, чтобы рядом с вами стояла чашка с чаем или водой. Учтите, что учащиеся увидят дно вашей чашки крупным планом, так что проверьте на надписи и чистоту.

**1.4. Расположение камеры**

Если вы ведёте трансляцию со смартфона, закрепите его на штативе. Если с ноутбука — то угол наклона крышки (на ней закреплена камера) сильно влияет на пропорции вашего лица в кадре. Найдите оптимальный угол наклона, при котором ваше лицо вам будет нравиться.

**1.5. Удобные стул или кресло**

Критерии идеального сидячего места: у него есть хорошая опора для спины, желательны подлокотники, спинка не выше вашей головы (иначе над головой будет отвлекающий «нимб» из спинки кресла), не скрипит, достаточно мягкое. В идеале, кресла вообще не должно быть видно в кадре, то есть это вариант с низкими подлокотниками и низкой, не слишком широкой спинкой.

**1.6. Звукоизоляция**

Она должна быть. Если её нет — это действительно плохо. Предупредите всех домашних, что вы работаете и вам нужна полная тишина.

**1.7. Покой**

И еще раз про домашних. Ваш семья должна понимать, что вы на работе, и не отвлекать вас. Если в семье есть дети, кто-то должен во время трансляции присматривать за ними. То же касается и животных. Но появившиеся в кадре дети — это на самом деле «дело житейское», не надо этого бояться. Учащиеся и родители поймут. Кошей тоже любят все, пусть увидят, что вы человек, в конце концов.

**2. Внешний вид**

**2.1. Одежда и жесты**

Во время очных занятий необходимо использовать приемы для удержания и переключения внимания.

При живом общении нам доступны расположение и перемещение в пространстве, язык тела, позы и жесты для управления вниманием, контакт глаз с конкретными людьми в аудитории. Всё это прекрасно работает «вживую», но мы чувствуем себя не очень уверенно, когда лишаемся этого, переходя в онлайн-формат.

Чем это всё можно заменить?

- Ведите трансляции в выразительной одежде. Лучше, если она будет однотонной, чёткого силуэта, с яркими деталями. Это очень помогает удерживать внимание.

- Камера безжалостна к деталям.

Коллеги-женщины: даже если вы не используете косметику в обычной жизни, тональный крем, пудра и помада могут помочь чувствовать себя увереннее в кадре. Особенно — пудра с эффектом blur (но не слишком светлая). Более яркое лицо удерживает внимание лучше (в сети есть много роликов о гриме, макияже для фото- и видеосъёмки).

- Садитесь перед камерой так, чтобы были видны жестикулирующие руки.

- Немного усильте эмоциональную экспрессию и мимику лица.

И расправьте плечи! Сейчас вашему лицу, шее и плечам придётся невербально выражать те нюансы, которые в аудитории мы выражали всем телом.

**2.3. Прическа**

Лёгкая небрежность в причёске выглядит в обычной жизни очень мило. В кадре это выглядит совсем иначе. Для успешной работы важно то, как выглядит «говорящая голова», включая причёску. Уложитесь аккуратно.

**2.4. Как я выгляжу?**

Чтобы понять, как вы будете выглядеть в кадре, включите лампы подсветки, сядьте за рабочий стол и включите встроенную фотокамеру. Это та же самая камера, которая будет вести трансляцию. Сделайте несколько фотографий и внимательно их рассмотрите: в порядке ли одежда, не попадают ли в кадр ненужные предметы и т. п. Выберите подходящий ракурс.

**3. Методика**

Учащиеся будут более внимательны, если Вы создадите «эффект присутствия». Вот простые способы, как этого достичь:

**3.1. Приветствие**

Здоровайтесь более акцентированно, чем в классе. Обычного «здравствуйте, давайте начнём работать» может не хватить. Скажите, что вы рады видеть собравшихся. Посмотрите на состав учеников и отметьте, сколько собралось людей: «О, нас уже шестнадцать человек, можем начинать!».

**3.2. Все присутствуют?**

«Отмечайте посещение», даже если посещаемость не входит в вашу формулу итоговой оценки. Например: «Давайте начнём, прошу всех, кто пришёл вовремя и не опоздал, поставить плюс в чате». По мере появления этих «плюсов» можно их комментировать, например, так: «Ага, вижу: здесь Иван, Елена, Игорь, Даша... отлично. Всё, остальные будут считаться опоздавшими. Лучше начинать вовремя». Это делается для того, чтобы дети и родители почувствовали себя частью класса, а не просто зрителем перед экраном.

В середине занятия лучше сделать такую перекличку ещё раз, задав вопрос и попросив коротко ответить. Например: «Кто согласен с этим — напишите в чате «Да», а кто не согласен — напишите «Нет», кто не уверен — напишите «Нет ответа». По мере появления в чате ответов считайте их (если группа маленькая), и если кто-то не отвечает, спросите: «Вижу мало ответов. Остальные присутствуют на занятии или уже отправились по своим делам»? Это даст ученикам сигнал, что от занятия не надо отвлекаться.

**3.3. Комментируйте свои действия**

Например, иногда вам нужно переключить слайд, чтобы показать его на мониторе. Или включить кому-то из участников звук, чтобы спросить о чём-то. Если делать это молча, то возникает неловкость и эффект большой дистанции. А нам, наоборот, нужен эффект присутствия.

Можно комментировать свои технические действия. Например, так: «Секунду, я посчитаю, сколько ребят в чате ответили „Да“, а сколько ответило „Нет“». Или: «Минутку, я включу Анне звук. Анна, ты в эфире, Тебя хорошо слышно....»

**3.4. Вдохновение**

Для вдохновения можно читать/перечитывать «Великую дидактику» Яна Амоса Коменского. Этот древний текст напоминает, что наша «старая добрая» лекционно-семинарская и классно-урочная система когда-то была таким же новшеством, что и онлайн-образование сейчас. И людям было реально сложно представить, зачем разделять учеников на классы и т.д.

**4. Управление своим состоянием**

Будьте готовы к тому, что первое время новый формат работы может показаться утомительным.

Быстро отдохнуть помогают упражнения аутотренинга, они легко ищутся через поисковик и их просто освоить. За неделю освойте базовые упражнения, это уже будет очень хорошее подспорье. Совсем без такого отдыха между занятиями работать в первое время будет сложновато.

Полезно ставить рядом с монитором что-то красивое и приятное глазу: это не будет видно учащимся, но будет видно вам. При взгляде на эти предметы мы улыбаемся — и это ОЧЕНЬ важно при работе онлайн.

Специфика дистанционного формата такова, что люди зачастую кажутся чуть более суровыми, суетливыми, неприветливыми или напряжёнными, когда их снимает камера.

Так что на поддержание комфортной обстановки на занятии стоит обращать особое внимание. Полезно в первое время ставить рядом с монитором зеркало — глядя на себя, вы сможете заметить, что нахмурились. В отличие от очной встречи, у учащихся мало возможностей правильно распознать ваши невербальные сигналы. Вы можете хмуриться из-за технических сложностей, а ученики могут принять это на свой счёт, напрячься — и это сразу же снизит эффективность работы.

**5. Технические детали**

Если у вас есть ноутбук, то в первое время не понадобится ни веб-камера, ни микрофон-петличка, ни наушники. Может понадобиться подсветка. Что точно важно: нужно очень надёжное и быстрое интернет-соединение.

Тогда вы будете видеть лица и оценивать реакцию на свои слова. Когда нужно будет кому-то предоставить слово, вы сможете включить этому ребенку микрофон на время его реплики.

**6. Референсы**

Очень рекомендую внимательно присмотреться не только к коллегам, которые ведут онлайн-уроки (и новым взглядом оценить их в кадре), но и понаблюдать за поведением в кадре хороших журналистов во время интервью, за дикторами программы новостей. Это профессионалы, привыкшие к камере, и в их поведении можно «подсмотреть» что-то, что пригодится нам в виртуальной аудитории.

**7. Как этому всему научиться?**

Онлайн-преподавание— это новая профессиональная область. Тут пока нет единых стандартов профессионализма, они формируются прямо у нас на глазах. Так как программ подготовки к онлайн-преподаванию и онлайн-консультированию мало, мы учимся на практике.

**Как ускорить такое обучение?**

- 7.1. Делайте «разбор полётов».

Обязательно ведите видеозапись своих уроков (предупредив учащихся, конечно). Это поможет вам не только подготовить в будущем полноценный онлайн-курс, но и даст возможность при пересмотре записи увидеть свои методические ошибки. Такие ошибки лучше сразу исправлять, формируя новые привычки.

- 7.2. Обсуждайте с коллегами методическую и техническую сторону работы в онлайн-формате.

- 7.3. Изучайте лучшие образцы на Coursera, Netology, на сайтах издательств вебинары и видеолекции других коллег, ищите удачные приёмы работы.

- 7.4. Посоветуйтесь с фотографами и видео-операторами по техническим вопросам.

Уважаемые школьные учителя, среди ваших учеников 100% найдется Петров или Сидоров, которые с радостью настроят вам программу, микрофон и камеру: обращайтесь к ним за помощью, ребятам будет приятно проявить себя вне класса.

- 7.5. Ищите методические советы и материалы в сети. Делитесь ими с коллегами. Чем мы можем помочь друг другу?