

Памятка для обучающихся по организации образовательной деятельности с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Дорогие ребята!

С 7 апреля 2020 года ваше обучение будет проходить дистанционно без посещения школы.

Во время дистанционного обучения для успешного усвоения программ учебных предметов, сохранения вашего здоровья и психологического комфорта важно соблюдать следующие правила:

1. Сохранять и поддерживать **привычный распорядок дня** (утренняя зарядка, время сна и бодрствования, время начала уроков, их продолжительность, «переменки», время для выполнения домашних заданий, время отдыха и т.д.).
2. Составьте **график уроков** и повесьте его на видное место, чтобы точно знать, что и когда вам нужно делать. Расписание учебных занятий на время дистанционного обучения размещено на сайте школы в разделе «Дистанционное обучение». Придерживайтесь инструкций и заданий, полученных от учителей-предметников и классного руководителя.

Помните, что время работы на компьютере по СанПИН:

1-4 классы – 15 минут, 5-7 классы – 20 минут, 8-11 классы – 25 минут.

Обязательно делайте перерывы!

3. Ваше **рабочее место** должно быть оборудовано следующим образом: письменный стол, стул, компьютер/ноутбук, планшет, смартфон с подключением к интернету, учебники по предметам, тетради, необходимые канцелярские принадлежности.
4. Для организации дистанционных занятий создайте **электронную почту** – сообщите её вашему классному руководителю и зарегистрируйтесь на **электронных образовательных платформах**, рекомендованных вашими учителями.

По заданию учителя вы выходите на образовательную платформу по ссылке, читаете лекцию/информацию, смотрите видеоматериал или презентацию (при необходимости несколько раз, чтобы усвоить и запомнить), отвечаете на вопросы, выполняете тренировочные тесты, домашние задания и отправляете его по каналу обратной связи указанному учителем.

Если у вас что-либо не получается, не волнуйтесь! Обязательно свяжитесь со своим классным руководителем и опишите возникшую проблему.

5. Ориентируйтесь только на **официальную информацию**, которую Вы получаете от классного руководителя, учителей и администрации школы.
6. **Старайтесь в этот период как можно больше находиться дома, а на улице избегайте мест массового скопления людей** и близкого контакта с теми, кто имеет симптомы гриппа: жар (высокую температуру). Кашель, боль в горле, насморк, ломоту в теле, головную боль, озноб и чувство усталости.

Дорогие ребята!

Желаем вам успешного, эффективного и комфортного освоения учебной программы!