

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

## Дорогие ребята!

С 6 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 **свой график уроков** и повесьте его на видное место, чтобы точно знать, что и когда вам нужно делать. Расписание учебных занятий на время дистанционного обучения остаётся без изменений, а вот в какое время выполнять тот или иной урок - решать вам. Учителя-предметники для вас будут проводить **онлайн-уроки**.

**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** может 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 (по согласованию с учителем-предметником, классным руководителем).

**Если у вас что-либо не получается, не волнуйтесь!**

**Обязательно свяжитесь со своим классным руководителем и опишите возникшую проблему.**

**Помните, классный руководитель всегда вам поможет!**

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!**