

Памятка для учащихся 10-11 классов по организации дистанционного обучения



Уважаемые ребята!

С 6 апреля мы с вами временно перешли на дистанционную форму обучения. Не забывайте, что результат дистанционного обучения напрямую зависит от вашей способности к самоорганизации! Чтобы у вас все получилось, необходимо четко спланировать свой распорядок дня.

Для успешной работы вам необходимо правильно организовать свое рабочее место. На рабочем столе у вас не должно быть ничего лишнего.

Начало занятий в 9.00 ежедневно (кроме выходных), продолжительность уроков 30 минут, перемены 10 минут. Перед началом обучения включите техническое устройство (компьютер, ноутбук, планшет), проверьте подключение к сети Интернет. Зайдите на сайт школы в раздел «Дистанционное обучение». Подготовьтесь к уроку.

Проследите, чтобы во время онлайн подключений был выключен телевизор в комнате, обеспечена тишина и рабочая обстановка. Не отвлекайтесь при выполнении заданий.

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для

профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

Не откладывайте выполнение заданий, отправляйте на проверку всё вовремя. НЕ ЗАБЫВАЕМ, что в теме письма обязательно нужно прописать номер класса и фамилию ребенка. Например, 10 «Б» Иванов Иван.

Нельзя пропускать занятия! Посещать занятия в дистанционном режиме необходимо согласно установленному расписанию.

Помните, что ваши учителя всегда готовы дистанционно прийти на помощь. Связаться с учителем вы можете через электронную почту, электронный дневник (СГО), в телефонных мессенджерах (WhatsApp, Viber и т.д.).

По вопросам обучения вы всегда можете обратиться к классному руководителю.

ВАЖНО! В соответствии с требованиями СанПиН

продолжительность **НЕПРЕРЫВНОГО** использования компьютера для учащихся 8-11 классов составляет *не более 25 минут*

УСПЕХ ЗАВИСИТ ОТ НАШИХ СОВМЕСТНЫХ ДЕЙСТВИЙ!

Желаем вам успехов! Берегите себя!