

РЕКОМЕНДАЦИИ
по организации обучения с использованием дистанционных
образовательных технологий для обучающихся 5-11 классов

Уважаемые ученики!!!

1. В период с 8 по 13 ноября 2021 года занятия в 5-11 классах с 8 ноября по 13 ноября 2021 года проводятся в режиме дистанционного обучения.

2. Онлайн-уроки проводятся на платформе Zoom. Если на вашем компьютере (ноутбуке) эта программа не установлена, зайдите на сайт школы школаббнт.рф в раздел «Дистанционное обучение» и скачайте инструкцию по установке «Клиент Zoom».

3. Расписание учебных занятий на неделю будет опубликовано на сайте школы. В расписании **ЗЕЛЕНЫМ ЦВЕТОМ** отмечены онлайн-уроки, **ЖЁЛТЫМ ЦВЕТОМ** – самостоятельная работа по предложенным заданиям. Для подключения к видеоконференции необходимо за 10 минут включить компьютер и запустить Zoom, перейти по указанной ссылке, проверить, что вы заходите под своим именем и фамилией.

В случае возникновения вопросов или трудностей, обращайтесь к классному руководителю.

Важно! После подключения к видеоконференции необходимо отключить микрофон. Микрофон включаем только тогда, когда учитель вас спрашивает и хочет услышать ваш ответ. Во всех остальных случаях все вопросы задаем учителю в чате конференции.

4. Выполненные задания учащиеся представляют учителю в указанные сроки и в обозначенной форме. Недопустимо задерживать выполнение заданий по срокам. Каждая работа подписывается по образцу: Ф.И. учащегося_класс_предмет_дата, на которую дано задание (например: Петров Михаил_6а_история_17.11)

5. Учитель проверяет задания в соответствии с заданными критериями. Отметки за выполненные задания выставляются в классные электронные журналы.

6. Учащиеся для самообразования могут воспользоваться бесплатными электронными ресурсами - Российская электронная школа - Московская электронная школа - Мои достижения – онлайн сервис самоподготовки и самопроверки - Медиатека Издательства «Просвещения» - Яндекс.Учебник - Учи.ру – интерактивная образовательная онлайн-платформа - Фоксфорд – онлайн-платформа образовательных курсов - Якласс – цифровой образовательный ресурс для школ с множеством заданий и тестов - Образовариум – интерактивная образовательная онлайн-платформа - Lesta – образовательная онлайн-платформа - МЭО (мобильное электронное образование) – онлайн курсы

7. Рекомендуем при работе на компьютере делать перерывы, выполняя комплекс упражнений для глаз и для снятия утомления:

1. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5. Повторять 4 - 5 раз. 2. Крепко зажмурить глаза (считать до 3,

открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5). Повторять 4 - 5 раз. 3. Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз. Повторять 4 - 5 раз. 4. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1 - 4, потом перенести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторять 4 - 5 раз. 5. В среднем темпе проделать 3 - 4 круговых движений глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторять 1 - 2 раза.