

Рекомендации по организации домашнего режима в условиях дистанционного обучения

Ситуация с неожиданным прерыванием учебного ритма, переводом учебы в дистанционный формат, да еще в условиях общей тревоги взрослых и реальной опасности, связанной с пандемией, может оказаться большим испытанием для ребенка или подростка с ограниченными возможностями здоровья. Трудности сохранения эмоциональной стабильности и адаптации к новым условиям обучения и жизни могут быть связаны со многими особенностями таких детей.

В сложившейся ситуации сохранение активности ребенка в обучении, так же, как и его вовлечение в осмысленный уклад домашней жизни, полностью зависит от близких людей, которые, в свою очередь, также нуждаются в консультациях и поддержке. Поэтому необходим регулярный дистанционный контакт со специалистами, чтобы оперативно обсуждать возникающие трудности.

Информация по дистанционному обучению — с 06.04 по 30.04 2020г. Школа-интернат перешла на дистанционное обучение. Допускается, что с 01.05 и до конца учебного года дальнейшее обучение будет организовано в дистанционном режиме.

Дистанционное обучение - учебный процесс, построенный на интерактивном общении учителя и учащихся, находящихся на расстоянии друг от друга, реализуемый с применением телекоммуникационных сетей. Дистанционное обучение обладает всеми компонентами, присущими учебному процессу: целями, содержанием, методиками, средствами подготовки специалистов.

Порядок и организация дистанционного обучения регулируется:
- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.12 г. № 273-ФЗ ст. 34 (ред. от 01.05.2019);
- Федеральным законом № 11-ФЗ от 28.02.2012 г. «О внесении изменений в Закон РФ «Об образовании» в части применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий»;

- Приказом Минобрнауки России № 137 от 6 мая 2005 г. «Об использовании дистанционных образовательных технологий» и другими документами.

- Положение об организации образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

- п. 10.3. Санитарно – эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях «Санитарно – эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.2.2821-10», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 189, в целях профилактики переутомления обучающихся в годовом календарном учебном плане, равномерного распределения периодов учебного времени.

С 19 марта по 3 апреля в каждом классе прошел мониторинг наличия у школьников компьютеров, планшетов и телефонов. Дети, которые не смогут заниматься на образовательных платформах, будут получать домашнее задание из учебников через родителей, по телефону, школьные чаты и электронную почту. Телефоны есть у всех родителей, адреса электронной почты собраны. В случае возникновения вопросов будут организованы заочные консультации.



Требования к организации дистанционного обучения

Время начала уроков родители могут определять самостоятельно. Задания по темам учителями формируется по утвержденному раннее школьному расписанию. Время урока по дистанционному формату не должно превышать 30 минут. Перемены согласно требованиям СанПиН должны быть организованы — от 5 до 20 минут. Такой график позволяет школьникам и их родителям сохранить привычный режим в новых условиях. Согласно санитарным правилам и нормам, СанПиН 2.2.2./2.4.1340-03 «Гигиенические требования к видеодисплейным терминалам и персональным электронно-вычислительным машинам и организация работы» и СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы» для учащихся школ:

Рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанная с фиксацией взора на экране монитора не должна превышать:

для детей 6-10 лет- 15 мин;

для детей 10-13 лет – 20 мин;

старше 13 лет – 25-30 мин (на 2-м часу работы не более 20 мин).

Оптимальное количество занятий в течение дня:

для детей 6-10 лет– 1 занятие;

для детей 10-13 лет – 2 занятия;

старше 13 лет – 3 занятия.

Для предупреждения развития переутомления обязательными мероприятиями являются:

проведение упражнений для глаз через каждые 20 — 25 мин. работы;

устройство перерывов после каждого занятия длительностью не менее 15 мин.;

проведение во время перерывов сквозного проветривания помещения с ВДТ или ПЭВМ при отсутствии детей;

проведение упражнений физкультминутки в течение 1 — 2 мин. для снятия утомления, которые выполняются индивидуально при появлении начальных признаков усталости;

выполнение профилактической гимнастики.

Занятие с компьютерами независимо от возраста детей должны проводиться в присутствии родителя.