

## **Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий**

Для реализации дополнительных общеобразовательных программ и занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий педагогам дополнительного образования рекомендуется готовить информационные материалы (тексты, презентации, изображения, видео- и аудиозаписи, ссылки на источники информации и т.п.) и задания для учащихся, которые могут размещаться:

- на сайте муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеский центр «Росток»;
- в группах объединения в социальных сетях;
- в группах объединения в мессенджерах;
- направляться по электронной почте.

Возможно проведение занятий в формате вебинаров.

В случае отсутствия у учащихся выхода в Интернет рекомендуется организовать информирование посредством телефонных сообщений.

Для организации контроля выполнения заданий педагога, используя указанные выше способы, могут направлять учащимся вопросы, тесты, практические задания и т.п. и, затем, давать обратную связь каждому ребенку. При необходимости педагогу рекомендуется организовать анализ видеозаписей выполнения учащимися упражнений, движений, приёмов и т.п. (особенно для физкультурно-спортивной и туристско-краеведческой направленностей).

Все информационные материалы и задания, направляемые учащимся, должны соответствовать содержанию реализуемой дополнительной общеобразовательной программы.

Педагогам дополнительного образования Центра при реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий рекомендуется:

- создавать простые, нужные для учащихся задания;
- учитывать гигиенические требования при проведении видеосвязи, онлайн-занятий (приложение 1);
- выражать свое отношение к работам учащихся в виде текстовых или аудио рецензий, устных онлайн консультаций.

В случае внесения изменений в разделы реализуемой дополнительной программы рекомендуется применять следующие **методы электронного обучения:**

- словесные, наглядные, практические;
- репродуктивные, объяснительно-иллюстрированные, проблемные;
- индуктивные, дедуктивные, комплексные.

К методам интерактивного обучения относятся:

- мини – лекция;

- контрольный лист или тест;
- игровые упражнения;
- разработка проекта;
- решение ситуационных задач;
- проигрывание ситуаций;
- обсуждение сюжетных рисунков.

**Формы занятий электронного обучения:**

- лекционные занятия (форумы, видеоконференции);
- контрольные занятия (семинары, консультации).

В целях оказания методической помощи при реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий рекомендуем использовать следующие телекоммуникационные средства:

1. Сайт Министерства просвещения Российской Федерации <https://edu.gov.ru/>, официальная страница <https://vk.com/minprosvet> Новостная лента - <https://edu.gov.ru/press/>
2. Горячая линия Министерства просвещения РФ по организации дистанционного обучения <https://vk.com/@minprosvet-goryachaya-liniya-distancionnogo-obucheniya>
3. Горячая линия ГАУ ДПО ЯО ИРО по организации дистанционного обучения - <http://www.iro.yar.ru/index.php?id=4499>
4. Методические рекомендации Минпросвещения РФ - [http://www.iro.yar.ru/fileadmin/iro/rectorat/2020/distant/2020-03-19\\_gd\\_39-04.pdf](http://www.iro.yar.ru/fileadmin/iro/rectorat/2020/distant/2020-03-19_gd_39-04.pdf)
5. Русскоязычный конструктор дистанционного обучения и создания онлайн-курсов Eduardo. <http://didaktor.ru/eduardo-rossijskaya-platforma-onlajn-obrazovaniya/>
6. Билет в будущее <https://site.bilet.worldskills.ru/>
7. Онлайн-курсы Образовательного центра Сириус <https://edu.sirius.online/#/>
8. Библиотека МЭШ [https://uchebnik.mos.ru/catalogue?compilation\\_name=%D0%A3%D1%87%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D1%8F&compilation\\_id=75178](https://uchebnik.mos.ru/catalogue?compilation_name=%D0%A3%D1%87%D0%B5%D0%B1%D0%BD%D1%8B%D0%B5%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BE%D0%B1%D0%B8%D1%8F&compilation_id=75178)
9. Элемент <https://elducation.ru/>

## **Гигиенические требования к организации работы с персональным компьютером**

В целях предотвращения неблагоприятного влияния вредных факторов трудового процесса на здоровье пользователей персональными компьютерами (далее ПК) необходимо соблюдать ряд рекомендаций при организации работы.

### **1. Общие требования к организации рабочих мест пользователей ПК**

1.1. Экран монитора должен находиться от глаз пользователя на расстоянии не менее 50 см (оптимально 60 - 70 см). Уровень глаз должен приходиться на центр или 2/3 высоты экрана. Следовательно, работа за одним монитором 2-х и более человек недопустима.

1.2. Конструкция рабочего места (стола, стула, кресла и т.п.) должна обеспечивать поддержание рациональной рабочей позы - корпус выпрямлен, сохранены естественные изгибы позвоночного столба, голова слегка наклонена вперед, для снятия статического напряжения с плечевого пояса и рук предплечья опираются на поверхность стола. Рациональная рабочая поза позволит снизить напряжение мышц шейно-плечевой области, мышц спины и предупредить развитие утомления.

1.3. При наличии высокого стола и стула, не соответствующих росту учащихся, следует использовать регулируемую по высоте подставку для ног.

### **2. Требования к режиму труда и отдыха**

Немаловажным фактором при организации компьютерного обучения является строгое соблюдение режимов труда и отдыха, проведение занятий по индивидуальным графикам. Продолжительность работы с использованием ПК составляет не более 40 минут, включая физкультурные минутки и паузы, а также профилактические упражнения для глаз.

Рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанная с фиксацией взора на экран 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.