

Рекомендации использования технических средств дистанционного обучения на занятиях в Муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования «Городской центр туризма, краеведения и экскурсий «Комета» городского округа город Уфа Республики Башкортостан

Вид непрерывной деятельности	Время деятельности в зависимости от класса, мин.			
	6-8 лет	9-11 лет	12-13 лет	Старше 14 лет
Просмотр статических изображений на экранах отраженного свечения	10	15	20	25
Просмотр телепередач	15	20	25	30
Просмотр динамических изображений на экранах отраженного свечения	15	20	25	30
Работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	15	15	20	25
Прослушивание аудиозаписи	20	20	25	25
Прослушивание аудиозаписи в наушниках	10	15	20	25

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

- для детей 6-10 лет – 15 мин;
- для детей 10-13 лет – 20 мин;
- старше 14 лет – 25-30 мин (на 2-м часу работы не более 20 мин).

Оптимальное количество дистанционных занятий в течение дня

- для детей 6-10 лет – 1 занятие;
- для детей 10-13 лет – 2 занятия;
- старше 14 лет – 3 занятия.

Рекомендуемые электронные ресурсы для проведения дистанционных занятий:

Zoom, Duo, WhatsApp, Vk.com, Skype, Webinar и т.д.

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____

 Ю.Д. Нуриахметова