



# КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ

МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

01  
ШАГ

## ВЫБРАТЬ УДОБНУЮ ДЛЯ ВАС ОНЛАЙН-ПЛАТФОРМУ

- Школьный портал
- Образовательная онлайн-платформа
- Социальные сети

02  
ШАГ

## СОСТАВИТЬ РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ НА КАЖДЫЙ УЧЕБНЫЙ ДЕНЬ

- В соответствии с учебным планом по каждой дисциплине
- Дифференцируя по классам и сокращая время проведения урока **до 30 минут**



**ВАЖНО!**

- ✓ Планировать свою деятельность с учетом системы дистанционного обучения
- ✓ Создавать простейшие нужные для обучающихся задания

03  
ШАГ

## ИНФОРМИРОВАТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ О ПРЕДСТОЯЩЕМ ДИСТАНЦИОННОМ ОБУЧЕНИИ

- Предоставить ссылки на ресурсы, где будет проходить обучение
- Ознакомить с расписанием занятий
- Предоставить график проведения текущего и итогового контроля по учебным дисциплинам
- Информировать об организации ежедневного мониторинга фактического присутствия обучающихся

04  
ШАГ

## ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

- Дополнительные «точечные» консультации для тех, кто не разобрал материал
- Выражать своё отношение к работам обучающихся в виде текстовых или аудиорецензий, устных онлайн-консультаций



Задать вопрос об организации дистанционного обучения, получить методическую поддержку можно по телефону горячей линии

**+7 800 200 91 85**

На связи лучшие учителя, методисты и сотрудники федеральных профильных институтов



# ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ДОМАШНЕЙ ОБСТАНОВКЕ: КОМФОРТНО И ПРОСТО!



Создайте комфортную среду во время уроков. Например, работающий телевизор будет мешать занятиям.

## ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ



Наблюдайте за работой ребенка на компьютере.



Обязательно контролируйте время работы ребенка на компьютере. Перерывы необходимо устраивать через каждые 15-20 минут.



Старайтесь снижать зрительную нагрузку ребенка при работе с компьютером.



Проветривайте помещение, где занимается ребенок. Устраивайте физкультминутки.



Достаточное пространство для письменной работы и занятий за компьютером.



Оборудование должно быть недоступно домашним животным.



Спина должна быть ровной!

**ВАЖНО!**  
Небольшой вес и размер компьютерного оборудования

20 см

1,5 кг



Правильное освещение: свет должен падать на клавиатуру сверху (люминесцентные лампочки использовать нежелательно).



Рабочий стол рядом с окном. Естественное освещение важно для здоровья!



Технические средства на расстоянии вытянутой руки.



# ОБУЧЕНИЕ НА ДОМУ: ПРОСТО И ЭФФЕКТИВНО!

## ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



### КАК ПЕРЕЙТИ НА ДОМАШНЕЕ ОБУЧЕНИЕ? ВСЁ ОЧЕНЬ ПРОСТО!

#### 01 ОБСУДИТЬ И СОГЛАСОВАТЬ ФОРМАТ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ С РУКОВОДСТВОМ ШКОЛЫ И УЧИТЕЛЯМИ

ШАГ

Формат дистанционного обучения определяется школой и может отличаться в зависимости от региона РФ

#### 02 СОЗДАЙТЕ ЧАТ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ

ШАГ

Для того чтобы процесс дистанционного обучения был эффективным, необходимо получать обратную связь от учителей. Самый удобный вариант – создать чаты с преподавателями в популярных мессенджерах или социальных сетях

#### 03 ИСПОЛЬЗУЙТЕ РЕКОМЕНДОВАННЫЕ ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

ШАГ

Минпросвещения России рекомендует использовать следующие бесплатные ресурсы:

- ▶ «Российская электронная школа»
- ▶ «Московская электронная школа»
- ▶ Портал «Билет в будущее»
- ▶ «Молодые профессионалы (Ворлдскиллс Россия)»
- ▶ Образовательный центр «Сириус»
- ▶ Всероссийский открытый урок – проект по ранней профориентации школьников «ПроеКТОрия»
- ▶ Всероссийский образовательный проект «Урок цифры»

#### 04 ПОЗВОНИТЕ ПО ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ

ШАГ

При возникновении вопросов или проблем, связанных с переходом на дистанционное обучение, Вы всегда можете позвонить на горячую линию для родителей и учителей

**+7 800 200 91 85**



**ВАЖНО!**

Эффективно выстроить дистанционный учебный процесс возможно с помощью ПЛАТФОРМЫ НОВОЙ ШКОЛЫ ([www.pcbi.ru](http://www.pcbi.ru)), созданной Сбербанком. Обсудите этот вопрос с руководством школы







# ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ – БЕЗ ВРЕДА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ!

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО БЕЗОПАСНОЙ РАБОТЕ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ И/ИЛИ ПЛАНШЕТОМ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ



## 04

### ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ

1. Быстро поморгать, закрыть глаза, медленно считая до 5. Повторять 4 - 5 раз.
2. Крепко зажмурить глаза и считать до 3. Открыть глаза и посмотреть вдаль, считать до 5.
3. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1 - 4, потом перенести взор вдаль на счет 1 - 6.

Каждое упражнение повторять по 4 – 5 раз

## 01

### БЕЗОПАСНАЯ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ НЕПРЕРЫВНОЙ РАБОТЫ ЗА КОМПЬЮТЕРОМ

1-4 классы: 15 минут  
5-7 классы: 20 минут  
8-11 классы: 25 минут  
(согласно нормам СанПИН)



## 02

### НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ДЕЛАТЬ РЕГУЛЯРНЫЕ ПЕРЕРЫВЫ В ЗАНЯТИЯХ



## 03

### ДЕЛАЙТЕ ПРОСТЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ОБЩЕГО УТОМЛЕНИЯ



# ЛУЧШИЕ ОНЛАЙН-РЕСУРСЫ ДЛЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ



## «ЯКЛАСС»

Портал поможет учителям проверить, как ученики усвоили материал

Сайт  
[yaklass.ru](http://yaklass.ru)



## «УЧИ.РУ»

Интерактивные курсы по основным предметам и подготовке к проверочным работам, тематические вебинары по дистанционному обучению

Сайт  
[uchi.ru](http://uchi.ru)



## «ЯНДЕКС.УЧЕБНИК»

Содержит более 35 тыс. заданий разного уровня сложности по русскому и математике для школьников 1–5-х классов

Сайт  
[education.yandex.ru](http://education.yandex.ru)



## ОНЛАЙН-ПЛАТФОРМА «МОИ ДОСТИЖЕНИЯ»

Широкий выбор диагностик для учеников с 1-го по 11-й класс по школьным предметам и различным тематикам

Сайт  
[myskills.ru](http://myskills.ru)



## «ОЛИМПИУМ»

Платформа для проведения олимпиад и курсов

Сайт  
[olimpium.ru](http://olimpium.ru)



## ПЛАТФОРМА НОВОЙ ШКОЛЫ, СОЗДАННАЯ СБЕРБАНКОМ

Позволяет выстроить эффективный дистанционно-учебный процесс

Сайт  
[pcbl.ru](http://pcbl.ru)



## СОЦСЕТИ

Популярные соцсети «ВКонтакте» и «Одноклассники» обладают всеми необходимыми техническими возможностями и инструментами для организации дистанционного обучения





# ОРГАНИЗАЦИЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ СПО

## КАК ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗОВАТЬ УДАЛЕННЫЕ ЗАНЯТИЯ

01

Выбрать  
онлайн-платформу  
для организации  
занятий

02

Составить  
онлайн-расписание  
«виртуальных  
занятий»

03

Создать  
чат для контроля  
домашних заданий  
и консультаций

04

Организовать  
групповые работы  
в рамках практик  
и проектов

05

Обеспечить  
доступ  
к электронной  
библиотеке

В случае  
невозможности  
применения  
электронного обучения  
рекомендуется  
рассмотреть  
возможности  
предоставления  
каникул

Платформа  
«Цифровой  
колледж»

цопп

Кван-  
ториумы

Уроки  
Цифры

## РЕКОМЕНДУЕТСЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОФИЛЬНЫХ ЦИФРОВЫХ ПЛАТФОРМ

Задать вопрос об организации  
дистанционного обучения, получить  
методическую поддержку можно по  
телефону горячей линии

**+7 977 978 29 69**







# ЛУЧШИЕ ОНЛАЙН-РЕСУРСЫ ДЛЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ



**«РОССИЙСКАЯ  
ЭЛЕКТРОННАЯ ШКОЛА»**  
Интерактивные уроки  
по всему школьному курсу  
с 1-го по 11-й класс  
лучших учителей страны.

**Сайт**  
[resh.edu.ru](http://resh.edu.ru)



**«МОЛОДЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЫ  
(Ворлдскиллс Россия)»**  
Портал официального  
оператора международного  
движения WorldSkills International

**Сайт**  
[worldskills.ru](http://worldskills.ru)



**ТЕЛЕКАНАЛ МОСОБРТВ**  
Первое  
познавательное телевидение,  
где школьное расписание  
и уроки представлены  
в режиме прямого эфира

**Сайт**  
[mosobr.tv](http://mosobr.tv)



**«МОСКОВСКАЯ  
ЭЛЕКТРОННАЯ ШКОЛА»**  
Широкий набор  
электронных учебников  
и тестов, интерактивные  
сценарии уроков

**Сайт**  
[mos.ru/city/projects/mesh](http://mos.ru/city/projects/mesh)



**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР  
«СИРИУС»**  
Онлайн-курсы,  
объединённые единой  
методической концепцией,  
от ведущих  
преподавателей страны

**Сайт**  
[edu.sirius.online](http://edu.sirius.online)



**«БИЛЕТ В БУДУЩЕЕ»**  
Профориентационный портал  
с видеоуроками и расширенными  
возможностями тестирования  
и погружения в различные  
специальности и направления  
подготовки

**Сайт**  
[bilet-help.worldskills.ru](http://bilet-help.worldskills.ru)



**«УРОК ЦИФРЫ»**  
Всероссийский  
образовательный проект,  
который позволяет школьникам,  
не выходя из дома,  
знакомиться с основами  
цифровой экономики,  
цифровых технологий  
и программирования

**Сайт**  
[урокцифры.рф](http://урокцифры.рф)



**Уроки  
«Проектория»**  
Онлайн-уроки  
по профессиональной навигации  
знакомят школьников  
с передовыми индустриями  
и перспективными  
профессиями

**Сайт**  
[proektoria.online](http://proektoria.online)





# ПОДМОСКОВНАЯ ПЛАТФОРМА «ЦИФРОВОЙ КОЛЛЕДЖ»

01

## ЧТО ТАКОЕ «ЦИФРОВОЙ КОЛЛЕДЖ»



«Виртуальный кампус», где студенты могут дистанционно изучать теоретические материалы в формате видеолекций, выполнять лабораторно-практические работы в формате виртуальных практикумов



Платформа содержит цифровой образовательный контент практически по всем профессиям и специальностям

02

## ЗАЧЕМ ЭТО НУЖНО



Один из механизмов качественной организации работы по дистанционному обучению, а также важный этап по реализации цифровизации российского образования



Платформа позволяет выстраивать полноценный образовательный процесс в дистанционной форме

03

## ПРЕИМУЩЕСТВА И ВОЗМОЖНОСТИ



Студент получает профессию дистанционно



Большое количество инструментов для административного контроля учебного процесса и дистанционной педагогической работы



04

## КАК НАЧАТЬ РАБОТУ НА ПЛАТФОРМЕ

Необходимо получить доступ в личный кабинет у руководителя учебного заведения, в котором проходит обучение студент

120  
ПРОФЕССИЙ



### ДЛЯ СТУДЕНТОВ

- ✓ Онлайн-курсы
- ✓ Электронные учебно-методические комплексы
- ✓ Виртуальные практикумы
- ✓ Программно-учебные модули (включают как теоретический материал, так и контрольно-оценочные средства)

### ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

- ✓ Система электронного обучения
- ✓ Электронный журнал
- ✓ Разработка учебных материалов
- ✓ Конструирование уроков и практических заданий
- ✓ Организация сетевого взаимодействия

### ДЛЯ ДИРЕКТОРОВ И АДМИНИСТРАТИВНОГО ПЕРСОНАЛА

- ✓ Мониторинг
- ✓ Учебный план
- ✓ Расписание







# СЛЕДИТЕ ЗА ЗДОРОВЬЕМ!



Все по расписанию:  
сохраняйте привычный  
режим дня



Делайте гимнастику  
утром и вечером



Регулярно  
проветривайте квартиру  
и делайте влажную уборку



Закаляйтесь



После прогулок  
мойте руки,  
полощите горло,  
промывайте нос



Ешьте  
свежие фрукты  
и овощи



Ограничьте  
посещение  
людных мест



Следите за временем  
пребывания ребенка  
за компьютером  
(перерыв каждые  
15 – 20 минут)

