

## **Памятка для обучающихся при организации дистанционного обучения**

1. Организовать рабочее место для выполнения задания.
2. Занятие самостоятельно длится 40-45 минут. Устраивать перерыв, физкультминутки через 15- 20 минут работы
3. Перерыв 10 минут между занятиями.
4. Проветривать помещение через 45 минут.
5. Устраивать перерыв, физкультминутки через 15- 20 минут работы.

Используйте все рекомендации и консультации педагога.