

# Работа на удалёнке

## Памятка

### 1 Рабочее место:

Монитор ПК - на расстоянии 50-70 см от глаз + антибликовое покрытие.

Верхняя плоскость монитора ПК - несколько ниже уровня глаз (угол примерно 30 градусов).





Комната должна быть хорошо освещена + регулярное проветривание.

Стул со спинкой; высота сидения должна быть такой, чтобы положенные на клавиатуру руки располагались горизонтально.

### 2 Работа и охрана здоровья:

 **При работе с ПК необходимо делать перерывы!**

 **!с пользой для здоровья!:** сделать зарядку и гимнастику для глаз; проводить физкультпаузы, включающие упражнения общего воздействия.

 Чтение информации с монитора — два перерыва по 15 минут, не считая обед.

 Набор текста — перерыв на 10 минут раз в час.

 Творческий труд — перерыв на 15 минут раз в час.

### 3 В целях профилактики распространения COVID-19:



- ✓ регулярное мытьё рук с мылом или обработка кожными антисептиками;
- ✓ дезинфекция дверных ручек, выключателей, контактных поверхностей (столов и стульев, орг. техники);
- ✓ регулярное (каждые 2 часа) проветривание рабочих помещений.

 Больше информации в группе Омбудсмен образования [https://vk.com/perfect\\_lawyer](https://vk.com/perfect_lawyer)

# Обеспечение техникой и компенсация расходов при дистанционном обучении

## !для педагогов



### ✓ Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"

Согласно ст. 13, при реализации образовательных программ используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

*В школе реализуется дистанционное обучение.*



### ✓ Трудовой кодекс Российской Федерации

Согласно ч. 2 ст. 22, работодатель обязан обеспечивать работников **ОБОРУДОВАНИЕМ**, инструментами, технической документацией и **ИНЫМИ СРЕДСТВАМИ**, необходимыми для исполнения ими трудовых обязанностей и обеспечивать бытовые нужды работников, связанные с исполнением ими трудовых обязанностей.



**НЕОБХОДИМО НАПИСАТЬ ЗАЯВЛЕНИЕ.**

**ОБРАЗЕЦ ЗАЯВЛЕНИЯ ОПУБЛИКОВАН В ЛИКБЕЗЕ ТУТ.**



## !для родителей



### ✓ Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации"

В соответствии с ч. 1 ст. 35, обучающимся, осваивающим основные образовательные программы за счет бюджетных ассигнований федерального бюджета, бюджетов субъектов Российской Федерации и местных бюджетов в пределах федеральных государственных образовательных стандартов, **ОРГАНИЗАЦИЯМИ, ОСУЩЕСТВЛЯЮЩИМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ, БЕСПЛАТНО ПРЕДОСТАВЛЯЮТСЯ** в пользование на время получения образования учебники и учебные пособия, а также учебно-методические материалы, **СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ** и воспитания.

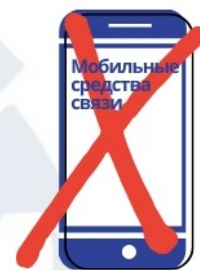
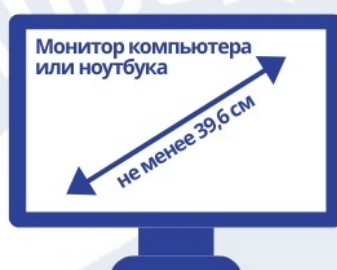


**НЕОБХОДИМО НАПИСАТЬ ЗАЯВЛЕНИЕ.**

**ОБРАЗЕЦ ЗАЯВЛЕНИЯ ОПУБЛИКОВАН В ЛИКБЕЗЕ ТУТ.**



# Электронные средства обучения на уроке



Общая продолжительность использования электронных средств обучения на уроке не должна превышать 35 минут



Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) **не допускается**



В начальных классах при использовании ноутбука нужно использовать **дополнительную клавиатуру**



Рабочее место должно обеспечивать ребенку зрительную *дистанцию до экрана* **не менее 50 см**



Планшеты нужно размещать на столах **с наклоном в 30 градусов**



Наушники можно использовать непрерывно **не более часа**: громкость - **не более 60%** от максимальной



Электронное оборудование, в том числе сенсорный экран, клавиатуру, компьютерную мышь необходимо **ежедневно дезинфицировать**



Больше информации в группе Омбудсмен образования [https://vk.com/perfect\\_lawyer](https://vk.com/perfect_lawyer)