**Уважаемый ученик!**

Предлагаем тебе несколько советов, призванных помочь организовать учебную деятельность в дистанционном режиме.

Для того, чтобы работа в дистанционном режиме была продуктивной, надо к ней подготовиться.

**1.Накануне  посмотри расписание на следующий день.**

**2.Приготовь  согласно расписанию учебные материалы.**

**3.Перед занятием приготовь рабочее место:**

Для того, чтобы твоё окружение (твоя комната) не отвлекало тебя от занятий, поставь на экран заставку, соответствующую деловой ситуации;

Попроси родных людей не мешать проведению урока;

Протестируй технику;

**4. Если возникли трудности на этапе подготовки к уроку, сообщи об этом классному руководителю личным сообщением или на видеоконференции утром.**

**5.Перед уроком приведи свой внешний вид в порядок в соответствии с деловым стилем.**

**6.Заранее подключись к уроку, для того, чтобы задать учителю личные вопросы, сориентироваться в ситуации.**

**7.Во время урока будь внимателен, инициативен, исполнителен, старайся усвоить материал.**

**8. Не злоупотребляй чужим временем:**

Не создавай ситуацию пустых разговоров на уроке;

Не бросай неуместные реплики;

Не отправляй в чат провоцирующие на бессмысленную трату времени смайлики;

Задавай вопросы по существу;

**9. Всё время урока находись на связи с учителем, классом, и не забывай после окончания выходить из конференции.**

**10. Перемены проводи с пользой для себя:**

*Выполни зарядку для глаз;*

*Перекуси, попей воды;*

*Выполни несколько физических упражнений;*

*Проветри комнату, по возможности, выйди на балкон или на улицу;*

*Помни:*

В период дистанционного обучения необходимо ограничить своё пребывание в социальных сетях, так как увеличивается нагрузка на глаза.

Важно! Спланировать с семьей режим отдыха и занятий.

**Успехов в обучении! У тебя все получится!**