

Комитет по культуре Курской области

**Областное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Курский колледж культуры»**

Е.В.Карнаевич

**Методические рекомендации по реализации образовательных программ
среднего профессионального образования с применением электронного
обучения**

Курск 2020

Печатается по решению

Методического совета ОБПОУ «Курский колледж культуры»

Автор-составитель: Е.В.Карнаевич, зам директора по НМР ОБПОУ «ККК»

Рецензент:

Методические рекомендации по реализации образовательных программ среднего профессионального образования с применением электронного обучения /сот:Е.В.Карнаевич, зам директора по НМР ОБПОУ «Курский колледж культуры»

В методических рекомендациях по реализации образовательных программ среднего профессионального образования с применением электронного обучения рассмотрены основные аспекты организации электронного обучения. Методические рекомендации адресованы педагогическому составу ОБПОУ «Курский колледж культуры»

КарнаевичЕ.В., 2020г.

ОБПОУ «Курский колледж культуры», 2020г.

Оглавление

Введение.....	
I Модель реализации образовательных программ среднего профессионального образования с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в ОБПОУ «Курский колледж культуры».....	
II Модель реализации учебной и производственной практик при реализации программ среднего профессионального образования с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в ОБПОУ «Курский колледж культуры».....	
III Нормативная правовая база применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.....	
IV Материально-техническая база применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий	
V Кадровый потенциал организации, реализующей образовательные программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.....	
VI Требования к учебному кабинету и рабочему месту.....	
VII Гигиенические требования к организации занятия и профилактические мероприятия.....	
VIII Организация процесса дистанционного обучения.....	
Приложения.....	
Приложение 1 Рекомендуемый комплекс упражнений гимнастики глаз (Приложение 5 к СанПиН 2.4.2.2821-10)	
Приложение 2 Рекомендуемый комплекс упражнений физкультурных минуток (ФМ) (Приложение 4 к СанПиН 2.4.2.2821-10)	

Введение

В данных рекомендациях применяются следующие основные понятия:
под **дистанционными образовательными технологиями** понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационных и телекоммуникационных технологий при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающегося и педагогического работника;
электронное обучение – это реализация образовательных программ или их части в информационно-образовательной среде с использованием информационно-коммуникационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу информационно-образовательных ресурсов и взаимодействие участников образовательного пространства;

Электронная информационно-образовательная среда (ЭИОС) МГЭУ - совокупность электронных информационных ресурсов, электронных образовательных ресурсов, информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств, обеспечивающих освоение обучающимися образовательных программ или их частей, а также взаимодействие обучающихся с педагогическим, учебно-вспомогательным персоналом и между собой. В своем личном кабинете студент может получить доступ к расписанию, учебным планам, портфолио, результатам успеваемости, учебно-методическим материалам, тестам, заданиям.

Электронные образовательные ресурсы (ЭОР) - учебные материалы, для воспроизведения которых используются электронные устройства. В самом общем случае к ЭОР относят учебные видеofilмы и звукозаписи, для воспроизведения которых достаточно бытового магнитофона или CD-плеера. Наиболее современные и эффективные для образования ЭОР воспроизводятся на компьютере. Именно на таких ресурсах мы сосредоточим свое внимание. [Скрыть](#)

Электронные информационные ресурсы – это совокупность ЭД, созданных как преднамеренно, так и в результате случайных действий или событий. **Электронные документы (ЭД)** – это законченный по содержанию массив информации, зафиксированный на электронном носителе, предназначенный для ознакомления с ним широкого круга лиц.

- **образовательный контент** – это структурированное предметное содержание, используемое в образовательном процессе, в электронном обучении образовательный контент является основой электронного образовательного ресурса;

- **электронные учебно-методические комплексы (ЭУМК)** – учебно-методические пособия, включающие теоретический материал (лекции), практические задания, инструкции, мастер-классы, рекомендации, вопросы для самоконтроля, справочники, словари, тесты и другие учебные материалы по темам учебного плана в электронной форме (текстовый документ, интерактивная игра, видео-, аудиофайл, презентация, ссылка на ресурс или образовательную площадку в сети Интернет, и другие цифровые ресурсы).

Основными принципами применения дистанционного обучения являются:

- **принцип интерактивности, выражающийся** в возможности постоянных контактов всех участников учебного процесса с помощью специализированной информационно-образовательной среды (в том числе групповые чаты, форумы, электронная почта, трансляции, Интернет-конференции, on-line – уроки, работа с облачными хранилищами);
- принцип адаптивности, позволяющий легко использовать учебные материалы нового поколения, содержащие цифровые образовательные ресурсы, в конкретных условиях учебного процесса, что способствует сочетанию разных дидактических моделей проведения занятий с применением дистанционных образовательных технологий и сетевых средств обучения: интерактивных тестов, тренажеров, практикумов и др.;
- принцип гибкости, дающий возможность участникам учебного процесса работать в необходимом для них темпе и в удобное для себя время;
- принцип модульности, позволяющий использовать ученику и преподавателю необходимые им сетевые учебные курсы (или отдельные составляющие учебного курса) для реализации индивидуальных учебных планов;
- принцип оперативности и объективности оценивания учебных достижений обучающихся, текущего контроля успеваемости, промежуточной, итоговой и (или) государственной итоговой аттестации обучающихся.

При реализации образовательных программ с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в организации, осуществляющей образовательную деятельность, должны быть созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающей освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Перечень , специальностей и направлений подготовки, колледжа относится к перечню образовательных программ по которым не допускается применение исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

<1> Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 января 2014 г. N 22 "Об утверждении перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования, реализация образовательных программ по которым не допускается с применением исключительно электронного обучения, дистанционных образовательных технологий" (зарегистрирован в Минюсте России от 21 февраля 2014 г. N 31377).

При реализации образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий местом осуществления образовательной деятельности является место нахождения организации, осуществляющей образовательную деятельность, или ее филиала независимо от места нахождения обучающихся.

При реализации образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий организация, осуществляющая образовательную деятельность, обеспечивает защиту сведений, составляющих государственную или иную охраняемую законом тайну.

Данные методические рекомендации освещают основные вопросы реализации ОБПОУ «Курский колледж культуры» образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в соответствии с Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. N 816).

I. Модель реализации образовательных программ среднего профессионального образования с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в ОБПОУ «Курский колледж культуры»

1. При реализации образовательных программ СПО (в том числе з/о, программ дополнительного образования) с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в БПОУ «Курский колледж культуры» может быть применена модель, при которой происходит частичное использование дистанционных образовательных технологий, при которой очные занятия чередуется с дистанционными.

Применение (использование) модели организацией обуславливается в каждом конкретном случае условиями, имеющимися у самих организаций, а именно наличием:

- нормативной базы, в том числе разработанной колледже (локальные акты организации, регламентирующие порядок и особенности реализации

образовательных программ с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий);

- **необходимой материально-технической базы** (электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы, совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств и обеспечивающей освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся);

- **соответствующего уровня кадрового персонала организации** (наличие у административных и педагогических работников соответствующего основного или дополнительного профессионального образования);

- **иных условий** – наличие чрезвычайной ситуации, не позволяющей осуществлять обучение обычным способом.

3. ОБПОУ «Курский колледж культуры» (в дальнейшем образовательная организация)

3.1.Издает организационный приказ о временном переходе на реализацию образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в связи с особыми обстоятельствами;

3.2.Назначает ответственного за консультирование педагогических работников и обучающихся по использованию электронного обучения и дистанционных образовательных технологий;

3.3.Актуализирует имеющиеся в электронном виде

-методические материалы по использованию электронного обучения и дистанционных образовательных технологий для обучающихся, педагогических и административных работников, ответственных за организацию учебной деятельности, а также инструкции по размещению учебных материалов;

3. 4.Обеспечивает создание тестовых заданий;

3.5.Публикует объявления, осуществляет сбор письменных работ обучающихся, а также организацию текущей и промежуточной аттестации и фиксацию хода образовательного процесса;

3.6.Размещает на своем официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" инструкцию для обучающихся и педагогических работников о том, как получить или восстановить логин и пароль (в случае использования личных кабинетов), а также инструкции по организации работы в "виртуальных" и "совместных" группах.

3.7.Самостоятельно отбирает и рекомендует для проведения вебинаров, онлайн-консультирования, коллективного обсуждения и

коллективного проектирования список инструментов виртуальной коммуникации.

3.8. Определяет, какие учебные дисциплины и междисциплинарные курсы могут быть реализованы с помощью онлайн-курсов, а также какие учебные дисциплины и междисциплинарные курсы требуют присутствия в строго определенное время обучающегося перед компьютером, а какие могут осваиваться в свободном режиме.

3.9. Размещает на своем официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" **расписание онлайн-занятий, требующих присутствия в строго определенное время.**

3. 10. Определяет перенос на другой период времени занятий, которые требуют работы с лабораторным и иным оборудованием.

3.11. Определяет локальным актом, какие элементы учебного плана не смогут быть реализованы в текущем учебном году с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий и вносит соответствующие изменения в основные профессиональные образовательные программы, перенеся эти элементы на будущий учебный год.

3.12. Обеспечивает постоянную дистанционную связь с обучающимися, а также проводит мониторинг фактического взаимодействия педагогических работников и обучающихся, включая элементы текущего контроля и промежуточной аттестации.

II Модель реализации учебной и производственной практик при реализации программ среднего профессионального образования с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в ОБПОУ «Курский колледж культуры»

2.1. Практика может быть проведена непосредственно в организации, осуществляющей образовательную деятельность по программам среднего профессионального образования с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

В указанном случае образовательной организации, осуществляющей образовательную деятельность по программам среднего профессионального образования с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, рекомендуется обеспечить возможность прохождения учебной и производственной практик с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, в том числе

скорректировав график учебного процесса образовательной организации.

2.2. В случае необходимости образовательная организация вправе внести изменение в календарный график учебного процесса в части определения сроков прохождения учебной и производственной практик без ущерба по общему объему часов, установленных учебным планом образовательной организации.

Изменения, вносимые в график учебного процесса, утверждаются локальным актом образовательной организации, осуществляющей образовательную деятельность по программам среднего профессионального образования с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

III. Нормативная правовая база применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

Настоящие Методические рекомендации разработаны в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 53, ст. 7598; 2020, N 9, ст. 1137), а также Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. N 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный N 48226), методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.< Письмо>Минпросвещения России от 19.03.2020 N ГД-39/04 "О направлении методических Письмо рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования,...в целях оказания методической помощи при реализации образовательных программ среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

IV. Материально-техническая база применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

1. Эффективное внедрение дистанционных образовательных технологий и использование электронных образовательных ресурсов возможно при условии наличия качественного доступа педагогических работников и обучающихся к информационно-телекоммуникационной сети Интернет (далее - сеть Интернет):

- с использованием установленных программно-технических средств для обучающихся и педагогических работников на скорости не ниже 800 Кбит/с;

- наличием предоставления услуги подключения к сети Интернет в режиме 24 часа в сутки 7 дней в неделю без учета объемов потребляемого трафика за исключением перерывов для проведения необходимых ремонтных и профилактических работ при обеспечении совокупной доступности услуг не менее 99,5% в месяц.

- для использования дистанционных образовательных технологий необходимо предоставить каждому обучающемуся и педагогическому работнику свободный доступ к средствам информационных и коммуникационных технологий;

- администрация организации, методические службы, педагогические работники, обучающиеся обеспечиваются доступом к полной и достоверной информации о ходе учебного процесса, промежуточных и итоговых результатах, благодаря автоматическому фиксированию указанных позиций в информационной среде;

- все результаты обучения необходимо сохранять в информационной среде, на их основании формируются портфолио обучающихся и педагогических работников.

2. В условиях ОБПОУ «Курский колледж культуры» в распоряжении преподавателей имеется следующий инструментарий: Контакт, электронная почта, электронные библиотеки, платформы ZOOM, SKAYP, видеоконференция, аудиоконференция.

V. Кадровый потенциал организации, реализующей образовательные программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

Для реализации образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий организация выбирает модель, ориентированную на ее ресурсное и кадровое обеспечение.

В целях повышения уровня и качества предоставляемых обучающимся услуг желательно иметь в штате организации дополнительно программиста, веб-дизайнера в дополнение к педагогическим работникам, которые непосредственно организуют обучение с применением дистанционных образовательных технологий.

Для того чтобы педагоги отвечали современным требованиям, профессионально владели средствами информационно-коммуникативных технологий, используемыми при электронном или дистанционном обучении, необходимо организовывать обучающие мероприятия (повышение квалификации), а также методическое сопровождение педагогических работников (снабжение информацией, посещение специализированных конференций и выставок и другое).

Повышение квалификации педагогических работников рекомендуется вести с использованием тех инструментов, с которыми в дальнейшем им предстоит работать.

Программы повышения квалификации педагогических работников целесообразно строить таким образом, чтобы часть времени они обучались очно, а часть с использованием дистанционных образовательных технологий, теоретические занятия чередовались с практическими.

В целях повышения квалификации педагогических работников необходимо использовать наставничество.

VI. Требования к учебному кабинету и рабочему месту

6.1 Учебный кабинет ЭО функционируют с учетом специфики общеобразовательного учреждения в целях создания оптимальных условий для выполнения современных требований к организации образовательного процесса.

6.2. Оборудование учебного кабинета должно отвечать требованиям СанПиН 2.4.2.2821-10, СанПин 2.2.2/2.4.1340-03, охраны труда и здоровья участников образовательного процесса.

Рабочее место педагога

Все рабочие места в кабинете ЭО должны быть подключены к сети Интернет без ограничения трафика по организованным каналам связи. Должны быть установлены сетевые экраны (фильтры), обеспечивающие техническую возможность исключения доступа к ресурсам, несовместимым с задачами обучающихся.

6.3. Рабочее место должно быть хорошо освещено. Перед началом занятия педагог должен проверить, как его будет видно обучающемуся, [открыв своё видео окно](#). Если при проведении online занятия плохо слышно ученика из-за того, что его камера издаёт щелчки, то надо попросить обучающегося поменять расположение камеры (в обзор камеры не должен попадать свет из окна квартиры).

Нужно тщательно выбирать перед занятием [положение веб камеры](#). Фон сзади вас должен быть спокойным, не должен отвлекать внимание ученика.

Не должно быть посторонних и громких звуков в вашем помещении, так как они, трансформируясь, будут звучать искажённо из компьютера вашего собеседника, отвлекая, утомляя его.

Лучше надеть наушники, либо подключить колонки, чтобы меньше уставать во время online урока, прислушиваясь к негромкому звуку компьютера и вынуждено концентрируя своё внимание только на этом звуке, вычлняя его из остальных звуков окружающей среды. Тот же совет дайте обучающемуся, но в его случае предпочтительнее колонки, так как это помогает менее агрессивно воздействовать на органы слуха растущего человека.

Если ваше рабочее место оборудовано дома, то оно должно быть выделено в отдельную рабочую зону.

Помните, что для того, чтобы обучающийся чувствовал себя комфортно на online занятии, а само оно было продуктивным, каждая его минута должна быть оправдана и потрачена со смыслом.

Преподаватель во время занятия должен быть спокоен и сосредоточен на *содержании* занятия, а не на его технической стороне. Для этого к занятиям нужно готовиться, предусматривая специфику подобного взаимодействия, тренируя собственные навыки обращения с компьютером, периферийным оборудованием, коммуникационными программами.

Рабочее место обучающегося.

Все вышеперечисленное касается и обустройства рабочего места в доме обучающегося.

Нельзя рабочий стол размещать в комнате, где находятся остальные члены семьи. Рабочее место не должно располагаться рядом с телевизором.

В обзор камеры не должно попадать то, что не имеет отношения к занятию.

Монитор должен находиться на уровне глаз обучающегося (линия зрения должна приходиться на центр экрана или немного выше). Расстояние от глаз школьника до экрана монитора должно быть не менее 50 см.

При работе с ноутбуком рекомендуется использовать выносную клавиатуру. Это позволит увеличить расстояние между клавиатурой и экраном и поддерживать нормальную рабочую позу во время занятия.

Педагог должен обсудить то, как устроено рабочее место обучающегося с ним самим или его родителями.

Появились данные о том, что **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СМАРТФОНОВ ДЛЯ ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ ДОЛЖНО БЫТЬ ПОЛНОСТЬЮ**

ИСКЛЮЧЕНО. Использование смартфона для онлайн-обучения связано с большими рисками для здоровья обучающихся. Использование смартфона сопровождается воздействием на обучающегося целого комплекса неблагоприятных факторов (электромагнитное излучение, маленький экран, малый размер символов и изображений, невозможность соблюдения рациональной рабочей позы, сильное напряжение мышц шеи и плечевого пояса и др). Работа на смартфоне приведет к выраженному утомлению обучающегося и, в конечном итоге, отразится на состоянии его здоровья. **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СМАРТФОНОВ ДЛЯ ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЯ ДОЛЖНО БЫТЬ ПОЛНОСТЬЮ ИСКЛЮЧЕНО!**

VIII Гигиенические требования к организации занятия и профилактические мероприятия.

Дистанционные образовательные технологии не возможны без использования электронных устройств. Поэтому при их организации необходимо учитывать все потенциально влияющие негативные факторы: зрительную нагрузку, статическое утомление, умственное утомление. Важно включить в их структуру мероприятия по профилактике негативного влияния взаимодействия с электронными устройствами на организм обучающегося.

7.1. Регламентация длительности ЭО с учетом существующих гигиенических требований:

Согласно п. 10.18 СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"

«Непрерывная работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера должна составлять [\[1\]](#) для обучающихся 8-11 классов — 25 минут.

Продолжительность непрерывного использования *компьютера с жидкокристаллическим* монитором на уроках составляет для учащихся 7-11 классов — 35 минут.

7.2. Суммарная продолжительность в течение дня и недели.

Согласно П.4.2. СанПин 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы»

- «**Оптимальное количество занятий с использованием ПЭВМ**

в течение учебного дня для обучающихся IX - XI классов - 3 урока.»

- «**Внеучебные занятия с использованием ПЭВМ** рекомендуется проводить не чаще 2 раз в неделю общей продолжительностью:

для обучающихся IX классов и старше - не более 90 мин»

7.3. При составлении расписания дистанционного обучения необходима согласованная работа педагогов.

- Недопустимо все уроки проводить в форме онлайн-занятий.

- Занятия с использованием электронных устройств должно строго регламентироваться как по длительности, так и по их количеству в соответствии требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях".

7.4. Электронное обучение не должно рассматриваться только как многочасовое включение обучающегося в онлайн-работу.

- Необходимо помимо онлайн-обучения активно использовать другие формы дистанционной работы и чередовать разные виды деятельности.

- Необходимо минимизировать или полностью исключить работу, при которой обучающийся при выполнении заданий должен переписывать их с экрана в тетрадь. Такая деятельность связана с постоянной сменой условий зрительной работы, а значит будет вызывать выраженное зрительное утомление. Кроме того, при выполнении таких заданий сложно поддерживать рациональную рабочую позу, а значит такая работа будет приводить к выраженному и быстрому утомлению обучающегося.

VIII. Организация процесса дистанционного обучения

8.1. Адаптация рабочих программ или их части (модуля, курса).

В первую очередь рекомендуем переработать тематическое содержание рабочей программы и адаптировать его для условий дистанционного обучения. В связи с объективными причинами уменьшения количества отработанных учебных часов в каждой учебной группе и необходимостью выполнения ДООП в полном объеме рекомендуем оптимизировать образовательный процесс методом уплотнения программного материала в рамках изучаемого раздела программы, таким образом формируя актуальный образовательный контент.

Итоги переработки календарно-тематического плана (КТП) целесообразно отразить в виде таблицы, в которой даты выставляются в соответствии с реальными занятиями с опорой на планирование.

Образец:

Занятия

№п/п	Раздел, тема	Дата	новая дата	форма проведения
		07.09	21.09	чат-занятие, офлайн-консультации
		14.09		

Адаптированный КТП подлежит утверждению на заседании ПЦК и контролю со стороны администрации на предмет его соответствия записям в журнале.

Рекомендуется обеспечить внесение соответствующих поправок в рабочие программы в части форм обучения (чат-занятие, онлайн- или офлайн-консультации, др.), технических средств обучения.

8.2. Формирование образовательного контента.

Преподаватель разрабатывает электронные учебно-методические комплексы (ЭУМК) – это учебно-методические пособия по темам учебного плана, включающие теоретический материал (лекции), практические задания, инструкции, мастер-классы, рекомендации, вопросы для самоконтроля, справочники, словари, тесты и другие дидактические материалы по темам учебного плана в электронной форме (текстовый документ, интерактивная игра, видео-, аудиофайл, презентация, ссылка на ресурс или образовательную площадку в сети Интернет, и другие цифровые ресурсы).

Преподаватель может использовать различные механизмы для формирования образовательного контента:

- использование свободных ресурсов, размещенных в интернете;
- использование электронных образовательных ресурсов, разработанных в рамках федеральных программ и проектов и размещенных в федеральной системе информационных образовательных ресурсов;
- авторские разработки электронных учебно-методических комплексов;
- приобретение методических материалов и электронных образовательных ресурсов.

8.3. Организация и проведение занятий.

В зависимости от технических возможностей возможно использование следующих видов дистанционных образовательных технологий:

- **кейсовая**: использование наборов (кейсов) текстовых, аудиовизуальных и мультимедийных учебно-методических материалов и их рассылка (например, по электронной почте) для самостоятельного изучения обучающимся при организации регулярных консультаций у педагогов;
- **сетевая**: использование телекоммуникационных сетей для обеспечения обучающихся учебно-методическим материалом и взаимодействия с различной степенью интерактивности между преподавателем и обучающимся (например: Zoom, Skype, Вконтакте, Whatsapp и др.).

Дистанционное обучение, осуществляемое с помощью компьютерных телекоммуникаций, предполагает следующие формы занятий:

- **чат-занятия** — учебные занятия, осуществляемые с использованием чат-технологий; чат-занятия проводятся синхронно, то есть все участники имеют одновременный доступ к чату, возможности интернета предполагают наличие специальных чат-кабинетов для организации подобных занятий;
- **форум-занятия** — дистанционные уроки, конференции, семинары, деловые игры, , практикумы и другие формы учебных занятий, проводимых с помощью средств телекоммуникаций и других возможностей сети Интернет, могут использоваться специально разработанные образовательные форумы — форма работы обучающихся по определённым темам внутри одного пространства, форум-занятия отличаются возможностью многодневной работы и несинхронным взаимодействием обучающихся и педагога;
- **вебинар-сессии**, которые осуществляется на базе программно-технической среды, которая обеспечивает взаимодействие пользователей, для проведения сессии каждая из сторон должна иметь доступ к персональному компьютеру, включенному в сеть;
- **off-line консультации**, которые проводятся педагогом с помощью электронной почты или в режиме телеконференции;
- **on-line консультации**, проводимые педагогом.

Максимальная продолжительность онлайн-занятий составляет не более 30 минут. Чтобы не допустить перегрузки обучающихся следует избегать рекомендаций к просмотру длительных видеолекций, выполнения большого числа заданий, сосредоточившись на основных, принципиальных элементах содержания.

Формирование теоретического контента. Для реализации теоретических занятий можно использовать авторские видеолекции (минимум текста, фото-, видеоматериалы), анимированные презентации, вопросы на усвоение материала, организованные видеоконференции (например, малых группах при обсуждении проектов). Можно использовать ресурсы других педагогов (сайты, видеолекции, фильмы).

Формирование практического контента. Практические материалы могут содержать: мастер-классы, демонстрацию техники выполнения того или иного задания, тренировочные задания, упражнения с примерами выполнения; описание практических действий (инструкции в виде текстового файла), которые обучающиеся могут выполнить самостоятельно в домашних условиях; вопросы семинара, которые выносятся на обсуждение, организуемое с помощью чата, форума, электронной почты; творческие задания с подробной технологией выполнения.

Образовательный процесс, реализуемый в дистанционной форме, предусматривает значительную долю самостоятельных занятий обучающихся, и поэтому возрастает необходимость организации постоянной поддержки учебного процесса со стороны педагогов.

8.4. Учет результатов освоения программ.

При использовании дистанционных образовательных технологий педагоги осуществляют текущий контроль и учет знаний обучающихся с целью получения необходимой информации о степени и качестве освоения учебного материала.

Нужно обратить особое внимание на необходимость вовлечения в образовательный процесс тех обучающихся, у которых по различным объективным причинам отсутствует доступ к сети Интернет, используя телефонную связь, передачу материалов для самостоятельного изучения учебного материала, материалов для самопроверки и др.

Контроль может быть представлен в виде комментариев, оценочных суждений, выражающих отношение к работе обучающихся (текстовых или аудио рецензий, устных онлайн-консультаций и диалогов), анализа деятельности, фото изготовленных обучающимися изделий или выполненных работ,

письменных ответов на вопрос в файл на компьютере с помощью текстового редактора с отправкой результатов по e-mail или на электронном носителе, результатов тестирования, и т.д.

Необходимо организовать ежедневный мониторинг участия обучающихся в образовательном процессе и тех, кто по уважительным причинам временно в нем не участвует (например, заболевшие обучающиеся).

Преподаватели ведут мониторинг посещения обучающимися дистанционных занятий и в день проведения занятий заполняют таблицу.

Образец:

Дата и время	занятие № группы, курс	Список обучающихся	отсутствие	отметка за предыдущее задание	Электронный ресурс, прямая ссылка Примечание

8.5. Пример организации урока в режиме видеоконференцсвязи с использованием платформы Скайп

Шаг 1. Зайти по ссылке <https://www.skype.com/ru/free-conference-call/>

Шаг 2. Создать бесплатную уникальную ссылку нажимаем на кнопку «Создать бесплатное собрание» (рисунок 1):

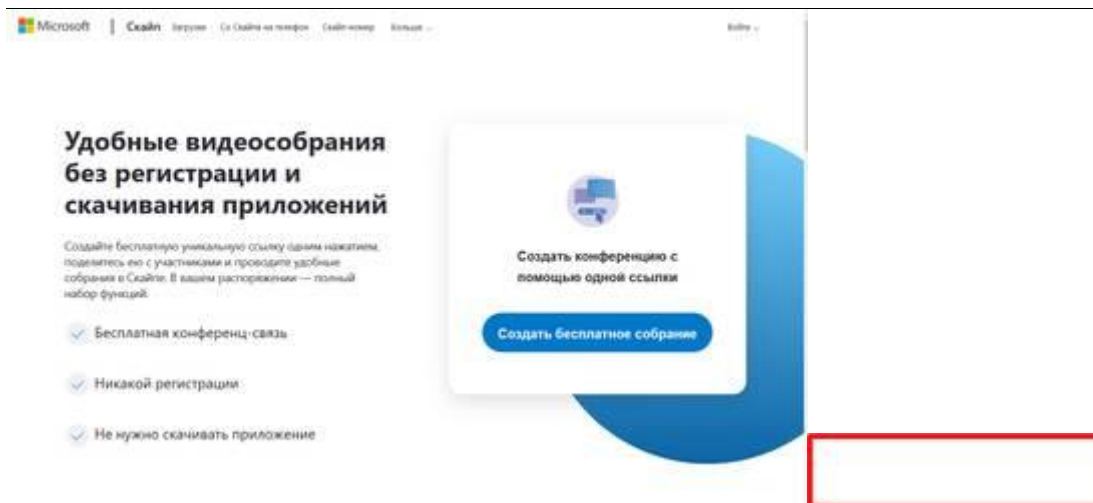


Рисунок 1.

Шаг 3. Скопировать ссылку на собрание и отправьте ее участникам. Затем нажмите на кнопку «Позвонить» (рисунок 2):

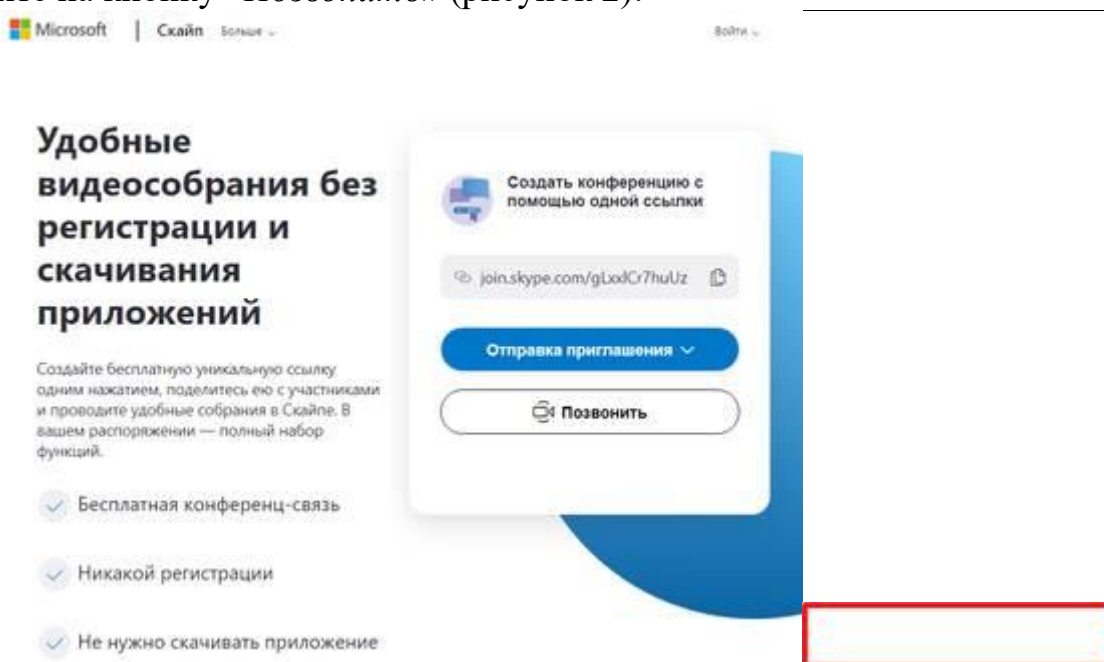


Рисунок 2.

Шаг 4. Нажмите кнопку «Присоединиться как гость» (рисунок 3):

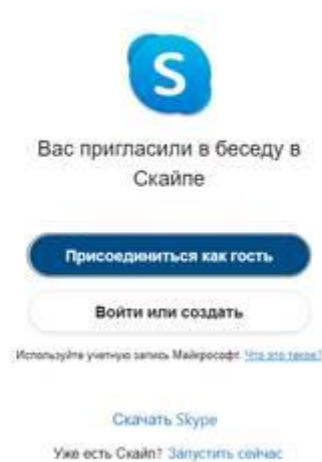


Рисунок 3.

Шаг 5. Ввести свое имя и нажать на кнопку «Присоединиться» (рисунок 4):

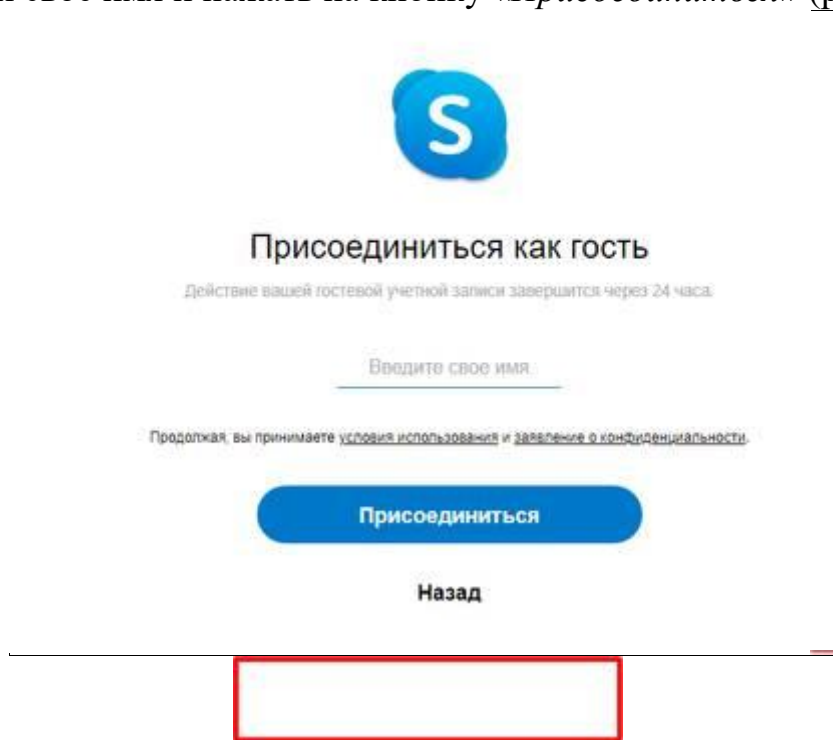
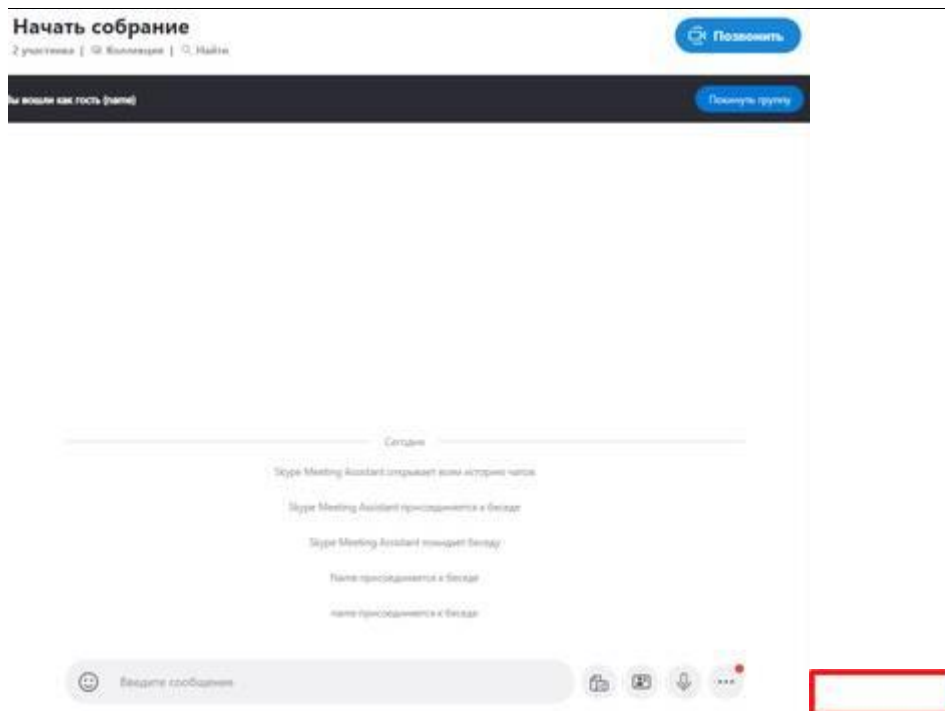


Рисунок 4.

Шаг 6. Нажать на кнопку «Позвонить» и начать занятие (рисунок 5).



Методические рекомендации - 04

Приложение 1

· Рекомендуемый комплекс упражнений гимнастики глаз (Приложение 5 к СанПиН 2.4.2.2821-10)

1. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5. Повторять 4 - 5 раз.
2. Крепко зажмурить глаза (считать до 3, открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5)). Повторять 4 - 5 раз.
3. Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз. Повторять 4 – 5 раз.
4. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1 - 4, потом перенести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторять 4 - 5 раз
5. В среднем темпе проделать 3 - 4 круговых движений глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторять 1 – 2 раза.

В качестве примера можно предложить еще несколько вариантов проведения зрительной гимнастики:

Вариант 1

1. закрыть глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

2. Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1-4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3-4 раза.

4. Перенести взгляд быстро по диагонали: направо вверх – налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Вариант 2

1. Закрывать глаза, не напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

2. Посмотреть на кончик носа на счет 1-4, а потом перевести взгляд вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Не поворачивая головы (голова прямо), делать медленно круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

4. При неподвижной голове перевести взор с фиксацией его на счет 1-4 вверх, на счет 1-6 прямо; после чего аналогичным образом вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо. Прodelать движение по диагонали в одну и другую стороны с переводом глаз прямо на счет 1-6. Повторить 3-4 раза.

Вариант 3

1. Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, на счет 10-15.

2. Не поворачивая головы (голова прямо) с закрытыми глазами, посмотреть направо на счет 1-4, затем налево на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстояние 25-30 см, на счет 1-4, потом перевести взор вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

4. В среднем темпе проделать 3-4 круговых движения в правую сторону, столько же в левую сторону и, расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 1-2 раза.

Приложение 2

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ МИНУТОК (ФМ)

(Приложение 4 к СанПиН 2.4.2.2821-10)

· ФМ для улучшения мозгового кровообращения:

1. Исходное положение (далее - и.п.) - сидя на стуле. 1 - 2 - отвести голову назад и плавно наклонить назад, 3 - 4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

3. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево. 2 - и.п., 3 - 4 - то же правой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

· ФМ для снятия утомления с плечевого пояса и рук:

1. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - правую руку вперед, левую вверх. 2 - поменять положения рук. Повторить 3 - 4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

2. И.п. - стоя или сидя, кисти тыльной стороной на поясе. 1 - 2 - свести локти вперед, голову наклонить вперед. 3 - 4 - локти назад, прогнуться. Повторить 6 - 8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.

3. И.п. - сидя, руки вверх. 1 - сжать кисти в кулак. 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

· ФМ для снятия утомления с туловища:

1. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - 5 - круговые движения тазом в одну сторону. 4 - 6 - то же в другую сторону. 7 - 8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь. 1 - 2 - наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх. 3 - 4 - и.п., 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

· ФМ общего воздействия комплектуются из упражнений для разных групп мышц с учетом их напряжения в процессе деятельности.

Комплекс упражнений ФМ для обучающихся начального общего образования на уроках с элементами письма: (в ред. Изменений N 3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 N 81)

1. Упражнения для улучшения мозгового кровообращения.

И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п., 5 - плавно наклонить голову назад, 6 - и.п., 7 - голову наклонить вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. Упражнения для снятия утомления с мелких мышц кисти. И.п. -сидя, руки подняты вверх. 1 - сжать кисти в кулак, 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

3. Упражнение для снятия утомления с мышц туловища. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

4. Упражнение для мобилизации внимания. И.п. - стоя, руки вдоль туловища. 1 – правую руку на пояс, 2 - левую руку на пояс, 3 - правую руку на плечо, 4 - левую руку на плечо, 5 - правую руку вверх, 6 - левую руку вверх, 7 - 8 - хлопки руками над головой, 9 - опустить левую руку на плечо, 10 - правую руку на плечо, 11 - левую руку на пояс, 12 - правую руку на пояс, 13 - 14 - хлопки руками по бедрам. Повторить 4 - 6 раз. Темп - 1 раз медленный, 2 - 3 раза -средний, 4 - 5 - быстрый, 6 - медленный.

В качестве примера можно предложить еще несколько комплексов физкультминуток:

· Физкультминутка общего воздействия.

1 комплекс

1. И.п.- о.с. **1-2** – встать на носки, руки вверх-наружу, потянуться вверх за руками. **3-4** – дугами в стороны руки вниз и расслабленно скрестить перед грудью, голову наклонить вперед. Повторить 6-8 раз. Темп быстрый.

2. И.п. – стойка ноги врозь, руки вперед, **1** – поворот туловища направо, мах левой рукой влево, правой назад за спину. **2** и.п. **3-4** – то же в другую сторону. Упражнения выполняются размашисто, динамично. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

3. И.п. **1** – согнуть правую ногу вперед и, обхватив голень руками, притянуть ногу к животу, **2** – приставить ногу, руки вверх-наружу, **3-4** – то же другой ногой. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

2 комплекс

1. И.п.- о.с. **1-2** – дугами внутрь два круга руками в лицевой плоскости. 3-4 – то же, но круги наружу. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

2. И.п. – стойка ноги врозь, правую руку вперед, левую на пояс. 1-3 – круг правой рукой вниз в боковой плоскости с поворотом туловища направо. 4 – заканчивая круг, правую руку на пояс, левую вперед. То же в другую сторону. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

3. И.п. – о.с. 1 – с шагом вправо руки в стороны. 2 – два пружинящих наклона вправо. Руки на пояс. 4 – и.п. 1-4 – то же влево. Повторить 4-6 раз в каждую сторону. Темп средний.

3 комплекс

1. И.п. – стойка ноги врозь, 1 – руки назад. 2-3 – руки в стороны и вверх, встать на носки. 4 – расслабляя плечевой пояс, руки вниз с небольшим наклоном вперед. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

2. И.п. – стойка ноги врозь, руки согнутые вперед, кисти в кулаках. 1 – с поворотом туловища налево «удар» правой рукой вперед. 2 – и.п. 3-4 – то же в другую сторону. Повторить 6-8 раз. Дыхание не задерживать.

4 комплекс

1. И.п. – руки в стороны. 1-4 – восьмеркообразные движения руками. 5-8 – то же, но в другую сторону. Руки не напрягать. Повторить 4-6 раз. Темп медленный. Дыхание произвольное.

2. И.п. – стойка ноги врозь, руки на поясе. 1-3 – три пружинящих движения тазом вправо, сохраняя и.п. плечевого пояса. 4 – и.п. Повторить 4-6 раз в каждую сторону. Темп средний. Дыхание не задерживать.

3. И.п. – о.с. 1 – руки в стороны, туловище и голову повернуть налево. 2 – руки вверх. 3 – руки за голову. 4 – и.п. Повторить 4-6 раз в каждую сторону. Темп медленный.