**РЕКОМЕНДАЦИИ:**

***Для обучающихся:***

* Соблюдать режим дня
* Поддерживать порядок рабочего места
* Информировать учителя и родителей по вопросам и проблемам подключения и обучения
* Готовиться к занятиям в соответствии с расписанием (оно осталось прежним, но изменились формат и продолжительность)
* Продолжительность урока- 30 мин в 5-11 классах, 15 мин – в начальной школе
* Предоставлять обратную связь учителю
* Дозировать нагрузку на глаза
* Следовать принципам информационной безопасности в сети
* Информировать родителей и учителя об информационных взбросах в мессенджерах
* Проводить ежедневную разминку