

Требования к организации дистанционного обучения

При организации дистанционного обучения гигиенические требования к режиму образовательной деятельности, установленные СанПиН 2.4.3648-20 (раздел X. Гигиенические требования к режиму образовательной деятельности), не отменяются, хотя этот вопрос в Методических рекомендациях и не рассматривается, кроме рекомендации на сокращение продолжительности урока до 30 мин.

Согласно санитарным правилам и нормам, СанПиН 2.4.3648-20 «Гигиенические требования к видеодисплейным терминалам и персональным электронно-вычислительным машинам и организация работы» и СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы» для учащихся школ:

Использование технических средств обучения на занятии

Вид непрерывной деятельности	Время деятельности в зависимости от класса, мин.			
	1–2-й класс	3–4-й класс	5–7-й класс	8–11-й класс
Просмотр статических изображений на экранах отраженного свечения	10	15	20	25
Просмотр телепередач	15	20	25	30
Просмотр динамических изображений на экранах отраженного свечения	15	20	25	30
Работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	15	15	20	25
Прослушивание аудиозаписи	20	20	25	25
Прослушивание аудиозаписи в наушниках	10	15	20	25

Общее время работы за компьютером не должно превышать нормы: в 1–2-м классе – 20 минут, 3-4-м классе – 25 минут, 5–6-м классе – 30 минут, 7–11-м – 35 минут.

Рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанная с фиксацией взгляда на экране монитора не должна превышать:

для детей 6-10 лет- 15 мин;

для детей 10-13 лет – 20 мин;

старше 13 лет – 25-30 мин (на 2-м часу работы не более 20 мин).

Оптимальное количество занятий в течение дня:

для детей 6-10 лет– 1 занятие;

для детей 10-13 лет – 2 занятия;

старше 13 лет – 3 занятия.