



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# Рекомендации по организации дистанционного обучения школьников с нарушениями опорно-двигательного аппарата



**ИКП**

институт  
коррекционной  
педагогики РАО

Москва  
27.03.2020

# Дистанционное обучение

Дистанционное обучение — это способ организации процесса обучения, основанный на использовании современных телекоммуникационных технологий.

Технологии в дистанционном образовании можно разделить на синхронные (on-line) и асинхронные (off-line). Если соотнести их с традиционным обучением, то можно представить дистанционное обучение в трех формах: очной, очно-заочной и заочной.

Заочное обучение, при котором ребенок получает учебные и контрольные материалы, а учитель выполняет функции проверяющего, вызывает сомнение. Очевидно, что при работе с детьми с ОВЗ и инвалидностью такая форма будет малоэффективной.

# Дистанционное обучение

Наиболее целесообразной представляется очно-заочная форма дистанционного обучения, так как заочная часть позволяет обеспечить необходимую индивидуализацию образовательного процесса (ученик частично может сам определять темп работы, выбирать время занятий, многократно обращаться к учебному материалу), а очная создаёт возможности общения в режиме реального времени с учителем и одноклассниками. Общение осуществляется с помощью таких наиболее распространенных технологий как чат или видеоконференция, например в Skype или схожем ПО.

# Дистанционное обучение

Обучение детей с ОВЗ и инвалидностью имеет свою специфику, поэтому использовать дистанционные технологии необходимо дифференцированно, с учетом особенностей психофизического развития, особых образовательных потребностей обучающихся и имеющихся у них ограничений. Специфика дистанционного обучения детей с НОДА связана в первую очередь с сочетанием в структуре нарушенного развития у детей данной категории двигательных, речевых и интеллектуальных нарушений.

# Типология двигательных нарушений

(И.Ю. Левченко, О.Г. Приходько, 2012)

- I. **Дети с НОДА вследствие ортопедической патологии** - с ортопедическими заболеваниями, связанными с первичным поражением костно-мышечной системы, например, сколиоз, врожденный вывих бедра, пороки развития или травматические повреждения скелета, т. е. заболевания, при которых не затронута нервная система.
  
- II. **Дети с НОДА вследствие неврологической патологии** - с нейромоторными нарушениями, при которых НОДА связаны с патологией развития или повреждением моторных механизмов центральной или периферической нервной системы: поражения головного мозга, например, ДЦП и сходные состояния; заболевания, связанные с поражением спинного мозга, периферических нервов, например, нервно-мышечные заболевания, в том числе прогрессирующие.

**Большинство детей с НОДА – это дети с детским церебральным параличом (около 90%)**

# Классификация двигательных нарушений по степени тяжести

Легкая степень – дети способны к самостоятельному передвижению на большие расстояния как правило дефектной походкой, движения несовершенны, скорость их недостаточна, координация нарушена.

Средняя степень – дети передвигаются самостоятельно только в пределах помещения или передвигаются с использованием вспомогательных средств (трости, ходунки, костыли и т.д.)

Тяжелая степень – самостоятельное передвижение недоступно, ребенок передвигается на инвалидной коляске.

# Особенности развития детей с НОДА\*

**!!! Нарушения движения (100%):** нарушение мышечного тонуса, тугоподвижность суставов, контрактуры и костные деформации; преимущественно поражены верхние и нижние конечности, страдает мелкая моторика, мышцы артикуляционного аппарата и мышцы-глазодвигатели. Тяжесть может быть разной.

**Нарушения речевого развития (> 70%):** расстройства речи - дизартрия (страдает звукопроизношение, голосообразование, интонационно-мелодическая сторона речи) + речевое недоразвитие и другие речевые нарушения.

**Особенности познавательной деятельности:** выраженная неоднородность - от полной нормы до различных по тяжести и структуре форм умственной отсталости.

**!!! Сопутствующие нарушения зрения (до 50%):** сходящееся и расходящееся косоглазие, ограничение полей зрения, нистагм, ЧАЗН.

**!!! Сопутствующие нарушения слуха (6-23%):** нейросенсорная тугоухость разной степени выраженности.

\* Положения, учет которых наиболее важен при дистанционном обучении выделены знаком «!»

# Особенности развития детей с НОДА (продолжение)

**!!!** Нарушение регуляторного компонента психической деятельности также характерно для детей с ДЦП, практически у всех отмечаются астенические проявления: пониженная работоспособность, быстрая истощаемость психических процессов, нарушение динамических характеристик деятельности.

**Трудности при осуществлении самообслуживания** (прием пищи, одевание и раздевание, гигиенические процедуры) в повседневной жизни испытывают более половины детей с церебральным параличом, особенно в дошкольном и младшем школьном возрасте. Эти трудности связаны как с нарушениями общей и мелкой моторики, так и с недостаточной самостоятельностью и гиперопекой со стороны родителей.

**Сопутствующие хронические заболевания:** соматические патологии, неврологические синдромы, в т. ч. эпилептический синдром!; астенический синдром (пониженная работоспособность, быстрая истощаемость и утомляемость)



# Специальные условия для обучающихся с НОДА

Указанные на предыдущих слайдах особенности психофизического развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата требуют создания специальных условий их обучения.

К специальным условиям обучения детей с НОДА относятся:

- систематическое психолого-медико-педагогическое сопровождение и коррекция двигательных, речевых и интеллектуальных нарушений, вкл. лечебно-восстановительную работу и соблюдение ортопедического режима;
- создание материально-технических условий, вкл. безбарьерную архитектурную среду, спец. тех. средства для обучения, передвижения и самообслуживания;
- кадровое обеспечение (педагоги-предметники, инструкторы АФК/ЛФК, логопеды, дефектологи, психологи, тьюторы / ассистенты).

В ситуации дистанционного обучения большое значение имеют особая организация образовательного процесса и специальное оснащение рабочего места ученика !!!

# Особенности организации образовательного процесса в условиях дистанционного обучения

На начальном этапе дистанционного обучения важно установить полноценный контакт с родителями учеников, выяснить степень владения компьютером ребенком и членами его семьи, подготовить родителей к тому, что при необходимости они должны оказать ребенку помощь и поддержку.

Чтобы эффективно выстраивать учебный процесс и не допускать стрессовых ситуаций, учитель должен хорошо знать особенности ученика, его двигательные, речевые, сенсорные возможности и ограничения.

При дистанционном обучении от учителя требуется соблюдать особый речевой режим: речь должна быть четкой и разборчивой, с подчеркнутым артикулированием, без резких повышений голоса и с большим количеством повторений, чем на обычном уроке.

# Особенности организации образовательного процесса в условиях дистанционного обучения

- дозирование учебной нагрузки (объем учебного материала рекомендуется сократить на треть от обычного объема);
- сокращение времени урока с использованием компьютера (для учащихся 1-2-х классов - не более 20 минут, для учащихся 3 - 4 классов - не более 25 минут, для учащихся 5 - 6 классов - не более 30 минут, для учащихся 7 - 11 классов - 35 минут);
- сокращение числа уроков или их разделение на периоды с организацией длительного отдыха между периодами;
- планирование смены видов деятельности с целью профилактики утомляемости;
- двигательные разминки и специальные релаксационные упражнения на уроке;
- применение специальных методик и приемов предъявления учебного материала;
- регламентация учебной деятельности с учетом индивидуальных медицинских рекомендаций !!!.

# Регламентация деятельности в условиях дистанционного обучения

- соблюдение ортопедического режима в соответствии с индивидуальными рекомендациями врача-ортопеда,
- щадящий режим нагрузок в учебном процессе в соответствии с индивидуальными рекомендациями врача-невролога,
- соблюдение режима охраны зрения,
- дозирование времени работы за компьютером, времени использования планшета и других гаджетов,
- динамические паузы,
- регулярная смена на видов деятельности.

# Ортопедический режим

Ортопедический режим для детей с НОДА - это комплекс мероприятий, создающих оптимальные условия для развития опорно-двигательного аппарата и предотвращения прогрессирования двигательных нарушений. Соблюдение ортопедического режима в процессе обучения направлено на создание и соблюдение правильных статических положений и двигательных стереотипов, способствует восстановлению и поддержанию двигательных возможностей ребенка. Организация ортопедического режима в условиях дистанционного обучения включает:

- утреннюю гимнастику до начала учебных занятий по 8-15 мин.,
- контроль правильного положения ребенка за столом,
- проведение на каждом уроке после 15-20 минут занятий физкультпаузы с включением коррекционных упражнений,
- самостоятельную двигательную активность между уроками,
- ношение ортопедической обуви,
- использование ортезов, корсетов/реклинаторов во время уроков в соответствии с рекомендациями ортопеда.

# Позиционирование ребенка с НОДА



The High Kinder Chair with optional caster base and optional footrest extension

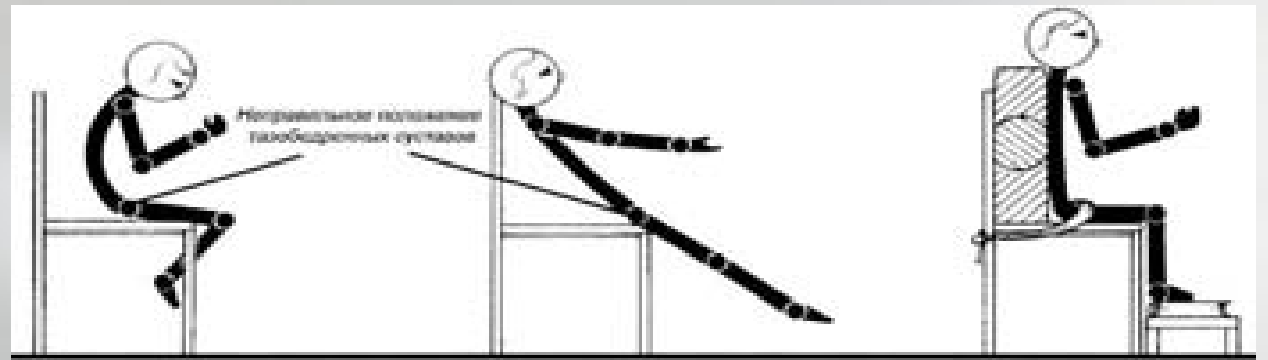
Одной из наиболее важных составляющих ортопедического режима является удобное и безопасное позиционирование ребенка с НОДА. Оно обеспечивается с помощью специальной мебели. Необходимо, чтобы мебель соответствовала потребностям обучающегося с двигательными нарушениями (регулируемые по высоте в соответствии с ростом столы и стулья, одноместные парты с выемкой для инвалидной коляски и др.).

Рабочее место ученика с нарушениями опорно-двигательного аппарата должно не только обеспечивать комфортное и удобное положение ребенка в пространстве, но и соответствовать медицинским рекомендациям.



# Позиционирование ребенка с НОДА

Правильное позиционирование ребенка с тяжелыми двигательными нарушениями во время обучения имеет принципиально важное значение для всего учебного процесса, так как многие дети с НОДА не могут самостоятельно удерживать положения сидя или сидят неправильно и неудобно (сидят с круглой спиной либо постоянно сползают вперед, не могут удерживать равновесие и вынуждены выполнять любые действия параллельно балансируя на грани падения). Необходимо обеспечить максимально комфортное положение ребенка в пространстве и возможность осуществления движений, необходимых для выполнения учебных заданий.



# Позиционирование ребенка с НОДА

Необходимо выбрать то положение ребенка в пространстве, при котором наименее выражено влияние патологических рефлексов и есть адекватная постуральная поддержка.

Наиболее правильным с точки зрения влияния патологических рефлексов было бы проводить обучение ребенка с тяжелыми проявлениями заболевания в положении лежа на спине, в так как называемых рефлекс запрещающих позициях. По целому ряду причин это невозможно. Поэтому для нас правильное позиционирование - это в первую очередь возможность усадить ребенка с тяжелыми двигательными нарушениями в **функциональное ортопедическое кресло** со специальными приспособлениями, которые позволяют мягко зафиксировать ребенка в максимально благоприятном для него положении.



# Позиционирование ребенка с НОДА

Важно обеспечить:

- возможность удержания равновесия;
- предотвращение сползания с кресла;
- возможность свободно работать руками;
- контроль положения головы.



# Ассистивные устройства и технологии

Важным элементом рабочего места ребенка с НОДА является оснащение специальными техническими средствами и ассистивными технологиями.

Ассистивные устройства и технологии - все средства, которые снимают или облегчают физические, психологические и другие затруднения, препятствующие равному доступу к образованию.

Ассистивные технологии для детей с НОДА можно условно разделить на две группы:

- устройства и технологии для повседневной жизнедеятельности;
- устройства и технологии, применяемые в образовательном процессе.

# Ассистивные устройства и технологии

При дистанционном обучении детей с НОДА применяется специальная техника, разнообразные ассистивные (вспомогательные) средства, облегчающие использование ПК или планшета. Их правильный выбор позволяет частично или полностью компенсировать двигательные ограничения.

Основные проблемы у детей с НОДА связаны с использованием мыши и клавиатуры при управлении компьютером.

Решить эти проблемы помогают специальные устройства управления компьютером, к которым относятся увеличенные или уменьшенные клавиатуры, альтернативные устройства ввода информации, джойстики, трекболы, головные мыши, ай-трекинг, сенсорные панели и др.

# Ассистивные устройства и технологии

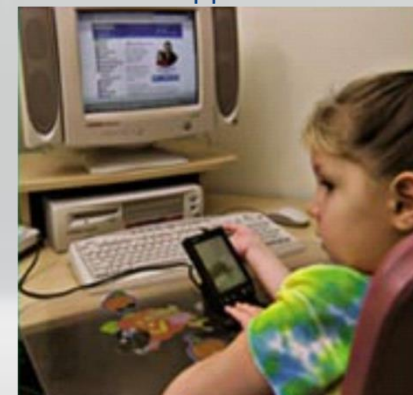


«Половинная клавиатура»  
Half Keyboard



Целеуказатель  
Mini Trackball

Органайзер  
«Наладонник»



Органы  
управления



Система  
HEADMASTER PLUS  
и HEADMASTER 2000



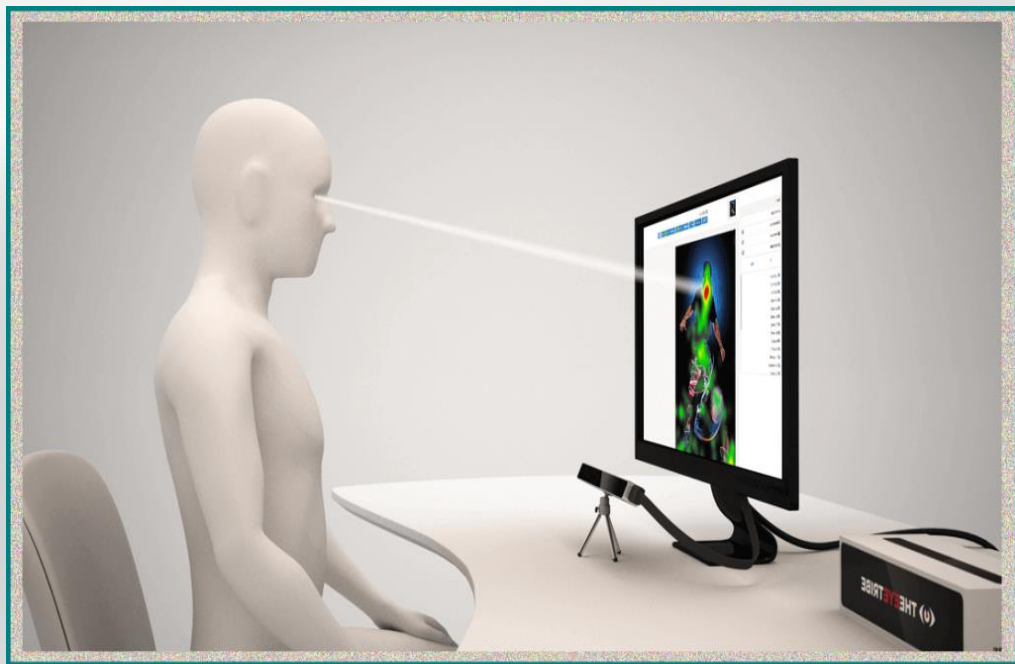


# Ассистивные устройства и технологии

Джойстики и роллеры используются при тяжелых нарушениях манипулятивных функций рук. Шарик-роллер может быть жестко зафиксирован на наименее пораженной руке ребенка и управляться любой частью кисти (пальцами, ладонью, ребром ладони).



# Ассистивные устройства и технологии

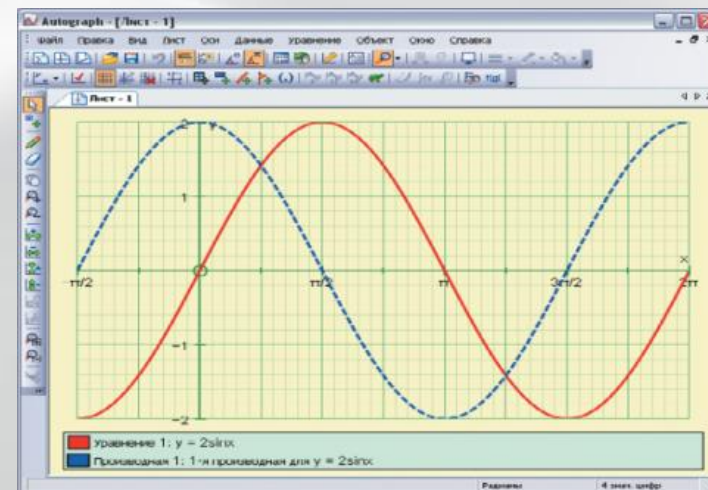


Одной из самых современных ассистивных технологий является ай-трекинг (управление взглядом). Ай-трекинг - способ управления компьютером для тех, кто не может пользоваться руками и не владеет речью. К компьютеру, ноутбуку или планшету крепится специальное устройство, отслеживающее движения глаз, и пользователь может без посторонней помощи совершать любые действия на компьютере – читать информацию в интернете, работать с текстом и общаться в социальных сетях.

# Ассистивные устройства и технологии

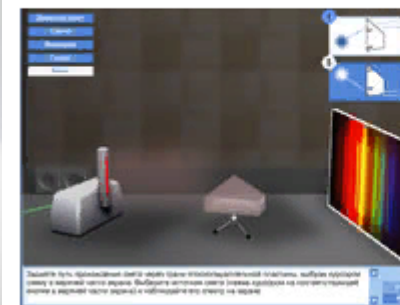
К специальным технологиям можно отнести также использование различного программного обеспечения в зависимости от целей учебной деятельности:

- вспомогательные технологии для формирования и совершенствования навыков чтения, счета - они широко представлены в виде различных компьютерных игр и игровых заданий, которые могут использоваться а качестве домашних заданий, заданий на закрепление учебного материала;
- вспомогательные технологии для учебной исследовательской деятельности - виртуальные лабораторные работы и др.
- вспомогательные технологии для рисования и черчения и др.



АвтоГраф 3.3. Виртуальный конструктор по основным разделам математики

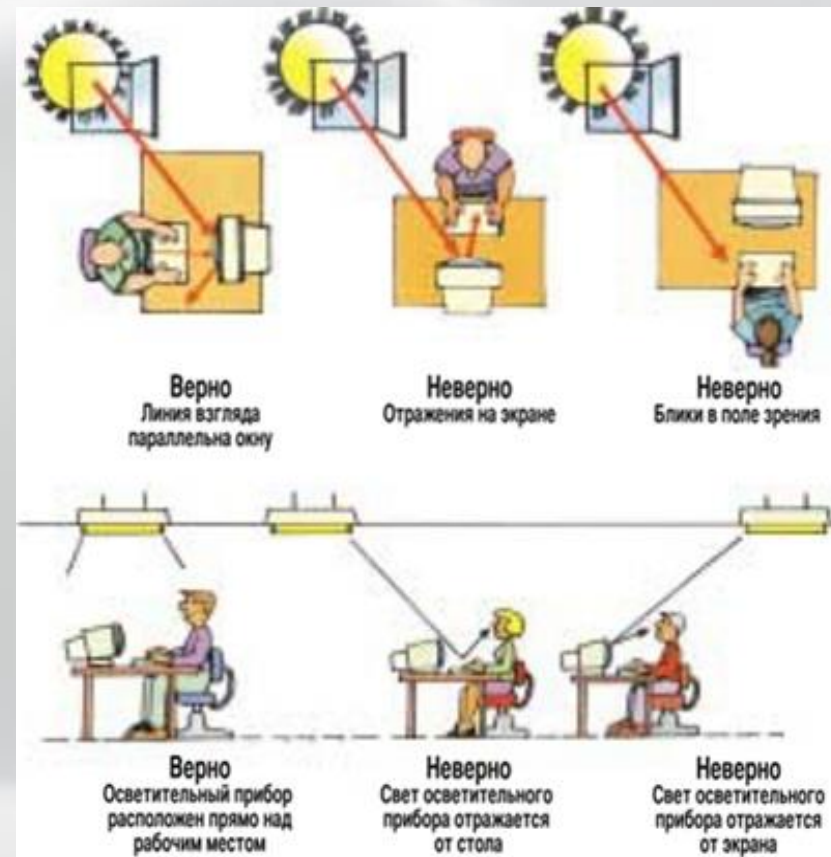
## Наблюдение сплошного и линейчатых спектров испускания



# Режим охраны зрения

Цель - максимально минимизировать зрительное утомление.

1. Гимнастика для глаз для снятия зрительного утомления на каждом уроке.
2. Соблюдение требований при работе за компьютером.
  - Расстояние от глаз до монитора не менее 50 см.
  - Глаза ребенка должны быть на уровне центра или  $\frac{2}{3}$  высоты экрана.
  - Размер шрифта не менее 14-го.
  - Экран и лист с печатным текстом должны находиться в одной плоскости.
  - В процессе работы моргать каждые 3–5 сек.
3. Правильное освещение.



Источник: <https://infourok.ru/konsultaciya-dlya-roditeley-starshey-gruppi-na-temu-rebenok-i-kompyuter-1805985.html>



# Режим охраны зрения (продолжение)

Пример комплекса упражнений для снятия утомления глаз (выполняется сидя).

1. Крепко зажмурить глаза на 3-5 секунд. Потом открыть глаза на 3-5 секунд. Повторить несколько раз.

Упражнение укрепляет мышцы век, способствует улучшению кровообращения.

2. Быстро моргать в течение 1-2 минуты.

Упражнение способствует улучшению кровообращения.

3. Закрыть веки и нежно массировать их круговыми движениями пальца 1 мин.

Упражнение способствует расслаблению мышцы и улучшает кровообращение.

4. Тремя пальцами каждой руки легко нажать на верхнее веко, спустя 1-2 секунды снять пальцы с века. Повторить 3-4 раза. Упражнение улучшает циркуляцию внутриглазных жидкостей упражнение выполняется .

# Динамические паузы или физкультминутки

Физкультминутки проводятся во время уроков, длятся от 2 до 5 минут, состоят из нескольких упражнений (как правило, из 3-6 упражнений). Основная задача - снятие мышечного напряжения.

Пример физкультминутки на снятие напряжения мышц спины, плечевого пояса и рук:

1. И.п. – сидя. 1 – поднять плечи. 2 – опустить плечи. Повторить 6-8 раз, затем пауза 2 – 3 с, расслабить мышцы плечевого пояса. Темп медленный.
2. И.п. – руки согнуты перед грудью. 1 – 2 – два пружинящих рывка назад согнутыми руками. 3 – 4 – то же прямыми руками. Повторить 4 – 6 раз. Темп средний.
3. И.п. – сидя, кисти в кулаках. Круговые движения кулаками по часовой стрелке - 10 раз, против часовой стрелки — 10 раз. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

# Простые вещи, которые могут помочь ребенку с тяжелыми двигательными нарушениями

Наряду с такими традиционными для педагогической деятельности видами помощи как стимулирующая, организующая, обучающая помощь, ребенку с НОДА в процессе дистанционного обучения может потребоваться и техническая помощь, например поправить веб-камеру или помочь изменить положение. Необходимо заранее обсудить с родителями ребенка необходимость их присутствия во время дистанционных уроков.

Во время работы на компьютере необходимо учитывать пространственные нарушения у детей с НОДА, которые заложены в саму структуру нарушенного развития. Если выявлена выраженная дефицитность пространственных представлений и трудности ориентировки на плоскости, в начале работы необходимо помочь ребенку: обозначить правую / левую сторону монитора, убедиться, что ребенок понимает расположение основных визуальных ориентиров и т.д.

# Простые вещи, которые могут помочь ребенку с тяжелыми двигательными нарушениями

Специфика речевого развития детей с НОДА связана с наличием дизартрии, которая негативно сказывается на разборчивости речи ребенка. При работе в режиме видеосвязи он-лайн из-за качества связи могут возникнуть трудности с пониманием речи ребенка учителем и одноклассниками. В таких случаях необходимо заранее предусмотреть для ребенка индивидуальные задания в форме тестов, возможность общения с помощью письменной речи через чат или, при тяжелых проявлениях заболевания, заранее предусмотреть возможность использования средств альтернативной коммуникации, например карточек с надписями «да», «нет» или специальными символами.

Если ребенок страдает выраженными гиперкинезами и испытывает из-за этого большие трудности в управлении компьютером, можно попытаться снизить выраженность гиперкинезов, закрепив на нерабочей руке специальные манжеты-утяжелители или мягко зафиксировав ее с помощью ремней.

# Простые вещи, которые могут помочь ребенку с тяжелыми двигательными нарушениями

В качестве одной из наиболее удобных и эффективных форм представления учебного материала при дистанционном обучении можно рассматривать мультимедийную презентацию. При создании мультимедийных презентаций для детей с ОВЗ для лучшего визуального восприятия необходимо следовать следующим рекомендациям:

- выбирать неброский однотонный фон, чтобы не отвлекать внимание от содержания, (контрастность фон/объект - не менее 80%) ;
- чтобы избежать быстрого пресыщения (особенно в младшем школьном возрасте) следует несколько раз изменять стиль презентации, умеренно использовать спецэффекты;
- режим смены слайда - книжная страница;
- нельзя перегружать презентацию лишними деталями;
- желательны четкие, реалистичные изображения, лучше всего статическое, крупное цветное изображение в сопровождении звука;
- рекомендуемый шрифт - Arial, Verdana.

Электронные сетевые ресурсы и  
материалы по вопросам  
дистанционного обучения



ИКП

ИНСТИТУТ  
коррекционной  
педагогики РАО

Источник: страница Министерства  
просвещения РФ на [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

# С чего начать ?

Методические рекомендации 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:

<https://docs.edu.gov.ru/document/26aa857e0152bd199507ffaa15f77c58/>



# Что использовать?

## ЛУЧШИЕ ОНЛАЙН-РЕСУРСЫ ДЛЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ



- «ЯКЛАСС»**  
Портал поможет учителям проверить, как ученики усвоили материал  
Сайт [yaklass.ru](http://yaklass.ru)
- «УЧИ.РУ»**  
Интерактивные курсы по основным предметам и подготовке к проверочным работам, тематические вебинары по дистанционному обучению  
Сайт [uchi.ru](http://uchi.ru)
- «ЯНДЕКС.УЧЕБНИК»**  
Содержит более 35 тыс. заданий разного уровня сложности по русскому и математике для школьников 1–5-х классов  
Сайт [education.yandex.ru](http://education.yandex.ru)
- ОНЛАЙН-ПЛАТФОРМА «МОИ ДОСТИЖЕНИЯ»**  
Широкий выбор диагностик для учеников с 1-го по 11-й класс по школьным предметам и различным тематикам  
Сайт [myskills.ru](http://myskills.ru)
- ПЛАТФОРМА НОВОЙ ШКОЛЫ, СОЗДАННАЯ СБЕРБАНКОМ**  
Позволяет выстроить эффективный дистанционно-учебный процесс  
Сайт [pcbi.ru](http://pcbi.ru)
- «ОЛИМПИУМ»**  
Платформа для проведения олимпиад и курсов  
Сайт [olimpium.ru](http://olimpium.ru)
- СОЦСЕТИ**  
Популярные соцсети «ВКонтакте» и «Одноклассники» обладают всеми необходимыми техническими возможностями и инструментами для организации дистанционного обучения



# Что использовать?

Легкий переход на дистанционный формат обучения обеспечит образовательная платформа «[Учи.ру](#)».

Школьникам предлагаются интерактивные курсы по основным предметам и подготовке к проверочным работам, а учителям и родителям – тематические вебинары по дистанционному обучению. Методика платформы помогает отрабатывать ошибки учеников, выстраивает их индивидуальную образовательную траекторию, отображает прогресс учеников в личном кабинете. Также в личных кабинетах пользователей создан внутренний чат, где учителя, ученики и родители могут обсуждать задания, свои успехи и прогресс

Выстроить дистанционно учебный процесс возможно с помощью [Платформы НОВОЙ ШКОЛЫ](#), созданной Сбербанком.

Цель программы – формирование персонифицированной образовательной траектории в школе, создание для каждого ребёнка возможностей для успешной учёбы

# Что использовать?

Интерактивные уроки по всему школьному курсу с 1-го по 11-й класс лучших учителей страны предоставляет [«Российская электронная школа»](#).

Это более 120 тысяч уникальных задач, тематические курсы, видеоуроки, задания для самопроверки, каталог музеев, фильмов и музыкальных концертов. Портал также полезен учителям, которые могут воспользоваться лучшими дидактическими и методическими материалами по всем урокам

[«Московская электронная школа»](#) – это широкий набор электронных учебников и тестов, интерактивные сценарии уроков.

Решения МЭШ доступны для всех и уже получили высокие оценки учителей, родителей и детей ряда московских школ. Проверка ошибок, общение с учителями, домашние задания, материалы для подготовки к уроку, варианты контрольных и тестов — всё это доступно родителям, учителям и школьникам с любых устройств. В библиотеку МЭШ загружено в открытом доступе более 769 тыс. аудио-, видео- и текстовых файлов, свыше 41 тыс. сценариев уроков, более 1 тыс. учебных пособий и 348 учебников издательств, более 95 тыс. образовательных приложений

# Что использовать?

Онлайн школа [Фоксфорд](#) предоставила бесплатный доступ ко всем курсам по школьной программе лишь на [месяц](#).

Издательство [«Просвещение»](#) открыло бесплатный доступ к электронным версиям учебно-методических комплексов, входящих в Федеральный перечень. Доступ распространяется на сам учебник и специальные тренажеры для отработки и закрепления полученных знаний. В ближайшие дни в открытом доступе окажутся учебники и образовательные ресурсы для всех школ страны.

Телеканал [Мособртв](#) – первое познавательное телевидение, где школьное расписание и уроки представлены в режиме прямого эфира.

Профориентационный [портал «Билет в будущее»](#) с видеоуроками для средней и старшей школы, а также расширенными возможностями тестирования и погружения в различные специальности и направления подготовки уже на базе школьного образования.

# Что использовать?

Младшие школьники смогут продолжить занятия по русскому языку и математике с помощью сервиса «[Яндекс.Учебник](#)». Ресурс содержит более 35 тыс. заданий разного уровня сложности для школьников 1–5-х классов. Все задания разработаны опытными методистами с учётом федерального государственного стандарта. Ресурсом уже воспользовались более 1,5 миллиона школьников. В числе возможностей «ЯндексУчебника» – автоматическая проверка ответов и мгновенная обратная связь для учеников.

Проверить, как дети усвоили материал, учителям поможет «[ЯКласс](#)». Сервис довольно прост в использовании: учитель задаёт школьнику проверочную работу, ребёнок заходит на сайт и выполняет задание педагога; если ученик допускает ошибку, ему объясняют ход решения задания и предлагают выполнить другой вариант. Учитель получает отчёт о том, как ученики справляются с заданиями. На сервисе зарегистрированы 2,5 миллиона школьников и 500 тыс. учителей

# Что использовать?

Детский онлайн-тренажер для развития речи [«Легко сказать»](#)

в Яндекс.Станции и других устройствах с Алисой

- ✓ Занятия бесплатны и проходят в игровой форме. Звуки (персонажи, придуманные в Яндексе и озвученные поп-артистами) и фиксика не дадут ребёнку заскучать
- ✓ Песни для отработки звуков написаны детскими поэтами и популярными артистами по методике, составленной опытными учителями-логопедами
- ✓ Фиксика знакомят ребёнка с профессиями будущего, а звуки учат быть смелым, много читать, не бояться выступать на сцене и другим важным вещам, которые трудно даются детям с плохим произношением
- ✓ Ребёнку будут помогать его любимые фиксика, а также звуки — звёзды в образах фантастических героев



# Советы родителям



## ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ДОМАШНЕЙ ОБСТАНОВКЕ: КОМФОРТНО И ПРОСТО!



Создайте комфортную среду во время уроков. Например, работающий телевизор будет мешать занятиям



Проветривайте помещение, где занимается ребенок. Устраивайте физкультминутки



Правильное освещение: свет должен падать на клавиатуру сверху (люминисцентные лампочки использовать нежелательно)



Рабочий стол рядом с окном. Естественное освещение важно для здоровья!



Достаточное пространство для письменной работы и занятий за компьютером

**ГЛАВНОЕ — РАБОЧЕЕ МЕСТО!**



Технические средства на расстоянии вытянутой руки

**ПОЛЕЗНЫЕ  
СОВЕТЫ**



Наблюдайте за работой ребенка на компьютере



Оборудование должно быть недоступно домашним животным



Старайтесь снижать зрительную нагрузку ребенка при работе с компьютером



Обязательно контролируйте время работы ребенка на компьютере. Перерывы необходимо устраивать через каждые 15-20 минут



Спина должна быть ровной!

**ВАЖНО!**

Небольшой вес и размер компьютерного оборудования

1,5 кг

20 см



# Советы родителям

## ОБУЧЕНИЕ НА ДОМУ: ПРОСТО И ЭФФЕКТИВНО!

ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



### КАК ПЕРЕЙТИ НА ДОМАШНЕЕ ОБУЧЕНИЕ? ВСЁ ОЧЕНЬ ПРОСТО!

#### 01 ОБСУДИТЬ И СОГЛАСОВАТЬ ФОРМАТ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ С РУКОВОДСТВОМ ШКОЛЫ И УЧИТЕЛЯМИ

ШАГ

Формат дистанционного обучения определяется школой и может отличаться в зависимости от региона РФ

#### 02 СОЗДАЙТЕ ЧАТ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ

ШАГ

Для того чтобы процесс дистанционного обучения был эффективным, необходимо получать обратную связь от учителей. Самый удобный вариант – создать чаты с преподавателями в популярных мессенджерах или социальных сетях

#### 03 ИСПОЛЬЗУЙТЕ РЕКОМЕНДОВАННЫЕ ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

ШАГ

Минпросвещения России рекомендует использовать следующие бесплатные ресурсы:

- ▶ «Российская электронная школа»
- ▶ «Московская электронная школа»
- ▶ Портал «Билет в будущее»
- ▶ «Молодые профессионалы (Ворлдскиллс Россия)»
- ▶ Образовательный центр «Сириус»
- ▶ Всероссийский открытый урок – проект по ранней профориентации школьников «ПроеКТОрия»
- ▶ Всероссийский образовательный проект «Урок цифры»

#### 04 ПОЗВОНТЕ ПО ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ

ШАГ

При возникновении вопросов или проблем, связанных с переходом на дистанционное обучение, Вы всегда можете позвонить на горячую линию для родителей и учителей

**+7 800 200 91 85**



**ВАЖНО!**

Эффективно выстроить дистанционный учебный процесс возможно с помощью ПЛАТФОРМЫ НОВОЙ ШКОЛЫ ([www.pcbf.ru](http://www.pcbf.ru)), созданной Сбербанком. Обсудите этот вопрос с руководством школы

# Советы родителям



## ОБУЧЕНИЕ НА ДОМУ 10 ДОБРЫХ СОВЕТОВ РОДИТЕЛЯМ

01

### РЕЖИМ ТРУДА И ОТДЫХА – ОСНОВА ЖИЗНИ

Составьте расписание на каждый день для всей семьи. Помогите ребёнку распределить время между учёбой и отдыхом. Не забудьте про творчество и спорт.

02

### ЦИФРОВАЯ ГАРМОНИЯ

Онлайн-обучение увеличивает пребывание ребёнка в сети, но не запрещайте ему использовать гаджеты в свободное время. Попробуйте вместе найти баланс.

03

### ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ОНЛАЙН-ИНТЕРЕСЫ ДЕТЕЙ

Вместе обсуждайте темы, которые волнуют ребёнка. Так вы оградите детей от негативного контента.

04

### БЕЗОПАСНОСТЬ ПРЕВЫШЕ ВСЕГО

Объясните ребёнку, что нельзя открывать дверь квартиры незнакомым людям. Объясните, как вести себя в экстренных ситуациях.

05

### ДВИЖЕНИЕ – ЭТО ЖИЗНЬ

Напоминайте ребёнку делать зарядку между занятиями. Занимайтесь спортом вместе.

06

### НЕ ЗАБЫВАЙТЕ О ПРАВИЛЬНОМ ПИТАНИИ

Три основных приёма пищи и три здоровых перекуса в день – основа здорового питания.

07

### РАСШИРЯЙТЕ КРУГОЗОР

Выделите полчаса в день для активного поиска интересного. Интернет – кладёшь информации, открытия вам гарантированы.

08

### РОДИТЕЛЬСТВУ СТОИТ УЧИТЬСЯ

Используйте появившееся время для общения и воспитания детей.

09

### ОБЩЕНИЕ УКРЕПЛЯЕТ СЕМЬЮ

Вместе читайте, смотрите и обсуждайте фильмы, поставьте семейный спектакль или сделайте семейный альбом.

10

### ПОМОГАЙТЕ ДРУГ ДРУГУ

Дети могут научить вас многим возможностям цифровой среды, а вы поможете ребёнку отфильтровать контент.





# Рекомендуемая литература и видеоматериалы

1. Вайндорф-Сысоева М.Е., Хапаева С.С., Грязнова Т.С., Шаверина Д.А. Инновационный опыт дистанционного обучения детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)/методические рекомендации для самообразования педагогических работников, обучающихся с применением дистанционных технологий детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) / Москва, 2012.
2. Евтушенко И.В., Жигорева М.В., Левченко И.Ю., Никольская И.А., Новикова И.М., Ткачева В.В., Волковская Т.Н. Дистанционное образование: педагогу о школьниках с ограниченными возможностями здоровья. Москва, 2013.
3. Скворцов В.Н., Никитина М.И., Кобрина Л.М., Логинова Е.Т. Дистанционное обучение детей с ограниченными возможностями здоровья как инновационная форма образования в регионе. Вестник Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. 2010. Т. 3. № 3. С. 43-50.
4. Степкова О.В. Тьюторское сопровождение детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов в условиях дистанционного образования. В сборнике: Сетевое образовательное взаимодействие в подготовке педагога информационного общества Международная научно-практическая конференция. г. Владивосток, 2019. С. 484-490

<https://www.facebook.com/obrazovania.departament/videos/2565009153713311/>

<https://www.facebook.com/obrazovania.departament/videos/523863344850619/>

<https://www.facebook.com/obrazovania.departament/videos/205564064192938/>

Дополнительные материалы



# Советы из практики; дистанционное обучение математике

«При обучении математике с применением дистанционных образовательных технологий возникает острая необходимость в имитации школьной доски. Во время урока учитель вынужден показывать учащемуся ход решения примеров, задач. Имеется необходимость и обратной связи, чтобы в режиме реального времени ребенок наглядно продемонстрировал усвоение материала... С этой целью возможно применение нескольких сервисов. Одним из самых используемых на уроках математики является виртуальная интерактивная доска Twiddla <https://www.sites.google.com/site/badanovweb2/home/twiddla>. Twiddla — это онлайн сервис для совместной работы, который имеет множество возможностей. Этот интернет-инструмент сотрудничества прост в использовании, не требует загрузки и является бесплатным. Twiddla позволяет в реальном времени размещать на рабочей поверхности текст, иллюстрации, математические формулы, рисование «от руки», встраивать документы, загружать изображение, файл, веб-страницу из Интернета и рисовать поверх нее; общаться при помощи чата. Автоматическое сохранение по адресу страницы, на которой работает обучающийся, является неоспоримым фактором для использования данного сервиса на дистанционном уроке математики. Twiddla позволяет вести дистанционный урок живо, красочно, образно, как если бы учитель и ученик находились бы у школьной доски в классе.»

# Советы из практики: дистанционное обучение математике

«При изучении тем по основным разделам математики при дистанционном обучении целесообразно использовать на уроке виртуальный конструктор АвтоГраф 3.3, который предоставляет возможность графического отображения математических объектов школьной математики основной и старшей школы — геометрических фигур, уравнений, систем уравнений, графиков и диаграмм статистической обработки наборов данных. Учитель и обучающиеся могут создавать графические объекты как на плоскости, так и в трехмерном пространстве — в декартовых, полярных, цилиндрических и сферических системах координат. Используются разные способы построения: по точкам, по уравнению, специальными инструментами, путем математической обработки исходного графика или набора данных. Параметры характерных объектов (корней уравнения, точек пересечения плоскости и прямой, трех плоскостей и т.п.) отображаются на информационной панели и изменяются при деформации объекта.»

# Советы из практики: дистанционное обучение математике

«Следует отметить учебно-методический комплект «Живая Математика», разработанной фирмой Key Curriculum Press (USA), переведенной на русский язык и адаптированной Институтом новых технологий. Данный учебно-методический комплект включает в себя саму программу «Живая Математика», методическое пособие и альбомы готовых динамических чертежей. Программа «Живая математика» позволяет обучающимся с нарушениями ОДА развивать геометрическую интуицию и геометрическое воображение, строить современный компьютерный чертеж, что значительно экономит время на дистанционном уроке, так как допускает дальнейшую компьютерную обработку (тиражирование, деформация, перемещение, видоизменение), многократный обмен чертежами, сохранение нескольких вариантов одного и того же чертежа и т.п. С помощью «Живой математики» учитель может проиллюстрировать объяснение эффектными и точными чертежами, повысить разнообразие форм работы учащихся, значительно увеличить долю активной творческой работы в их учебной деятельности.»

Горохова И. В. Организация образовательного процесса обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата на основе дистанционных образовательных технологий на уроках математики [Текст] // Педагогика: традиции и инновации: материалы IX Междунар. науч. конф. (г. Казань, январь 2018 г.). — Казань: Бук, 2018. — С. 37-39. — URL <https://moluch.ru/conf/ped/archive/274/13559/> (дата обращения: 24.03.2020)

# Основные правила работы за компьютером: из рекомендаций Роспотребнадзора

1. Необходимо правильно установить монитор и постараться предотвратить наличие бликов на экране.
2. Поза при сидении за компьютером – прямая или слегка наклоненная вперед, с небольшим наклоном головы. Между корпусом тела и краем стола необходимо сохранять пространство не менее 5 см.
3. Ребенку должно быть удобно. Но это не значит, что надо подгибать ноги под себя или класть ногу на ногу, сутулиться. Этого делать НЕЛЬЗЯ! Сидеть за столом надо так, чтобы ноги стояли на полу или на специальной подставке. Согласно методическим рекомендациям, для детей ростом 115-130 см. рекомендуется высота стола – 54 см, высота сидения стула – 32 см.
4. Сидеть ребенок должен на расстоянии не менее 50-70 см от монитора, но чем дальше, тем лучше.
6. Верхняя часть монитора должна быть расположена на уровне глаз или чуть ниже, а нижняя чуть ближе. Расстояние между монитором и глазами должно быть 45-75 см.
7. Воображаемая линия взора (от глаз до экрана видеотерминала) должна быть перпендикулярной экрану и приходиться на его центральную часть.
8. Освещение должно падать так же, как и при письме левой стороны, свет не должен быть слишком ярким или тусклым, нельзя работать в темноте.



# Основные правила работы за компьютером: из рекомендаций Роспотребнадзора

9. Не забывайте моргать каждые 3-5 секунд (при моргании глаз омывается слёзной жидкостью и не пересыхает), чаще переводить взгляд на удаленный объект.
10. Периодически необходима зарядка для глаз.
11. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 1-2-х классов - не более 20 минут, для учащихся 3 - 4 классов - не более 25 минут, для учащихся 5 - 6 классов - не более 30 минут, для учащихся 7 - 11 классов - 35 минут.
12. Экран компьютера следует часто протирать специальной салфеткой. Слой пыли и грязи может быть одной из причин низкого качества изображения.
13. Сразу после работы за компьютером не надо смотреть телевизор или читать книгу. Лучше умыться холодной водой и 10-15 минут полежать с закрытыми глазами.

Более подробно с требованиями к работе за компьютером можно ознакомиться с помощью СанПиН 2.2.2/2.4.1340-03 «Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы».



# Спасибо за внимание!

**Абкович Алла Яковлевна , к.п.н.**

**Крутякова Евгения Никитична, к.п.н.**

Лаборатория образования и комплексной абилитации  
лиц с НОДА и множественными нарушениями развития.



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



119121, г. Москва, ул. Погодинская, д.8, корп.1

+7(499)245-0452

[www.ikp-rao.ru](http://www.ikp-rao.ru)