**ГРАФИК**

* Хотя домашнее обучение может не соответствовать тому же графику, что и в школе, вы все равно просыпаетесь рано утром.
* Выполняйте те же утренние действия, что и обычно: завтракайте, одевайтесь
* Не забудьте сделать перерывы в течение дня, во время перерыва делайте физические упражнения, делайте небольшие паузы, не забывайте есть.
* Поскольку вы работаете перед экраном дольше, чем обычно, очень важно больше двигаться

**ОБУЧЕНИЕ**

* Дистанционное обучение – это не каникулы, а такое же обучение!
* Проверяйте, какие задания вам дал ваш учитель на этот день.
* Некоторые задания надо выполнять самостоятельно.
* Некоторые уроки вы можете выполнять на образовательных онлайн - платформах.
* Учителя работают в полную силу, чтобы помочь вам в обучении. Но они действуют немного иначе, чем обычно. Для них в дистанционном обучении тоже много нового.
* Обязательно выполняйте все дистанционные задания: выпасть из учебного процесса он-лайн намного легче, поэтому вы должны самостоятельно за всем следить.
* Сложные вопросы и непонятные моменты всегда можно обсудить с учителями, одноклассниками.
* Учитель всегда даст вам советы о том, где найти учебные видео и другие электронные вспомогательные материалы по предметам.
* Если вы найдете что-то интересное для себя, вы можете передать это учителю и другим одноклассникам.
* Участвуя в дистанционном обучении, следуйте инструкциям учителя. Не отключайте телефон.
* Помните, что вы в классе и всегда на связи!