

## **Рекомендации по дистанционному обучению детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью**

1. Необходимо учитывать режим труда и отдыха. Соблюдать часовую нагрузку, отведенную для учебных занятий, которую рекомендовал врач в соответствии с особыми потребностями ребенка.

2. Во время учебного процесса не забывать делать регулярные перерывы в занятиях.

3. Соблюдать режим принятия лекарственных препаратов, проведения необходимых медицинских процедур, приема пищи.

4. Делать простые физические упражнения для профилактики общего утомления.

5. Не забывать делать гимнастику для глаз при работе за компьютером. Примеры упражнений приведены ниже.

Упражнение 1: быстро поморгать, закрыть глаза, медленно считая до 5. Повторить 4-5 раз.

Упражнение 2: Крепко зажмурить глаза и считать до 3. Открыть глаза и посмотреть вдаль, считать до 5.

Упражнение 3. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1-4, потом перенести взор вдаль на счет 1-6.

6. Родителям необходимо поддерживать ребенка в обучении, подбадривать, хвалить за выполненные упражнения. Рекомендуется совместное чтение с ребенком или другие занятия (игры).

7. Мотивация к познавательной и учебной деятельности ребенка с особыми потребностями может проходить в интересной для него форме (например, в форме игры).

8. По социально-педагогическим и социально-психологическим вопросам обучения ребенка с ОВЗ или инвалидностью рекомендуется обращаться к специалистам образовательной организации (педагогу-психологу, социальному педагогу).

Информация для родителей, необходимая для дистанционного обучения детей с особыми образовательными потребностями, размещается на сайте Института коррекционной педагогики РАО в специализированном разделе «Дистанционное обучение детей с ОВЗ» (<https://ikp-rao.ru/distancionnoe-obuchenie-detej-s-ovz/>).

Информацию подготовила  
социальный педагог  
МАОУ «Лицей № 28 имени академика Б.А. Королева»  
А.А. Лаконова.  
Контактные данные: [nastyalakomova@mail.ru](mailto:nastyalakomova@mail.ru)