**Государственное автономное учреждение**

**дополнительного профессионального образования**

**«Институт развития образования Пермского края»**

(ГАУ ДПО «ИРО ПК»)

ул. Екатерининская, 210, г. Пермь, 614068

тел.: (342) 236-80-59, факс: 236-84-27; e-mail: [priem@iro.perm.ru](mailto:priem@iro.perm.ru)

ОКПО 02089240, ОГРН 1025900764449, ИНН/КПП 5903005619/590301001

**Аннотация**

к методическим рекомендациям по рациональной организации учебных занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий для педагогов, обучающихся и их родителей (в период действия режима повышенной готовности в связи с угрозой распространения коронавирусной инфекции)

Настоящие рекомендации разработаны на основе методических рекомендаций ФГБНУ «Институт возрастной физиологии Российской академии образования» (ИВФ РАО) по рациональной организации занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. Приведены рекомендации по организации труда педагога и Рекомендации для родителей обучающихся. Также в рекомендации включены приложения: примеры упражнений для саморегуляции психического состояния и профилактики стресса для педагогов и рекомендуемый комплекс упражнений гимнастики для глаз (по СанПиН).

Составитель: А.А. Скорынин, науч. сотрудник Центра цифровизации и развития образовательных систем ГАУ ДПО «ИРО ПК».