**Продолжительность непрерывного применения технических**

**средств обучения на уроках**

**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.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Классы** | **Непрерывная длительность (мин.), не более** |  |
|  | **Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения** | **Просмотр телепередач** | **Просмотр динамических изображений на экранах отраженного свечения** | **Работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой** | **Прослушивание аудиозаписи** | **Прослушивание аудиозаписи в наушниках** |
| 1 - 2 | **10** | **15** | **15** | **15** | **20** | **10** |
| 3 - 4 | **15** | **20** | **20** | **15** | **20** | **15** |
| 5 - 7 | **20** | **25** | **25** | **20** | **25** | **20** |
| 8 - 11 | **25** | **30** | **30** | **25** | **25** | **25** |

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз:<https://sudact.ru/law/postanovlenie-glavnogo-gosudarstvennogo-sanitarnogo-vracha-rf-ot_593/prilozhenie/prilozhenie-5/>

 а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления: <https://sudact.ru/law/postanovlenie-glavnogo-gosudarstvennogo-sanitarnogo-vracha-rf-ot_593/prilozhenie/prilozhenie-4/>