

## Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на уроках

| 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 (см. Памятки), а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления (см. Памятки).