

Приложение № 2  
к распоряжению № \_\_\_\_\_  
от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020г.

«Утверждаю»  
Декан ФОФ МГТУ им. Н.Э.Баумана  
\_\_\_\_\_ Нечушкин Ю.В.  
«\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020г.

**Порядок**  
**организации дистанционного обучения студентов 1-3 курсов на кафедре «ФВ»**  
**в период с 13 ноября 2020г. до 6 февраля 2021г.**

**Студентам 1-3 курсов Университета необходимо:**

1. Зарегистрироваться в группе «Кафедра ФВ МГТУ им. Н.Э. Баумана» в социальной сети «ВКонтакте» (группа открытая);
2. Зарегистрироваться в группе «Кафедра АФК МГТУ им. Н.Э. Баумана» в социальной сети «ВКонтакте» (группа закрытая, в этой связи внимательно читать порядок регистрации);
3. Зарегистрироваться на сайте кафедры «ФВ»: <https://fv.bmstu.net>. Получать информацию по дистанционному обучению во вкладках «Студентам», «Дистанционное обучение», а также в своем личном кабинете студента, у старост, кураторов, деканатов и от своего преподавателя;
4. Ознакомиться с инструкцией по работе ПО «ZOOM» и регламентом проведения онлайн-занятий по дисциплине «Физическая культура и спорт» (Приложение №4);
5. Готовиться к каждому онлайн-занятию, **обязательное наличие спортивной формы**;
6. Выбирать удобное для онлайн-занятий место, учитывая практический характер занятия (желательно на открытом воздухе);
7. Входить в конференцию по высланному идентификатору или ссылке в соответствии с утвержденным расписанием учебных занятий на осенний семестр 2020/2021 учебного года;
8. При входе в конференцию указывать: наименование своей группы, Фамилию и Имя (пример: ИУ 1-31, Иванов Иван);
9. **Обязательно включать видео и выключать звук**;
10. Выполнять все требования, указанные в инструкции для студентов (Приложение №4, пункт 3);
11. По окончании онлайн-занятия студент может получить консультацию и ответы на поставленные вопросы используя электронную почту;
12. При уважительной причине, в исключительном случае, высылать на электронную почту своему преподавателю дневник «самоподготовки и самоконтроля» и фото или видео отчет после окончания самостоятельного занятия. Самостоятельные занятия проводятся строго в соответствии с утвержденным расписанием учебных занятий на осенний семестр 2020/2021 учебного года (при согласовании с преподавателем);
13. Ознакомиться с образцом ведения дневника «самоподготовки и самоконтроля». Оформление строго по утвержденному образцу (Приложение №3);
14. Отрабатывать пропущенные занятия по согласованию с преподавателем, в назначенное им время;
15. Постоянно поддерживать связь с преподавателем, используя средства информационно-коммуникационной сети Интернет.

Приложение № 3  
к распоряжению № \_\_\_\_\_  
от « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020г.

«Утверждаю»  
Декан ФОФ МГТУ им. Н.Э.Баумана  
\_\_\_\_\_ Нечушкин Ю.В.  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020г.

## Дневник «Самоподготовки и самоконтроля»

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Факультет, группа \_\_\_\_\_

Дата рождения \_\_\_\_\_ Группа здоровья \_\_\_\_\_

Вес, рост \_\_\_\_\_

День недели, число, месяц, год. Время занятия	Содержание физкультурного занятия	Пульс	Самочувствие	Желание заниматься
Занятия проводить минимум 1 раза в неделю  Указать: дату, время место, занятия	Продолжительность одного занятия от 45 минут. <b>Подготовительная часть:</b> - 15 мин (расписать разминку, ОРУ) <b>Основная часть:</b> - 30 мин. (ОБЯЗАТЕЛЬНО!! расписать каждое выполняемое упражнение, количество повторений и серий) <b>Заключительная часть:</b> - 10 мин (упр. на восстановление дыхания, растяжка, расписать)	Измеряется 2 раза: перед началом занятия и сразу после его окончания.  До/ после	Хорошо, удовлетворительно, плохо. Отмечать болевые ощущения, возникающие только во время занятия	Присутствует " + " Отсутствует " - "

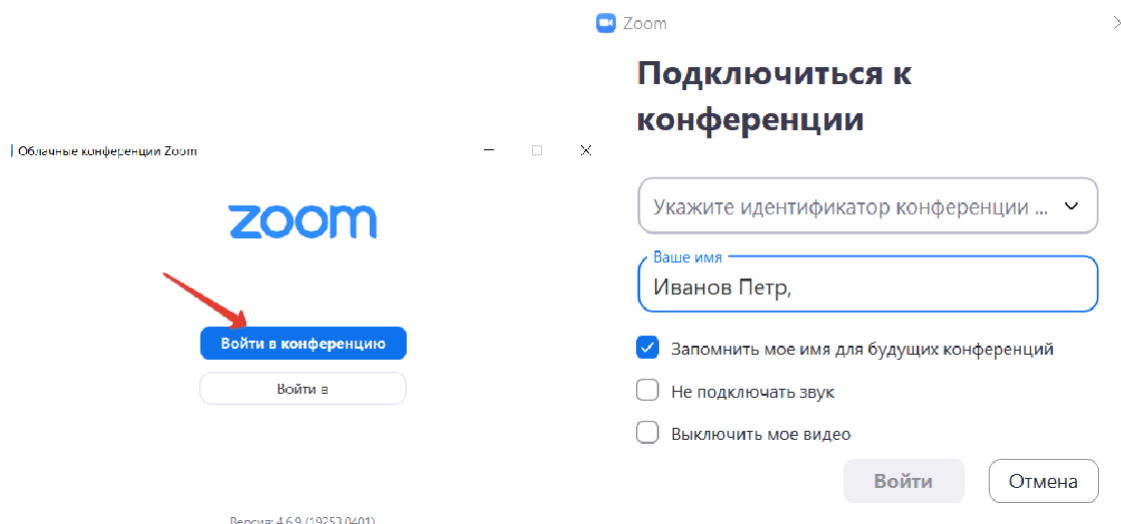
1. Занятия проводить (и правильно конспектировать) минимум 1 раз в неделю, ВАЖНО расписывать каждое занятие по данному образцу.
2. Дневник вести на расчерченной по образцу тетради, допускается печатный вариант, но обязательно вклеить в тетрадь.
3. Самостоятельные занятия необходимо вносить в дневник «Самоподготовки и самоконтроля» студента.

### 3. Инструкции для студентов

#### 3.1 Инструкция для студентов по установке и авторизации в приложении Zoom

Перед первой конференцией скачать и установить приложение Zoom <https://zoom.us/download> (делается один раз перед первой конференцией на конкретном устройстве)

Войти в конференцию по высланному идентификатору или ссылке.



При входе в конференцию в поле «ИМЯ» указать наименование своей учебной группы, Имя, Фамилию (например: ИУ 1-31, Иван Иванов) и выставить галку «Запомнить мое имя для будущих конференций». В случае невыполнения данного пункта преподаватель имеет право отключить студента от онлайн занятия

#### 3.2 Вводная инструкция для студентов, участников онлайн занятия (озвучивает преподаватель перед началом занятия)

1. Участвовать в конференции студентам можно только под своей фамилией и именем с указанием учебной группы. Данные указываются студентом при авторизации для участия в конференции. Обязательно включение видео!
2. Студент может использовать свою фотографию в качестве аватарки, при авторизации. Использование других изображений в этих целях не разрешено.
3. Обращаем внимание студентов, что
  - идет запись видеоконференции на компьютер преподавателя,
  - общаться в чате возможно только с преподавателем,
  - демонстрацию экрана проводит только преподаватель,
  - выходить из конференции без разрешения преподавателя нельзя
  - чтобы задать вопрос или ответить на вопрос письменно, студент может написать в чат
  - чтобы задать вопрос или ответить на вопрос устно, студент «поднимает руку» (иконка в форме руки)
4. **ВАЖНО!** Преподаватель имеет право удалить любого участника, не выполнившего условия авторизации или нарушающего правила ведения онлайн-занятия.