

The background features abstract, overlapping green geometric shapes in various shades, creating a modern and dynamic look. The shapes are primarily triangles and polygons, some semi-transparent, layered on a white background.

# Памятка для родителей

## Дистанционное обучение

# Как помочь детям в условиях дистанта?



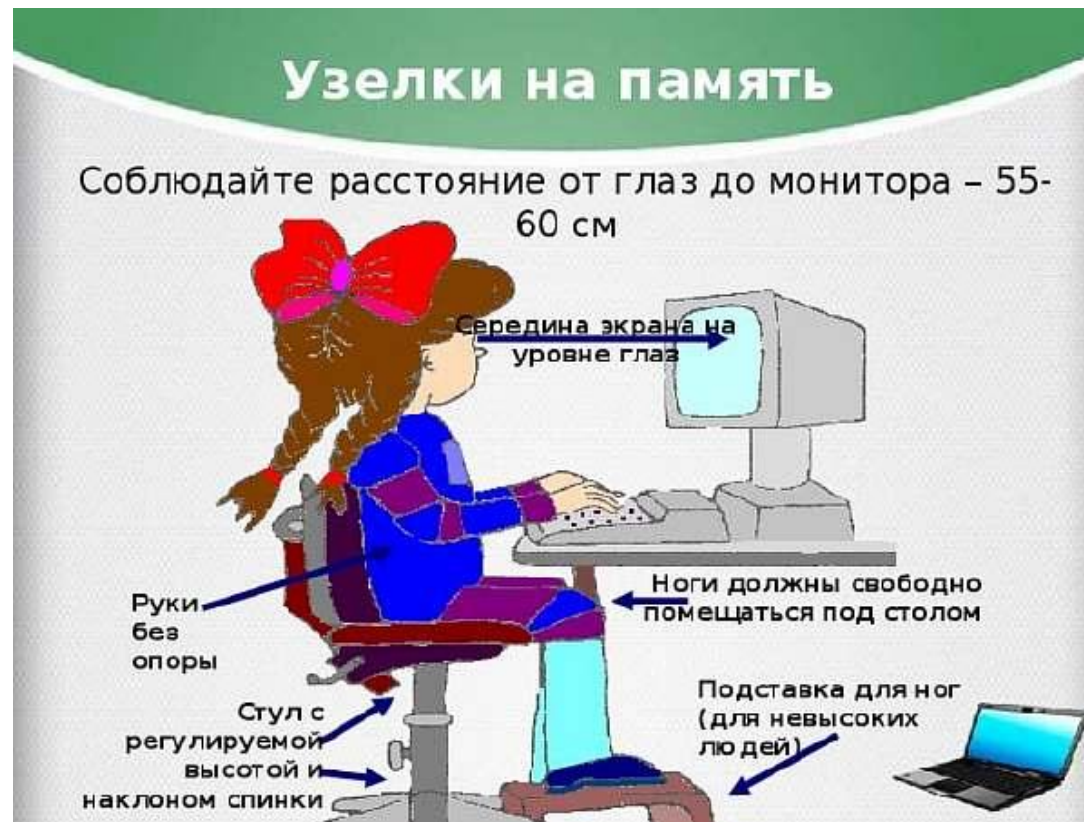
# 1. Приучите ребёнка к самостоятельности



Выделите ему отдельное рабочее место.



# Научите его соблюдать гигиену посадки.



Он должен делать перерывы в обучении



# Упражнения для глаз очень важны

## Гимнастика для глаз



# Нужно сидеть за компьютером правильно





Необходимо соблюдать режим дня



*СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!*

