

## Уважаемые обучающиеся!

В период дистанционного обучения вы можете на нашем сайте получить не только учебную информацию, но и информацию для развития кругозора, повышения профессиональной мотивации, формирования навыков корпоративной культуры, социокультурного общения.

В период дистанционного обучения вы можете посетить online многие всемирно известные галереи и музеи.

Посредством активных ссылок вы можете принять участие в конкурсах, фестивалях, используя дистанционный формат. Желаем вам здоровья, эффективного времяпровождения!

Используйте материалы, подобранные для вас для развития личностных качеств.

## Воспитательные мероприятия в рамках дистанционного обучения

### Мультимедийные материалы по БДД

1. [Безопасная дорога](#)
2. [Безопасный переход](#)
3. [Безопасный путь](#)
4. [Важнее всех игрушек](#)
5. [О световозвращающих элементах "Засветись"](#)
6. [Зелёный свет](#)
7. [На дороге - пешеход](#)
8. [Пристегнись](#)
9. [Пешеход на переходе](#)
10. [Неверный шаг](#)

# Мультимедийные материалы по профилактике гриппа, ОРВИ и коронавируса

[1.Профилактика гриппа](#)

[2.10 шагов по профилактике коронавирусной инфекции](#)

[3.Коронавирус, для кого он особенно опасен](#)

[4.Профилактика коронавируса](#)

[5.Меры профилактики вирусных инфекций](#)

[6.Почему важна самоизоляция. Как не повторить итальянский сценарий COVID-19](#)

[7.Маска защищает](#)

# Мультимедийные материалы о правилах осторожного обращения с огнём

[1.Правила пожарной безопасности](#)

[2.Не оставляйте электроприборы и спички без присмотра](#)

# Мультимедийные материалы о здоровом образе жизни

[1.Пейте, дети, молоко](#)

[2.Добрый доктор Стоматолог](#)

[3.Быть здоровым - жить активно](#)

[4.Туберкулез: симптомы заболевания и меры профилактики](#)

[5.Если человек упал без сознания: что делать?](#)

[6.Как распознать инфаркт](#)

[7.Инсульт: действовать надо быстро](#)

[8.СТОП -АЛКОГОЛЬ! Звезды против алкоголя. Федор Бондарчук](#)

[9.Урок трезвости](#)

# Мультимедийные материалы о ГТО

[1.Спортивная жизнь](#)

[2.Подготовка к ГТО](#)

## Мультимедийные материалы по профилактике правонарушений

1. [Как не стать жертвой мошенников](#)
2. [Телефонные мошенники](#)
3. [Детям о правилах поведения с незнакомыми людьми](#)
4. [Профилактика терроризма](#)

## Мультимедийные материалы по патриотическому воспитанию

1. [И один в поле воин](#)
2. [Полководцы России. А.В.Суворов. Документальный фильм](#)
3. ["Воздушный лев Амет-Хан". Документальный фильм](#)
4. [Классный час по теме «Блокада Ленинграда»](#)
5. [Александр Невский. Полководцы России. От Древней Руси до XX века](#)
6. [Непобедимый адмирал Ушаков](#)

## Виртуальные экскурсии

1. [А.П.Чехов в Гурзуфе](#)
2. [Эрмитаж](#)
3. [3D реконструкция Херсонеса / первые века н.э.](#)
4. [Экскурсия в Лувр](#)
5. [Видео экскурсия по Третьяковской галерее](#)
6. [Эффект Айвазовского](#)

## КУЛЬТУРНОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ

Из соображения безопасности многие культурно-массовые мероприятия отменяются. Однако вместе с тем, появилась

возможность посещать многие музеи, выставки, театры в режиме онлайн, послушать аудиокниги. Просвещаемся!

\* [Эрмитаж](#)

\* [Лувр](#)

\* [Государственный Русский музей \(Санкт-Петербург\)](#)

\* [Музей Сальвадора Дали](#)

\* [Третьяковская галерея](#)

\* [Спектакли Московских театров \(онлайн-спектакли\)](#)

\* [Музей истории искусств \(Kunsthistorisches Museum\), Вена](#)

\* [Цифровые архивы Уффици](#)

\* [Британский музей, онлайн-коллекция одна из самых масштабных, более 3,5 млн экспонатов](#)

\* [Британский музей, виртуальные экскурсии по музею и экспозициям на официальном YouTube канале](#)

\* [Прадо, фото более 11 тысяч произведений, поиск по художникам \(с алфавитным указателем\) и тематический поиск](#)

\* [Музеи Ватикана и Сикстинская капелла](#)

\* [Метрополитен-музей, Нью-Йорк](#)

\* [Онлайн-коллекция музея Гуггенхайм](#)

\* [Видео-галерея NASA](#)

\* [Смитсоновский музей](#)

\* [Национальный музей в Кракове](#)

\* [Музей изобразительных искусств в Будапеште](#)

\* [Музеи Нью-Йорка - виртуальные коллекции и экскурсии, архивы лекций и рассказов самих художников](#)

\* [Астраханский заповедник](#)

\* [История Георгиевской ленты](#)

## Аудиокниги:

\* [Борис Васильев "А зори здесь тихие"](#)

\* [Юрий Бондарев "Горячий снег"](#)

7 апреля 2020 года во всем мире отмечается Всемирный день здоровья.

Пожелание доброго здоровья уже давно стало традицией. Но особенно важным оно становится во время эпидемии коронавируса во всем мире.

Всемирный день здоровья – праздник, посвященный заботе о своём здоровье и профилактике различных заболеваний. День, который решили сделать официальным днём здоровья – 7 апреля. И хоть многим может показаться, что этот праздник в основном для врачей, но это не так. Всемирный день здоровья – праздник для всех людей, которым небезразлично своё здоровье.

<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Растяжка для новичков на всё тело:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7TvReZrFTF8">https://www.youtube.com/watch?v=7TvReZrFTF8</a></li><li>• <b>Йога для начинающих. Урок на 20 минут:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=R_plQvb5wkU">https://www.youtube.com/watch?v=R_plQvb5wkU</a></li><li>• <b>Фитнес тренировка для всего тела:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7NV534foj24">https://www.youtube.com/watch?v=7NV534foj24</a></li><li>• <b>Кардио тренировка дома. Онлайн фитнес студия:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-9jok89UtQk">https://www.youtube.com/watch?v=-9jok89UtQk</a></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Тренировка для подростков. Комплекс упражнений:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=PgQWK-XQ7NY">https://www.youtube.com/watch?v=PgQWK-XQ7NY</a></li><li>• <b>25-минут тренировки   Эффективные упражнения на гибкость всего тела:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=Hd-9RQB1b94">https://www.youtube.com/watch?v=Hd-9RQB1b94</a></li><li>• <b>20-минут тренировки   Упражнения для ног, ягодиц и пресса в домашних условиях:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=0wMruHbCJoc">https://www.youtube.com/watch?v=0wMruHbCJoc</a></li></ul>
<p><b>Эффективные упражнения для пресса в домашних условиях. 24 минуты тренировки:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Аэробика для занятия дома под ритмичную музыку:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=4GyKfKSReLQ">https://www.youtube.com/watch?v=4GyKfKSReLQ</a></li></ul>	<p><b>Комплекс упражнений для занятий дома:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ccllbNZPqbE">https://www.youtube.com/watch?v=ccllbNZPqbE</a></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>5-минутная тренировка дома, которая заменит час фитнеса в спортзале:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=54">https://www.youtube.com/watch?v=54</a></li></ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Зумба фитнес:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=7I_nEvZ0VO0">https://www.youtube.com/watch?v=7I_nEvZ0VO0</a></li> <li>• <b>Пилатес для начинающих:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SjM9TqXKMtg">https://www.youtube.com/watch?v=SjM9TqXKMtg</a></li> <li>• <b>Бодрая йога для всех:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=JRNEHrww5nU">https://www.youtube.com/watch?v=JRNEHrww5nU</a></li> <li>• <b>Разминка всего тела:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=piykJhApkuw">https://www.youtube.com/watch?v=piykJhApkuw</a></li> </ul> <p><b>Разминка   Разогрев   Утренняя Зарядка   Тренировка в Домашних Условиях:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=LeATmNcqIM0">https://www.youtube.com/watch?v=LeATmNcqIM0</a></p>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=R2zWTieO4">R2zWTieO4</a></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Весёлая МУЛЬТ-зарядка:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=39HrMCS2XTE">https://www.youtube.com/watch?v=39HrMCS2XTE</a></li> <li>• <b>Экспресс-тренировка для бодрого утра:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=YciJaDf6p5w">https://www.youtube.com/watch?v=YciJaDf6p5w</a></li> <li>• <b>Утренняя зарядка для здоровья:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=14si7b3hP3c">https://www.youtube.com/watch?v=14si7b3hP3c</a></li> <li>• <b>Тренировка дома для новичков. Программа упражнений:</b> <a href="https://www.youtube.com/watch?v=OgB4jcMeUIo">https://www.youtube.com/watch?v=OgB4jcMeUIo</a></li> </ul>
--	---