

Памятка для родителя для проведения удаленного занятия

1. Тренировка посредством видеоконференции проходит в приложении Zoom
2. Приложение Zoom необходимо установить на компьютере или ноутбуке при наличии видеокамеры по ссылке <https://zoom.us/download>. ТОЛЬКО при невозможности установки приложения на компьютере или ноутбуке, установить приложение на смартфоне (планшете). Если на IphoneZoomCloudMeeting
3. Пройти бесплатную регистрацию по ссылке <https://zoom.us/signup> или в приложении на компьютере
4. После установки данного приложения и входа в приложения, как на картинке, нажать плюсик на голубом фоне и ввести номер конференции, который Вам сообщит ВАШ ТРЕНЕР. Номер конференции состоит из 9 цифр.



5. Еще раз повторимся, но лучше **выходить на связь с компьютера, ноутбука с подключением через домашний интернет**, чтобы обеспечить бесперебойное соединение. Если вы выходите на связь с гаджета, то просим вас предусмотреть устойчивое положение через подставку или опору, заряд устройства на 100%, **связь через вай фай** (не мобильный интернет).
6. Необходимо предусмотреть помочь законным представителем спортсмену при запуске приложения и начале тренировки.
7. Видеокамера должна быть направлена на ребенка таким образом, чтобы ребенка было видно в полный рост.
8. Обеспечить тишину во время занятия. Исключить во время занятия отвлекающие факторы (домашние животные, другие дети, радио, музыка, телевизор и т.д.)
9. Спортсмен должен быть переодет к началу занятия в спортивную форму. Обеспечить наличие инвентаря в непосредственной близости рядом с занимающимся. Волосы должны быть убраны и не мешать спортсмену.

10. Место для занятия должно быть ровное, без выступающих, нависающих предметов. Поверхность, на которой будет осуществляться занятие, должна быть не скользкой. Рекомендуемая площадь занятия 3*3 метра.
11. **Инвентарь:** На усмотрение тренера. Информацию по инвентарю предоставит тренер.
12. Тренировка проходит **с выключенным микрофоном** у спортсмена.
13. Если возникли вопросы или какие-либо форс-мажорные обстоятельства, по которым необходимо внимание тренера, ребенок должен поднять руку и с разрешения тренера включить микрофон и задать вопрос.
14. Занятие не останавливается, если один из участников покинул трансляцию по причине плохой связи. Необходимо выйти и попробовать заново подключиться к занятию.
15. При отказе от проведения тренировок в режиме видеоконференций, законный представитель должен написать заявление о самостоятельном выполнении плана тренировочной работы тренера и предоставить видео отчет о его выполнении тренеру.