



Профессиональное образовательное частное учреждение  
**«КОЛЛЕДЖ ИНФОРМАТИКИ И ДИЗАЙНА»**  
(ПОЧУ «КИД»)

---

---

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

для преподавателей по созданию видеоконференций в  
программе Скайп для консультативной помощи обучающимся  
колледжа при реализации образовательных программ среднего  
профессионального образования с применением электронного  
обучения и дистанционных образовательных технологий в  
Профессиональном образовательном частном учреждении  
**«Колледж информатики и дизайна»**

Москва – 2021

## Пошаговая инструкция по созданию видеоконференции в программе Скайп

**Шаг 1.** Зайти по ссылке <https://www.skype.com/ru/free-conference-call/>

**Шаг 2.** Создать бесплатную уникальную ссылку, нажав на кнопку «Создать бесплатное собрание» (рисунок 1):

### **Удобные видеособрания без регистрации и скачивания приложений**

Создайте бесплатную уникальную ссылку одним нажатием, поделитесь ею с участниками и проводите удобные собрания в Скайпе. В вашем распоряжении — полный набор функций.

- Бесплатная конференц-связь
- Никакой регистрации
- Не нужно скачивать приложение



Рисунок 1.

**Шаг 3.** Скопировать ссылку на собрание и отправить ее участникам. Затем нажать на кнопку «Позвонить» (рисунок 2):

### **Удобные видеособрания без регистрации и скачивания приложений**

Создайте бесплатную уникальную ссылку одним нажатием, поделитесь ею с участниками и проводите удобные собрания в Скайпе. В вашем распоряжении — полный набор функций.

- Бесплатная конференц-связь
- Никакой регистрации

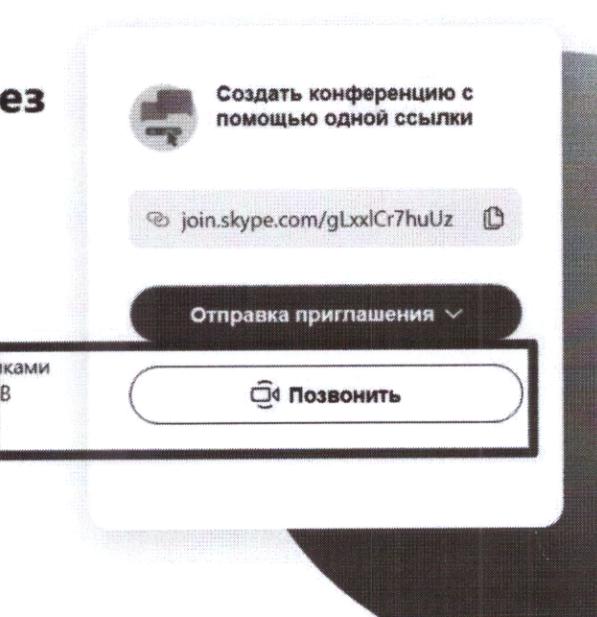


Рисунок 2.

**Шаг 4.** Нажать кнопку «Присоединиться как гость» (рисунок 3)

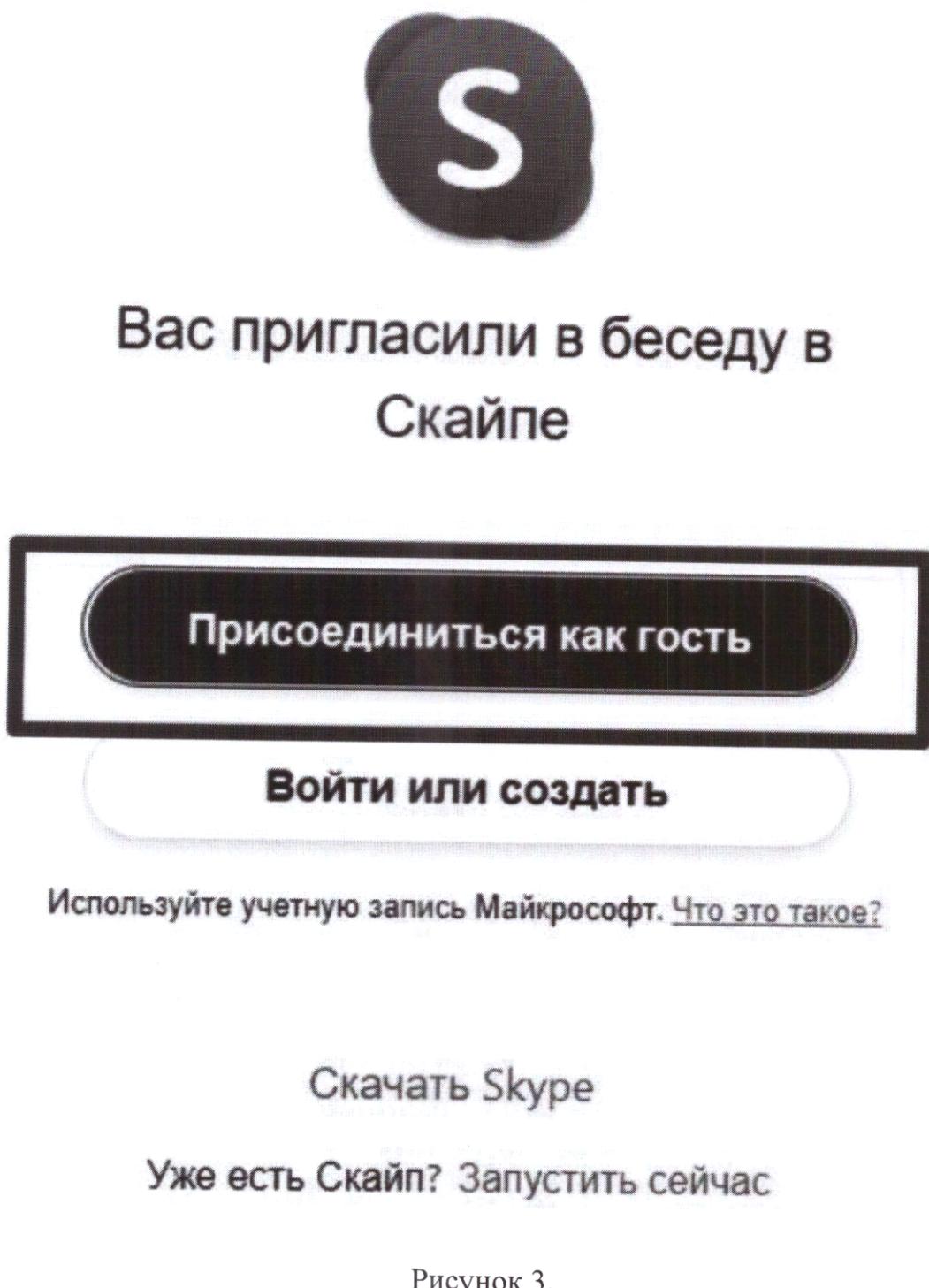
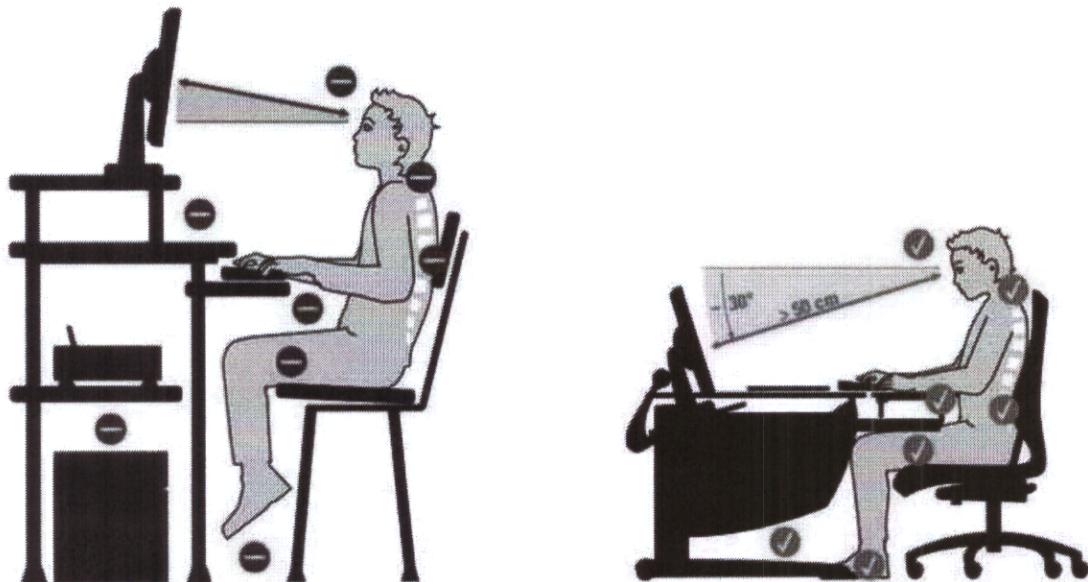


Рисунок 3.

отделу позвоночника. Важным моментом является наличие у спинки специального регулятора наклона.

### **Положение тела при работе за компьютером**



Высота компьютерного стола должна быть такой, чтобы во время работы экран располагался несколько ниже линии взгляда, и вам не приходилось бы проводить несколько часов подряд с поднятой вверх головой.

Под столом должно быть достаточно пространства для того, чтобы время от времени можно было вытянуть уставшие ноги; а кресло должно быть так называемым "компьютерным" – крывающимся, с регулируемой высотой, подлокотниками и удобной спинкой, с полумягким нескользящим покрытием; при необходимости под спину можно подложить подушечку для профилактики пояснично-крестцового остеохондроза.

В положении сидя ступни ног должны располагаться на полу, бедро – параллельно полу, спина прямая.