

Федеральная служба по надзору в сфере защиты
прав потребителей и благополучия человека

ФИЛИАЛ

**Федерального бюджетного учреждения
здравоохранения**

**«Центр гигиены и эпидемиологии в
Свердловской области**

**в городе Красноуфимск, Красноуфимском,
Ачитском и Артинском районах»**

Советская ул., 13 г. Красноуфимск
Свердловской области
тел. 8-34394-2-06-05, факс 8-34394-2-22-85
«16» марта 2018 г. № 02-07-03-13/

Статья в СМИ

**«Гигиенические требования к режиму
образовательного процесса»**

СОГЛАСОВАНО:

Главный врач филиала ФБУЗ
«Центр гигиены и эпидемиологии в
Свердловской области в городе
Красноуфимск,
Красноуфимском, Ачитском и Артинском
районах» _____ А.В. Поздеев

Гигиенические требования к режиму образовательного процесса

На территории Красноуфимска, Красноуфимского, Ачитского и Артинского районов в 2017-2018 учебном году обучается 12 516 школьников.

Среди факторов внешней среды, влияющих на организм детей, одно из первых мест занимают условия и режим обучения в школе.

Основные требования, предъявляемые к условиям и режиму образовательного процесса школьников, следующие:

- Учебные занятия следует начинать не ранее 8 часов. Проведение нулевых уроков не допускается.
- В учреждениях с углубленным изучением отдельных предметов, лицеях и гимназиях обучение проводят только в первую смену.
- В учреждениях, работающих в две смены, обучение 1-х, 5-х, выпускных 9 и 11 классов и классов компенсирующего обучения должно быть организовано в первую смену,
- Образовательную недельную нагрузку необходимо равномерно распределять в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:
 - для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;
 - для обучающихся 2 - 4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры при 6-дневной учебной неделе;
 - для обучающихся 5 - 6 классов - не более 6 уроков;
 - для обучающихся 7 - 11 классов - не более 7 уроков.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий.

Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

- При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся I ступени образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся II и III ступени образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводить на 2 уроке; 2 - 4 классов - 2 - 3 уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов - на 2 - 4 уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4 уроках.

- Продолжительность урока (академический час) во всех классах не должна превышать 45 минут, за исключением 1 класса, и компенсирующего класса, продолжительность урока в котором не должна превышать 40 минут.

- Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;

- использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока по 45 минут каждый);
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.
- Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в четверг или пятницу.
- Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 уроков) - 20 - 30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.
- Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся рекомендуется проводить не менее 3-х уроков физической культуры в неделю, предусмотренных в объеме максимально допустимой недельной нагрузки. Заменять уроки физической культуры другими предметами не допускается.
- Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2 - 3 классах - 1,5 ч, в 4 - 5 классах - 2 ч, в 6 - 8 классах - 2,5 ч, в 9 - 11 классах - до 3,5 ч.

Информация Красноуфимского филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии по Свердловской области»