

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Начальная школа - детский сад с.п.Куба-Таба»
Баксанского муниципального района**

Согласовано на Совете родителей Протокол от <u>11.01.</u> 2021 г. № 5	Принято на заседании педагогического совета Протокол от <u>11.01.</u> 2021г. № <u>4</u>	Утверждаю: Директор МОУ НШДС с.п.Куба-Таба _____Э.Ю.Нибежева Приказ от <u>11.01.</u> 2021 г.
--	--	---

**Положение об активных переменях
МОУ НШДС с.п.Куба-Таба**

1. Общие положения

1.1. Положение об организации перемен МОУ НШДС с.п. Куба-Таба (далее - Положение) разработано в соответствии с Законом Российской Федерации №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

1.2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. №189 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10«Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

1.3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 11 мая 2016 г. № 536 "Об утверждении Особенности режима рабочего времени и времени отдыха педагогических и иных работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность" (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 11 мая 2016 г. № 536) нормируемая часть рабочего времени работников, ведущих преподавательскую работу, определяется в астрономических часах и включает проводимые уроки и перемены между учебными занятиями, установленные для обучающихся.

2. Цель и задачи проведения активных перемен.

2.1. Целью проведения активных перемен является: создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья, предотвращению случаев травматизма обучающихся в период школьных перемен.

2.2. Задачи:

- организация профилактической работы по снижению травматизма среди обучающихся в школе;
- создание условий для укрепления здоровья обучающихся, преодоление гиподинамии;

- обеспечение проведения систематических, ежедневных, организованных активных перемен;
- подготовка зон для активного отдыха обучающихся;
- создание банка игр для обучающихся с разным уровнем подвижности;
- научить обучающихся организованно проводить свободное время.

3.Создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья школьников.

3.1.С целью обеспечения сохранения здоровья обучающихся переменны должны проходить организованно.

3.2.От содержания и организации активного отдыха во время перемен в значительной степени зависит работоспособность детей на уроке.

3.3.Типичными формами физической активности в учреждении с целью оздоровления и профилактики заболеваний являются подвижные переменны, которые носят релаксационный и оздоровительный характер.

3.4.После первого урока обучающимся не требуется организация перемены, потому что в это время они еще не успели устать от учебной деятельности.

3.5.К концу третьего урока обучающиеся устают больше всего и им необходимо сбросить физическое утомление, эмоционально «зарядиться».

3.6.Продолжительность перемен в соответствии с режимом работы учреждения от 10 до 20 минут.

3.7.Формы организации перемен:

- подвижные игры для младших школьников;
- музыкально-танцевальные переменны;
- самостоятельные игры детей.

3.8.За организацию перемен несут ответственность заместитель по ВР , дежурный педагог, классные руководители.

4.Создание условий, способствующих обеспечению безопасности жизни и здоровья школьников.

4.1.Ответственность за безопасность и здоровье школьников во время перемен несет классный руководитель и дежурный по учреждению . Педагоги учреждения следят за порядком на переменах, воздерживают учеников от слишком подвижных игр, так как это может стать причиной травмы.

4.2.Педагоги организуют переодевание детей в спортивную форму перед уроком физической культуры во время перемены, после урока за 4-5минут до конца урока, чтобы учащиеся не опоздали на следующий урок и имели возможность восстановить организм после физического напряжения.

4.3.Педагог в период перемены должен организовать проветривание кабинета.

4.4.На перемене учитель должен вывести обучающихся из кабинета в рекреацию для организации отдыха.

5. Организация активных перемен.

5.1. В режиме учебного дня необходимо более рационально использовать переменны между уроками, которые имеют важное значение для профилактики утомления у обучающихся.

5.2. Важным условием организованной двигательной активности является ее регулярность, систематичность, так как только регулярные упражнения повышают функциональные возможности системы дыхания, увеличивающий общий кровоток, повышают эффективность транспорта кислорода, при этом активизируется работа легких, сердца, сосудов, обеспечивающих доставку кислорода с током крови, то есть повышается работоспособность организма.

5.3. При проведении подвижных перемен необходим дифференцированный подход к мальчикам и девочкам, к детям с разной физической активностью. Обязательным условием является окончание игр или танцев за 3 минуты до звонка на урок.

5.4. Игровые или танцевальные переменны для обучающихся проводятся после третьего урока.

5.5. Игровые переменны в начальных классах проводят классные руководители.

5.7. Нежелательным вариантом проведения перемен является любой вид умственной деятельности: подготовка к следующему уроку, чтение художественной литературы, игры, требующие умственного напряжения (шашки, шахматы, электронные игры).