

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа имени  
генерал – лейтенанта М.Т. Батырова» с.п. Псыхурей  
Баксанского муниципального района  
Кабардино – Балкарской Республики**

Согласовано на заседании УС Протокол №1 от 26. 08. 2024 г.	Согласовано на Совете родителей Протокол №1 от 26. 08.2024 г.	Согласовано на Совете обучающихся Протокол № 2 от 27.08.2024 г.	Принято на заседании Педагогического совета Протокол № 1 от 28.08.2024 г.	Утверждено приказом директора школы № 82 от 28.08.2024 г. по МОУ СОШ имени генерал-лейтенанта М.Т. Батырова с.п. Псыхурей
--	---	---	---	--

**ПОЛОЖЕНИЕ**

об активных переменах в МОУ СОШ имени генерал-лейтенанта М.Т. Батырова с.п. Псыхурей

**1. Общие положения**

1.1. Положение об организации перемен в МОУ СОШ имени генерал-лейтенанта М.Т. Батырова с.п. Псыхурей разработано в соответствии:

- С Законом Российской Федерации № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.23685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

**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;
- Обеспечение проведения систематических, ежедневных, организованных активных перемен;
- 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 перемены 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 школе с целью оздоровления и профилактики заболеваний являются подвижные перемены, которые носят релаксационный и оздоровительный характер (направленный на преодоление утомления).

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 и четвертого уроков обучающиеся устают больше всего и им необходимо сбросить физическое утомление, эмоционально «разрядится».

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

3.7. Формы организации активных перемен:

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

3.8. За организацию перемен несут ответственность дежурный учитель, учитель, дежурный класс, дежурный администратор.

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

4.1. Ответственность и безопасность, и здоровье школьников во время перемен несет дежурный учитель. Временем ответственности учителя считается перемена перед уроком. Учитель следит за порядком на переменах.

4.2. На перемене учитель должен вывести обучающихся в рекреацию для организации отдыха.

## **5. Организация активных перемен.**

5.1. 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.

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

5.3. Игровые и танцевальные перемены проводятся после 3 урока.

5.4. Проведение игр на переменах должно быть организовано в соответствии с перечнем, предложенном в Настоящем Положении. Возможно внесение изменений в перечень игр (добавление в перечень или исключение) при согласовании с администрацией МОУ СОШ имени генерал-лейтенанта М.Т. Батырова с.п.Псыхурей.

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