

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа им. Малкарова Х.Ш. с.п. Жанхотеко
Баксанского муниципального района**

Согласовано на заседании Совета родителей Протокол № 3 от 02. 03. 2023г.	Согласовано на заседании Совета обучающихся Протокол №3 от 02.03. 2023г.	Принято на заседании Педагогического совета Протокол №4 от 02.03. 2023г.	Утверждено Приказом № 24 от 02 марта 2023г по МОУ СОШ им. Малкарова Х.Ш. с.п. Жанхотеко
--	--	--	---

**Положение
об активных переменах в МОУ СОШ им. Малкарова Х.Ш.
с.п. Жанхотеко.**

1. Общие положения.

1.1. Положение об активных переменах МОУ СОШ им. Малкарова Х.Ш. с.п. Жанхотеко (далее - Положение) составлено в соответствии с:

- Федеральным Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273 –ФЗ с изменениями от 17 февраля 2023 года;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «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, предотвращения случаев травматизма обучающихся в период школьных перемен.

2.2. Задачи:

- ✓ создание условий для укрепления здоровья обучающихся, преодоления гиподинамии;
- ✓ обеспечение проведения систематических, ежедневных, организованных активных перемен;
- ✓ подготовка зон для активного отдыха обучающихся;
- ✓ создание банка игр для обучающихся с разным уровнем подвижности;

- ✓ обучение обучающихся организовано проводить свободное время.

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

3.1. С целью обеспечения сохранения здоровья обучающихся перемены должны проходить организовано.

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.

3.4. После первого урока обучающимся не требуется организация активной перемены, так как к этому времени они еще не устали от учебной деятельности.

3.5. К концу третьего и четвертого уроков обучающиеся устают больше всего и им необходимо сбросить физическое утомление, эмоционально разрядиться.

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

3.7. Формы организации перемен. Подвижные игры для младших школьников, музыкально-танцевальные перемены, самостоятельные игры детей.

3.8. За организацию активных перемен несет ответственность дежурный учитель, советник директора, дежурный администратор.

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

4.1. Ответственность за безопасность и здоровье обучающихся во время перемен несёт дежурный учитель. Учителя следят за порядком на переменах, воздерживают учеников от слишком подвижных игр, так как это может стать причиной травмы.

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

5. Организация активных перемен.

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

5.2. При проведении активных перемен применяется 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.

6. Заключительные положения

6.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом, принимается на Педагогическом совете школы, согласуются с Советом родителей

и Советом обучающихся и утверждается (либо вводится в действие) приказом директора Учреждения.

6.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

6.3. Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.6.1 настоящего Положения.

6.4. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.