




Методический вторник «Час завуча» - 15

КУРО
КОРПОРАТИВНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

План вебинара

- 1. Важно знать: Аналитические возможности ЭЖД «Моя школа» в работе заместителя директора.**
- 2. Важно знать: Проект «Школа Министерства просвещения» магистральное направление «Здоровье»: компоненты и подходы.**



Важно знать: Аналитические возможности ЭЖД «Моя школа» в работе заместителя директора

*Джангиров Руслан Имранович, специалист АНО
«Институт цифровой трансформации
образования»*

Аналитика и отчетность

Анализ показателей в сфере
образования



Детальная информация по показателям активности
доступна в отчётах школы

[Перейти в отчёты школы](#)

Отчеты доступны учителям, заместителям директора, администраторам ЭЖД и директорам. Каждое муниципальное образование может также видеть показатели по округу.

Аналитика и отчетность

Статистика ведения ЭЖ	Работа ОО в ЭЖ	Успеваемость
Статистика ведения ЭЖ. Школа	Работа ОО в ЭЖ. Пользователи и входы в ЭЖ	Статистика оценок: Классы и предметы
Статистика ведения ЭЖ. Классы		Сводка по текущей успеваемости
Статистика ведения ЭЖ. Использование электронных материалов	[24-25] Работа ОО в ЭЖ. Учебные группы без КТП	[24-25] Успеваемость. Школа (ОО)
Статистика ведения ЭЖ. Педагоги/ Преподаватели	[24-25] Работа ОО в ЭЖ. Учителя, классы и учебные группы...	[24-25] Успеваемость. Классы
Статистика ведения ЭЖ. Классному руководителю	Работа ОО в ЭЖ. Выставление оценок и отметок об отсутствии...	Успеваемость. Классному руководителю
Статистика ведения ЭЖ. Наполняемость расписания	[24-25] Работа ОО в ЭЖ. Выдача домашних заданий и цифровых...	Успеваемость учащихся
		[24-25] Успеваемость класса по предмету

Отчеты доступны учителям, заместителям директора, администраторам ЭЖД и директорам. Каждое муниципальное образование может также видеть показатели по округу.

Отчеты в кабинете учителя

КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО

- Мой класс >
- Расписание класса
- Журналы класса
- Уведомление о пропусках

АНАЛИЗ

- Отчеты (новые)
- Отчеты учителя >
- Отчеты кл. руководителя >

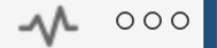
Отчеты

Успеваемость

Посещаемость

Ведение ЭЖ

Об организации



Фильтры

УЧЕБНЫЙ ГОД

2024/2025

КЛАСС




1-а


ОТЧЕТНЫЙ ПЕРИОД

Атт.период | Аттестационный период
2 | 25.11.2024-16.02.2025

ПРИМЕНИТЬ

Отчеты доступны учителям, заместителям директора, администраторам ЭЖД и директорам. Каждое муниципальное образование может также видеть показатели по округу.

 Отчеты учителя		 Отчеты кл. руководителя	<input type="checkbox"/> Отсутствующие в ОО
<input type="checkbox"/> Анализ контрольной работы		<input type="checkbox"/> Академическая задолженность	<input type="checkbox"/> Отчёт о реализации учебного плана
<input type="checkbox"/> Учитель-предметник		<input type="checkbox"/> Активность пользователей	<input type="checkbox"/> Результаты промежуточной аттестации
<input type="checkbox"/> Непрохождение промежуточной аттестации		<input type="checkbox"/> Ведомость для медальной комиссии	<input type="checkbox"/> Средние баллы
<input type="checkbox"/> Академические задолженности		<input type="checkbox"/> Невыполненные домашние задания	<input type="checkbox"/> Успеваемость
		<input type="checkbox"/> Обучение по "ОЗ" и "З" форме	



**Важно знать: Проект «Школа
Министерства просвещения»
магистральное направление
«Здоровье»: компоненты и подходы**

Кудрова Лариса Геннадьевна, директор ЦНППМ КУРО

ШКОЛА МИНПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИИ
направление
ЗДОРОВЬЕ



МИНИСТЕРСТВО
ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ



ГОД ПЕДАГОГА
И НАСТАВНИКА



ФГБНУ «Институт развития,
здоровья и адаптации
ребенка»

Особое внимание мы должны уделить здоровью наших детей, ведь именно в детстве на многие годы вперёд закладывается основа здоровья.

Президент Российской Федерации
Владимир Владимирович Путин



Указ Президента Российской Федерации от 17 мая 2023 г. № 358 «О Стратегии комплексной безопасности детей в Российской Федерации на период до 2030 года»



В Стратегии отмечается, что в современных условиях к основным угрозам безопасности детей относятся: **высокий уровень травматизма** среди детей, **распространение информации**, представляющей опасность для детей, изменение представлений о традиционных духовно-нравственных, в том числе семейных, ценностях.

Одним из важных направлений реализации государственной политики в сфере обеспечения безопасности детей является формирование и поддержка навыков здорового образа жизни у детей и семей, имеющих детей, популяризация культуры здоровья семьи как базовой ценности.



Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации,
утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации
от 28 апреля 2023 г. № 1105-р



КОНЦЕПЦИЯ ПРЕДУСМАТРИВАЕТ:

- введение в российских школах уроков информационной безопасности и цифровой грамотности;
- проведение просветительских мероприятий для родителей, учителей, работников детских и юношеских библиотек;
- расширение спектра возможностей услуги «Родительский контроль» на стационарных и мобильных устройствах, которыми пользуется ребёнок.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ИНФОРМАЦИОННОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ:

- сохранение и укрепление традиционных ценностей, противодействие распространению деструктивной информации;
- ответственность родителей (законных представителей) за воспитание и развитие своих детей, включая заботу о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей;
- необходимость формирования у детей умения ориентироваться в современной информационной среде;
- воспитание у детей навыков самостоятельного и критического мышления;
- повышение эффективности сотрудничества представителей средств массовой информации и массовых коммуникаций и государственных органов в интересах защиты детей от информации, способной причинить вред их здоровью и развитию;
- обучение детей вопросам информационной безопасности;
- поддержка творческой деятельности детей в целях их самореализации в информационной среде;
- обеспечение широкого доступа детей к историческому и культурному наследию России путём использования современных средств массовых коммуникаций;
- формирование у детей объективного представления о российской культуре как неотъемлемой части мировой цивилизации;
- безопасность использования интернет-технологий в образовательных организациях и местах, доступных для детей.

**ПРИ НАСТУПЛЕНИИ
НЕСЧАСТНОГО СЛУЧАЯ:**

1

**ОКАЗАНИЕ
ПЕРВОЙ
ПОМОЩИ**

немедленно организовать оказание первой помощи пострадавшему и, при необходимости, доставку его в медицинскую организацию;

2

**МЕРЫ
ПО ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ
ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ**

принять неотложные меры по предотвращению чрезвычайной ситуации, в том числе аварийной ситуации и воздействия травмирующих факторов на других лиц;

3

**МЕРЫ
ПО ФИКСИРОВАНИЮ**

принять меры по фиксированию до начала расследования несчастного случая обстановки, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведёт к катастрофе, аварии или возникновению иных чрезвычайных обстоятельств;



4

**МЕРЫ
К УСТРАНЕНИЮ ПРИЧИН**

принять меры к устранению причин, вызвавших несчастный случай;

5

**ИНФОРМИРОВАНИЕ
О НЕСЧАСТНОМ СЛУЧАЕ**

проинформировать о несчастном случае с обучающимся Учредителя, а также родителей или законных представителей пострадавшего;

6

**МЕРЫ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ
РАССЛЕДОВАНИЯ**

принять иные необходимые меры по организации и обеспечению надлежащего и своевременного расследования несчастного случая и оформлению материалов расследования.





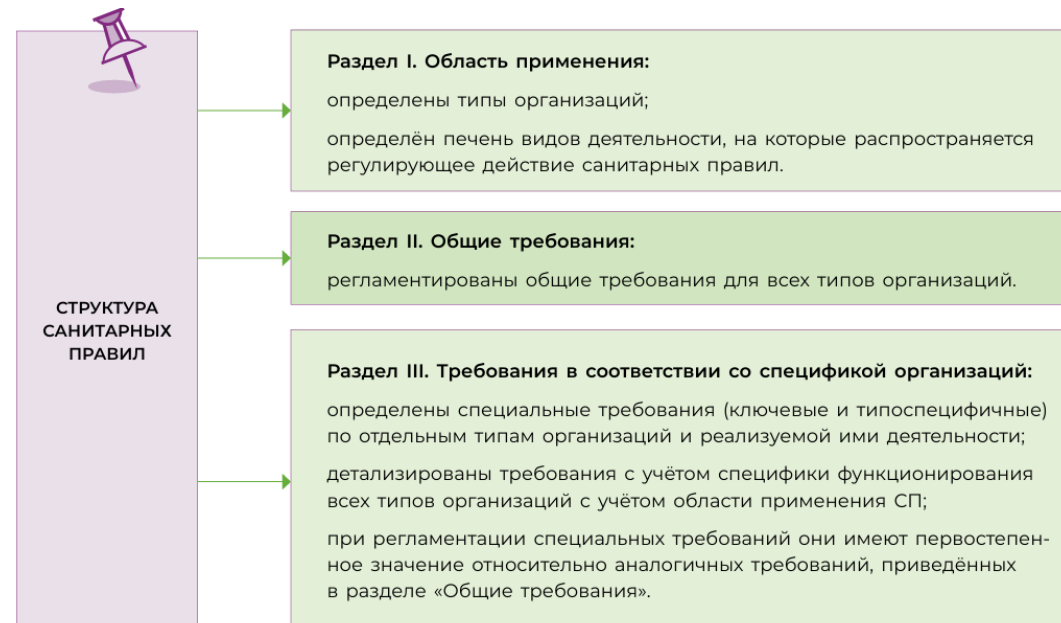
Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»



В «Санитарно-эпидемиологических правилах к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» — СП 2.4.3648-20 — объединены все требования ко всем типам организаций обучения, воспитания, отдыха с учётом специфики и особенностей каждой организации.

Особенности Санитарно-эпидемиологических правил 2020 г.:

- не содержат рекомендательных норм, все нормы носят обязательный характер;
- по отдельным нормам указаны правила, определяющие возможность вариативного и наиболее оптимального функционирования организаций без рисков для здоровья детей и молодёжи;
- базируются на результатах гигиенических исследований факторов воспитания и обучения детей;
- учитывают ключевые тренды развития конструкторских и инженерных инноваций в системе строительства и реконструкции зданий, в разработке современных методик обучения.
- впервые установлены требования к:
 - ✓ детским игровым комнатам,
 - ✓ организациям высшего и среднего профессионального образования,
 - ✓ организациям, предоставляющим услуги временного проживания детей,
 - ✓ проведению массовых мероприятий с участием детей.



САНИТАРНЫЕ ПРАВИЛА УСТАНОВЛИВАЮТ ТРЕБОВАНИЯ К ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНЫХ УСЛОВИЙ К:

- образовательной деятельности;
- оказанию социальных услуг, услуг по воспитанию и обучению, спортивной подготовке, уходу и присмотру за детьми;
- организации и проведению временного досуга детей в помещениях (специально выделенных местах), устроенных в торговых, культурно-досуговых центрах, аэропортах, железнодорожных вокзалах и иных объектах нежилого назначения;
- перевозкам организованных групп детей железнодорожным транспортом;
- культурно-массовым мероприятиям отдыха и оздоровления;
- обязательной организации горячего питания при нахождении детей и молодёжи на объектах более 4 часов (п. 1.9)



ЕДИНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К СРОКАМ ПРОХОЖДЕНИЯ ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ И АТТЕСТАЦИИ (п. 1.5)

1 раз в 2 года

Все работники, за исключением работников, связанных с питанием

1 раз в год

Работники, занятые в приготовлении пищи и её раздаче

должны проходить:

предварительный медицинский осмотр (при поступлении на работу);
периодические медицинские осмотры;
профессиональную гигиеническую подготовку;
аттестацию

ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ. СП 2.4.3648-20

Согласно СП 2.4. 3648-20 обязательно к исполнению хозяйствующими объектами:

- территориальная **доступность** школ и детских садов, доставка детей, проживающих удалённо от общеобразовательных организаций (п. 2.1.2);
- периметральное **ограждение собственной территории** зелёными насаждениями (наряду с забором) с целью шумоизоляции и защиты от химического загрязнения (п. 2.2);
- оборудование **автономных систем** холодного и горячего **водоснабжения и водоотведения**, со спуском сточных вод в локальные очистные сооружения для хозяйствующих субъектов, не имеющих централизованной системы водоснабжения и водоотведения, при отсутствии централизованного горячего водоснабжения обязательна установка водонагревателей (п. 2.6.1);
- контроль за **температурой воздуха** во всех помещениях, предназначенных для пребывания детей и молодёжи (п. 2.7.3);

- оборудование всех помещений ёмкостями для сбора мусора и своевременное удаление мусора (п. 2.11.1);
- оборудование учебных классов и кабинетов **конторками** (п. 2.4.3);
- оборудование места приготовления холодных закусок **бактерицидными установками** (п. 2.4.6.2);
- обязательный набор **производственных помещений пищеблока**, определяющий возможность его работы на сырьё, полуфабрикатах, в формате буфетов-раздаточных (п. 2.4.6.1);
- присутствие на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах **медицинского работника** (п. 2.10.3);
- соблюдение **режима двигательной активности** детей — соответствие возрасту и состоянию здоровья (п. 2.10.3);
- проведение **гимнастики для глаз** при использовании электронных средств обучения на уроке и перемене, а также при использовании книжных учебных изданий — во время перемен (п. 2.10.2, 2.10.3);
- продолжительность **непрерывного использования экрана** (для детей 5—7 лет — 5—7 минут, для учащихся 1—4-х классов — 10 минут, для 5—9-х классов — 15 минут) (п. 2.10.2);
- продолжительность **общего использования** электронных средств обучения на уроке ограничена. **Интерактивная доска**: учащиеся до 10 лет — 20 минут, учащиеся старше 10 лет — 30 минут; **компьютер** (ноутбук, планшет): 1—2-й классы — 20 минут; 3—4-й классы — 25 минут, 5—9-й классы — 30 минут, 10—11-й классы — 35 минут (п. 2.10.2);
- регламентирована **минимальная диагональ интерактивной доски** (не менее 165,1 см), **место размещения** (по центру фронтальной стены), сформулированы **требования к профилактике негативного воздействия на зрение** обучающихся (равномерность освещения, отсутствие бликов, доступность поверхности для работы обучающихся, матовая поверхность, отсутствие слепящего эффекта) (п. 2.4.4, 2.8.3).

По результатам экспериментальных исследований регламентированы минимальные размеры диагонали монитора персонального компьютера (39,6 см), ноутбука (39,6 см), планшета (26,6 см).



ВАЖНО

Каждый работник **обязан** иметь **личную медицинскую книжку со всеми результатами**.

В части количественных значений факторов санитарные правила дают отсылку **на гигиенические нормативы**.



ВАЖНО

Во время занятий, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения, необходимо **проводить** физкультминутки, гимнастику для глаз и **контролировать** рабочую позу обучающегося.

Согласно СП 2.4.3648-20 допускается:

- использование для занятий по физической культуре и спортивных соревнований спортивных сооружений и площадок, расположенных **за пределами собственной территории** (п. 2.2.2);
- использование мусорных контейнерных площадок **жилой застройки** (п. 2.2.3);
- использование **кипячёной воды** (п. 2.6.6);
- **многофункциональное использование** трансформируемых пространств (актовый зал, столовая, рекреации, библиотека, спортивный зал) и трансформируемой мебели (впервые использован термин «трансформируемые пространства») (п. 2.3.2, 2.4.3);
- использование территории и помещений хозяйствующих субъектов иными юридическими и физическими лицами (в соответствии с заявленным видом деятельности) (п. 1.6);
- **вариативная расстановка парт** при условии неиспользования в учебном процессе классной доски (п. 2.4.3);
- использование декоративных **элементов с яркой цветовой палитрой**, если их площадь не превышает 25% от общей площади поверхности стен помещения (п. 2.8.8).

Согласно СП 2.4.3648-20 запрещено:

- использование электронных средств обучения для детей до 5 лет (п. 2.10.2);
- использование в одном помещении разных типов ламп, а также ламп с разным цветоизлучением (п. 2.8.5).



ВАЖНО

Согласно СП 2.4.3648-20 временной промежуток, в течение которого необходимо **информировать органы Роспотребнадзора** о фактах выявления **инфекционных и паразитарных заболеваний** среди детей, молодёжи и персонала, составляет не более 2 часов (п. 2.9.5).

ВПЕРВЫЕ СП 2.4.3648-20:

- введены требования к (п. 2.9.5, 2.10.3):
 - ✓ обязательному распределению детей в группы для занятий физической культурой;
 - ✓ документированию и контролю за организацией физического воспитания;
 - ✓ проведению мероприятий по физической культуре с учётом пола, возраста и состояния здоровья;
 - ✓ обязанности проведения мероприятий по закаливанию;
 - ✓ обязанности работы по формированию здорового образа жизни;
 - ✓ обязанности реализации технологий сбережения здоровья;
 - ✓ обязанности контроля за соблюдением правил личной гигиены.

Потолки не должны иметь следов протеканий и признаков поражений грибом (п. 2.5.3).

ТРЕБОВАНИЯ СП 2.4.3648-20 В СООТВЕТСТВИИ СО СПЕЦИФИКОЙ ОРГАНИЗАЦИЙ

НОВЫЕ СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ СП 2.4.3648-20 ДЛЯ ДОШКОЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

- Наличие на **собственной территории** групповых площадок для прогулок детей **отдельно** для каждой группы (п. 3.1.2).
- Дополнительное **наличие** у помощников воспитателя фартука, **колпака или косынки** для надевания во время раздачи пищи, **фартука** для мытья посуды и отдельного **халата** для уборки помещений (наряду с двумя комплектами специальной одежды на 1 человека) (п. 3.1.9).
- Для групп дошкольных организаций и организаций, осуществляющих присмотр и уход за детьми, размещённых в жилых и нежилых помещениях жилищного фонда и нежилых зданий, а также семейных дошкольных групп предусмотрена **возможность организации питания детей на кухне**, при условии, если на одно посадочное место приходится не менее 0,7 м², при одновременном приёме пищи всеми детьми (п. 3.1.11).

НОВЫЕ СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ СП 2.4.3648-20 ДЛЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

- Внеурочная деятельность **обучающихся с ограниченными возможностями здоровья**, предусматривающая **суммарно 10 часов в неделю**, из которых не менее 5 часов должны включать обязательные занятия коррекционной направленности;
- сокращено с 45 минут до **20 минут минимальное время** между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком;
- максимальное время ожидания экзамена не должно превышать 30 минут;
- при продолжительности экзамена от **4 часов и более** обучающиеся **обеспечиваются питанием**. Независимо от продолжительности экзамена должен быть **организован питьевой режим** (п. 3.4.16).

НОВЫЕ ТРЕБОВАНИЯ СП 2.4.3648-20 К ПОРЯДКУ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ

Возможно:

- использование на занятиях **не более двух** различных электронных средств обучения (п. 3.5.2);
- использование ноутбуков для обучающихся начальных классов при наличии **дополнительной клавиатуры** (п. 3.5.4).

Обязательно:

- расстояние от глаз до экрана должно быть не менее 50 см (п. 3.5.7);
- при использовании планшета угол его наклона относительно вертикали должен составлять 30° (п. 3.5.4);
- время непрерывного использования наушников за день — не более часа при уровне громкости не более 60% от максимальной (п. 3.5.10);
- обязательность сокращения продолжительности уроков до 40 минут при использовании электронных средств обучения.



! ВАЖНО

Обязательно **проводить ежедневную дезинфекцию** экрана, клавиатуры, компьютерной мыши с использованием дезинфекционных растворов или салфеток на спиртовой основе (п. 3.5.14).

Показатель		Норматив (минимальные разрывы, расстояния), не менее, м
Кровати в спальнях помещений	от наружных стен	0,6
	от отопительных приборов	0,2
	ширина прохода между кроватями	0,5
	между изголовьями двух кроватей	0,3
Мебель в учебном помещении	между столами и стенами (светонесущей и противоположной светонесущей)	0,5
	между рядами столов	0,5
	от учебной доски до первого ряда столов	2,4
Наибольшая удалённость от учебной доски до последнего ряда столов		не более 8,6
Высота нижнего края учебной доски над полом		0,7—0,9

Угол видимости учебной доски для детей младше 7 лет и учащихся 1—4-х классов должен составлять 45°, для учащихся 5—11-х классов — 35°.

Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей должен быть не более: 1—2-й классы 1,5 кг; 3—4-й классы – 2 кг; 5—6-й классы – 2,5 кг; 7—8-й классы – 3,5 кг, 9—11-й классы – 4 кг.



Рекомендации по составлению расписания уроков для обучающихся начального общего образования



Рекомендации по составлению расписания уроков для обучающихся основного общего и среднего общего образования



ВАЖНО

Перерыв во время занятий для гимнастики должен составлять не менее 2 мин. Для первых классов предусмотрена динамическая пауза продолжительностью 40 мин.

Школьное расписание должно соответствовать **санитарным правилам и гигиеническим нормативам (СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21)**. Документы содержат общие нормы к организации и продолжительности занятий и перемен. **Нормы недельной и умственной работоспособности** учеников прописаны в **методических рекомендациях Минпросвещения (письмо от 17декабря 2021 г. № 03-2161)**.

В **методических рекомендациях** рассмотрены принципы эффективной организации образовательной деятельности в общеобразовательных организациях и рекомендации по **составлению рационального расписания уроков для обучающихся** начального общего, основного общего и среднего общего образования.

В рекомендациях представлена информация об организации образовательной деятельности с **учётом периодов работоспособности и утомления**, гигиенические требования к составлению расписания уроков для обучающихся.

Представлены рекомендации по составлению расписания уроков при обучении **по четвертям и триместрам**.

В **приложениях** представлены:

- рекомендуемый комплекс упражнений физкультурных минуток;
- основные требования и рекомендации к составлению расписания для обучающихся;
- примерные расписания уроков для обучающихся начального общего, основного общего, среднего общего образования.

Организацию учебного процесса необходимо строить **с учётом** физиологических принципов **изменения работоспособности** детей и подростков.

Период вработывания характеризуется повышением работоспособности, затем она держится на высоком уровне (период высокой и устойчивой продуктивности, работоспособности). Далее следует период снижения работоспособности и развития утомления, в котором выделяют три зоны: неполной компенсации, конечного порыва и прогрессивного падения.

Основные нагрузки в школе ребёнок испытывает на уроке. В связи с этим гигиенической регламентации урока должно быть уделено серьёзное внимание.

Современными научными исследованиями установлено, что наибольшая **умственная работоспособность** у детей школьного возраста приходится на интервал 10—12 ч.

В эти часы отмечается **наибольшая эффективность** усвоения материала при наименьших психофизиологических затратах организма. Поэтому в расписании уроков для обучающихся начального общего образования основные предметы должны проводиться на вторых-третьих уроках, а для обучающихся основного общего и среднего общего образования — на вторых, третьих, четвёртых уроках.

Умственная **работоспособность** обучающихся **нарастает** к середине недели и остаётся низкой в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели.

Наибольший объём учебной нагрузки должен приходиться на вторник и (или) среду. На эти дни в расписание уроков включаются предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни недели. Изложение нового материала, контрольные работы следует проводить на вторых — четвёртых уроках в середине учебной недели.

Для составления расписания необходимо использовать шкалы трудности предметов для каждого уровня обучения соответственно (**СанПин 1.2.3685-21, раздел VI, таблицы 6.10, 6.11**). При этом подсчитывается сумма баллов по дням недели в отдельных классах.

Школьное расписание **оценивается положительно** в том случае, если образуется один подъём — во вторник или (и) среду.

Школьное расписание **оценивается как «нерациональное»** при наибольшей сумме баллов в понедельник или субботу, а также при равномерном распределении нагрузки в недельном цикле.

Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Математика	8
Русский язык/Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

Шкала трудности учебных предметов на уровне основного общего образования

Учебные предметы	Количество баллов (по классам)					
	5	6	7	8	9	
Физика	—	—	8	9	13	
Химия	—	—	—	10	12	
История	5	8	6	8	10	
Иностранный язык	9	11	10	8	9	
Математика	Математика	10	13	—	—	—
	Геометрия	—	—	12	10	8
	Алгебра	—	—	10	9	7
Природоведение	7	8	—	—	—	
Биология	10	8	7	7	7	
Литература	4	6	4	4	7	
Информатика и ИКТ	4	10	4	7	7	
Русский язык/Родной язык	8	12	11	7	6	
География	—	7	6	6	5	
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	—	—
	Мировая художественная культура	—	—	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	—
Обществознание (включая экономику и право)	6	9	9	5	5	
Технология	4	3	2	1	4	
Черчение	—	—	—	5	4	
Основы безопасности жизнедеятельности	1	2	3	3	3	
Физическая культура	3	4	2	2	2	

Шкала трудности учебных предметов на уровне среднего общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Физика	12
Математика (геометрия), химия	11
Математика (алгебра)	10
Русский язык/Родной язык	9
Литература, иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, обществознание (включая экономику и право), искусство (МХК)	5
География	3
Основы безопасности жизнедеятельности	2
Физическая культура	1

НОРМАТИВЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Время начала занятий для всех возрастных групп **не ранее 8.00**. Исключения составляют **детские санатории**, в которых время начала занятий **не ранее 9.00**.

Время окончания занятий:

- при реализации образовательных программ **дошкольного** образования — 17.00;
- при реализации программ **начального, общего основного и среднего** общего образования — **19.00**;
- при реализации **дополнительных образовательных программ**, деятельности кружков (студий), спортивных секций: для детей до 7 лет — 19.30; для учащихся 7—10 лет — 20.00; для учащихся 10—18 лет — 21.00; в **детских санаториях** — **18.00**.

Перерыв между последним уроком (занятием) и началом внеурочных/дополнительных занятий следующей смены должен составлять **не менее 20 мин.**

Недельный **объём внеурочной деятельности** для всех классов не должен превышать 10 ч.

Продолжительность занятий

	Возраст	Продолжительность, не более, мин
Занятия для детей дошкольного возраста	от 1,5 до 3 лет	10
	от 3 до 4 лет	15
	от 4 до 5 лет	20
	от 5 до 6 лет	25
	от 6 до 7 лет	30
Учебное занятие для обучающихся	1 класс (сентябрь — декабрь)	35
	1 класс (январь — май)	40
	классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья	40
	2—11 классы	45

Продолжительность перерывов между занятиями для всех возрастных категорий должна составлять **не менее 10 мин.**

Продолжительность перемен (перерывов) для всех классов должна быть **не менее 10 мин**, а **для приёма пищи — 20 мин.**

Максимальное время на выполнения домашних заданий: 1 класс — 1 ч; 2—3 классы — 1,5 ч; 4—5 классы — 2 ч; 6—8 классы — 2 ч; 9—11 классы — 3 ч.

Максимальное время на выполнения домашних заданий в детских санаториях: 1—4 классы — не задаётся; 5—11 классы — 1 ч.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся

Класс	Количество уроков в день, не более
1 классы с учётом двух уроков физической культуры в неделю	4
1 классы с учётом трёх уроков физической культуры в неделю	4 и один раз в неделю 5
2—4 классы с учётом двух уроков физической культуры в неделю	5
2—4 классы с учётом трёх уроков физической культуры в неделю	5 и один раз в неделю 6
5—6 классы	6
7—11 классы	7
2—4 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья	5
5—11 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья	6

Плотность урока (отношение времени, затраченного на учебную деятельность, к общему времени, выраженная в процентах) должна составлять: 1—4 классы — 60—80 %, 5—11 классы — 70—90 %

Моторная плотность урока физической культуры должна составлять не менее 70 %.

Количество видов учебной деятельности на учебном занятии должно составлять: в 1—4 классах — 3—7, в 5—11 классах — 5—7.

Продолжительность одного вида учебной деятельности на занятии должно составлять: в 1—4 классах — 5—7 мин, в 5—11 классах — 7—10 мин.



Методические рекомендации по обеспечению оптимизации учебной нагрузки в общеобразовательных организациях. МР 2.4.0331-23



Настоящие **методические рекомендации** содержат комплекс предложений по организации мероприятий по оптимизации образовательной нагрузки для обучающихся, осваивающих образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего и дополнительного образования с учётом санитарно-эпидемиологических требований, а также **рекомендации по организации образовательного процесса**, в том числе с использованием образовательных технологий и режимов обучения, способствующих снижению утомления от учебных занятий, сокращающих суммарный объём образовательной нагрузки обучающихся, оптимизирующих режим дня обучающихся.

В соответствии с методическими рекомендациями общеобразовательные организации создают **условия для охраны здоровья обучающихся**, в том числе за счёт обеспечения рациональной организации образовательного процесса, определения оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий.



ПАМЯТКА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕКТРОННЫХ СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ

- ✓ Важно создать и поддерживать оптимальные условия в учебном классе (микроклимат, освещённость, подбор и расстановка учебной мебели и т. д.). Нормативные показатели представлены в соответствующих документах (СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»; СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»).
- ✓ Перед уроком и на переменах (в отсутствие детей) класс необходимо **проветривать**.
- ✓ Не рекомендуется использовать на уроке **более двух электронных средств** одновременно, оптимально применение одного устройства.
- ✓ На уроках для учебной работы нельзя **использовать смартфон** — размер его экрана не позволяет обеспечить комфортный зрительный режим для глаз обучающегося.
- ✓ При работе **с любыми цифровыми средствами** на уроке предполагается **соблюдение гигиенических регламентов** их использования согласно санитарному законодательству.
- ✓ Если **использование** электронного устройства по ходу урока **приостановлено** (завершено), то следует его **выключать или переводить в «спящий» режим**, чтобы светящийся экран не находился в поле зрения ребёнка. При использовании **наушников** уровень их громкости не должен превышать 60 % от максимальной.
- ✓ Предусматривается **смена различных видов учебной** деятельности (письмо, чтение, опрос и т. д.) не реже чем через 5—7 минут для младших школьников и 7—10 минут для остальных обучающихся.
- ✓ На уроках с использованием электронных средств обучения необходимо организовать **физкультминутки** (2—5 мин в середине урока).

- ✓ В процессе обучения наряду с цифровыми средствами необходимо широко **использовать традиционные книги и ручное письмо**, особенно на начальных этапах школьного обучения. Понимание содержания текста более эффективно при чтении с печатного листа, чем с экрана.
- ✓ Обучение письму на клавиатуре у детей менее эффективно, чем при письме на бумаге. В отдельных областях (в математике), а также для чтения информационных текстов **эффективнее использовать печатные** тексты на бумаге.
- ✓ Шрифтовое **оформление электронных учебных** изданий должно соответствовать гигиеническим нормативам.
- ✓ Организация учебного процесса с учётом представленных требований и рекомендаций позволит **сохранить работоспособность**, предотвратить возникновение переутомления и школьно-обусловленных заболеваний у обучающихся.

Продолжительность использования электронных средств обучения (ЭСО)

Электронные средства обучения	Возраст	Продолжительность использования ЭСО, мин		
		на уроке, не более	суммарно в день в школе, не более	суммарно в день дома (включая досуговую деятельность), не более
Интерактивная доска	5—7 лет	7	20	—
	1—3 классы	20	80	—
	4 класс	30	90	—
	5—9 классы	30	100	—
	10—11 классы, 1—2 курс ПОО	30	120	—
Интерактивная панель	5—7 лет	5	10	—
	1—3 классы	10	30	—
	4 класс	15	45	—
	5—6 классы	20	80	—
	7—11 классы, 1—2 курс ПОО	25	100	—

Электронные средства обучения	Возраст	Продолжительность использования ЭСО, мин		
		на уроке, не более	суммарно в день в школе, не более	суммарно в день дома (включая досуговую деятельность), не более
Персональный компьютер	6—7 лет	15	20	—
	1—2 классы	20	40	80
	3—4 классы	25	50	90
	5—9 классы	30	60	120
	10—11 классы	35	70	170
Ноутбук	6—7 лет	15	20	—
	1—2 классы	20	40	80
	3—4 классы	25	50	90
	5—9 классы	30	60	120
	10—11 классы	35	70	170
Планшет	6—7 лет	10	10	—
	1—2 классы	10	30	80
	3—4 классы	15	45	90
	5—9 классы	20	60	120
	10—11 классы	20	80	150

Нормативы размера экрана электронных средств обучения

Электронные средства обучения	Диагональ экрана, не менее дюйм/см
Интерактивная доска (интерактивная панель)	65/165,1
Монитор персонального компьютера, ноутбука	15,6/39,6
Ноутбук	14,0/35,6
Планшет	10,5/26,6



Роспотребнадзор. Национальный проект «Демография». Здоровое питание



- мониторинг качества продуктов;
- информирование граждан России о принципах здорового питания;
- инициативу по ограничению на телевидении рекламы вредных для здоровья продуктов;
- введение акцизов, внесение изменений в технические регламенты, ограничение производства и реализации вредных продуктов;
- формирование сети столовых, кафе и ресторанов, предоставляющих диетическое и здоровое питание.



ВАЖНО

Для детей, страдающих проявлением **пищевой аллергии**, необходимы варианты лечебного меню по возрастным группам обучающихся. Для детей, здоровье которых требует профилактического питания, важно разработать лечебно-профилактическое меню.

В ряде случаев в образовательных организациях для детей, нуждающихся **в лечебном и диетическом питании, допускается употребление детьми готовых домашних блюд, предоставленных родителями детей**, в обеденном зале или специально отведённых помещениях (местах), оборудованных столами и стульями, холодильником (в зависимости от количества питающихся в данной форме детей) для временного хранения готовых блюд и пищевой продукции, микроволновыми печами для разогрева блюд, условиями для мытья рук.



Концепция организации и контроля горячего питания в образовательных организациях (методические разработки)



В Концепции отражены современные взгляды, целевые установки, принципы и приоритеты деятельности федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления в рамках их компетенций анализа и создания условий для выполнения деятельности по организации школьного здорового и горячего питания.

Концепция организации горячего питания
в образовательных организациях

ЗАДАЧИ КОНЦЕПЦИИ:

- обеспечить создание эффективной комплексной системы организации качественного и полноценного горячего питания школьников;
- внедрить современные технологии приготовления горячего школьного питания, увеличить ассортимент выпускаемой продукции в соответствии с рационом, приводящих к уменьшению числа заболеваемости среди обучающихся и улучшению их здоровья;
- сформировать требования по непрерывному повышению профессионального уровня и компетентности кадрового состава работников пищеблоков, ответственных за школьное питание в образовательных организациях.

Методические рекомендации по организации управления горячим питанием обучающихся начальной школы на уровне образовательной организации и на уровне пищеблока



Управление при обеспечении обучающихся горячим и здоровым питанием реализуется в соответствии с нормативными требованиями и включает:

- оптимальную количественную и качественную структуру питания;
- гарантированную безопасность;
- технологическую и кулинарную обработку продуктов и блюд;
- физиологически обоснованный режим питания;
- соблюдение разработанных рационов питания;
- возможность осуществления выбора питания, обусловленную спецификой организации процесса его потребления.

Часто задаваемые вопросы

1. Что включает в себя горячее питание обучающихся образовательных организаций?

В зависимости от режима (смены) обучения обучающиеся должны обеспечиваться горячим питанием в виде завтрака и (или) обеда.

2. Сколько стоит такое горячее питание?

Питание предоставляется обучающимся 1—4 классов на безвозмездной основе и родителями оплачивать его не нужно.

3. Как родители могут контролировать горячее питание детей?

Локальный нормативный акт образовательной организации предусматривает перечень и порядок проведения мероприятий по родительскому контролю за организацией питания обучающихся, в том числе регламентирует порядок доступа законных представителей обучающихся в помещения для приёма пищи. Итоги проверок представляются на родительских собраниях и могут явиться основанием для обращений в адрес администрации образовательной организации и её учредителя и (или) оператора питания.



Методические рекомендации по организации контроля качества горячего питания обучающихся начальной школы на уровне образовательной организации, муниципалитета и на уровне субъекта Российской Федерации с участием родителей (законных представителей) обучающихся



ВАЖНО

Цель контроля — обеспечение качественного и здорового питания обучающихся начального уровня образования, пропаганды основ здорового питания при взаимодействии с обще-школьным родительским комитетом и общественными организациями.

ЗАДАЧИ КОНТРОЛЯ КАЧЕСТВА ПИТАНИЯ:

- соответствие реализуемых блюд утверждённому меню;
- оценка санитарно-технического состояния обеденного зала (помещения для приёма пищи), состояния обеденной мебели, столовой посуды, наличия салфеток и т. п.;
- соблюдение правил личной гигиены обучающимися;
- наличие и состояние санитарной одежды у сотрудников, осуществляющих раздачу готовых блюд;
- объём и вид пищевых отходов после приёма пищи;
- вкусовые предпочтения детей;
- удовлетворённость ассортиментом и качеством потребляемых блюд по результатам выборочного опроса детей с согласия их родителей или иных законных представителей;
- информирование родителей и детей о здоровом питании.



Методические рекомендации по публикации меню на сайтах образовательных организаций



Доступность информации о питании обучающихся даёт возможность родителям для осуществления контроля эффективности организации питания с соблюдением установленных санитарных требований к меню рационов питания. Открытость образовательной организации для родительского сообщества начинается с информации, размещённой на сайте общеобразовательной организации. Информация, размещённая на сайте образовательной организации, должна соответствовать требованиям законодательства в сфере образования и санитарного законодательства.

Методические рекомендации по публикации меню на сайтах образовательных организаций

ЗАДАЧИ ИНФОРМИРОВАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ О ПИТАНИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ:

- обеспечение **открытости** образовательной организации **для родительского сообщества** путём размещения соответствующей информации на сайте общеобразовательной организации;
- размещение информации об условиях питания (в том числе меню ежедневного **горячего питания**, информация **о наличии диетического меню**);
- предоставление информации о перечне юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, оказывающих **услуги по организации питания в общеобразовательных организациях** и (или) поставляющих (реализующих) пищевые продукты и продовольственное сырьё;
- формы обратной связи и ответов на вопросы.



 #Официально
КОНТРОЛЬ КАЧЕСТВА:
создана цифровая платформа мониторинга школьного питания



Автоматизированный мониторинг организации горячего питания обучающихся включает: средства наблюдения за меню фактического питания, опубликованных на официальных сайтах образовательных организаций; анализ меню с выявлением отклонений данных о потреблении (выход блюд, калорийность и основные пищевые вещества по приёмам пищи) от нормативов потребления; мониторинг стоимости комплексов блюд по приёмам пищи; состава меню фактического питания; исполнительской дисциплиной по публикации меню на официальных сайтах. Вышеперечисленные параметры контролируются с использованием централизованной базы данных, аналитических отчётов для специалистов ФЦМПО и региональных органов управления образованием, а также публичного интерфейса анализа меню на специализированном интернет-сайте мониторингпитание.рф.

Платформа по мониторингу меню и массы блюда питания обучающихся 1—4 классов



Подписывайтесь на нас!