

Отдел образования
администрации г. Полярные Зори с подведомственной территорией
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 3 имени Д.К. Булганина города Полярные Зори**

П Р И К А З

29.11.2016 г.

№ 290

О режиме работы школы в период полярной ночи

В целях организации работы школы в период полярной ночи по выполнению санитарно-гигиенических требований, направленных на здоровьесберегающую организацию учебного процесса и сохранения здоровья школьников, в соответствии с «Гигиеническими требованиями к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждений в условиях Кольского Заполярья», утвержденными Постановлением главного санитарного врача по Мурманской области от 17.11.2000 г. № 11 и годовому календарному учебному графику на 2016-2017 учебный год

П Р И К А З Ы В А Ю:

1. Установить следующий режим учебных занятий в период полярной ночи со 02.12.2016 по 01.03.2017 г.:

1.1. начало занятий: 09.00.

1.2. установить продолжительность урока
в 1 классах – **35 минут**;
во 2-9 классах – **40 минут**

1.3 согласно годовому календарному учебному графику на 2016-2017 учебный год провести в феврале дополнительные (спортивные) каникулы:

для 1-го класса

- с 18.02.2017 по 26.02.2017 (9 дней, из них 4 рабочих дня);

для 2-8 -х классов

- с 21.02.2017 по 26.02.2017 (6 дней, из них 3 рабочих дня);

для 9 -х классов

- с 22.02.2017 по 26.02.2017 (5 дней, из них 3 рабочих дня);

2. Учителям – предметникам:

2.1 освободить от домашних заданий на выходной день и после контрольных работ учащихся 1- 7 классов;

2.2 предусмотреть облегченный объем домашних заданий для учащихся 8 – 9 классов;

2.3 ограничить проведение контрольных работ, не допускать проведения нескольких контрольных работ в день;

2.4 перед началом занятий, в перерыве между уроками и по окончании занятий обеспечить проветривание классных помещений;

2.5 организовать проведение следующих оздоровительных мероприятий:

— обязательная для учащихся 5- 9 классов физкультурная пауза (до 2-х минут) на 20 - 25 -й минутах на рабочем месте, сидя или стоя около парты при открытой фрамуге (исключение составляет контрольные, лабораторные и практические работы, зачетные уроки);

— обязательные для учащихся 1 – 4 классов физкультминутки на 10-й и 20-й минуте урока (одна из них полностью посвящена зрительным упражнениям);

— подвижные игры средней интенсивности для учащихся 1 – 4 классов после 3-го урока под контролем учителя.

3. Классным руководителям 1 – 9 классов:

3.1 ознакомить с данным приказом учащихся и родителей вверенного класса **не позднее 01.12.2016 года;**

3.2 провести с учащимися 1 – 9 классов беседы о режиме дня и питания в период полярной ночи, о профилактике ОРЗ и гриппа

4. Учителям физической культуры Десятовской Л.Я., Омеленчук Н.В.:

4.1 строить урок с учетом состояния здоровья, физической подготовленности, возраста, пола учащихся по схеме:

- вводной части с построением и ходьбой (до 3 минут);
- подготовительная часть с упражнениями, направленными на скелетную мускулатуру в сочетании с дыхательными и корригирующими упражнениями (до 10 минут);
- основная часть (до 20 минут);
- заключительная часть, направленная на восстановление исходного функционального состояния организма (до 3 – 5 минут)

4.2 для профилактики переутомления следить на уроке за общим состоянием учащихся, используя Таблицу определения степени утомления В.А. Зотова для снижения и отмены нагрузки в индивидуальном порядке;

4.3 для профилактики нарушения осанки у учащихся в комплекс упражнений общей физической подготовки обязательно включать элементы корригирующей гимнастики;

4.4 при организации лыжной подготовки обязательно сопровождать учащихся педагогом на пути следования к лыжной трассе и обратно;

4.5 с целью предупреждения отморожений и переохлаждения у учащихся отменять занятия на улице при следующих параметрах наружного воздуха:

для учащихся в возрасте до 12 лет

- при температуре – 11⁰ – 13⁰ С и слабом ветре;
- при температуре – 7⁰ – 9⁰ С и умеренном ветре;
- при температуре – 4⁰ – 5⁰ С и сильном ветре;

для учащихся в возрасте 12 - 13 лет

- при температуре – 15⁰ С и слабом ветре;
- при температуре – 11⁰ С и умеренном ветре;
- при температуре – 8⁰ С и сильном ветре;

для учащихся в возрасте 14 - 15 лет

- при температуре - 18⁰ С и слабом ветре;
- при температуре - 15⁰ С и умеренном ветре;
- при температуре - 11⁰ С и сильном ветре;

для учащихся 16 - 17 лет

- при температуре - 21⁰ С при безветрии;
- при температуре - 18⁰ С при умеренном ветре;
- при температуре - 13⁰ С при сильном ветре.

5. Воспитателю ГПД Кузиной В.И. обязательно проводить спортивный час или подвижные игры на пришкольном участке.

6. Руководителю ШМО учителей начальных классов Чирковой И.А.

6.1 с целью недопущения проведения нескольких контрольных работ в один день, составить график проведения контрольных работ **до 02.12.2016 года;**

6.2 организовать контроль:

- за объемом домашних заданий в 1 – 4 классах;
- за выполнением оздоровительных мероприятий в 1 – 4 классах

7. Заместителю директора по УР Щербаковой С.В.

7.1 с целью недопущения проведения нескольких контрольных работ в один день, составить график проведения контрольных работ учителями – предметниками в 5 – 9 классах до **02.12.2016** года;

7.2 организовать контроль:

— за объемом домашних заданий в 5 – 9 классах;

— за выполнением оздоровительных мероприятий в 5 – 9 классах.

8. Медицинскому работнику Кузнецовой О.В. осуществлять мероприятия по профилактике заболеваемости гриппом и ОРЗ среди учащихся и работников школы.

9. Заведующей столовой Беляковой И.А. ввести дополнительно в питание школьников блюда из овощей и фруктов.

10. Контроль за исполнением данного приказа оставляю за собой.

Директор МБОУ ООШ № 3



Л.Р. Моисеева