



Руководителям общеобразовательных
учреждений Режевского городского
округа

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ
РЕЖЕВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА**

Красноармейская ул., д.7а, г.Реж
Свердловская область, 623750
Тел.: (34364)2-25-33
Факс(34364)2-46-85
E-mail:UO_REZH@mail.ru

08 .04.2020 № 806
на№ _____ от 2020

Об объёме заданий при организации
дистанционного обучения

Уважаемый руководители !

В связи с введением на территории Свердловской области режима готовности и принятия мер по защите населения от новой коронавирусной инфекции (nCoV-2019) Управление образования Администрации Режевского городского округа направляет Вам рекомендации о недопустимости большого объёма заданий при реализации образовательных программ с применением дистанционных технологий и электронного обучения, позволяющих обеспечить взаимодействие обучающихся и педагогических работников опосредованно (на расстоянии).

Напоминаем, о том что Учитель при планировании заданий на дом для учащихся руководствуется СанПин 2.42.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (далее - СанПиН), утверждёнными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189.

В соответствии с гигиеническими требованиями обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением дополнительных требований. Одними из таких требований является обучение без балльного оценивания знаний обучающихся и обучение без домашних заданий (п.10.10 СанПиНа).

Санитарные правила устанавливают нормативные требования по времени выполнения к общему объёму домашнего задания по всем предметам. Объём заданий должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

- во 2 - 3 классах - 1,5 ч.,
- в 4 - 5 классах - 2 ч.,
- в 6 - 8 классах - 2,5 ч.,
- в 9 - 11 классах - до 3,5 ч. (п.10.30 СанПиНа).

Следует отметить, что эти нормативы являются примерными. Очень многое зависит от психофизиологических особенностей ребенка, темпа его деятельности.

Несмотря на установленные нормативы, бывают случаи превышения объема домашних заданий на несколько часов. Увеличение нагрузки не проходит бесследно: у детей может отмечаться большая распространенность и выраженность нервно-психических нарушений, большая утомляемость, сопровождаемая иммунными дисфункциями, более низкая сопротивляемость болезням.

В связи с вышеизложенным рекомендуем информировать педагогических работников об объеме задаваемых упражнений, особенно в начальной школе, выпускных 9, 11 классов. Взять на особый контроль работу учителей с электронным дневником. Просим разместить на своих сайтах ссылку на сайт «Российской газеты» (RG.RU), где опубликован **пример распорядка дня школьника на дистанционном обучении**, рекомендованный Министерством просвещения РФ:

- 07.30 — подъем, зарядка
- 08.00 — завтрак
- 08.30 — начало дистанционного обучения, учебный предмет.
- 09.00 — музыкальная пауза
- 09.10 — учебный предмет
- 09.40 — танцевальная пауза
- 09.50 — учебный предмет
- 10.20 — перерыв
- 10.30 — учебный предмет
- 11.00 — спортивная пауза
- 11.10 — учебный предмет
- 11.40 — проектная деятельность
- 13.00 — обед
- 13.30 — виртуальные экскурсии по музею/ онлайн-лекции, кружки
- 14.30 — спортивная пауза
- 15.00 — выполнение домашних заданий
- 17.00 — полдник
- 17.30 — помощь по дому
- 18.00 — чтение литературы/занятия творчеством
- 19.00 — ужин
- 19.30 — свободное время, общение с друзьями
- 21.00 — подготовка ко сну
- 21.30 — сон

Также важно правильно организовать пространство в комнате, где занимается ребенок, особенно его рабочее место.

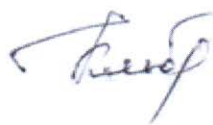
Согласно рекомендациям Минпросвещения продолжительность урока не должна превышать **30 мин.** Также должны соблюдаться требования СанПин о безопасной продолжительности работы за компьютером: для 1-4 классов — это 15 минут; 5-7-х — 20, 8-11-х — 25.

Необходимо делать регулярные перерывы, во время которых выполнять простые физические упражнения, делать гимнастику для глаз, например, такую:

- быстро поморгать, закрыть глаза, медленно считая до 5 — повторять 5 раз;
- крепко зажмурить глаза и считать до 3, открыть глаза и посмотреть вдаль, посчитав до 5;
- посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1-4, потом перенести взор вдаль на счет 1-6, каждое упражнение выполнять по 4-5 раз.

Минпросвещения разработало методические рекомендации по реализации образовательных программ с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, также разместило инфографику с рекомендациями для школьников и студентов учреждений СПО по ведению здорового образа жизни в период каникул и дистанционного обучения.

Начальник Управления образования



И.В. Ключева