**Извлечение**

**из Санитарных правил и ном СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2**

**VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи**

<…>

**Требования к организации образовательного процесса**

 **Таблица 6.6**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Показатель** | **Организация, возраст** | **Норматив** |
| 1 | 2 | 3 |
| Начало занятий, не ранее | все возрастные группы | 8:00 |
| детский санаторий | 9:00 |
| Окончание занятий, не позднее | при реализации образовательных программ дошкольного образования | 17:00 |
| при реализации программ начального, общего основного и среднего общего образования и программ профессионального обучения (ПОО 1,2 курс) | 19:00 |
| при реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций | до 7 лет | 19:30 |
| 7 - 10 лет | 20:00 |
| 10 - 18 лет | 21:00 |
| детские санатории | 18:00 |
| Перерыв между последним уроком (занятием) и началом внеурочных / дополнительных занятий следующей смены, не менее | 20 мин |
| Продолжительность занятия для детей дошкольного возраста, не более | от 1,5 до 3 лет | 10 мин |
| от 3 до 4 лет | 15 мин |
| от 4 до 5 лет | 20 мин |
| от 5 до 6 лет | 25 мин |
| от 6 до 7 лет | 30 мин |
| Продолжительность учебного занятия для обучающихся, не более | 1 класс (сентябрь-декабрь) | 35 мин |
| 1 класс (январь-май) | 40 мин |
|   |   |
| классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья | 40 мин |
| 2-11 классы | 45 мин |
| Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для детей дошкольного возраста, не более | от 1,5 до 3 лет | 20 мин |
| от 3 до 4 лет | 30 мин |
| от 4 до 5 лет | 40 мин |
| от 5 до 6 лет | 50 мин или 75 мин при организации 1 занятия после дневного сна |
| от 6 до 7 лет | 90 мин |
| Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся, не более | 1 классы | при включении в расписание занятии 2-х уроков физической культуры в неделю | 4 урока |
| при включении в расписание занятии 3-х уроков физической культуры в неделю | 4 урока и 1 раз в неделю - 5 уроков |
| 2-4 классы | при включении в расписание занятии 2-х уроков физической культуры в неделю | 5 уроков |
| при включении в расписание занятии 3-х уроков физической культуры в неделю | 5 уроков и 1 раз в неделю - 6 уроков |
| 5-6 классы | 6 уроков |
| 7-11 классы | 7 уроков |
| старше 18 лет | не более 8 ч (академических) |
| 2-4 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья | 5 уроков |
| 5-11 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья | 6 уроков |
| Учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе, не более | 1 класс | 21 ч |
| 2-4 класс | 23 ч |
| 5 класс | 29 ч |
| 6 класс | 30 ч |
| 7 класс | 32 ч |
| 8-9 класс | 33 ч |
| 10-11 класс, 1-2 курс ПОО | 34 ч |
| старше 18 лет | 40 ч |
| Учебная нагрузка при 6-дневной учебной неделе, не более | 2-4 класс | 26 ч |
| 5 класс | 32 ч |
| 6 класс | 33 ч |
| 7 класс | 35 ч |
| 8-9 класс | 36 ч |
| 10-11 класс, 1-2 курс ПОО | 37 ч |
| старше 18 лет | 40 ч |
| Проведение сдвоенных уроков | 1-4 классы | не проводятся, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке и плаванию |
| Продолжительность перерывов между занятиями, не менее | все возраста | 10 мин |
| Продолжительность перемен (перерывов), не менее | 1-11 классы, обучающиеся ПОО | 10 мин |
| 1-11 классы, обучающиеся ПОО перемены для приема пищи | 20 мин |
| динамическая пауза (для 1-х классов) | 40 мин |
| Недельный объем внеурочной деятельности, не более | 1-11 класс | 10 ч |
| Количество видов учебной деятельности на учебном занятии | 1-4 классы | 3-7 |
| 5-11 классы | 5-7 |
| Продолжительность одного вида учебной деятельности на занятии, мин | 1-4 классы | 5-7 |
| 5-9 классы | 7-10 |
| 10-11 классы | 7-10 |
| Плотность урока (отношение времени, затраченного на учебную деятельность, к общему времени), % | 1-4 классы | 60-80 |
| 5-9 классы | 70-90 |
| 10-11 классы | 70-90 |
| Моторная плотность урока физической культуры, %, не менее | 70 |
| Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее | 2 мин |
| Продолжительность выполнения домашних заданий, не более | 1 класс | 1,0 ч |
| 2-3 классы | 1,5 ч |
| 4-5 классы | 2,0 ч |
| 6-8 классы | 2,5 ч |
| 9-11 классы | 3,5 ч |
| Продолжительность выполнения домашних заданий в детских санаториях, не более | 1-4 классы | домашние задания не задают |
| 5-11 классы | 1,0 ч |
| Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей, не более, кг | 1-2 классы | 1,5 |
| 3-4 классы | 2,0 |
| 5-6 классы | 2,5 |
| 7-8 классы | 3,5 |
| 9-11 классы | 4,0 |

<…>

190. Оценка трудности предметов, отсутствующих в представленных шкалах, производится аналогично предметам данной предметной области.

**Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования**

**Таблица 6.9.**

|  |  |
| --- | --- |
| **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**

**Таблица 6.10.**

|  |  |
| --- | --- |
| **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**

**Таблица 6.11.**

|  |  |
| --- | --- |
| 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 |