

ПРИНЯТО
общим собранием
работников МБОУ Школа № 9
протокол от 15.09.2021 № 3

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБОУ Школа № 9
от 17.09.2021 № 311-п

**Положение о режиме занятий учащихся
Муниципального бюджетного общеобразовательного
учреждения «Школа № 9»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий учащихся (далее – Положение) Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Школа № 9» (далее – Школа) определяет режим занятий учащихся Школы.

1.2. Настоящее Положение разработано на основе следующих документов:

- Федерального закона № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями от 2 июля 2021 года;
- «Санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28
- Устава Школы

2. Организация режима занятий учащихся

2.1. Учебный год в Школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком Школы. Учебный год составляют учебные периоды: четыре четверти в 1-9 классах, два полугодия в 10,11 классах. После каждого учебного периода следуют каникулы.

2.3. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком, разрабатываемым и утверждаемым самостоятельно в соответствии с основными образовательными программами.

2.4. В календарном учебном графике указывается начало и окончание учебного года, длительность каникул, сроки их начала и окончания, продолжительность учебной недели, продолжительность уроков и длительность перемен.

2.5. Продолжительность учебного года в 1-х классах – 33 учебные недели, 2-8, 10 классах – не более 34 учебных недель, 9, 11 классах – 33 учебные недели без учета государственной итоговой аттестации.

2.6. Для профилактики переутомления учащихся в календарном учебном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул. В течение учебного года для учащихся устанавливаются каникулы продолжительностью не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель. Для обучающихся в первых классах устанавливаются дополнительные недельные каникулы в феврале.

2.7. Для учащихся 1-4 классов в соответствии с требованиями СанПин устанавливается 5-дневная учебная неделя.

С учетом потребностей учащихся и их родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся учебные занятия в 5-11 классах организуются в режиме 5(6) – дневной учебной недели.

2.8. При реализации основных образовательных программ должны соблюдаться следующие санитарно-эпидемиологические требования: объем обязательной части основной образовательной программы начального общего образования должен составлять 80%, основной образовательной программы основного общего образования - 70% и основной образовательной программы среднего общего образования - 60%. Суммарный объем обязательной части основной образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки.

2.9. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

2.10. Учебные занятия в Школе организуются в первую смену. Начало занятий – 8.30 часов.

2.11. Продолжительность уроков в 1-ых классах регламентируется пунктом 5.1 Положения. Продолжительность уроков во 2-11-ых классах составляет - 45 минут. Во 2-9 классах для детей с ограниченными возможностями здоровья в конце каждого урока в течение 5 минут проводятся релаксационные мероприятия. Таким образом, продолжительность учебной нагрузки на уроке в этих классах составляет 40 минут. Продолжительность факультативов, групповых и индивидуальных занятий – 45 минут, коррекционных занятий – 40 минут.

2.12. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой в течение дня нагрузки.

2.13. Продолжительность перемен между уроками составляет 10-20 минут. Для организации питания учащихся в режиме учебных занятий после второго и третьего уроков устанавливаются перемены по 20 минут каждая.

2.14. При использовании ЭСО (электронных средств обучения) во время занятий и перемен должна проводиться гимнастика для глаз.

2.15. При использовании книжных учебных изданий гимнастика для глаз должна проводиться во время перемен. Для профилактики нарушений осанки во время занятий должны проводиться соответствующие физические упражнения (далее физкультминутки).

2.16. При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет - 5-7 минут, для обучающихся 1-4-х классов - 10 минут, для 5-9-х классов - 15 минут. 2.17. Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски - для детей до 10 лет - 20 минут, старше 10 лет - 30 минут; компьютера - для детей 1-2 классов - 20 минут, 3-4 классов - 25 минут, 5-9 классов - 30 минут, 10-11 классов - 35 минут.

2.17. Для обучающихся 1-х – 4-х классов, исходя из запросов их родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в Школе организуются группы продленного дня.

Режим работы группы продленного дня ежегодно утверждается приказом директора.

2.18. При осуществлении присмотра и ухода в Школе в группах продленного дня должны быть созданы условия, включающие организацию полдника и прогулок для всех обучающихся.

2.19. Изменения в режиме занятий обучающихся Школы определяются приказом директора по санитарно-эпидемиологическим, климатическим и другим основаниям.

3. Объем недельной образовательной нагрузки

3.1. С целью профилактики переутомления в календарном учебном плане обучающихся должно быть предусмотрено чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней.

3.2. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

3.3. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет: для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры, для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры, для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков, для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

3.4. Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут.

3.5. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований: учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену, обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый, в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут, предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

3.6. Количество часов, отведенных на освоение учащимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не должны превышать величину максимально допустимой недельной нагрузки:

- 1 класс – максимально допустимая недельная нагрузка не более 21 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 2-4 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 23 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 29 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 32 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 30 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 33 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);

- 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 32 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 35 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 8-9 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 33 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 8-9 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 10-11 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 37 часов в неделю (6-дневная учебная неделя).

3.4. Объем домашних заданий (по всем предметам) 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.

3.5. При проведении занятий по иностранному языку, технологии, информатике, физике и химии, для проведения лабораторных работ и практикумов при получении основного общего образования и среднего общего образования осуществляется деление класса на две группы, если его наполняемость составляет не менее 25 человек, а также классов начального общего образования при изучении иностранного языка и информатики. Классы меньшей наполняемости могут делиться если позволяет фонд оплаты труда.

4. Расписание занятий

4.1. Последовательность учебных занятий определяется расписанием на основании учебного плана, в соответствии СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

4.2. Расписание утверждается приказом директора.

4.3. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных, групповых, индивидуальных, коррекционных занятий. Между началом факультативных, групповых, коррекционных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

4.4. Расписание занятий составляются с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

4.5. При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного и

среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

4.6.Для обучающихся 1-х классов наиболее трудные предметы необходимо проводить на 2-м уроке; 2 - 4-х классов - 2 - 3-м уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов на 2 - 4-м уроках. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

4.7.В течение учебного дня не проводится более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4-м уроках.

4.8.Для предупреждения переутомления обучающихся и сохранения оптимального уровня их работоспособности на протяжении недели в расписании занятий предусматривается облегченный учебный день – четверг, пятница или суббота.

4.9.С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

4.10.Во время урока чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 - 4 классах не должна превышать 7 - 10 минут, в 5 - 11 классах - 10 - 15 минут.

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

4.11. Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.

4.12.Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

4.13.Школой обеспечивается присутствие медицинских работников на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

4.14. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений к общему времени занятия физической культурой должна составлять не менее 70%.

4.15. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности обеспечивается за счет:

- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

4.16. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу проводят с учетом заключения врача. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

4.17. Расписание занятий должно предусматривать перерыв достаточной продолжительности для питания обучающихся (пункт 2 статьи 37 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

5. Обучение в 1 классе

5.1. В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям Учреждения в 1-х классах используется:

5.1.1. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований: учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену, обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый, в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут, предоставляются

дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения.

5.1.2. Организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;

5.1.3. Обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

6. Режим работы объединений дополнительного образования

6.1. Режим работы объединений дополнительного образования определяется в соответствии с СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6.2. Между занятиями по основным образовательным программам и посещением объединений дополнительного образования в Школе рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью для отдыха не менее 20 минут.

6.3. Окончание занятий в объединениях дополнительного образования в Школе должно быть не позднее 20.00 ч.

6.4. Занятия в объединениях дополнительного образования в Школе могут проводиться в любой рабочий день недели, включая каникулы.

6.5. Максимальная продолжительность занятий в объединениях дополнительного образования в учебные дни составляет 1,5 часа, в каникулярные дни – 3 часа. После 30–45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений.

6.6. Режим занятий объединений дополнительного образования устанавливается расписанием, утверждаемым директором Школы.

Положение принято с учетом мнения Совета учащихся (протокол от 10.09.2021 № 1), Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся (протокол от 06.09.2021 № 1)

Сброшировано,
пронумеровано
и закрѣщено печатью
_____ листов

Директор
МБОУ «Средняя школа № 14»
_____ Н.С. Артемова

КОПИЯ ВЕРНА
ДЛЯ ДОКУМЕНТА
ДИРЕКТОР *Н.С. Артемова* С АРТЕМОВА

