

СОГЛАСОВАНО

Общим собранием работников
МАОУ – СОШ № 122
Протокол № 3 от 30.08.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ – СОШ

с углубленным изучением отдельных
предметов № 122

К.В. Терещенко

Приказ № 181 от 30.08.2021 г.



ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее - Положение) МАОУ СОШ с углубленным изучением отдельных предметов № 122 (далее - Учреждение) разработано на основании Федерального закона от 29 декабря 2012 года 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Санитарно-эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-200 (далее - СанПиН), нормативных правовых актов в сфере образовании, Устава Учреждения, настоящего Положения.

1.2. Положение определяет занятость обучающихся в Учреждении в период освоения образовательных программ (далее - образовательная программа).

1.3. Организация образовательной деятельности в Учреждении осуществляется в соответствии с образовательными программами и расписанием занятий, которые разрабатываются и утверждаются Учреждением самостоятельно на основе федерального государственного образовательного стандарта и федерального компонента государственного образовательного стандарта.

1.4. Сроки обучения устанавливаются в соответствии с нормативными сроками их освоения, определяемыми образовательной программой.

1.5. Образовательная деятельность организуется в соответствии с утверждёнными на текущий учебный год учебным планом, календарным учебным графиком, в соответствии с которыми образовательная организация составляет расписание занятий.

2. Режим учебного года

2.1. Учебный год для обучающихся по очной форме начинается 01 сентября и заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком.

2.2. Обучающимся предоставляются каникулы продолжительностью в течение учебного года - не менее 30 календарных дней, летом не менее 8 недель. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

3. Режим учебных занятий

3.1. В образовательной организации устанавливаются основные виды учебных занятий: урок, лекции, семинары, практические занятия, лабораторные занятия, консультации, самостоятельные работы, практика, выполнение контрольных работ и другие.

3.2. Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 40 минут. Занятия могут проводиться в форме пары - двух объединённых академических часов с перерывом между ними 10 минут согласно санитарных правил и норм.

3.3. Занятия обучающихся по очной форме обучения начинаются не ранее 08:00 и заканчиваются не позднее 19:00.

3.1. Для обучающихся очной формы обучения предусматриваются консультации в объёме не менее 40 минут на каждую учебную неделю, в том числе для лиц, обучающихся по индивидуальному учебному плану.

3.2. Обучающиеся могут пользоваться учебными кабинетами для самостоятельных занятий во внеурочное время с 08:00 до 19:00. При подготовке к конкурсу, при ликвидации академической задолженности в индивидуальном порядке, с разрешения администрации, время занятий может быть продлено до 19:30.

4. Требования к режиму образовательной деятельности

4.1. Количество учащихся в классе определяется исходя из расчёта соблюдения нормы площади на одного обучающегося, соблюдении требований к расстановке мебели в учебных помещениях, в том числе удалённости мест для занятий от светонесущей стены, требований к естественному и искусственному освещению.

4.2. При наличии необходимых условий и средств для обучения возможно деление классов по учебным предметам на группы.

4.3. Обучение детей, не достигших 6 лет 6 месяцев к началу учебного года, проводится в общеобразовательной организации с соблюдением всех гигиенических требований к условиям и организации образовательной деятельности для детей дошкольного возраста.

4.4. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объём нагрузки и максимальный объём аудиторной нагрузки на обучающихся:

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах)	максимально допустимый недельный объём нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)
	при 5-ти дневной неделе не более	независимо от продолжительности учебной недели, не более
1	21	10
2 - 4	23	10
5	29	10
6	30	10
7	32	10
8-9	33	10
10-11	34	10

Примечание:
* Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.
** Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

4.5. Часы, отведённые на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

4.6. Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.

5. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой аудиторной недельной нагрузки в течение дня составляет:

5.1. для обучающихся 1-х классов – не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю – 5 уроков, за счет урока физической культуры;

5.2. для обучающихся 2-4-х классов - не должен превышать 5 уроков и один раз в неделю – 6 уроков, за счет урока физической культуры;

5.3. для обучающихся 5-6-х классов - не более 6 уроков;

5.4. для обучающихся 7-11-х классов - не более 7 уроков.

6. Расписание уроков составляется отдельно для уроков и внеурочной деятельности. Внеурочную деятельность следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом внеурочной деятельности и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

6.4. Расписание уроков составляют с учётом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

6.5. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский язык, литературное чтение, иностранный язык, окружающий мир) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

6.6. Для обучающихся 1-х классов наиболее трудные предметы должны 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. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах, занятия в бассейне).

6.7. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4 уроках.

7. Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам должна составлять 60- 80 %.

8. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований: учебные занятия проводятся по 5 -дневной учебной неделе и только в первую смену; использование «ступенчатого» режима обучения 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; январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый). Рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут; обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся и домашних заданий; дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

9. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегчённый учебный день в четверг или пятницу.

10. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) -20-30 мин. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать 2 перемены по 20 минут каждая.

11. Перерыв между сменами составляет не менее 30 минут для проведения влажной уборки в помещениях и их проветривания, в случае неблагоприятной эпидемиологической ситуации для проведения дезинфекционной обработки перерыв увеличивают до 60 минут.

12. Использование в учебном процессе инновационных образовательных программ и технологий, расписаний занятий, режимов обучения возможно при отсутствии их неблагоприятного влияния на функциональное состояние и здоровье обучающихся.

13. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз.

14. Необходимо чередовать во время урока 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.

Расстояние от глаз до тетради или книги должно составлять не менее 25-35 см у обучающихся 1 - 4 классов и не менее 30 - 45 см - у обучающихся 5 - 11 классов.

15. Продолжительность непрерывного использования в образовательной деятельности технических средств обучения устанавливается:

Классы	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	Просмотр статистических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на экранах отраженного свечения	Работа на компьютере	Прослушивание аудиозаписи	Прослушивание аудиозаписи в наушниках
1-2	10	15	15	15	20	10
3-4	15	20	20	15	20	15
5-7	20	25	25	20	25	20
8-11	25	30	30	25	25	25

16. После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз (приложение 5 СанПиН), а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления (приложение 4 СанПиН).

17. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 1 - 2-х классов - не более 20 минут, для учащихся 3 - 4 классов - не более 25 минут, для учащихся 5 - 6 классов - не более 30 минут, для учащихся 7 - 11 классов - 35 минут.

18. Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках в 1 - 4 классах не должна превышать 5 минут, в 5 - 11 классах - 10 минут. Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках в 1 - 2 классах составляет не более 25 минут, 3 - 4 классах и старше - не более 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60-80%, физкультминутки, офтальмотренаж). С целью профилактики утомления обучающихся не допускается использование на одном уроке более двух видов электронных средств обучения. Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники должен соответствовать гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

19. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся рекомендуется проводить не менее 3-х учебных занятий физической культурой (в урочной и внеурочной форме) в неделю, предусмотренных в объеме общей недельной нагрузки. Заменять учебные занятия физической культурой другими предметами не допускается.

20. Для увеличения двигательной активности обучающихся рекомендуется в рабочие программы для обучающихся включать предметы двигательного характера (обучение традиционным и национальным спортивным играм).

21. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности может обеспечиваться за счёт:

физкультминуток в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений; организованных подвижных игр на переменах; спортивного часа для детей, посещающих группу по присмотру и уходу;

внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;

самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

22. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

23. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учётом 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 следует проводить с учётом заключения врача.

24. Обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки. Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

Проведение занятий физической культурой, в зависимости от температуры и скорости ветра:

Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
	Без ветра	При скорости ветра до 5 м/сек	При скорости ветра до 10 м/сек	При скорости ветра более 10 м/сек
До 12 лет	-9 °С	-6 °С	-3 °С	Занятия не проводятся
12-13 лет	-12 °С	-8 °С	-5 °С	
14-15 лет	-15 °С	-12 °С	-8 °С	
16-17 лет	-16 °С	-15 °С	-10 °С	

25. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах обязательно.

26. Активированный день - день, в который по погодным условиям возможно непосещение учебных занятий в организации учащимися по усмотрению родителей (законных представителей). Для признания активированными днями устанавливаются следующие температурные режимы:

Классы	Температура, при которой учащиеся могут не посещать организацию		
	Без ветра	При скорости ветра до 5 м/сек	При скорости ветра более 5/сек
1-4 классы	-29 °С	-27 °С	-25 °С

5-9 классы	-32 °С	-30 °С	-28 °С
10-11 классы	-36 °С	-34 °С	-32 °С

Температурные режимы определяются на основании данных, озвученных в средствах массовой информации (телевидение, радио),

27. На занятиях технологии, предусмотренных образовательной программой, следует чередовать различные по характеру задания. Не следует на уроке выполнять один вид деятельности на протяжении всего времени самостоятельной работы.

28. Не допускается привлекать обучающихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда, лиц моложе 18 лет, а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

29. 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 - 3,5 ч.

30. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1 - 2-х классов - более 1,5 кг, 3 - 4-х классов - более 2 кг, 5 - 6-х - более 2,5 кг, 7 - 8-х более 3,5 кг, 9 - 11-х - более 4,0 кг.

31. Организация питания обучающихся осуществляется в соответствии с графиком, утвержденным директором Учреждения. Учителя сопровождают обучающихся в столовую, присутствуют при приеме пищи обучающими и обеспечивают порядок в столовой.

32. Государственная (итоговая) аттестация в выпускных 9 и 11 классах проводится в соответствии с нормативно-правовыми документами Российской Федерации. Сроки проведения государственной (итоговой) аттестации обучающихся устанавливаются приказами Министерства образования и науки Российской Федерации.

33. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами Учреждения.

34. В случае введения на территории субъекта РФ ограничительных мер, связанных с эпидемиями различных заболеваний и другими обстоятельствами непреодолимой силы, повлекшими за собой временные изменения в режиме работы образовательных организаций, школой издается приказ «О режиме работы образовательной организации» на время введения ограничительных мер, который имеет заменяет данное положение.

Рассмотрено

на заседании Совета родителей
Протокол № 4 от 31.08.2021 г

на заседании Совета обучающихся
Протокол № 6 от т 31.08.2021 г

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575776

Владелец Терещенко Ксения Вагифовна

Действителен с 05.03.2021 по 05.03.2022