

ПРИНЯТО
На заседании педагогического совета
МОАУ «СОШ № 3»
Протокол №5
«18» мая 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОАУ «СОШ № 3»
Шадрина И.В.
Приказ № 114
«18» мая 2022 г

РАССМОТРЕНО
На заседании Совета родительской
общественности
МОАУ «СОШ № 3»
Протокол № 9
«18» мая 2022 г.

РАССМОТРЕНО
На заседании совета обучающихся
МОАУ «СОШ № 3»
Протокол № 9
«18» мая 2022 г.

ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ МОАУ «СОШ №3»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет режим занятий обучающихся муниципального общеобразовательного автономного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 3» (далее - Учреждение).

1.2. Настоящее Положение разработано на основе следующих документов:

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ;
- санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28
- Постановления Главного государственного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», раздел IV.

2. Режим образовательного процесса

2.1. Учебный год в Учреждении начинается, как правило, 1 сентября. Если 1 сентября 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 учебным планом соответствующей общеобразовательной программы Учреждения.

Учебный год составляют учебные периоды: четыре четверти для обучающихся 1-9 классов, 2 полугодия для обучающихся 10-11 классов.

При обучении по четвертям и полугодиям после каждого учебного периода следуют каникулы.

2.3. Продолжительность учебного года, каникул в течение учебного года устанавливается календарным учебным графиком, разрабатываемым и утверждаемым Учреждением самостоятельно в соответствии с примерным календарным учебным графиком.

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 на всех уровнях общего образования составляет не менее 34 учебных недель без учета государственной итоговой аттестации, в 1-х классах - 33 учебных недели.

2.6. Для профилактики переутомления обучающихся в календарном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул. В течение учебного года между четвертями и полугодиями для обучающихся устанавливаются каникулы продолжительностью не менее 7 календарных дней. Для обучающихся первых классов устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

2.7. С учетом потребностей обучающихся и их родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся учебные занятия в Учреждении на уровнях начального общего образования организуются в режиме 5-дневной учебной недели и основного общего образования организуются в режиме 6 - дневной учебной недели. Учебные занятия на уровне среднего общего образования организуются в режиме 6-дневной учебной недели. Для обучающихся первых классов устанавливается 5-дневная учебная неделя.

2.8. Учебные занятия в Учреждение организуются в первую смену. Зарядка в 8.20. Начало занятий - 8.30.

2.9. Продолжительность урока во всех классах составляет не более 45 минут, за исключением 1-ых. В 1 классе 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. Продолжительность групповых и индивидуальных занятий, занятий дополнительного образования составляет не более 45 минут.

2.10. Часы групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой в течение дня нагрузки.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий устанавливаются перемены по 20 минут каждая. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

2.12. Для обучающихся 1- 4-х классов, исходя из запросов их родителей (законных представителей), в Учреждение организуются группы продленного дня. Режим работы группы продленного дня ежегодно утверждается директором Учреждения. Работа групп продленного дня регламентируется Положением о группе продленного дня.

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

3. Объем недельной образовательной нагрузки

3.1. Недельная образовательная нагрузка обучающихся определяется Учреждением в соответствии с санитарными правилами СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и

оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28

3.2.Количество часов, отведенных на освоение обучающимися 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 32 часов в неделю (6-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 35 часов в неделю (6-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).

3.3.Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 раз в неделю - не более 5 уроков за счет урока физической культуры;

- для обучающихся 2 - 4-х классов - не более 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры при 6-дневной учебной неделе;

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

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

Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком организован перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

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 на уровне основного общего образования допускается деление класса на две группы, если его наполняемость составляет не менее 25 человек, а также 1-4 классов при изучении иностранного языка и информатики.

4.Расписание занятий

4.1.Последовательность учебных занятий определяется расписанием на основании учебного плана, в соответствии с санитарными правилами СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28

4.2.Расписание утверждается приказом директора Учреждения.

4.3.Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и групповых занятий. Между началом групповых занятий и последним уроком устраивается перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

4.4. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

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

4.7. Для обучающихся 1-х классов наиболее трудные предметы должны проводиться 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.

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

4.9. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в среду или в четверг.

4.10. При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение заканчивается не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не превышает 40 минут.

4.11. В середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.

4.12. Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком организовывается перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

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

4.14. 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.

4.15. 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 учащихся (пункт 2 статьи 37 Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

5. Режим работы объединений дополнительного образования

5.1. Режим работы объединений дополнительного образования определяется в соответствии с санитарными правилами СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28

5.2. Между занятиями по основным общеобразовательным программам и посещением объединений дополнительного образования в Учреждении устраивается перерыв продолжительностью для отдыха не менее 45 минут.

5.3. Окончание занятий в объединениях дополнительного образования в Учреждении должно быть не позднее 20.00 ч.

5.4. Занятия в объединениях дополнительного образования в Учреждении могут проводиться в любой рабочий день недели, включая каникулы.

5.5. 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.

5.6. Режим занятий объединений дополнительного образования устанавливается расписанием, утвержденным директором.