

**ПРИНЯТО**

общим собранием работников  
муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Средняя школа № 70»  
(Протокол от 08.09.2021 № 2)

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора  
муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Средняя школа № 70»  
от 08.09.2021г. № 378 -п

## **ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **I. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся муниципального бюджетного образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 70» (далее – Школа).

1.2. Настоящее Положение разработано на основании следующих документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением м главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28
- Санитарно-эпидемиологических требований к условиям организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ СанПиН 2.4.2.3286-15 »
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования"

### **II. Организация режима занятий обучающихся**

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

2.2. Учебный год заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей общеобразовательной программы Школы.

Учебный год составляют учебные периоды: четыре четверти.

При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы.

2.3. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, разрабатываемым и утверждаемым Школой 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 составляет не менее 34 учебных недель – во 2-8,10 классах, 33 учебные недели – в 1 классах и 9,11(без учета государственной итоговой аттестации).

2.6. Для профилактики переутомления обучающихся в календарном учебном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

В течение учебного года для обучающихся устанавливаются каникулы продолжительностью 30 календарных дней, летом – 92 дня.

Для обучающихся первых классов устанавливаются дополнительные недельные каникулы в феврале.

2.7. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательной деятельности, 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), не более 26 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);

- 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 32 часов в неделю (6-дневная учебная неделя), не более 29 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);

- 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 33 часов в неделю (6-дневная учебная неделя); не более 30 часов в неделю (5-дневная учебная неделя)

- 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 35 часов в неделю (6-дневная учебная неделя); не более 32 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);

- 8-9 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя); не более 33 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);

2.8. При проведении учебных занятий по «Иностранному языку» 2-11 классы), «Технологии» (5-11 классы), а также по «Информатике и ИКТ» (5-11 классы), «Физической культуре» (10-11 классы) осуществляется деление классов на две группы при наполняемости 25 и более человек<sup>1</sup>.

При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью.

2.8. С учетом потребностей обучающихся и их родителей (законных представителей) учебные занятия во 2-9 классах Школы организуются в режиме пяти- или шестидневной учебной недели.

Для обучающихся первых классов устанавливается 5-дневная учебная неделя.

Учебные занятия в 10-11 классах, а также в 2-9 классах для детей с ограниченными возможностями здоровья организуются в режиме шестидневной учебной недели.

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

2.10. Продолжительность уроков во 2-11 классах составляет 45 мин, в классах для детей с ограниченными возможностями здоровья - 40 минут, продолжительность уроков в 1-ых классах регламентируется пунктом 2.12 Положения.

Продолжительность факультативов, групповых и индивидуальных занятий, занятий дополнительного образования – 45 (40) минут.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет 10-20 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий после второго и третьего уроков устанавливаются две перемены по 20 минут каждая.

2.12. В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям Школы в 1-х классах используется “ступенчатый” режим обучения в первом полугодии: в сентябре, октябре проводятся 3 урока по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь-май – по 4 урока по 40 минут каждый; один день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры.

В середине учебного дня предусмотрено проведение динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут.

2.13. 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 день в неделю - не более 5 уроков за счет урока физической культуры;

- для обучающихся 2 - 4-х классов - не более 5 уроков,

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

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

2.14. Расписание уроков утверждается директором Школы.

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

<sup>1</sup> Приказ Министерства образования Российской Федерации от 09.03.2004г. № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования (с изменениями на 01.02.2012 года)

2.15. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в четверг, пятницу или субботу.

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

2.17. Во время урока чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся 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.

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

- физкультминуток;
- общей физической подготовки для детей, посещающих группу продленного дня;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

2.19. 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.

2.20. Организация факультативных, групповых, индивидуальных занятий, работа объединений дополнительного образования осуществляется с учетом обязательного перерыва и начинается спустя не менее 45 минут после окончания последнего урока.

Расписание факультативных, групповых, индивидуальных занятий, кружков, секций, объединений дополнительного образования утверждается директором Школы.

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

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

Режим работы группы продленного дня ежегодно утверждается директором Школы.

Работа групп продленного дня регламентируется Положением о группе продленного дня Школы.

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

*Положения принято с учетом мнения Совета обучающихся (протокол от \_\_\_\_\_ №\_\_); Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся Школы (протокол от \_\_\_\_\_ №\_\_\_\_) и профсоюзного комитета МБОУ СШ № 70 (протокол от 06.09.2021 № 2)*

Пронумеровано, прошито и  
скреплено печатью на 3



*Мек*

*Мекетов Суф*

листах

*Львівщина*