

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ-СОШ № 8

К.Г. Пономаренко

приказ №294 от 30.08.2023

**Положение**  
**о режиме занятий обучающихся в муниципальном бюджетном**  
**общеобразовательном учреждении средней общеобразовательной школы №8**

**1. Общие положения**

Настоящий Режим занятий учащихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 8 (далее – Режим) регламентирует в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении средней общеобразовательной школы № 8 муниципального образования (далее -Школа) организацию обучения по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования и дополнительным общеразвивающим программам.

Настоящий Режим разработан в соответствии со следующими нормативными правовыми актами:

-Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;

-СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;

-Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115.

**2. Режим занятий учащихся**

2.1. Недельная образовательная нагрузка (количество учебных занятий) учащихся, реализуемая через урочную и внеурочную деятельность, составляет:  
При 5-дневной учебной неделе:

Классы	Учебная нагрузка	Внеурочная деятельность
1	21	до 10 часов
2-4	23	до 10 часов
5	29	до 10 часов
6	30	до 10 часов
7	32	до 10 часов

При 6-тидневной учебной неделе:

Классы	Учебная нагрузка	Внеурочная деятельность
8	36	до 10 часов
9	36	до 10 часов
10	37	до 10 часов
11	37	до 10 часов

2.2. Учебная нагрузка закрепляется расписанием учебных занятий на учебный год, которое утверждается Школой.

2.3. Учебный год в Школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если этот день приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.4. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного и среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х и 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.5. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

2.6. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

2.7. Для обучающихся первых классов устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы (7 календарных дней).

2.8. Начало летних каникул определяется в соответствии с календарным учебным графиком Школы и расписанием экзаменов государственной итоговой аттестации.

2.9. Промежуточная аттестация в переводных в 1 – 8, 10 классах проводится с 15 апреля по 20 мая без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением педагогического совета Школы.

2.10. Сроки проведения государственной итоговой аттестации учащихся устанавливаются приказами Министерства образования и науки Российской Федерации.

2.11. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике.

2.12. Сроки проведения торжественных мероприятий, посвященных окончанию учебного года – 21-25 мая (в соответствии с распоряжением министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края).

2.13. Режим работы Школы – пятидневная учебная неделя с двумя выходными днями для учащихся 1-7 классов, шестидневная учебная неделя с одним выходным днем для учащихся 8-11 классов

2.14. Учебные занятия проводятся в одну смену:

1 смена (1 классы)		1смена
1 полугодие	2 полугодие	2-11 классы
1 урок 8.00 - 8.35	1 урок 8.00 - 8.40	1 урок 8.00 - 8.40
2 урок 8.55 - 9.30	2 урок 9.00 - 9.40	2 урок 8.50 - 9.30
Динамическая пауза 9.30-10.10	Динамическая пауза 9.40-10.20	3 урок 9.40 – 10.20
3 урок 10.30-11.05	3 урок 10.40 - 11.20	4 урок 10.40 - 11.20
4 урок 11.15-11.50	4 урок 11.30 - 12.10	5 урок 11.40 - 12.20
	5 урок 12.20 - 13.00	6 урок 12.40 - 13.20
		7 урок 13.30 – 14.10

2.15. Во второй половине дня проводятся занятия внеурочной деятельности, в кружках и секциях дополнительного образования.

2.16. Для обучающихся 1 классов количество уроков в день составляет не более 4 и один день в неделю не более 5 уроков за счёт урока физической культуры, для обучающихся 2-4 классов - не более 4 уроков и три раза в неделю 5 уроков, для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков в день, и не более 7 уроков в день для обучающихся 7-11 классов при 5-дневной учебной неделе.

2.17. Проведение нулевых уроков не допускается. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.18. Продолжительность урока во 2-11 классах 40 минут. Продолжительность урока в 1 классах: 35 мин в сентябре-декабре; 40 мин. в январе – мае. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением дополнительных требований: учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену; использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии; в середине учебного дня организовывается динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

2.19. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности учащихся в течение недели устанавливается облегчённый учебный день (четверг или пятница).

2.20. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены для питания (после третьего и четвертого уроков) - 20 минут каждая.

2.21. Перерыв между учебными занятиями и занятиями внеурочной деятельности составляет не менее 30 минут для проведения влажной уборки в помещениях и их проветривания.

2.22. Объём домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3 классах - не более 1,5 часа, в 4-5 классах - не более 2 часов, в 6-8 классах - не более 2,5 часов, в 9-11 классах – не более 3,5 часов.

2.23. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся в 1 –9 классах на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

2.24. Во время урока осуществляется чередование различных видов учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности учащихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 - 4 классах не превышает 7 - 10 минут, в 5 - классах - 10 - 15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги составляет не менее 25 - 35 см у учащихся 1-4 классов и не менее 30 - 45см – учащихся

5-11 классов.

2.25. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения:

Класс	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	просмотр телепередач	просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	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

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

2.26. Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники соответствует гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

2.27. Двигательная активность учащихся, помимо уроков физической культуры, обеспечивается за счет: физкультурминуток; организованных подвижных игр на переменах; внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья; самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

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

Распределение учащихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит медицинский работник с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С учащимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

2.29. При благоприятных метеоусловиях уроки физической культуры проводятся на открытом воздухе. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

2.30. Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%.

2.31. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристических походах учащихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях обязательно.

2.32. Для организации занятий на дому на основании приказа Школы определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с учащимся.

2.33. О графике занятий классный руководитель своевременно уведомляет родителей (законных представителей) обучающегося. Информация о проведенных занятиях регистрируется в электронном журнале. Родители (законные представители) обязаны создать условия для проведения занятий с учащимися на дому.

2.34. В Школе организуется горячее питание учащихся. Для обучающихся организовано питание один раз в день (завтрак), а также двухразовое питание для обучающихся с ОВЗ и детей инвалидов.

2.35. Питание в школьной столовой осуществляется в соответствии с графиком посещения столовой, утвержденным Школой.

2.36. В Школе организуется медицинское обслуживание учащихся.

2.37. Медицинские осмотры учащихся проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

2.38. Учащиеся допускаются к занятиям после перенесенного заболевания только при наличии справки врача-педиатра.

2.39. Классным руководителем оформляется лист здоровья, в который для каждого учащегося вносятся сведения об антропометрических данных, группе здоровья, группе занятий физической культурой, состоянии здоровья рекомендуемом размере учебной мебели, а также медицинские рекомендации.

2.40. Все помещения Школы подлежат ежедневной влажной уборке с применением моющих средств.

2.41. Туалеты, зал для приёма пищи, вестибюли, рекреации подлежат влажной уборке после каждой перемены.

2.42. Уборку учебных и вспомогательных помещений проводят после окончания уроков, в отсутствие учащихся, при открытых окнах или фрамугах.

2.43. Дезинфицирующие растворы для мытья полов готовят перед непосредственным применением в туалетных комнатах в отсутствие учащихся.

2.44. Дезинфицирующие и моющие средства хранят в упаковке производителя, в соответствии с инструкцией, и в местах, недоступных для учащихся.

2.45. С целью предупреждения распространения инфекции при неблагоприятной эпидемиологической ситуации в Школе проводят дополнительные противоэпидемические мероприятия, по предписаниям органов, уполномоченных осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор.

2.46. Не реже одного раза в месяц во всех видах помещений Школы проводится генеральная уборка.

2.47. При выходе учащихся за пределы здания Школы (экскурсии, соревнования, городские мероприятия и другое) проводится инструктаж о правилах безопасного поведения. Факт проведения инструктажа фиксируется в специальном журнале.

### **3. Особенности режима занятий с применением электронной системы обучения**

3.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы

продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

3.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

3.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

3.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

#### **4. Режим внеурочной деятельности**

4.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

4.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

4.3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.