

Рассмотрено и принято на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 8 от 30.08.2018г.  
Согласовано на заседании  
Совета школы  
Протокол № 3 от 31.08.2018

Введено в действие с 01.09.2018г.  
приказом директора  
от 31.08.2018г. № 135

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

### **о режиме занятий обучающихся в МБОУ СОШ № 12**

#### **I. Общие положения**

Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями), требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10», утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 (с изменениями), с требованиями СанПин 2.4.2.3286-15, утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 10.06.2015 г. № 26, приказом Министерства образования и науки России от 30.08.2013 г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (с изменениями), Уставом МБОУ СОШ № 12.

#### **II. Режим образовательного процесса**

Режим занятий, учебная нагрузка, организация образовательного процесса в МБОУ СОШ № 12 строится на основе учебного плана, годового календарного учебного графика и расписания занятий, а также в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях.

1. Учебный год в МБОУ СОШ № 12 начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной

день, то в этом случае учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2. Учебный год в МБОУ СОШ № 12 составляют учебные периоды: с 1 по 11 классы – *триместры*, каждый триместр состоит из двух периодов, разделенных каникулами.

3. После каждого учебного периода следуют каникулы.

4. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – 92 календарных дня. Сроки и продолжительность каникул в каждом учебном году определяются годовым календарным учебным графиком.

5. Продолжительность учебной недели для классов НОО и классов для детей с ОВЗ- 5 дней, для классов ООО и СОО- 6 дней.

6. Учебные занятия начинаются с 8 часов 30 минут. Время продолжительности одного занятия (урока) – 40 мин.

7. Перед началом урока и по его окончании подается звонок. Расписание звонков ежегодно утверждается приказом директора МБОУ СОШ №12.

8. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 3-го и 4-го уроков) – 20 минут.

9. Организация обучения по индивидуальному учебному плану на дому осуществляется в Порядке, установленном соответствующим Положением.

10. В соответствии с ФГОС для обучающихся организуется внеурочная деятельность.

11. Занятия проходят в одну смену.

12. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

Для обучающихся 1-х классов устанавливается «ступенчатый» режим занятий:

В 1 классах учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе в первую смену. В первом полугодии используется "ступенчатый" режим обучения. В первом периоде первого триместра – 3 урока по 35 минут каждый. В середине учебного дня – динамическая пауза длительностью 40 минут. 1 час физкультуры в неделю. Допустимая нагрузка – 16 часов в неделю.

Со второго периода первого триместра добавляется второй час физкультуры, 1 час технологии, 1 час русского языка и второй час окружающего мира. Допустимая нагрузка – 20 часов в неделю.

Во втором и третьем триместре – по 4 урока ежедневно, один день в неделю – 5 уроков, в середине учебного дня динамическая пауза длительностью 40 минут. Добавляется третий час физкультуры. Допустимая нагрузка – 21 час в неделю.

Для обучающихся 1-х классов устанавливаются дополнительные недельные каникулы.

13. Учебный год продлевается для юношей 10-х классов, проходящих подготовку по основам военной службы, на время ежегодных 5-дневных сборов.

14. Занятия по программам дополнительного образования организуются с 15.00, для обучающихся 1-х классов – с 13.00 .

15. Продолжительность занятий по программам дополнительного образования зависит от модели организации занятий и определяется образовательной программой.

**16. Требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся**

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах)*		Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)**
	при 6-ти дневной неделе, не более	при 5-ти дневной неделе, не более	Независимо от продолжительности учебной недели, не более
1	-	21	10
2 – 4	26	23	10
5	32	29	10
6	33	30	10
7	35	32	10
8 – 9	36	33	10
10 – 11	37	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.

17. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации

образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

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

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

- для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков;
- 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.

19. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для обучающихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;
- для обучающихся 8 - 11 классов - не более 8 уроков.

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

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, природоведение, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

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).

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

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

21. В классах компенсирующего обучения количество обучающихся не должно превышать 20 человек. Продолжительность уроков не должна превышать 40 минут. Коррекционно-развивающие занятия включаются в объем максимально

допустимой недельной нагрузки, установленной для обучающегося каждого возраста.

22. Независимо от продолжительности учебной недели число уроков в день не должно быть более 5 в начальных классах (кроме первого класса) и более 6 уроков - в 5 - 11-х классах.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности организуют облегченный учебный день - четверг или пятница.

### 23. Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на уроках

Классы	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на 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

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.

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.

24. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать 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 следует проводить с учетом заключения врача.

Обучающиеся, отнесенные 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.

## 25. Рекомендации по проведению 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 6 - 10 м/сек	при скорости ветра более 10 м/сек
до 12 лет	-9°C	-6°C	-3°C	Занятия не проводятся
12 - 13 лет	- 12°C	-8°C	-5°C	
14 - 15 лет	-15°C	- 12°C	-8°C	
16 - 17 лет	-16°C	-15°C	-10°C	

26. 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.

### 26. Активированные дни, введение карантина

В связи с погодными условиями (при низких температурах), а также с эпидемией заболеваний простудными инфекциями, превышением эпидемиологического порога по школе, городу приказом директора МБОУ СОШ № 12 (на основании приказа Управления образования) могут быть отменены занятия в школе, объявлен карантин в отдельном классе, школе.

#### Активированные дни в регионах Урала

1-4 классы- температура воздуха – 30, скорость ветра менее 2м/сек.

1-9 классы- температура воздуха – 32, скорость ветра менее 2м/сек.

Во всех классах- температура воздуха – 40, скорость ветра менее 2м/сек.

Обучающиеся получают задание на дом через систему электронного журнала «Сетевой город».

### **27. Уважительные причины непосещения школы обучающимися**

Уважительными причинами непосещения учебных занятий являются следующие причины:

-по состоянию здоровья обучающегося (с предъявлением документа из медицинской организации-справки);

-по вызову органов государственной власти (с предъявлением повестки о дате и времени вызова);

- по семейным обстоятельствам (заявление родителей (законных представителей).

На основании заявления издается распорядительный акт (приказ директора МБОУ СОШ № 12);

- справка-вызов на соревнования различного уровня от организации, где занимается обучающийся, в том числе прилагается заявление родителей (законных представителей) ребенка. На основании этих документов издается распорядительный акт (приказ директора МБОУ СОШ № 12).