

## **Положение о режиме занятий учащихся МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 3»**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 3» (далее – школа) разработан в соответствии с:

- 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,
- Приказа Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»,
- Приказа Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

1.4. Ежегодно вносятся изменения в основные образовательные программы в части организационного раздела, утверждается календарный учебный график на учебный год. Календарный учебный график отражает сроки начала и окончания учебных периодов, даты начала и окончания каникул, продолжительность учебной недели, продолжительность урока, время начала и окончания уроков, сроки проведения промежуточной аттестации.

### **2. Учебный год**

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

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

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: в 1-9 классах – четверти, в 10-11 классах – полугодия. Количество четвертей в учебном году – 4, количество полугодий – 2.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются учащимся 1-го класса в середине третьей четверти. Сроки дополнительных каникул для учащихся 1 класса устанавливаются приказом по школе.

### 3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе. В субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков – 8.00.

3.4. После каждого урока учащимся предоставляется перемена.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь – декабрь	Перемена (мин)	Январь – март	Перемена (мин)
1	8:00-8:35	10	8:00- 8:40	10
2	8:45-9:20	20	8:50-9:30	20
3	9:40-10:15	10	9:50-10:30	10
4	10:25 - 11:00		10:40 - 11:20	

3.6. Расписание звонков для 2-11 классов:

Урок		Перемена (мин)
1	8.00-8.40	10
2	8.5-9.30	20
3	9.50-10.30	20
4	10.50-11.30	20
5	11.50-12.30	10
6	12.40-13.20	10
7	13.30-14.10	

3.7. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – шести;
- 7 – 11-х классах – семи.

#### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в четверг или в пятницу.

4.2. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО).

4.3. При использовании на занятии ЭСО 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, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.

Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

4.4. Школа обеспечивает вариативность содержания программы, имеет право формировать программы разного уровня и направленности с учетом потребностей и способностей школьников.

4.5. Образовательная деятельность может быть организована при помощи деления на группы, при этом учебный процесс в группах можно строить по-разному: с учётом успеваемости, образовательных потребностей, интересов и целей.

#### **1. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

1.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

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

5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.5. 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.

5.6. Доступ к информационно-образовательной среде предоставляется каждому ученику, родителю или законному представителю ученика до 18 лет, обучающихся по обновлённым ФГОС.

5.7. При использовании школьниками дистанционных технологий предусматривается обеспечение индивидуальным авторизованным доступом ко всем ресурсам как на территории ОО, так и за её пределами.

## **2. Режим внеурочной деятельности**

2.1. 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.

2.2. Режим реализации программ внеурочной деятельности устанавливается расписанием занятий внеурочной деятельности, утверждённым директором школы.

2.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и календарными планами воспитательной работы.

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

## **3. Режим занятий дополнительным образованием**

3.1. Расписание занятий дополнительным образованием детей составляется с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе учащихся в МОУ «СОШ№3», и поэтому обеспечивается соблюдение гигиенических требований.

3.2. Занятия детей дополнительным образованием могут проводиться в любой день недели, включая воскресенье и каникулы.

3.3. Посещение ребенком занятий более чем в 2 объединениях не рекомендуется. Кратность посещения занятий не более двух раз в неделю.

3.4. Занятия для несовершеннолетних обучающихся начинаются не ранее 15.00. Окончание занятий - не позднее 20.00.

3.5. Между занятиями обязательной учебной работой и занятиями дополнительным образованием детей должен быть перерыв для отдыха не менее часа.

3.6. Занятия с использованием компьютерной техники проводят в соответствии с гигиеническими требованиями.