

Принято  
Педагогическим советом МБОУ  
«Суловская СОШ»  
Протокол № 1 от 31.08.2024  
Согласовано  
Управляющим советом  
МБОУ «Суловская СОШ»  
Протокол № 1 от 30.08.2024  
Согласовано  
Ученическим советом  
МБОУ «Суловская СОШ»  
Протокол № 1 от 30.08.2024

Утверждено  
Приказом МБОУ «Суловская СОШ»  
от 31.08.2024 № 138

**Режим занятий учащихся  
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Суловская средняя общеобразовательная школа»**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии Федеральным законом от 29.12.2012г. ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования», санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 г. №16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию, и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения коронавирусной инфекции (COVID-19)», иными федеральными законами и подзаконными актами, Уставом МБОУ «Суловская СОШ» (далее - школы).

1.2. Настоящее положение регламентирует организацию образовательной деятельности, функционирования школы в штатном режиме и в период форс-мажорных условий (ограничительные мероприятия в период профилактики пандемии и т.п.), каникул, летнего отдыха и оздоровления учащихся, а также график занятий.

1.3. Настоящее положение является локальным нормативным актом, принимается с учетом мнения Управляющего совета и ученическим советом школы. После принятия новой редакции Положения, предыдущая редакция утрачивает силу.

1.4. Организация образовательной деятельности в МБОУ «Суловская СОШ» регламентируется Уставом, учебными планами по уровням общего образования, календарным учебным графиком, годовым планом работы школы по направлениям деятельности учащихся и педагогов, расписанием уроков, учебных курсов, занятий внеурочной деятельности, планом воспитательной работы, настоящим Положением.

**2. Режим образовательной деятельности**

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей общеобразовательной программы. Если этот день приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день. Продолжительность учебного года в 1-ом классе – 33 недели, в последующих - не менее 34 недель, без учёта государственной итоговой аттестации (2-8 классы – 34 учебные недели, 9, 11классы – 34 учебные недели (без учета государственной итоговой аттестации), 10 класс – 34 учебные недели (35 неделя – учебные сборы юношей по основам военной службы 5 дней, 35 часов).

Учебный год на уровнях начального и основного общего образования делится на четыре четверти, на уровне среднего общего образования – на два полугодия.

С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном плане учащихся предусмотрено чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Продолжительность каникул устанавливается в течение учебного года не менее 30 календарных дней в течение учебного

года, летом не менее 8 недель. Для учащихся первых классов в середине третьей четверти устанавливаются дополнительные недельные каникулы. Сроки начала и окончания каникул определяются Учреждением самостоятельно и утверждаются календарным учебным графиком.

## 2.2. Режим работы Учреждения:

- 1-4 классы – пятидневная учебная неделя в одну смену с выходными днями - суббота, воскресенье;

- 5-11 классы шестидневная учебная неделя в одну смену с выходным днём - воскресенье.

## 2.3. Режим занятий учащихся, в том числе продолжительность уроков, образовательная недельная нагрузка, расписание уроков организуется Учреждением с соблюдением установленных санитарных норм и правил:

а) Занятия начинаются в 8.45 ч, продолжительность урока во 2-11-х классах - 45 минут, перемены между уроками - две по 20 минут, остальные - по 10 минут, для учащихся 1 классов в период с 01.09 по 31.12 – две перемены по 30 минут. Перемены проводятся при соблюдении графика проветривания, организации двигательного-активных видов деятельности учащихся на спортплощадке Учреждения (в теплое время года), в спортивном зале, в рекреациях.

Для учащихся в 1-х классах используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре – декабре – по 4 урока по 35 минут каждый; в январе – мае – по 4 урока по 40 минут каждый. Объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня для учащихся 1-х классов не превышает 4 уроков). Организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью 40 минут.

б) Занятия курсов через 20 минут после окончания последнего урока, а внеурочной деятельности и занятия по программам дополнительного образования, планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков и организуется не менее через 30 минут после окончания последнего урока. Продолжительность занятий внеурочной деятельности в 1- 2 классах по 25 минут в каждом классе, в 3-4 классах по 45 минут в каждом классе; продолжительность курсов, элективных курсов по 45 минут.

в) Все мероприятия для учащихся на уровне начального общего образования проводятся не позднее 18 часов, для учащихся на уровне основного и среднего общего образования - не позднее 20 часов. Продолжительность мероприятий соответственно 1 час, 1,5 часа.

г) Объем недельной образовательной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную и внеурочную деятельность, определяется с соблюдением установленных санитарных норм и правил:

- в 1 классах использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии - 1 четверть (сентябрь, октябрь) по 3 урока в день по 35 минут каждый; 2 четверть (ноябрь, декабрь) по 4 урока по 35 минут каждый; продолжительность урока – 2 полугодие (3-4 четверть: январь-май) по 4 урока по 40 минут каждый;

- в середине учебного дня организуется динамическая пауза не менее 40 минут;

- общий объем нагрузки для учащихся 1-х классов – не более 4 уроков;

- со 2 по 11 классы продолжительность урока 40 минут;

- обучение проводится без бального оценивания знаний и домашних заданий;

- во 2-4-х классах общий объем нагрузки – не более 5 уроков;

- в 5-6-х классах общий объем нагрузки учащихся - не более 6 уроков;

- в 7-11 классах общий объем нагрузки учащихся - не более 7 уроков;

- продолжительность занятий по внеурочной деятельности 1-2 классы по 25 минут, 3-4 классы по 40 минут, 5-9 классы по 40 минут, 10-11 классы по 40 минут;

- продолжительность курсов части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, по 40 минут;

- между началом курсов и последним уроком перерыв продолжительностью не менее 20 минут;

- между началом занятий внеурочной деятельности и последним уроком перерыв продолжительностью не менее 30 минут;

- продолжительность уроков в режиме электронного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий (онлайн-уроки): общее время работы учащегося за компьютером не должно превышать нормы за урок: в 1-4-м классе 15 минут, 5- 7-м классе 20 минут, 8-9-м классе 25 минут, 10-11-м классе 30 минут.

## 2.4. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности учащихся в середине учебной недели устанавливается облегченный

учебный день. Учебная нагрузка учащихся Учреждения не превышает нормы, определяемой требованиями СанПиН к организации учебной деятельности:

1 классы – 21ч

2-4 классы – 23ч

5 классы – 32ч

6 классы – 33ч

7 классы – 35ч

8-9 классы – 36ч

10-11 классы – 37ч

2.5. 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 часа, в 4-5 классах - 2 часа, в 6-8 классах - 2,5 часа, в 9-11 классах - до 3,5 часов.

В 1 классе обучение проводится без балльного оценивания знаний учащихся и без домашних заданий.

2.6. Учебный год в Учреждении в 1-9 классах делится на четверти, в 10-11-х классах – на полугодия. По окончании учебной четверти, полугодия во 2-11х классах выставляются оценки успеваемости за освоение учебных предметов.

В конце учебного года выставляются годовые оценки на основании оценок, полученных учащимся за учебную четверть во 2-9 классах, полугодие - в 10-11 классах.

Годовые и итоговые отметки по учебным предметам учебного плана учащимся выставляются не позднее последнего учебного дня, который определен календарным учебным графиком текущего учебного года.

2.7. Знания учащихся 2-11 классов оцениваются по пятибалльной системе оценок (минимальный балл - 1; максимальный балл - 5). В 1х классах обучение проводится без балльного оценивания знаний учащихся и домашних заданий, во 2-11х классах по общеобразовательным программам учебных курсов (в части учебного плана Учреждения, формируемой участниками образовательных отношений) обучение проводится без балльного оценивания знаний учащихся и домашних заданий. При обучении основам религиозных культур и светской этики проводится безотметочное оценивание по зачетной системе с последующим внесением записи «зачет»/«незачет».

2.8. При реализации утвержденных рабочих программ учебных предметов, курсов общеобразовательной программы объем домашних заданий (по всем учебным предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2 - 3 классах - 1,5 часа, в 4 - 5 классах - 2 часа, в 6 - 8 классах - 2,5 часа, в 9 -11 классах - до 3,5 часа.

2.9. Освоение общеобразовательной программы, в том числе отдельной части или всего объема учебного предмета, курса общеобразовательной программы, сопровождается текущим контролем успеваемости и промежуточной аттестацией учащихся. Формы, периодичность и порядок проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся определяются локальным нормативным актом Учреждения.

2.10. Освоение учащимися основных образовательных программ основного общего и среднего общего образования завершается итоговой аттестацией, которая является обязательной.

2.11. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся в 1 – 11 классах на уроках проводятся физкультминутки, гимнастика для глаз, дыхательная гимнастика.

2.12. 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 - 11 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 – у учащихся 5-11 классов.

2.13. Продолжительность непрерывного использования в образовательной деятельности технических средств обучения в определяемой требованиями СанПиН к организации учебной деятельности.

2.14. 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.

2.15. Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной

техники соответствует гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

2.16. Двигательная активность учащихся, помимо уроков физической культуры, обеспечивается за счет:

- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в спортивных секциях.

2.17. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях, 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.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной или специальной группе, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

2.18. При благоприятных метеоусловиях уроки физической культуры проводятся на открытом воздухе. Занятия физической культурой на открытом воздухе в зимний период года проводятся в соответствии с рекомендациями СанПиН в зависимости от температуры и скорости ветра.

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в спортивном зале.

2.19. Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%. К участию в соревнованиях и туристических походах учащихся допускают с разрешения врача-педиатра участковой больницы.

2.18. Все работы в кабинете технологии учащиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, используются защитные очки.

2.20. Не допускается привлекать учащихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе 18-ти лет, а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

2.21. Для организации занятий индивидуального обучения на дому на основании приказа Учреждения определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с учащимся.

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

2.23. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1 - 2-х классов - более 1,5 кг, 3 - 4-х классов - более 2 кг, - 5 - 6-х - более 2,5 кг, 7 - 8-х - более 3,5 кг, 9 - 11-х - более 4,0 кг.

2.24. В Учреждении организовано 2-х разовое питание (завтрак, обед) для учащихся льготных категорий, для классов, реализующих требования федеральных государственных образовательных стандартов, для остальных учащихся один раз в день (обед).

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

2.25. Медицинское обслуживание учащихся в Учреждении обеспечивается ГБУЗ «Мариинская городская больница имени В.М.Богониса» Суловская участковая больница», которые наряду с администрацией Учреждения и педагогическим персоналом несет ответственность за проведение лечебно-профилактических мероприятий, соблюдение санитарно-гигиенических норм в Учреждении, режима и качества питания учащихся. Учреждение осуществляет организацию охраны здоровья учащихся при реализации образовательных программ в порядке, установленном законодательством Российской Федерации. Учащиеся допускаются к занятиям после перенесенного заболевания только при наличии справки врача-педиатра.

2.26. Время проведения экскурсий, походов, выходов с учащимися на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы Учреждения разрешается только после издания соответствующего приказа директора и проведения инструктажа с оформлением в журнале регистрации инструктажей. Ответственность за жизнь и здоровье учащихся несёт педагог, назначенный приказом директора Учреждения. При выходе учащихся за пределы здания Учреждения (экскурсии, соревнования, районные мероприятия и другое) проводится инструктаж о правилах безопасного поведения. Факт проведения инструктажа фиксируется в специальном журнале.

2.27. На уроках физической культуры, технологии, информатики, химии, физики проводятся инструктажи по охране труда. Факт проведения инструктажа фиксируется в журнале установленной формы.

2.28. Учреждение обеспечивает условия для организации питания в соответствии с утверждённым графиком. Расписание занятий предусматривает перерывы достаточной продолжительности для питания учащихся. Питание в Учреждении осуществляется в школьной столовой.

2.29. Во избежание несчастных случаев, связанных с пребыванием учащихся на открытом воздухе при низких температурах воздуха считать активированным учебный день при температуре воздуха:

для учащихся 1-4 классов - 27 ° С и ниже,

для учащихся 1-6 классов - 30 ° С и ниже,

для учащихся 1-8 классов - 32 ° С и ниже,

для учащихся 1-11 классов - 36 ° С и ниже.

Решение о возможности непосещения учащимся Учреждения в активированный день принимают их родители (законные представители). В случае прихода учащегося в Учреждение в активированный день учебные занятия посещаются им согласно расписанию.

2.30. В период летних каникул согласно распоряжению органов местного самоуправления в Учреждении может быть организован оздоровительный лагерь с дневным пребыванием.

### **3. Заключительные положения**

3.1. Настоящее Положение о режиме занятий учащихся является локальным нормативным актом Учреждения, принимается на педагогическом совете и утверждается (вводится в действие) приказом директора Учреждения.

3.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.

3.3. Положение о режиме занятий учащихся принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.3.1. настоящего Положения.

3.4. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.