ПРИНЯТО
решением педагогического совета
МБОУ СОШ №18 г. Пензы
Протокол № 5 от 30.08.2022 г.
Председатель _____ Л.Ф. Жистина

УТВЕРЖДЕНО
приказом от 31.08.2022 г. № 108
И.о. директора МБОУ СОШ №18 г. Пензы
_____ Л.Ф. Жистина

ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий обучающихся

Пенза, 2022

1. Общие положения

1.1. Настоящее **Положение о режиме занятий обучающихся** (далее – Положение) в МБОУ СОШ № 18 г. Пензы (далее – Школа) разработано в соответствии со следующими документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими дополнениями и изменениями);
- Приказом Минпросвещения России 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»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;
- СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.202 г. №2;
- Уставом Школы;
- общеобразовательными программами начального общего образования (далее – ООП НОО), основного общего образования (далее – ООП ООО), среднего общего образования (далее – ОПП СОО).

1.2. Положение регламентирует режим организации образовательного процесса и внеурочной деятельности обучающихся.

1.3. Режим занятий регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком, планом внеурочной деятельности, расписанием учебных занятий, курсов по выбору и элективных учебных предметов, учебных курсов внеурочной деятельности, расписанием звонков.

1.4. Режим занятий обучающихся действует в течение учебного года. Изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора Школы.

1.5. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми сотрудниками Школы, обучающимися и их родителями (законными представителями).

2. Режим организации образовательного процесса

2.1. Образовательный процесс в Школе осуществляется на основе учебного плана, календарного учебного графика и регламентируется расписанием занятий, разрабатываемых Школой самостоятельно и утверждаемых ежегодно приказом директора Школы.

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

В праздничные и выходные дни Школа не работает.

2.3.Продолжительность учебного года составляет:

- при получении начального общего образования – 34 недели, в 1 классе — 33 недели;
- при получении основного общегообразования – 34 недели, в 9 классе — 33 недели;
- при получении среднего общего образования – 34 недели, в 11 классе — 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти и полугодия. Количество четвертей в течение учебного года для обучающихся 1 – 9 классов – четыре. Количество полугодий в течение учебного года для обучающихся 10 – 11 классов - два.

2.5. После каждого учебного периода следуют каникулы.

Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом — не менее 8 недель. Для обучающихся в 1 классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

На период каникул приказом директора устанавливается особый режим работы Школы.

2.6. Обучение в Школе ведется в одну смену:

- в 1 – 9 классах по пятидневной учебной неделе;
- в 10 – 11 классах по шестидневной учебной неделе.

2.7. Учебные занятия в Школе начинаются в 8 часов 00 минут.

2.8. Продолжительность учебных занятий:

- во 2 – 11 классах составляет 40 минут;
- в 1 классах в соответствии с требованиями СанПиН применяется «ступенчатый» режим обучения:
    - сентябрь, октябрь – 3 урока по 35 минут каждый;
    - ноябрь, декабрь – 4 урока по 35 минут каждый;
    - январь – май – по 4 урока по 40 минут каждый,

в середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

2.9. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не превышает в совокупности величину максимально допустимой недельной нагрузки

Классы	5-дневная учебная неделя, не более	6-дневная учебная неделя, не более
1	21	
2 - 4	23	
5	29	
6	30	
7	32	
8 - 9	33	
10 - 11		37

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

Образовательная недельная нагрузка обучающихся равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- 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 классов – не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

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

2.11.Для предупреждения переутомления обучающихся и сохранения оптимального уровня их работоспособности на протяжении недели в расписании занятий предусматривается облегченный учебный день – среда или четверг.

2.12.При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального уровня образования

основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного и среднего уровня образования предметы естественно-математического цикла чередуются с гуманитарными предметами.

2.13. Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы проводятся на 2 уроке; 2–4 классов – 2–3 уроках; для обучающихся 5–11 классов – на 2–4 уроках.

2.14. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.15. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.16. В течение учебного дня проводится не более одной контрольной работы. Контрольные работы проводятся, как правило, на 2–4 уроках.

2.17. Для поддержания оптимального уровня работоспособности обучающихся при проведении учебных занятий соблюдаются следующие требования:

Количество видов учебной деятельности на учебном занятии	1 - 4 классы	3 - 7
	5 - 11 классы	5 - 7
Продолжительность одного вида учебной деятельности на занятии, мин	1 - 4 классы	5 - 7
	5 - 9 классы	7 - 10
	10 - 11 классы	7 - 10
Плотность урока (отношение времени, затраченного на учебную деятельность, к общему времени), %	1 - 4 классы	60 - 80
	5 - 9 классы	70 - 90
	10 - 11 классы	70 - 90
Моторная плотность урока физической культуры, %, не менее		70
Перерыв во время занятий для гимнастики, не менее		2 мин

2.18. В целях сохранения здоровья обучающихся регламентируется время использования ЭСО на учебных занятиях:

Электронные средства обучения	Классы	на уроке, мин, не более	суммарно в день в школе, мин, не более	суммарно в день дома (включая досуговую деятельность), мин, не более
Интерактивная доска	1 - 3 классы	20	80	-
	4 классы	30	90	-
	5 - 9 классы	30	100	-
	10 - 11 классы	30	120	-
Интерактивная панель	1 - 3 классы	10	30	-
	4 классы	15	45	-
	5 - 6 классы	20	80	-
	7 - 11 классы	25	100	-
Персональный	1 - 2 классы	20	40	80

компьютер	3 - 4 классы	25	50	90
	5 - 9 классы	30	60	120
	10 - 11 классы	35	70	170
Ноутбук	1 - 2 классы	20	40	80
	3 - 4 классы	25	50	90
	5 - 9 классы	30	60	120
	10 - 11 классы	35	70	170
Планшет	1 - 2 классы	10	30	80
	3 - 4 классы	15	45	90
	5 - 9 классы	20	60	120
	10 - 11 классы	20	80	150

2.19. Занятия по физической культуре в зимнее время года проводятся в зависимости от климатических показателей:

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха, °С		
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/с	при скорости ветра 6 - 10 м/с
Средняя полоса Российской Федерации	до 12 лет	-9	-6	-3
	12 - 13 лет	-12	-8	-5
	14 - 15 лет	-15	-12	-8
	16 - 17 лет	-16	-15	-10

2.20. Домашнее задание в Школе не задается на праздничные, каникулярные и выходные дни (исключение составляют предметы, изучаемые один раз в неделю по понедельникам). Объем домашних заданий на устных предметах не превышает объем изученного материала в классе, а письменных – не более 30% работы, выполненной на уроке. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3-х классах – 1,5 ч., в 4-5-х классах – 2 ч., в 6-8-х классах – 2,5 ч., в 9-11 классах – до 3,5 ч.

2.21. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 уроков) – 20 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

2.22. В целях поддержания комфортного микроклимата в кабинетах во время перемен проводится проветривание в зависимости от температуры наружного воздуха:

Температура наружного воздуха, °С	Учебные кабинеты в малые перемены	Учебные кабинеты в большие перемены и между сменами/рекреации между учебными занятиями
от +10 до +6	4 - 10	25 - 35
от +5 до 0	3 - 7	20 - 30

от 0 до -5	2 - 5	15 - 25
от -5 до -10	1 - 3	10 - 15
ниже -10	1 - 1,5	5 - 10

3. Режим организации образовательного процесса для обучающихся, находящимся на домашнем обучении по медицинским показания

3.1. Организация обучения обучающихся на дому проводится по медицинским показаниям на основании заключения лечебного учреждения, заявления родителей (законных представителей) и издания приказа директора школы.

Количество часов в неделю составляет:

- в 1–4 классах – до 8 часов;
- в 5–8 классах – до 10 часов;
- в 9 - 11 классах – до 11 часов

и включает все предметы, которые предусмотрены учебным планом соответствующего класса начального общего, основного общего и среднего общего образования.

4. Промежуточная аттестация и итоговая аттестация обучающихся

4.1. Промежуточную аттестацию в школе в обязательном порядке проходят обучающиеся, осваивающие общеобразовательную программу НОО, ООО и СОО во всех формах обучения, включая обучающихся, осваивающих образовательные программы по индивидуальным учебным планам, обучающиеся, осваивающие программу в форме семейного образования.

4.2. Промежуточная аттестация обучающихся проводится в формах, определенных учебным планом, в сроки, утвержденные календарным учебным графиком (в апреле – мае).

4.3. Порядок проведения промежуточной аттестации обучающихся:

4.3.1. Расписание промежуточной аттестации составляется заместителем директора школы не позднее, чем за две недели до проведения промежуточной аттестации, в соответствии со сроками, утвержденными календарным учебным графиком и доводится до обучающихся и их родителей (законных представителей) посредством размещения на информационном стенде школы и (или) на сайте школы.

4.3.2. Все формы промежуточной аттестации проводятся во время учебных занятий - в рамках учебного расписания.

4.3.3.Продолжительность контрольного мероприятия не должна превышать времени отведенного на 1 урок во 2 – 6 классах, не более 2 академических часов в 7 – 11 классах.

4.3.4. В соответствии с периодом врабатываемости в учебный процесс и шкалой трудности отдельных предметов, а также возрастными нормами физиологического развития обучающихся, контрольное мероприятие проводится не ранее 2-го урока и не позднее 4-го.

4.3.5. Сроки проведения государственной итоговой аттестации обучающихся, освоивших образовательные программы основного и среднего общего образования, ежегодно устанавливаются приказами Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки Российской Федерации и приказами Министерства образования Пензенской области (в мае – июне).

5. Режим организации внеурочной деятельности

5.1. Основные образовательные программы НОО, ООО и СОО реализуются как через урочную деятельность, так и через внеурочную деятельность.

5.2. Режим организации внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы занятий учебных курсов внеурочной деятельности, секций, кружков дополнительного образования, детских общественных объединений, режимом работы группы продленного дня, утвержденных директором Школы. Изменения в режиме допускаются по приказу директора Школы.

5.3.Факультативные, элективные, групповые, индивидуальные занятия, занятия учебных курсов внеурочной деятельности и дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 20 минут после окончания уроков.

5.4.Продолжительность занятий внеурочной деятельности составляет 35 минут в 1-х классах в первом полугодии и 40 минут во втором полугодии, 40 минут – во 2-11-х классах.

5.5.Максимальная продолжительность внеурочных занятий в объединениях дополнительного образования составляет 2 часа. После 40–45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений.

5.6.Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы Школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора Школы и инструктажа обучающихся. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся при проведении подобных мероприятий несет педагогический работник, назначенный приказом директора Школы.

5.7.В рамках программы по ОБЖ в конце учебного года проводятся учебные военные сборы для обучающихся (юношей) 10 классов продолжительностью 5 дней (35 часов).

5.8. Летом или в течение учебного года обучающиеся 5 – 10 классов с согласия родителей (законных представителей) проходят трудовую практику:

5-7-е классы – 10 дней по 2 часа в день;

8-е классы – 10 дней по 3 часа в день;

10-е классы – 15 дней по 4 часа в день.

5.9.В Школе по запросам родителей (законных представителей) для обучающихся 1 – 4 классов организуется группа продленного дня, которая начинает работу после учебных занятий. Деятельность группы строится в соответствии с Положением о ГПД и требованиями действующих санитарно-эпидемиологических правил и нормативов. Режим работы ГПД утверждается директором Школы и доводится до сведения родителей (законных представителей).

Для обучающихся, посещающих ГПД, за счет средств родителей (законных представителей) организуется двухразовое питание (обед и полдник), проводятся прогулка (не менее 2 часов), самоподготовка (во 2-3-х классах – до 1,5 часов, в 4-х классах - до 2 часов), внеурочная деятельность.

Предельно допустимая недельная нагрузка в ГПД при пятидневной рабочей неделе составляет не более 30 часов, 6 часов в день. Период пребывания обучающихся в ГПД возможен до 18.00.

5.10.Горячее питание обучающихся организуется согласно приказу директора Школы в соответствии с установленным графиком (расписанием).

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

5.12.В оздоровительных целях в Школе созданы условия для реализации двигательной активности обучающихся:

- динамические паузы между занятиями в 1 классах,

- подвижные игры на переменах,
- спортивные часы в ГПД,
- внеклассные соревнования и дни здоровья,
- занятия в секциях и клубах в рамках внеурочной деятельности.

5.13.Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом.

5.14.С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

5.15.К участию в соревнованиях и туристических походах обучающиеся допускаются с разрешения медицинского работника.

5.16. В Школе организовано медицинское обслуживание обучающихся. Медицинские мероприятия направленные на сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, профилактику и снижение заболеваемости, формирование потребности в здоровом образе жизни, оказание первой медицинской помощи проводятся в порядке, установленным федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

5.17. Обучающиеся допускаются к занятиям в Школу после перенесенного заболевания только при наличии справки, выданной медицинской организацией.

5.18. С целью сохранения психического и психологического здоровья обучающихся, в соответствии с режимом, утвержденным приказом директора, в Школе работает психолог.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 18 Г. ПЕНЗЫ, Жистина Лилия Фаритовна, И.О.ДИРЕКТОРА
03.10.2022 15:20 (MSK), Сертификат 4C8C4B063111E530E1C6BF073F7E94DF