


Рассмотрено на Совете родителей (законных представителей). Протокол № 1 от 03.11.2023 года	Рассмотрено на Совете обучающихся. Протокол № 1 от 03.11.2023 года	Рассмотрено на педагогическом совете школы. Протокол № 2 от 02.11.2023 года	Утверждено приказом директора школы № 33-ОД от 15.12.2023 года  А. М. Пословский
--	--	---	---



## ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий обучающихся МКОУ «Новопетровская СШ»

### 1. Общие положения

Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся МКОУ «Новопетровская СШ» (далее – ОУ) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения Российской Федерации 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», Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего, основного общего и среднего общего образования, постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении 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 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», методическими рекомендациями 2.4.0331-23 по обеспечению оптимизации учебной нагрузки в общеобразовательных организациях, утвержденными Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации от 10.11.2023 год и Уставом ОУ.

1.1. Настоящее Положение устанавливает режим занятий обучающихся и определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

1.2. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися ОУ и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получение обучающимися общего образования.

### 2. Режим образовательного процесса

2.1. Образовательный процесс в ОУ осуществляется на основе учебного плана, календарного учебного графика, плана внеурочной деятельности, расписания занятий, календарного плана воспитательной работы, разрабатываемых ОУ самостоятельно и утверждаемых ежегодно приказом директора на начало учебного года.

2.2. Учебный год в ОУ начинается 1 сентября и заканчивается 26 мая. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день. Если 26 мая приходится на выходной день, то в этом случае учебный год заканчивается в предыдущий рабочий день.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти (1 – 9 классы), полугодия (10 – 11 классы). Количество четвертей в течение учебного года – 4, полугодий – 2.

2.4. Даты начала и окончания учебного года, сменность занятий, продолжительность учебной недели, учебного года, четвертей, полугодий, каникул, расписание звонков, режим питания обучающихся, режим обучения в 1 классе, перенос расписания учебных занятий, а также продолжительность уроков и перерывов между обязательными учебными предметами и занятиями в системе дополнительного образования, внеурочной деятельности, спортивных

секций устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

2.5. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель, в 1-м классе – 33 недели. Для 9,11 классов окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации.

2.6. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней, летние каникулы не менее 8 недель. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.7. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе, в субботу возможно проведение спортивных секций и воспитательных мероприятий.

2.8. Урочная деятельность в ОУ организована в одну смену. Учебные занятия начинаются в 8 часов 30 минут, заканчиваются 15.05.

2.9. Для восстановления функционального состояния организма обучающихся после каждого урока организуются перемены 10 мин, после четвертого и пятого урока – 20 мин, в 1 классе после третьего урока организуется динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

2.10. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 45 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.

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

2.12. 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;
- 5-6-х классах – шести;
- 7-11-х классах – семи.

### **3. Особенности организации образовательного процесса**

3.1. Суммарная образовательная нагрузка обучающихся включает урочную и внеурочную деятельность, домашние задания, образовательную нагрузку при получении дополнительного образования, а также самостоятельные занятия.

3.2. Построение урока организовывается с учетом физиологических особенностей ребенка и распределяется по интенсивности умственной деятельности на три этапа, различающиеся по продолжительности, объему нагрузки и видам деятельности:

- период вработывания (начало урока, учебной недели, после каникулярного отдыха), когда снижена продуктивность учебной деятельности. В период вработывания рекомендуется проводить подготовительную часть урока продолжительностью 7 - 10 минут, во время которых выполняются упражнения, направленные на достижение вработывания организма обучающихся к основной части урока. Подготовительная часть урока может включать проверку домашних заданий, повторение ранее пройденного материала;

- период наиболее высокой умственной работоспособности (середина урока), когда рекомендуется излагать новый материал, проводить контрольные и проверочные работы. Данный период - основная часть урока продолжительностью около 25 - 30 минут.

- период утомления, в который проявляются начальные признаки утомления (частое отвлечение, двигательное беспокойство, рассеянность внимания). В данный период рекомендуется проводить заключительную часть урока продолжительностью 5 - 7 минут.

3.3. В режим учебного дня обучающихся, в том числе во время учебных занятий, включаются различные формы двигательной активности.

3.4. В середине занятия организуется 2-х минутный перерыв для проведения комплекса упражнений с целью 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. Комплексы упражнений проводятся с учетом преобладающих учебных нагрузок и состояния здоровья обучающихся.

3.5. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более группы и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и учебных целей.

3.6. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или четверг.

3.7. 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 должны проводиться в спортивном зале.

#### **4. Режим выполнения домашних заданий**

4.1. Домашние задания, выполняемые обучающимися самостоятельно во внешкольный период времени, являются обязательной составляющей освоения основной образовательной программы соответствующего уровня.

4.2. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): в 1 классе – 1,0 ч, во 2 – 3 классах – 1,5 ч., в 4 – 5 классах – 2 ч., в 6 – 8 классах – 2,5 ч., в 9 – 11 классах – 3,5 ч.

4.3. Домашнее задание на следующий урок оформляется на текущем уроке, при наличии электронного журнала дублируется в нем задание не позднее времени окончания учебного дня. Для выполнения задания, требующего длительной подготовки (например, подготовка доклада, реферата, оформление презентации, заучивание стихотворений), предоставляется достаточное количество времени.

#### **5. Режим питания обучающихся**

5.1. Для организации горячего питания, а также для хранения и приготовления пищи в ОУ выделяется специальное помещение (столовая).

5.2. Для организации питания обучающихся в режиме учебных занятий предусмотрены две перемены, продолжительностью 20 минут.

#### **6. Особенности организации образовательного процесса в дистанционном формате**

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

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

6.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

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

#### **7. Режим внеурочной деятельности**

7.1. Режим работы занятий внеурочной деятельности, дополнительного образования, спортивных секций и других общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

7.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами внеурочной деятельности, дополнительного образования, спортивных секций и других общественных объединений и (или) календарным планом воспитательной работы школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет педагогический работник, который назначен приказом директора.

7.3. При проведении занятий внеурочной деятельности, дополнительного образования, спортивных секций и других общественных объединений продолжительностью более одного

академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

7.4. При проведении занятий внеурочной деятельности, дополнительного образования, спортивных секций и других общественных объединений на всех уровнях образования допускается объединение классов.

7.5. Продолжительность перерыва между урочной и занятиями внеурочной деятельности, дополнительного образования, спортивных секций и других общественных объединений составляет не менее 20 минут.

#### **8. Режим двигательной активности обучающихся**

8.1. Перед началом учебного дня организуется утренняя гимнастика продолжительностью 5 - 7 минут.

8.2. Двигательная активность, необходимая для обучающихся на переменах, обеспечивается:  
- организацией активного отдыха с использованием комплекта спортивно-игрового оборудования;  
- проведением подвижных игр;  
- организацией отдельных зон (размещение оборудования на открытом воздухе).

8.3. При благоприятных метеорологических условиях утренняя гимнастика, подвижные игры могут проводиться на открытом воздухе.

8.4. 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.

8.5. К утренней гимнастике, активным переменам не допускаются обучающиеся, имеющие жалобы на плохое самочувствие.

#### **9. Особенности медицинского обслуживания обучающихся**

9.1. В ОУ организовано медицинское обслуживание обучающихся ГУЗ «Ефремовская районная больница им. А. И. Козлова» (на основании договора);

9.2. Медицинские осмотры обучающихся в ОУ организуются и проводятся в порядке, установленном органом исполнительной власти в области здравоохранения.

9.3. В электронный журнал вносится информация о группе здоровья и физкультурной группе обучающихся.

9.4. После перенесенного заболевания дети допускаются к посещению к занятиям при наличии медицинского заключения (медицинской справки).

9.5. Ежегодно в начале учебного года дети допускаются к посещению к занятиям физической культуры при наличии медицинского заключения (медицинской справки).

#### **10. Занятость обучающихся в период каникул**

10.1. В период каникул в ОУ функционирует оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей, который регламентируется соответствующим приказом директора ОУ и (или) органа местного самоуправления.

10.2. С целью оздоровления обучающихся, воспитания у них трудолюбия, любви к окружающей среде, формирования здорового образа жизни, обеспечения занятости и профилактики правонарушений в период каникул могут проводиться спортивно-массовые мероприятия, которые регламентируются приказом директора ОУ.

#### **11. Изменение режима занятий обучающихся**

11.1. Изменения в режим занятий обучающихся утверждаются приказом директора ОУ в соответствии с действующими требованиями в случаях: объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха, возникновения ЧС и аварийных ситуаций и других обстоятельств.

#### **12. Заключительные положения**

12.1. Настоящее Положение вступает в силу с момента утверждения. Внесение дополнений и изменений в Положение производится на заседании педагогического совета ОУ в соответствии с

требованиями действующего законодательства, с учетом мнения совета обучающихся, совета родителей (законных представителей). Положение действительно до принятия новой редакции.

В данном документе пронумеровано,  
прошнуровано и закреплено печатью

5 ( пять ) листов

Директор  А.М. Пословский

МОУ  
Дата 15.12  
2023

