

**Положение  
о режиме занятий обучающихся  
в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении  
«Средняя общеобразовательная школа №31» г. Калуги**

**1. Общие положения:**

- 1.1. Настоящий локальный акт разработан в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», 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», уставом МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 31» г. Калуги (Далее – Школа)
- 1.2. Настоящее положение регулирует режим занятий обучающихся МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №31» г. Калуги.
- 1.3. Настоящее положение обязательно для исполнения всеми участниками образовательных отношений.
- 1.4. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте образовательной организации.

**2. Продолжительность учебного года и каникул:**

- 2.1. Учебный год в учреждении начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то учебный год начинается в следующий за ним рабочий день.
- 2.2. Формы обучения по общеобразовательным программам определяются соответствующими федеральными государственными образовательными стандартами, если иное не установлено Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации». Допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения.
- 2.3. Продолжительность учебного года на первом, втором и третьем уровнях общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации, в первом классе – 33 недели. В соответствии с годовым календарным учебным графиком учебный год распределяется на четверти в 1-9 классах и полугодия в 10-11 классах.
- 2.4. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель. Для обучающихся в 1 классе в феврале устанавливаются дополнительные каникулы сроком не менее 7 дней. Сроки и продолжительность каникул в каждом учебном году определяются годовыми календарными учебными графиками.

**3. Режим занятий обучающихся:**

- 3.1. Обучение проводится в первую смену. По 5-ти дневной учебной недели.
- 3.2. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 45 минут.

3.3. Учебные занятия начинаются в 8 часов 00 минут.

3.4. В соответствии с требованиями постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- сентябрь, октябрь - 3 урока по 35 минут каждый;
- ноябрь-декабрь – по 4 урока по 35 минут каждый;
- январь - май – по 4 урока по 45 минут каждый.

В середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью 45 минут.

3.5. Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка обучающихся составляет:

- 1 класс – 21 час в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 2-4 классы – 23 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 5 класс - 29 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 6 класс - 30 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 7 класс - 32 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 8 класс -33 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 9 класс - 34 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 10-11 классы - 35 часов в неделю (5-дневная учебная неделя).

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

3.7. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся I уровня образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся II и III уровня образования предметы естественно-математического цикла чередуются с гуманитарными предметами.

3.8. В течение учебного дня проводится не более двух контрольных работ.

3.9. В образовательном учреждении установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, зачет, практическая работа, лабораторная работа, экскурсия.

3.10. При проведении занятий по иностранному языку на уровне начального общего образования; по технологии, иностранному языку, информатике и ИКТ на уровне основного общего и уровне среднего общего образования допускается деление класса на две группы при наполняемости не менее 25 человек.

3.11. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках на всех уровнях общего образования проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

3.12. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 1-2 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 гигиенической рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60-80%, физкультминутки). С целью профилактики утомления обучающихся не допускается использование на одном уроке более двух видов электронных средств обучения

3.13. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся не более 2-х перемен, продолжительностью не менее 15, 20 минут.

3.14. Расписание звонков:

7.55.- 8.00- утренняя зарядка;

1 урок: 8.00 –8.45

2 урок: 9.00 – 9.45

3 урок: 10.00 –10.45

4 урок: 10.55- 11.40

5 урок: 11.50- 12.35

6 урок: 12.55 -13.40

7 урок: 13.45-14.30.

3.15. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утвержденным на каждый учебный период директором школы.

## **5. Режим внеурочной деятельности:**

5.1. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные дни и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

5.2. 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.

5.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, воспитатель, который назначен приказом директора.

5.4. Работа спортивных секций, кружков, кабинета информатики допускается только по расписанию, утвержденному директором школы.

5.5. Элективные, учебные курсы, групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются через 1 час после окончания уроков.

5.6. Часы элективных, групповых и индивидуальных занятий входят в максимальный объем аудиторной нагрузки.

54.7. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

**6. Режим занятий для обучающихся, находящимся на индивидуальном обучении по медицинским показаниям:**

6.1. Организация индивидуального обучения обучающихся на дому проводится по медицинским показаниям на основании заключения лечебного учреждения, заявления родителей (законных представителей) и издания приказа по школе. Количество часов в неделю составляет:

в 1–4 классах – до 8 часов;

в 5–8 классах – до 10 часов;

в 8 классе – до 11 часов;

в 10–11 классах – до 12 часов в неделю

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

**7. Иные особенности режима занятий обучающихся в школе устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.**