

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Захаровская средняя общеобразовательная школа № 1»
муниципального образования – Захаровский муниципальный район
Рязанской области

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
протокол от 13.01.2020 года, № 8

УТВЕРЖДАЮ
Приказ № 24 от 29.01.2020 года
Директор школы
Н.Б.Баженова
новая редакция введена в действие
приказом № 126 от 30.08.2022г.



Положение
о режиме занятий учащихся
МОУ «Захаровская СОШ № 1»

1. Общие положения

- 1.1. Режим занятий учащихся Муниципального общеобразовательного учреждения «Захаровская средняя общеобразовательная школа № 1» муниципального образования – Захаровский муниципальный район Рязанской области (сокращенное название МОУ «Захаровская СОШ № 1») (далее по тексту Школа) устанавливается на основе требований:
- 1.1.1. Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 1.1.2. Закона Рязанской области от 29 августа 2013 г. № 42-03 «Об образовании в Рязанской области» (Принят Постановлением Рязанской областной Думы от 28 августа 2013 г.)
- 1.1.3. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Санитарные правила СП 2.4.36-48-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- 1.1.4. Постановления 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»;
- 1.1.5. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденным Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- 1.1.6. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденным приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- 1.1.6. Приказа Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (далее – ФГОС ООО 2010);
- 1.1.7. Приказа Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (далее - ФГОС СОО);
- 1.1.8. Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- 1.1.9. Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- 1.1.10. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации № 03-871 от 05.07.2022 «Об организации занятий «Разговоры о важном».
- 1.1.11. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации № ТВ-1290\03 от 17.06.2022 «Информационно-методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных ФГОС НОО, ООО».

1.1.12. Письмо Министерства образования Рязанской области № ОВ\12-7839 от 19.07.2022 «О направлении рекомендаций по организации внеурочной деятельности в 2022-2023 учебном году».

1.1.10. Устава Школы;

1.1.11. Учебного плана Школы;

1.1.12. Правил внутреннего распорядка учащихся Школы;

1.1.13. Рекомендаций Министерства образования Рязанской области.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся Школы в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, трудовых занятий, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации и работы в активированные дни.

1.3. Организация образовательного процесса в Школе регламентируется учебным планом (разбивкой содержания образовательной программы по учебным курсам, по дисциплинам и по годам обучения), годовым календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми Школой самостоятельно.

2. Режим учебной деятельности учащихся

2.1. Первый и последний день учебного года в Школе для учащихся 1–11 классов определяется графиком учебного процесса. График учебного процесса утверждается приказом директора с учетом мнения Педагогического совета Школы и по согласованию с Отделом образования МО – Захаровский муниципальный район Рязанской области.

2.2. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки учащихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти. Между четвертями каникулы. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха учащихся (здоровье сберегающий подход).

2.3. В соответствии с федеральным базисным учебным планом и в целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с годовым календарным учебным графиком и составляет 34 недели, в первом классе – 33 недели. В 9 и 11 классе – 34 недели, но может быть сокращена в зависимости от сроков проведения государственной итоговой аттестации.

2.4. Продолжительность учебного года при заочной форме обучения составляет 36 недель. Учащиеся заочной формы обучения, не имеющие возможности посещать занятия в общеобразовательном учреждении (организации), получают консультации и представляют зачетные работы в письменном виде с обязательной сдачей экзаменов по всем учебным предметам за курс класса.

2.5. В школе устанавливается пятидневная рабочая неделя с двумя выходными днями (суббота и воскресенье), исходя из интересов учащихся и по согласованию с Отделом образования МО – Захаровский муниципальный район Рязанской области. В субботу возможно проведение занятий в кружках и секциях по запросам учащихся и их родителей (законных представителей) и по приказу директора Школы.

2.6. Продолжительность каникул в течение учебного года не менее 7 календарных дней, летом – не менее 8 календарных недель. Для обучающихся первых классов в течение года устанавливаются дополнительные недельные каникулы в третьей четверти. В каникулярное время в соответствии с необходимыми условиями Школа

может организовывать работу пришкольного лагеря по согласованию с Отделом образования МО – Захаровский муниципальный район Рязанской области.

2.7. В учебное время первая половина дня отводится непосредственно образовательной деятельности, требующей повышенной умственной нагрузки.

2.8. Вторая половина дня отводится внеклассной и внеурочной деятельности, направленной на духовно- нравственное, социальное, спортивно-оздоровительное, общекультурное, общеинтеллектуальное развитие учащихся. Внеурочная деятельность организуется по следующим направлениям развития личности: «Разговоры о важном», занятия по формированию функциональной грамотности и профориентации, спортивно-оздоровительная (включая третий час физической культуры, в том числе на овладение обучающимися техникой плавания), проектно-исследовательская, коммуникативная, художественно - эстетическая творческая деятельность, информационная культура, интеллектуальные марафоны, «Учение с увлечением!», занятия по обучению школьников игре «Шахматы».

При расчете общего объема часов на организацию внеурочной деятельности (из расчета 5 часов в неделю) учитывается:

1 час в неделю – на информационно-просветительские занятия патриотической, нравственной и экологической направленности «Разговор о важном» (понедельник, первый урок);

1 час в неделю – на занятия по формированию функциональной грамотности обучающихся (в том числе финансовой грамотности);

1 час в неделю – на занятия, направленные на удовлетворение профориентационных интересов и потребностей обучающихся и часы, предусмотренные в рамках воспитательной работы на проведение культурно-массовых мероприятий в образовательной организации (экскурсии, соревнования, туристические походы, общественно-полезная практика, лагеря с дневным пребыванием детей, посещение театров, музеев, библиотек и др.), а также часы, предусмотренные на организацию и проведение занятий по обучению школьников игре «Шахматы».

2.9. Начало учебных занятий начинается в 8.30. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.10. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для учащихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю — не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 2–4-х классов — не более 5 уроков;
- для учащихся 5–6-х классов — не более 6 уроков;
- для учащихся 7–11-х классов — не более 7 уроков.

- для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в четверг или пятницу.

2.11. Факультативные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

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

При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение) необходимо чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводиться на 2 уроке; 2-4 классов - 2-3 уроках; для обучающихся 5-11-х классов на 2-4 уроках.

2.13. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.14. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4-м уроках.

2.15. Продолжительность урока (академический час) во 2-11 классах составляет не менее 40 минут (как прописано в уставе)

2.16. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;

- использование «ступенчатого» режима 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; январь-май — по 4 урока по 40 минут каждый);

- рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;

- для посещающих группу продленного дня необходима организация 2-разового питания и прогулок;

- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.

2.17. Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большая перемена – 20 минут, после 3 и 4 уроков для учащихся основного и старшего звена. В начальном звене (1 – 4 классы) одна большая перемена продолжительностью 30 минут после 1 урока. В понедельник, с 8.30 до 9.00 во всех классах проводятся «Разговоры о важном». После этого устанавливается перемена 20 минут.

В Субботинском филиале продолжительность перемен между уроками – 10 минут. После первого и четвёртого уроков устанавливается большая перемена продолжительностью 30 минут.

3. Режим питания учащихся

3.1. Организацию питания учащихся в Школе осуществляет сама Школа.

3.2. Для организации питания выделяется специальное помещение, а также для хранения и приготовления пищи.

3.3. Питание учащихся проводится в соответствии с установленным графиком.

3.4. При организации продленного дня в Школе должно быть предусмотрено двухразовое питание учащихся: завтрак — на первой перемене во время учебных занятий; обед — в период пребывания на продленном дне в 12-13 часов (1-2 класс), 13-14 часов (3 - 4 классы).

4. Режим внеклассной деятельности

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и кружковая работа организуется во второй половине дня и должна учитывать возрастные особенности учащихся, обеспечивать баланс между двигательными-активными и статическими занятиями.

4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности, и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

4.4. В режиме дня групп продлённого дня должны обязательно предусматриваться: питание, прогулка, самоподготовка, общественно-полезный труд, кружковая работа и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Прогулки рекомендуется сопровождать спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями.

В непогоду подвижные игры можно переносить в хорошо проветриваемые помещения.

5. Режим двигательной активности учащихся

5.1. Двигательная активность учащихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминутки на уроках;
- с целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз;
- организованных подвижных игр на переменах;
- спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья.

5.2. В филиалах МОУ «Захаровская СОШ № 1» в зависимости от конкретных условий, числа учащихся, их возрастных особенностей допускается формирование классов-комплектов из учащихся на I ступени образования. Оптимальным, при этом, является раздельное обучение учащихся разного возраста I ступени образования.

При объединении учащихся I ступени образования в класс-комплект оптимальным является создание его из двух классов: 1 и 3 классов (1 + 3), 2 и 3 классов (2 + 3), 2 и 4 классов (2 + 4). Для предупреждения утомления обучающихся необходимо сокращать продолжительность совмещенных (особенно 4-х и 5-х) уроков на 5 - 10 мин. (кроме урока физической культуры). Наполняемость классов-комплектов должна соответствовать следующей таблице:

наполняемость классов-комплектов

Классы, объединяемые в класс-комплект	Количество учащихся в классе-комплекте
1+3	8-10
1+2	8-10
1+4	8-10
2+3	10-12
2+4	10-15

5.3. Необходимо чередовать во время урока различные виды 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 должна превышать 7-10 минут, в 5-11 классах – 10-15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги должно составлять не менее 25-35см у учащихся 1-4 классов и не менее 30-45 см - у учащихся 5-11 классов.

Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения устанавливается согласно таблицы:

Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на уроках

Классы	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	Прослушивание аудиозаписи	Прослушивание аудиозаписи в наушниках
1-2	10	15	15	15	20	10
3-4	15	20	20	15	20	15
5-7	20	25	25	20	25	20
8-11	25	30	30	25	25	25

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

5.4. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности учащихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

5.5. Распределение учащихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач 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-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

5.6. Для удовлетворения биологической потребности в движении не зависимо от возраста учащихся проводить не менее 3-х уроков физической культуры в неделю, предусмотренных в объеме максимально допустимой недельной нагрузки. Заменять уроки физической культуры другими предметами не допускается.

5.7. Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах учащихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах обязательно.

5.8. Учащихся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С учащихся подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

5.9. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах учащихся допускают с разрешения медицинского работника.

5.10. При организации практики и занятий общественно-полезным трудом учащихся, предусмотренными образовательной программой, связанными с большой физической нагрузкой (переноска и передвижение тяжестей), необходимо руководствоваться санитарно-эпидемиологическими требованиями к безопасности условий труда работников, не достигших 18-летнего возраста.

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.

5.11. 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.

6. Режим трудовых занятий учащихся

6.1. На занятиях трудом, предусмотренных образовательной программой Школы, следует чередовать различные по характеру задания. Не следует на уроке выполнять один вид деятельности на протяжении всего времени самостоятельной работы.

6.2. Все работы в мастерских и кабинетах домоводства обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.

6.3. При организации практики и занятий общественно-полезным трудом учащихся, предусмотренных образовательной программой, связанных с большой физической нагрузкой (переноска и передвижение тяжестей), необходимо руководствоваться санитарно-эпидемиологическими требованиями к безопасности условий труда работников, не достигших 18-летнего возраста

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

6.5. Допустимая продолжительность работ для учащихся 12–13 лет составляет 2 часа; для подростков 14 лет и старше — 3 часа. Через каждые 40 минут работы необходимо устраивать регламентированные 15-минутные перерывы для отдыха.

7. Режим выполнения домашних заданий

7.1. 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 ч.,
- в 4–5 классах — 2 ч.,
- в 6–8 классах — 2,5 ч.,
- в 9–11 классах — до 3,5 ч.

7.2. Организация и режим работы групп продлённого дня:

7.2.1. Для воспитанников группы продленного дня в МОУ «Захаровская СОШ №1» и Сменовском филиале организовано двухразовое горячее питание – завтрак и обед; в Субботинском филиале организовано трехразовое питание – завтрак, обед и полдник;

7.2.2. Продолжительность прогулки на свежем воздухе для учащихся I ступени составляет не менее двух часов (в том числе, перед самоподготовкой, в течение часа).

7.2.3. Самоподготовка начинается с 14.00 часов, продолжительность которой составляет:

- в 1-м классе со второго полугодия - до 1 часа;
- во 2-м - до 1,5 часа;
- в 3 - 4-м классах - до 2 часов;
- в 5 - 6-м классах - до 2,5 часа;
- в 7 - 8-м классах - до 3 часов.

После самоподготовки возможно участие детей во внеклассных мероприятиях: занятиях в кружках, играх, в подготовке и проведении концертов самодеятельности, викторинах и т.п.

8. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации

8.1. Промежуточная аттестация в переводных 2–4, 5–8, 10 классах проводится в мае текущего года без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением педагогического совета Школы.

8.2. При проведении промежуточной и итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день.

8.3. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2 дней.

8.4. При продолжительности экзамена 4 и более часа, необходима организация питания учащихся.

8.5. Сроки проведения государственной итоговой аттестации учащихся устанавливаются приказами Министерства просвещения Российской Федерации, региональными и муниципальными документами

9. Режим работы в активированные дни

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

1–4 классов:

ниже –20 градусов С,

5–8 классов:

ниже –25 градусов С,

9–11 классов:

ниже –30 градусов С.

9.2. В активированный день деятельность Школы осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы, деятельность педагогических работников — в соответствии с установленной учебной нагрузкой, расписанием учебных занятий.

9.3. В период установления затяжных морозов администрация Школы имеет право изменить режим работы (например: начало занятий с 11.00 ч.).

9.4. Питание учащихся в активированные дни организуется в соответствии с расписанием.

9.5. Решение о возможности непосещения учащихся Школы в активированный день принимают родители (законные представители).

9.6. В случае прихода учащихся в Школу в активированный день учебные занятия посещаются им согласно расписанию.

9.7. В случае отсутствия учащихся на учебных занятиях в активированный день, он самостоятельно выполняет задания, получая их от классного руководителя (учителя-предметника) в различной форме (СМС-сообщения, электронная почта), через дистанционное обучение.

Принято с учётом мнения Совета Школы,
протокол № 1 от «30» августа 2022 года.