

ПРИНЯТО
Совет обучающихся
протокол
от 31.08.2020 №1

РАССМОТРЕНО
Педагогический совет
протокол
от 24.08.2020 №1

СОГЛАСОВАНО
Управляющий совет
протокол
от 24.08.2020 №1

УТВЕРЖДЕНО
приказом
МБОУ «СОШ №6»
от 31.08.2020
№ 433-о

ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий обучающихся МБОУ «СОШ №6»

Положение
о режиме занятий обучающихся МБОУ «СОШ №6»

1. Общие положения

1.1. Режим занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №6» (далее - МБОУ «СОШ №6») устанавливается на основе требований:

Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

действующих СанПиН;

Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями);

Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);

Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденным приказом Минобрнауки от 17.05.2012 №413 (с изменениями и дополнениями);

Устава МБОУ «СОШ №6»;

Основных образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования;

Правил внутреннего распорядка.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ «СОШ №6» в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной и внеурочной деятельности, двигательной активности, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации, работы в активированные дни.

1.3. Организация образовательного процесса в МБОУ «СОШ №6» регламентируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми МБОУ «СОШ №6» самостоятельно.

2. Режим учебной деятельности обучающихся

2.1. Первый и последний день учебного года в МБОУ «СОШ №6» для обучающихся 1-11 классов определяется календарным графиком на учебный год. Календарный учебный график МБОУ «СОШ №6» на учебный год утверждается приказом директора по согласованию с Управляющим советом.

2.2. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учётом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на trimestры. Trimestры предполагают равномерное деление учебной нагрузки в течение учебного года: по три месяца. Каждый trimestр, в свою очередь делится на две части, между которыми предполагаются рабочие каникулы. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха обучающихся (здоровьесберегающий подход). Таким образом, trimestры оканчиваются в конце ноября, февраля, мая.

2.3. В соответствии с учебным планом и в целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с годовым календарным учебным графиком.

2.4. В МБОУ «СОШ №6» устанавливается пятидневная учебная неделя. В субботу возможно проведение занятий в кружках и секциях по запросам обучающихся и их родителей (законных представителей) и (или) по приказу директора.

2.5. Недельная учебная нагрузка (количество учебных занятий) обучающихся, реализуемая через урочную деятельность, составляет: 1 классы – 21 час; 2-4 классы – 23 часа; 5 классы – 29 часов; 6 классы – 30 часов; 7 классы – 31 час; 8 классы – 32 часа; 9 классы – 32 часа; 10-11 классы – по 34 часа.

2.6. Продолжительность каникул в течение учебного года не менее 30 календарных дней (с учётом дней перетриместровки), летом – не менее 8 календарных недель. Для обучающихся первых классов в течение года устанавливаются дополнительные недельные каникулы во втором триместре. В каникулярное время в соответствии с необходимыми условиями МБОУ «СОШ №6» может организовывать работу лагерей с дневным пребыванием детей по согласованию с департаментом образования и молодёжной политики администрации города Мегиона.

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 физическое, художественно-эстетическое, интеллектуальное развитие обучающихся.

2.9. Начало учебных занятий в 08.15 для обучающихся 1-4 классов, в 08.05 – для обучающихся 5-11 классов; проведение нулевых уроков не допускается. Обучение проводится в первую смену.

2.10. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объём 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 счёт урока физической культуры;

для обучающихся 2 - 4-х классов - не более 5 уроков;

для обучающихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;

для обучающихся 7 - 11-х классов - не более 7 уроков.

2.11. Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

2.12. Расписание уроков составляется с учётом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

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 - 3-м уроках.

2.15. Продолжительность урока (академический час) во 2-11 классах составляет 40 минут.

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

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

обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый,

в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут,

предоставляются дополнительные недельные каникулы в конце второго триместра при триместровом режиме обучения либо в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей (триместров).

2.17. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, после 2 и 3 уроков устанавливаются две перемены по 20 минут каждая.

Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

2.18. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности.

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.

2.19. Во время урока осуществляется чередование различных видов учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (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 обучающихся 1 - 4 классов и не менее 30 - 45 см – обучающихся 5-11 классов.

2.20. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения:

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

Для слабовидящих обучающихся 1-4 классов при различных видах учебной деятельности продолжительность непрерывной зрительной нагрузки не должна превышать 10 минут, для слабовидящих обучающихся, осваивающих образовательные программы основного общего и среднего общего образования - не более 15 минут.

2.21. 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.

2.22. Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники соответствует гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

2.23. На уроках физической культуры, технологии, информатики и ИКТ, химии, физики проводятся инструктажи по охране труда и технике безопасности. Факт проведения инструктажа фиксируется в журнале установленной формы.

2.24. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для обучающихся 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.

3. Режим питания обучающихся

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

3.2. В МБОУ «СОШ №6» организуется горячее питание обучающихся. Для обучающихся льготных категорий организуется 2-х разовое питание (завтрак и обед), для остальных обучающихся один раз в день (завтрак).

3.3. Питание в школьной столовой осуществляется в соответствии с графиком питания в столовой, утверждённым директором.

4. Режим внеурочной, внеклассной деятельности

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и занятия по программам дополнительного образования организуется во второй половине дня и должна учитывать возрастные особенности обучающихся, 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 СанПиН.

4.4. Режим работы объединений дополнительного образования, регламент проведения спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий с обучающимися выстраивается в соответствии с установленным периодом ночного времени (статья 1 Закона Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 10.07.2009 №109-оз «О мерах по реализации отдельных положений ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»).

5. Режим двигательной активности обучающихся

5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счёт:

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

5.2. 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 обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

5.3. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учётом заключения врача.

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

6. Режим выполнения домашних заданий

6.1. Объём 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.

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

7. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации

7.1. Промежуточная аттестация во 2-11 классах проводится в мае текущего года без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом МБОУ «СОШ №6», положением о промежуточной аттестации.

7.2. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2-х календарных дней. При проведении государственной итоговой аттестации о образовательным программам среднего общего образования в форме единого государственного экзамена (далее - ЕГЭ) по предметам по выбору участников ЕГЭ допускается их проведение через день.

При продолжительности экзамена от 4 часов и более обучающиеся обеспечиваются питанием. Независимо от продолжительности экзамена обеспечивается питьевой режим.

Время ожидания начала экзамена в классах не должно превышать 30 минут.

7.3. Сроки проведения государственной итоговой аттестации обучающихся устанавливаются приказами Минобрнауки Российской Федерации и Департамента образования и молодёжной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры автономного округа (9 классы).

8. Режим работы в активированные дни

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

Для 1-4 классов: без ветра, -29°C
при скорости ветра до 5 м/сек – 27°C ,
при скорости ветра от 5 м/сек до 10 м/сек – 25°C ,
при скорости ветра более 10 м/сек – 24°C ,

Для 1-8 классов: без ветра, – 32°C
при скорости ветра до 5 м/сек – 30°C ,
при скорости ветра от 5 м/сек до 10 м/сек – 28°C ,
при скорости ветра более 10 м/сек – 27°C .

Для 1-11 классов: без ветра, -36°C
при скорости ветра до 5 м/сек – 34°C ,
при скорости ветра от 5 м/сек до 10 м/сек – 32°C ,
при скорости ветра более 10 м/сек – 31°C .

8.2. В активированный день деятельность МБОУ «СОШ №6» осуществляется в соответствии с утверждённым режимом работы.

8.3. Питание обучающихся в активированные дни организуется в соответствии с расписанием.

8.4. Решение о возможности непосещения обучающимся МБОУ «СОШ №6» в активированный день принимают родители (законные представители).

8.5. В случае прихода обучающегося в МБОУ «СОШ №6» в активированный день учебные занятия посещаются им согласно расписанию.

8.6. В случае отсутствия обучающихся на учебных занятиях в активированный день, обучение проводится с применением дистанционных образовательных технологий.

9. Режим медицинского обслуживания обучающихся

9.1. В МБОУ «СОШ №6» организуется медицинское обслуживание обучающихся.

9.2. Медицинские осмотры обучающихся организуются в соответствии с законодательством Российской Федерации.

9.3. Обучающиеся допускаются к занятиям после перенесённого заболевания только при наличии справки врача.