



УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ СОШ № 144
от 25.03.2021 г. №85

ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий обучающихся МБОУ СОШ № 144

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МБОУ СОШ № 144 (далее - учреждение) разработан с учетом:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28

1.2. Положение определяет занятость обучающихся в учреждении в период освоения образовательных программ.

1.3. Организация образовательного процесса в учреждении регламентируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми Учреждением самостоятельно.

2. Режим учебной деятельности

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

2.2. Продолжительность учебного года составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в первом классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: триместры (всего три в течение учебного года), полугодия (для обучающихся 10-11-х классов)

2.4. После каждого учебного периода следуют каникулы.

2.5. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, который утверждается ежегодно приказом директора.

2.6. Обучение в учреждении ведется по 5-ти дневной учебной неделе.

2.7. Учебные занятия в учреждении начинаются в 8 часов 30 минут, при функционировании учреждения в особом режиме начало занятий регламентируется приказом директора.

2.8. Учебный процесс организован в одну смену.

2.9. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 40 минут. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 минут.

2.10. Расписание звонков ежегодно утверждается приказом директора школы.

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

-использование "ступенчатого" режима обучения: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре - декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока по 40 минут каждый;

-в середине учебного дня динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;

-обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;

-дополнительные недельные каникулы в середине второго триместра

2.12. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий) определяется в соответствии с таблицей:

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах)	Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)
	при 5-ти дневной неделе, не более	Независимо от продолжительности учебной недели, не более
1	21	10
2- 4	23	10
5	29	10
6	30	10
7	32	10
8- 9	33	10
10- 11	34	-

2.13. Учебная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

-для обучающихся 1-х классов не более 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков за счет 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.

2.14. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся по программе начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физкультуры, а для обучающихся по программам основного общего и среднего общего образования - предметы естественно-математического и гуманитарного циклов.

2.15. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в четверг или среду.

2.16. Для обучающихся 1-х классов наиболее сложные предметы проводятся на 2-м уроке; 2-4 классов – 2-3-м уроках; для обучающихся 5-11-х классов на 2-4 – м уроках.

2.17. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.18. При проведении занятий по иностранному языку и трудовому обучению, физической культуре, по информатике, физике, химии (во время практических занятий) по программам основного общего и среднего общего образования, а также классов по программе начального общего образования при изучении иностранного языка допускается деление класса на две группы при наличии необходимых условий и средств.

2.19. **Уроки физической культуры** целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/сек	при скорости ветра 6-10 м/сек	при скорости ветра более 10 м/сек
Средняя полоса Российской Федерации	1 – 4 классы	- 8 °С	- 6 °С	- 3 °С	Занятия не проводятся
	5 – 6 классы	- 12 °С	- 8 °С	- 5 °С	
	7 – 8 классы	- 15 °С	- 12 °С	- 8 °С	
	9 – 11 классы	- 15 °С	- 14 °С	- 10 °С	

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

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

Распределение обучающихся 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). 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 учетом заключения врача.

Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

2.20. Все работы в учебных кабинетах технологии, обучающиеся выполняют в специальной одежде и (или) с использованием средств индивидуальной защиты. Для организации трудового обучения кабинеты технологии обеспечиваются необходимым оборудованием и инструментом со специальными приспособлениями, учитывающими особые образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Условия трудового обучения должны соответствовать возрасту обучающегося, учебным, воспитательным и коррекционным задачам.

2.21.С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

2.22.Необходимо чередовать во время урока различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ).

**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

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

2.24.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.

3. Режим каникулярного времени.

3.1.Продолжительность каникул регулируется годовым календарным учебным графиком.

3.2.Продолжительность летних каникул составляет не менее 90 дней.

3.3.Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

3.4.Продлён учебный год для юношей 10-х классов, проходящих подготовку по основам военной службы во время пятидневных учебных сборов на базе воинской части.

3.5.В каникулярное время в соответствии с необходимыми условиями учреждение может организовывать работу лагеря дневного пребывания по согласованию с Управлением образования администрации города Нижний Тагил.

4. Режим внеурочной деятельности.

4.1.В соответствии с ФГОС НОО и ФГОС ООО для обучающихся организована внеурочная деятельность. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

4.2.Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни.

4.3.Часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик.

исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

4.4. Внеурочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляющих суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не менее 5 часов должны включать обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей.

4.5. Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.

4.6. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируется действующими Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

4.7. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием, утвержденным директором и организован по различным направлениям (гражданско- патриотическое, интеллектуальное, спортивно- оздоровительное и т.д.)

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

5. Режим питания.

5.1. Организацию питания обучающихся в учреждении осуществляет организация, с которой заключен Контракт на оказание услуги по организации питания учащихся (по итогам Муниципального конкурса).

5.2. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся перемены, продолжительностью 20 минут в соответствии с расписанием звонков.

5.3. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором учреждения.

6. Режим занятий в условиях карантина.

6.1. При условиях карантина режим занятий в классах, в которых объявлен карантин, регламентируется приказом директора.

Рассмотрен (обсуждено) Педагогическим советом учреждения, протокол от 23.03.2021 №7.

Принято с учетом мнения с учётом мнения Совета родителей учащихся учреждения, протокол от 25.03.2021