

## **Положение**

### **о режиме занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Белореченская средняя общеобразовательная школа»**

#### **1. Общие положения**

1.1. Настоящий Режим занятий учащихся (далее - Режим) МБОУ «Белореченская средняя общеобразовательная школа (далее Школа) разработан в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ; Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. n 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"; Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Белореченской средней общеобразовательной школы», Правилами внутреннего трудового распорядка.

1.2. Настоящий Режим принимается путем его утверждения приказом директора, с учетом мнения совета обучающихся и совета родителей (законных представителей).

1.3. Изменения и дополнения к положению принимается в составе новой редакции положения в установленном пункте 1.2 положения. После принятия новой редакции Положение о режиме занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Белореченская средняя общеобразовательная школа», предыдущая редакция утрачивает силу.

#### **2. Организация режима занятий учащихся**

2.1. Учебный год в МБОУ «Белореченская СОШ» начинается с 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей образовательной программы МБОУ «Белореченская СОШ».

При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы.

2.3. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком, разрабатываемым и утвержденным ОУ самостоятельно в соответствии с примерным календарным учебным графиком

2.4. В календарном учебном графике указывается начало и окончание учебного года, длительность каникул, сроки их начала и окончания, продолжительность учебной недели, продолжительность уроков и длительность перемен.

2.5. Продолжительность учебного года составляет не менее 34 учебных недель без учета государственной итоговой аттестации, в 1-х классах - 33 учебных недели.

2.6. Для профилактики переутомления учащихся в годовом календарном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

В течение учебного года для учащихся устанавливаются каникулы продолжительностью 30 календарных дней, летом – 92 дня.

Для учащихся в первых классах устанавливаются дополнительные недельные каникулы в феврале.

2.7. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не должны превышать величину максимально допустимой недельной нагрузки:

- 1 класс – максимально допустимая недельная нагрузка не более 21 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 2-4 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 23 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 32 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 33 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 35 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 8-9 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 10-11 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 37 часов в неделю (6-дневная учебная неделя)

2.8. Учебные занятия во 5-11 классах организуются в режиме 6-дневной учебной недели. Для учащихся 1-4 классов устанавливается 5-дневная учебная неделя.

2.9. Учебные занятия в ОО организуются в одну смену. Начало занятий 1 смены – 8.30 часов, окончание – 16.00

2.10. Продолжительность уроков во всех классах составляет 45 минут, за исключением 1-ых классов и коррекционных, в которых продолжительность уроков регламентируется пунктом 2.12 Положения.

Продолжительность факультативов, групповых и индивидуальных занятий, занятий дополнительного образования – 45 минут.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет 15 минут.

2.12. В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям школы в 1-х классах используется “ступенчатый” режим обучения в первом полугодии: в сентябре, октябре проводятся 3 урока по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь-май – по 4 урока по 45 минут каждый; один день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры.

В середине учебного дня предусмотрено проведение динамической паузы

2.13. 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, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры при 6-дневной учебной неделе;
- для учащихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;
- для учащихся 7 - 11-х классов - не более 7 уроков.

2.14. Расписание уроков утверждается директором Школы.

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

2.15. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели учащиеся имеют облегченный учебный день в четверг, пятницу или субботу.

2.16. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

2.17. Во время урока чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность

различных видов учебной деятельности учащихся в 1 - 4 классах не должна превышать 7 - 10 минут, в 5 - 11 классах - 10 - 15 минут.

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.

2.18. Двигательная активность учащихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности обеспечивается за счет:

- физкультминутки;
- организованных подвижных игр на переменах;
- спортивного часа для детей;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

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

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 проводят с учетом заключения врача.

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

2.20. Организация факультативных, групповых, индивидуальных занятий, работа объединений дополнительного образования осуществляется с учетом обязательного перерыва и начинается спустя от 30 минут (после окончания 4-5 уроков) до 45 минут (после окончания 6-7 урока).

Расписание факультативных, групповых, индивидуальных занятий, кружков, секций, объединений дополнительного образования утверждается директором школы.

2.21. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой в течение дня нагрузки.

2.22. Изменения в режиме занятий учащихся Школы определяются приказом директора по санитарно-эпидемиологическим, климатическим и другим основаниям.