

ПРИНЯТО

на заседании педагогического
совета
протокол от 22.02.2023 № 7

ПРИНЯТО

на заседании управляющего
совета
протокол от 21.02.2023 № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом МБОУ СОШ № 1
г.Углегорска
от 21.03.2023 № 91- А

**Положение
о режиме занятий учащихся**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 1 г.Углегорска Сахалинской области.

1.2. Настоящее положение обязательно для исполнения всеми участниками образовательных отношений.

2. Режим образовательного процесса

2.1. Учебный год 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 на всех уровнях общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в первом классе – 33 недели.

2.3. Учебный год для 1-12 классов составляют учебные периоды – четверти.

2.4. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком, утверждаемым приказом директора.

2.5. Обучение для учащихся очной формы обучения ведется по 5-ти дневной учебной неделе, для учащихся очно-заочной формы – 5-ти дневная учебная неделя из которых 3 дня – очное обучение (вторник-четверг), 2 дня (понедельник, пятница) – заочное обучение.

2.6. Продолжительность урока для всех классов составляет 40 минут.

2.7. 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 40 минут каждый.

В середине учебного дня в первом полугодии проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

2.8. Учебные занятия в школе начинаются в 8 часов 30 минут для учащихся очной формы обучения и 13 часов 55 минут для учащихся очно-заочного обучения.

2.9. Расписание звонков:

№ урока	1 класс (сентябрь-октябрь)	Продолжительность перемен	1 класс (ноябрь-декабрь)	Продолжительность перемен	1 класс (январь-май)	Продолжительность перемен
1	8.30 – 9.05 ч.	10 мин.	8.30 – 9.05 ч.	10 мин.	8.30 – 9.10 ч.	10 мин.
2	09.15 – 09.50 ч.		09.15 – 09.50 ч.		09.20 – 10.00 ч.	
Динамическая пауза	09.50 – 10.30 ч.	40 мин.	09.50 – 10.30 ч.	40 мин.	10.00 – 10.40 ч.	40 мин.
3	10.30 – 11.05 ч.		10.30 – 11.05 ч.		10.40 – 11.20 ч.	10 мин.
4			11.15 – 11.50 ч.		11.30 – 12.10 ч.	10 мин.
5			12.00. – 12.40 (за счет урока физической культуры) –		12.20. – 13.00 (за счет урока физической культуры) –	

№ урока	2-11 класс (очное обучение)	Продолжительность перемен	9-12 класс (очно-заочное обучение)	Продолжительность перемен
1	08.30 – 09.10 час.	10 мин	13.55 – 14.35 час.	10 мин
2	09.20 – 10.00 час.	10 мин	14.45 – 15.25 час.	20 мин
3	10.10 – 10.50 час.	20 мин	15.45 – 16.25 час.	10 мин
4	11.10 – 11.50 час.	20 мин	16.35 – 17.15 час.	10 мин
5	12.10 – 12.50 час.	15 мин		
6	13.05 – 13.45 час.	10 мин		
7	13.55 – 14.35 час.			

2.10. Горячее питание учащихся осуществляется в соответствии с графиком питания, утверждаемым директором школы.

2.11. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с таблицей:

Классы	Максимальная допустимая недельная нагрузка (в академических часах)	Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)
1	21	10
2 - 4	23	10
5	29	10
6	30	10
7	32	10
8 - 9	33	10
10 - 11	34	10

2.12. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой аудиторной недельной нагрузки в течение дня составляет:

- для учащихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков;
- для учащихся 2-4-х классов - не более 5 уроков;
- для учащихся 5-6-х классов - не более 6 уроков;
- для учащихся 7-12-х классов - не более 7 уроков.

2.13. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для учащихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;
- для учащихся 8 - 12 классов - не более 8 уроков.

2.14. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности учащихся в течение дня и недели.

2.15. Плотность учебной работы учащихся на уроках по основным предметам должна составлять 60-80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения учащихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

2.16. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для учащихся 1-4 классов основные предметы (математика, русский и английский язык, окружающий мир) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии,

физкультуры, а для учащихся 5-12 классов - предметы естественно-математического цикла с гуманитарными предметами.

2.17. Для учащихся 1 классов наиболее сложные предметы проводятся на 2 уроке; 2-4 классов – 2-3 уроках; для учащихся 5-12 классов на 2-4 уроках.

2.18. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах).

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

3. Режим каникулярного времени

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

3.3. Для учащихся в первом классе устанавливается в течение года дополнительные недельные каникулы.

4. Режим внеурочной деятельности

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы кружков и секций.

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планом 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 педагогический работник, который назначен приказом директора.

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

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

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

4.6. По желанию и запросам родителей (законных представителей) может открываться группа продленного дня учащихся, которая начинают свою работу после окончания уроков.

Режим работы группы утверждается директором школы.

В группе продленного дня продолжительность прогулки для младших школьников должна составлять не менее 1,5 часов. Двигательная активность на воздухе должна быть организована в виде подвижных и спортивных игр.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022506

Владелец Мельникова Татьяна Ивановна

Действителен с 25.04.2023 по 24.04.2024