

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
БОРИСОГЛЕБСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
БОРИСОГЛЕБСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 10

«Рассмотрено»
Педагогическим советом
Протокол № 6 от 27.05.2019г.

«Принято»
Управляющим советом
Протокол № 4 от 20.06.2019г.

Председатель *Гридина Д.О.* Гридина Д.О.

«Утверждаю»
Директор школы
Приказ № 123 от 16.08.2019г.

О.В. Митрофанова О.В. Митрофанова



ПОЛОЖЕНИЕ
О
РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Общие положения

- 1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с требованиями разработан в соответствии Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», постановления главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», Уставом школы.
- 1.2. Настоящее положение регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ БГО СОШ №10 (далее – Школа) в части организации учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, проведения промежуточной и итоговой аттестации.
- 1.3. Настоящие правила обязательны для исполнения всеми участниками образовательных отношений.
- 1.4. Текст настоящего положения подлежит размещению на официальном сайте Школы.

2. Режим образовательного процесса

- 2.1. Учебный год начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей образовательной программы. Если 1 сентября приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.
- 2.2. Продолжительность учебного года для 2-11 классов составляет не менее 34 учебных недель без учета государственной итоговой аттестации, а в 1 классе – 33 учебные недели.
- 2.3. Учебный год для 1-9 классов составляет 4 учебных периода (четверти), для 10-11 классов два учебных периода (семестры). Решение об изменении количества и продолжительности учебных периодов принимается педагогическим советом по согласованию с Управляющим советом школы.
- 2.4. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом не менее 8 недель. Для обучающихся 1-х классов устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.
- 2.5. Продолжительность учебного года, сроки каникул устанавливаются годовым календарным учебным графиком. Годовой календарный учебный график утверждается приказом директора на каждый учебный год.
- 2.6. Режим работы по графику пятидневной рабочей недели или по графику шестидневной рабочей недели определяется ежегодно учебным планом, принимается на педагогическом совете и утверждается приказом директора школы.
- 2.7. Обучение организуется в одну смену.
- 2.8. Продолжительность уроков в 1 классах – 35 минут в первом полугодии, 45 минут во втором полугодии, во 2-11 классах – 45 минут. Продолжительность перемен между уроками составляет 15-20 минут.
- 2.9. Для облегчения процесса адаптации детей в первых классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки: в первом полугодии (в сентябре, октябре – 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – 4 урока в день по 35 минут каждый; январь-май – 4 урока в день по 40 минут каждый);
- 2.10. Учебные занятия в школе начинаются в 8.00
- 2.11. Начало и окончание учебных занятий определяется расписанием занятий, утверждаемым приказом директора. Режим работы Школы в исключительных случаях (температурный режим, чрезвычайная ситуация и др.) может быть изменен приказом директора.
- 2.12. Горячее питание предоставляется в соответствии с графиком посещения столовой, утверждаемым директором школы.
- 2.13. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку обучающихся:
- при пятидневной учебной неделе: 1 класс – 21 час в неделю, 2-4 классы – 23 часа. 5 классы – 29 часов в неделю, 6 классы – 30 часов в неделю, 7 классы – 32 часа в неделю, 8-9 -классы -33 часа в неделю, 10-11 классы – 34 часа в неделю.
- 2.14. Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности не более 10 академических часов.

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно-полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

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

- для обучающихся 1-х классов – не более 4 уроков;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.

2.16. Расписание уроков составляется и для обязательных и внеурочных занятий. Внеурочные занятия проводятся в дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для обучающихся 1-х классов – 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.

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

2.19. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз.

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

2.20. Использование технических средств обучения на уроке не должно превышать следующих норм времени:

Классы	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на 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.

2.21. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 1-2-х классов – не более 20 минут, для учащихся

3-4 классов – не более 25 минут, для учащихся 5-6 классов - не более 30 минут, для учащихся 7-11 классов – 35 минут.

2.22. Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках в 1-4 классах не должна превышать 5 минут, в 5-9 классах – 10 минут, 10-11 классах – 15 минут. Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках в 1-2 классах составляет не более 25 минут, 3-4 классах и старше – не более 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60-80%, физкультминутки, офтальмотренажер).

2.23. С целью профилактики утомления обучающихся не допускается использование на одном уроке более двух видов электронных средств обучения.

Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся рекомендуется проводить не менее 3-х учебных занятий физической культурой (в урочной и внеурочной форме) в неделю, предусмотренных в объеме общей недельной нагрузки. Заменять учебные занятия физической культурой другими предметами не допускается.

Для увеличения двигательной активности обучающихся в учебные планы для обучающихся могут включаться предметы двигательного характера (хореография, ритмика, современные и бальные танцы, обучение традиционным и национальным спортивным играм).

2.24. Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, в образовательной деятельности может обеспечиваться за счет:

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

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).

Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит медицинский работник 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-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

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

Уроки физической культуры преимущественно проводятся 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) в соответствии с таблицей:

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
До 12 лет	-9 °С	-6 °С	-3 °С	Занятия не проводятся
12-13 лет	-12 °С	-8 °С	-5 °С	
14-15 лет	-15 °С	-12 °С	-8 °С	
16-17 лет	-16 °С	-15 °С	-10 °С	

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

Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%.

К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях обязательно.

На уроках технологии обучающиеся обязаны иметь специальную одежду (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.

При организации практики и занятий общественно полезным трудом обучающихся, 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.

Не допускается привлекать обучающихся 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.

Сельскохозяйственный инвентарь, используемый для работы, должен соответствовать росту и возрасту обучающихся. Допустимая продолжительность работ для обучающихся 12-13 лет составляет – 2 часа; для подростков 14 лет и старше – 3 часа. Через каждые 45 минут работы необходимо устраивать регламентированные 15-минутные перерывы для отдыха. Работа на участках и в помещениях, обработанных пестицидами и агрохимикатами, допускается в сроки, установленные Государственным Каталогом пестицидов и агрохимикатов.

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.

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.

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 обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.
- В случае, если учебные периоды соответствуют четвертям, сроки данных каникул утверждаются в соответствии с рекомендациями отдела образования и молодежной политики администрации БГО Воронежской области.
- 3.4. Сроки каникул утверждаются начальником отдела образования и молодежной политики администрации БГО Воронежской области.

4. Режим внеурочной деятельности

- 4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы кружков, клубов, секций, детских общественных объединений.
- 4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.
- 4.3. Работа спортивных секций, кружков, клубов допускается только по расписанию, утвержденному директором школы.
- 4.4. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой нагрузки.

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

5. Промежуточная и итоговая аттестация

- 5.1. Оценка индивидуальных достижений обучающихся осуществляется по окончании каждого учебного периода:

- 1-х классов – по итогам учебного года (безотметочное обучение),
- 2-9-х классов – по итогам четвертей, учебного года (5-ти бальное оценивание),
- 10-11 классов – по полугодиям, учебного года (5-ти бальное оценивание).

Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами школы.

- 5.2. Государственная итоговая аттестация в выпускных 9, 11 классах проводится в соответствии с нормативно-правовыми документами Министерства образования РФ.