

**Принято**  
на заседании педсовета  
«Нижнемордокская СОШ»  
от «29» августа 2016 года  
протокол № 1

**Утверждено и введено в действие**  
приказом по МКОУ «Нижнемордокская МКОУ  
СОШ» от «29» августа 2016 года № 1-102

Директор школы:

/ М.Ф. Посто́льный /



# **Положение**

## **о режиме занятий обучающихся в Муниципальном казённом общеобразовательном учреждении «Нижнемордокская средняя общеобразовательная школа» Глушковского района Курской области**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение разработано с учетом:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» п.2 ч.1 ст.33, ст.37, ч.2 ст.30.
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденных Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189;
- Постановления от 24 ноября 2015 года №81 «О внесении изменений №3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях»
- Устава МКОУ «Нижнемордокская СОШ»

– Правил внутреннего распорядка обучающихся.

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательной деятельности и регламентирует режим занятий обучающихся Муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Нижнемордокская средняя общеобразовательная школа» (далее – школа).

1.3. Организация образовательной деятельности в школе строится на основе учебного плана и регламентируется расписанием занятий.

1.4. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми обучающимися школы и их родителями (законными представителями).

1.5. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте школы в сети Интернет.

## **2. Режим образовательной деятельности**

2.1. Учебный год в школе 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:

- в первом классе – 33 учебные недели, в середине III четверти предусмотрены недельные каникулы (в феврале месяце);

Во 2-11 классах – 34 учебные недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Решение о переходе на другие периоды обучения производится по решению Управляющего совета школы. Количество четвертей – 4.

2.4. Обучение в школе ведется:

– в 1-м классе по 5-ти дневной учебной неделе;

– во 2-11 классах по 6-ти дневной учебной неделе.

2.5. Максимальная допустимая недельная нагрузка составляет:

– в 1 классе – 21 час;

– во 2-4 классах – 26 часов;

- в 5 классе – 32 часа;

- в 6 классе – 33 часа;

- в 7 классе – 35 часов;

- в 8-9 классах – 36 часов;

- в 10-11 классах – 37 часов.

В классах, обучающихся по ФГОС, предусмотрена внеурочная деятельность не более 10 часов в неделю.

2.6. Продолжительность уроков во 2–11-х классах составляет 45 минут.

2.7. В соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологических

правили нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10», Постановлением от 24 ноября 2015 года №81 «О внесении изменений №3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях» для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- сентябрь, октябрь - 3 урока в день по 35 минут каждый;
- ноябрь-декабрь – 4 урока в день по 35 минут каждый;
- январь - май – 4 урока в день по 40 минут каждый.

В середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут (после 2 урока).

2.8. Учебные занятия в школе начинаются в 9 часов 00 минут. Проведение «нулевых» уроков не допускается.

2.9. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 минут.

2.10. **Режим** учебных занятий 2-11 классов:

<b>Начало</b>	<b>Режимное мероприятие</b>	<b>Окончание</b>
9.00	1-ый урок	9.45
9.45	1-ая перемена (организация питания – завтрак)	10.00
10.00	2-ой урок	10.45
10.45	2-ая перемена	10.55
10.55	3-ий урок	11.40
11.40	3-я перемена (организация питания – обед)	12.10
12.10	4-ый урок	12.55
12.55	4-ая перемена	13.05
13.05	5-ый урок	13.50
13.50	5-ая перемена	14.00
14.00	6-ой урок	14.45

- режим учебных занятий для 1-х классов:

<b>Начало</b>	<b>Режимное мероприятие</b>	<b>Окончание</b>
<b>Сентябрь - октябрь</b>		
9.00	1-ый урок	9.35

9.35	1-ая перемена (организация питания – завтрак)	9.50
9.50	2-ой урок	10.25
10.25	2-ая перемена (динамическая пауза)	11.05
11.05	3-ий урок	11.40
<b>Ноябрь – декабрь</b>		
9.00	1-ый урок	9.35
9.35	1-ая перемена (организация питания – завтрак)	9.50
9.50	2-ой урок	10.25
10.25	2-ая перемена (динамическая пауза)	11.05
11.05	3-ий урок	11.40
11.40	3-я перемена (организация питания – обед)	12.00
12.00	4-ый урок	12.35
<b>Январь – май</b>		
9.00	1-ый урок	9.45
9.45	1-ая перемена (организация питания – завтрак)	10.00
10.00	2-ой урок	10.45
10.45	2-ая перемена (динамическая пауза)	11.25
11.25	3-ий урок	12.10
12.10	3-я перемена (организация питания – обед)	12.30
12.30	4-ый урок	13.15
13.15	4-ая перемена	13.25
13.25	5-ый урок (1 день в неделю)	14.10

2.10. Количество часов, отведённых на освоение обучающимися учебного плана школы, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не должно в совокупности превышать величину недельной образовательной нагрузки, установленной действующими санитарными нормами и правилами.

2.11. Учебная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение

учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов по 4 урока и 1 раз в неделю - 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4-х классов по 4 урока и 2 раза в неделю - 5 уроков за счет уроков физической культуры;
- для обучающихся 5 класса по 5 уроков и 2 раза в неделю - 6 уроков за счет уроков физической культуры;
- для обучающихся 6 класса по 5 уроков и 3 раза в неделю - 6 уроков за счет уроков физической культуры;
- для обучающихся 7-9 классов не более 6 уроков в неделю;
- для обучающихся 10-11 классов по 6 уроков и 1 раз в неделю - 7 уроков за счет урока физической культуры.

Обязательные требования к организации образовательного процесса в 1 классе - организация облегченного учебного дня в середине учебной недели; организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут; обучение без домашних заданий и балльного оценивания знаний обучающихся.

2.12. Для профилактики переутомления обучающихся в учебном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

2.13. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

2.14. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы естественно-математического цикла с гуманитарными предметами в течение дня и недели. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности, в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день.

Распределение нагрузки в течение недели строится следующим образом: наибольший ее объем приходится со вторника по пятницу. «Легкие» дни – понедельник и суббота. Для первоклассников предусмотрен разгрузочный день (четверг). Предметные элективные курсы в 10-11 классах для снижения утомляемости обучающихся включаются в расписание уроков во второй половине недели: среда, четверг, пятница и суббота

2.15. В Школе установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, практическая работа, экскурсия.

2.16. При проведении занятий по иностранному языку, информатике и

технологии во 2 – 11-х классах допускается деление класса на две группы при наполняемости 25 человек.

При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью.

2.17. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

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

2.19. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

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

2.21. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных, кружковых занятий, внеурочной деятельности.

2.22. 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.

2.23. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках в школе проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

В оздоровительных целях в школе создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность может реализовываться посредством ежедневной двигательной активности обучающихся: - введение 3 часа физической культуры в неделю (Письмо Министерства образования и науки РФ от 08.10.2010 г. № ИК-1494/19):

- спортивные кружки, секции, внеурочные занятия;
- физкультминутки на уроках;
- подвижные перемены;
- динамическая пауза после второго урока длительностью 40 минут;
- внеклассные спортивные занятия и соревнования;
- Дни здоровья;
- прогулка на свежем воздухе.
- спортивный час для детей, посещающих группу продленного дня.

2.24. 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).

2.25. 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.

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

2.27. 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:

- 1–4 классов:
  - без ветра – 9 град. С,
  - при скорости ветра до 5 м/с –6 град. С,
  - при скорости ветра от 6 до 10 м/с –3 град. С,
  - при скорости ветра свыше 10 м/с занятия не проводятся
- 5–7 классов:
  - без ветра –12 град. С,
  - при скорости ветра до 5 м/с –8 град. С,
  - при скорости ветра от 5 до 10 м/с –5 град. С,
  - при скорости ветра свыше 10 м/с занятия не проводятся
- 8–9 классов:
  - без ветра –15 град. С,
  - при скорости ветра до 5 м/с –12 град. С,
  - при скорости ветра от 5 до 10 м/с –8 град. С,
  - при скорости ветра свыше 10 м/с занятия не проводятся
- 10–11 классов:
  - без ветра –16 град. С,
  - при скорости ветра до 5 м/с –15 град. С,

- при скорости ветра от 5 до 10 м/с –10 град. С,
- при скорости ветра свыше 10 м/с занятия не проводятся

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

2.28. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для обучающихся 1 - 2-х классов - не более 20 минут, для обучающихся 3 - 4 классов - не более 25 минут, для обучающихся 5 - 6 классов - не более 30 минут, для обучающихся 7-11 классов - 35 минут.

2.29. Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках в 1 - 4 классах не должна превышать 5 минут, в 5-11 классах - 10 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, офтальмотренаж).

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

### **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 середине III четверти.

3.4. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком.

Календарный учебный график разрабатывается образовательной организацией самостоятельно, утверждается приказом директора школы.

3.5. График каникул может изменяться в связи с погодными условиями по решению педагогического совета школы.

### **4. Режим внеурочной деятельности.**

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы кружков, секций, детских общественных объединений, организаций



дополнительного образования, действующих на базе школы.

4.2. Время проведения экскурсий, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием 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 учитель, воспитатель, назначенный приказом директора.

4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируется Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами: СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189, зарегистрированы в Минюсте России 3 марта 2011 г., регистрационный номер 19993) (раздел X).

4.4. Работа кружков внеурочной деятельности проводится по расписанию, утвержденному директором школы.

4.5. Между началом внеурочных занятий и последним уроком обязательных занятий устраивается перерыв продолжительностью в 45 минут.

4.6. Количество часов факультативных, групповых и индивидуальных занятий не должно превышать максимального объема допустимой образовательной нагрузки.

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

4.8. Группа продленного дня действует на основании Положения о группе продленного дня. В группе продленного дня продолжительность прогулки для младших школьников должна составлять не менее 2 часов. Двигательная активность на воздухе должна быть организована в виде подвижных и спортивных игр. В режиме группы продленного дня должны обязательно предусматриваться: питание, прогулка, самоподготовка, кружковая работа и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

## **5. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации**

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

– 1-2 классов - по итогам учебного года (безотметочное обучение);

– 3-11 классов – по итогам четвертей, полугодий, учебного года (балльное оценивание);

5.2. Промежуточная аттестация в переводных 2-8,10 классах проводится в мае текущего года без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом, решением педагогического Совета и соответствующими локальными актами школы.

5.3. При проведении промежуточной аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день.

5.4. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2 дней.

## **6. Занятость обучающихся в период летнего (весеннего) отдыха и оздоровления**

6.1. Оздоровительная (летняя и (или) весенняя) кампания проводится с целью оздоровления обучающихся, воспитания у них трудолюбия, любви к окружающей среде, формирования здорового образа жизни и обеспечения занятости детей в каникулярное время, профилактики правонарушений среди несовершеннолетних.

6.2. В период проведения оздоровительной кампании в Школе функционирует оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей.

6.3. С согласия обучающихся и их родителей (законных представителей) осуществляется организация летней трудовой практики, продолжительность которой устанавливается решением педагогического совета Школы.

6.4. При организации летней практики и занятий общественно-полезным трудом обучающихся, связанных с большой физической нагрузкой (переноска и передвижение тяжестей), необходимо руководствоваться санитарно-эпидемиологическими требованиями к безопасности условий труда работников, не достигших 18-летнего возраста

## **7. Режим работы в активированные дни**

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

**1–4 классов:**

без ветра: –29 град. С,

при скорости ветра до 5 м/с: –27 град. С,

при скорости ветра от 5 до 10 м/с: –25 град. С,

при скорости ветра свыше 10 м/с: –24 град. С;

### **5–11 классов:**

без ветра: –30 град. С и ниже,

при скорости ветра до 5 м/с: –29 град. С,

при скорости ветра от 5 до 10 м/с: –27 град. С,

при скорости ветра свыше 10 м/с: –26 град. С.

7.2. В активированный день деятельность школы осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы, деятельность педагогических работников – в соответствии с установленной учебной нагрузкой, расписанием учебных занятий.

7.3. В период установления затяжных морозов администрация школы имеет право изменить режим работы (например: начало занятий с 11ч.00 м.).

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

7.5. Решение о возможности непосещения обучающимся школы в активированный день принимают родители (законные представители).

7.6. В случае прихода обучающегося в школу в активированный день учебные занятия посещаются им согласно расписанию.

7.7. В случае отсутствия обучающегося на учебных занятиях в активированный день, он самостоятельно выполняет задания, получая их от классного руководителя (учителя-предметника) в различной форме (СМС-сообщения, электронная почта), через дистанционное обучение.

### **8. Режим питания обучающихся**

8.1. Организацию питания учащихся в Школе осуществляет сама Школа.

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

8.3. Питание обучающихся проводится согласно установленного графика.

8.4. При организации работы группы продленного дня в Школе предусмотрено трехразовое питание обучающихся: завтрак, обед и полдник; для остальных обучающихся – двухразовое питание: завтрак и обед.

### **9. Режим трудовых занятий обучающихся**

9.1. В Школе запрещается привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия их родителей (законных представителей).

9.2. Не допускается привлекать обучающихся к работам с вредными или

опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда, лиц моложе 18 лет, а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

9.3. Все работы в кабинетах технологии обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.