

Принято на заседании педсовета  
Протокол №1  
от «26» августа 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ «Окуневская ООШ»  
А.С. Шурыгин  
Приказ №58/1 от «26» августа 2016 г.



## **Положение о режиме занятий учащихся**

### **I. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Тагильская средняя общеобразовательная школа» (далее – Школа).

1.2. Настоящее Положение разработано на основании следующих документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Устава школы;
- Учебного плана школы.

### **II. Организация режима занятий учащихся**

2.1. Учебный год в Школе начинается 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 общеобразовательной программы Школы. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей - 4. Между четвертями - каникулы.

2.3. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком, разрабатываемым и утверждаемым Школой самостоятельно.

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

2.5. Продолжительность учебного года при получении начального, основного среднего общего образования 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 календарном учебном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

В течение учебного года для учащихся устанавливаются каникулы продолжительностью не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель.

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 образовательной деятельности, не должны превышать величину максимально допустимой недельной нагрузки:

- 1 класс – максимально допустимая недельная нагрузка не более 21 час в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 2-4 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 26 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 31 часа в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 33 часа в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 35 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 8 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя).
- 9 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя).

2.8. Учебные занятия в 1-х – 9-х классах Школы организуются в режиме 6-дневной учебной недели.

2.9.Учебные занятия в Школе организуются в одну смену. Начало занятий – 8.30 часов.

2.10.Продолжительность уроков во всех классах составляет 40 минут, за исключением 1-ого класса, в котором продолжительность уроков регламентируется пунктом 2.12 Положения.

Продолжительность курсов, групповых и индивидуальных занятий кружков– 40 минут.

2.11.Продолжительность перемен между уроками составляет 10-20 минут. Для организации питания учащихся в режим учебных занятий после второго, третьего и устанавливаются перемены по 20 минут каждая.

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 40 минут каждый; один день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры.

В середине учебного дня предусмотрено проведение динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут.

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;
- для учащихся 5 -9-х классов - не более 6 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 – четверг или пятница.

2.16.С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся 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 - 9 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:

- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;
- 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 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). 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 не менее 45 минут после окончания последнего 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. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4-их уроках.

2.24. . Расписание звонков.

**Расписание звонков для 1 класса**

I четверть	II четверть	III-IV четверти
1ур. 8 <sup>30</sup> -9 <sup>05</sup>	1ур. 8 <sup>30</sup> -9 <sup>05</sup>	1ур. 8 <sup>30</sup> -9 <sup>10</sup>
2ур. 9 <sup>15</sup> -9 <sup>50</sup>	2ур. 9 <sup>15</sup> -9 <sup>50</sup>	2ур. 9 <sup>20</sup> 10 <sup>00</sup>
<b>Динамическая пауза</b>	<b>Динамическая пауза</b>	<b>Динамическая пауза</b>
9 <sup>50</sup> – 10 <sup>30</sup>	9 <sup>50</sup> – 10 <sup>30</sup>	10 <sup>00</sup> – 10 <sup>40</sup>
3ур. 10 <sup>30</sup> -11 <sup>05</sup>	3ур. 10 <sup>30</sup> -11 <sup>05</sup>	3ур. 10 <sup>40</sup> -11 <sup>20</sup>
	4ур. 11 <sup>25</sup> -12 <sup>00</sup>	4ур. 11 <sup>40</sup> -12 <sup>20</sup>
	*5ур. 12 <sup>10</sup> -12 <sup>45</sup>	*5ур. 12 <sup>30</sup> -13 <sup>10</sup>

\* согласно п.10.6 СанПиН 2.4.2. 2821 – 10

Расписание звонков для 2 - 9 классов

Понедельник - суббота
1 урок -8.30 – 9.10
2 урок – 9.20 – 10.00
3 урок – 10.10 – 10.50
4 урок – 11.10 – 11.50
5 урок – 12.10 – 12.50
6 урок – 13.00 – 13.40

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

### **III. Режим питания учащихся**

3.1. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утвержденным директором Школы.

3.2.В Школе предусмотрено одноразовое питание, для учащихся с ОВЗ – двухразовое питание.