

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Малояушская средняя общеобразовательная школа»  
Вурнарского муниципального округа  
Чувашской Республики  
(МБОУ «Малояушская СОШ»)

Рассмотрено и принято  
На педагогическом совете  
Протокол № 01 от 29.08.2024



Утверждено приказом  
МБОУ «Малояушская СОШ» от  
29.08.2024 № 66-О  
И.о. директора *С.А. Ермошкин*

## ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### 1. Общие положения

Положение о режиме занятий обучающихся МБОУ «Малояушская СОШ» (далее – ОО) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования», основными образовательными программами начального общего, основного общего образования, учебными планами и годовыми календарными графиками ОО. Годовой календарный учебный график разрабатывается и утверждается ОО самостоятельно по согласованию с Учредителем на учебный год.

Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий учащихся ОО.

Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми участниками образовательных отношений, работниками ОО.

### 2. Режим образовательного процесса

Учебный год в ОО начинается, как правило, 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня, учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня. Продолжительность учебного года устанавливается: в 1 классе – 33 недели, во 2-11 классах – 34 недели без учёта государственной итоговой аттестации.

Для профилактики переутомления обучающихся в годовом календарном учебном графике равномерно распределены периоды учебного времени (четверти) и каникул.

Проведение нулевых уроков не допускается. Обучение проводится в первую смену.

Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объём нагрузки и максимальный объём аудиторной нагрузки на обучающихся не превышает требований, установленных санитарными правилами.

В ОО устанавливается следующий режим занятий:

- Начало уроков - в 8 часов 00 минут.

- продолжительность урока - 40 минут;
- перемены:
  - между уроками – 10 минут,
  - после третьего урока-20 минут
  - после четвертого урока – 20 минут

Перемены обучающиеся могут проводить на открытом воздухе на спортплощадке ОО, в спортивном зале или в рекреациях.

2.6. Продолжительность и последовательность учебных занятий определяется расписанием занятий ОО, утверждаемым директором.

2.7. Занятия проводятся в одну смену по шестидневной рабочей неделе в 5-9 классах, по 5- дневной рабочей неделе – в 1-4 классах.

2.8. В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям школы в 1-х классах применяется «ступенчатый» метод постепенного наращивания нагрузки в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый); январь - май - по 4 урока по 40 минут каждый; проведение ежедневного динамического часа (не менее 40 минут) в середине учебного дня в течение всего учебного года.

2.9. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели с учетом объема максимально допустимой аудиторной недельной нагрузки в течение дня и составляет:

- для обучающихся 1-х классов - не превышает 4 уроков;
- для обучающихся 2-4-х классов - не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6-х классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-9-х классов - не более 7 уроков.

Общий объем нагрузки в течение дня не превышает:

- для обучающихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;
- для обучающихся 8 - 9 классов - не более 8 уроков.

2.10. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия планируются в дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных и последним уроком обязательных занятий устраивается перерыв продолжительностью в 45 минут.

В расписании уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели:

- для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, ) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры;
- для обучающихся ступени основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности обучающиеся в течение недели имеют облегченный учебный день - в четверг или пятницу.

С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз. Во время урока различные виды учебной деятельности чередуются (за исключением контрольных работ).

2.11. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся проводится не менее 3-х учебных занятий физической культурой (в урочной

и внеурочной форме) в неделю, предусмотренных в объеме общей недельной нагрузки. Замена учебных занятий физической культуры другими предметами не допускается.

2.12. Для увеличения двигательной активности обучающихся в учебные планы для обучающихся включаются предметы двигательного-активного характера (фитнес-аэробика, современные и бальные танцы, обучение традиционным и национальным спортивным играм).

Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности обеспечивается 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.

### **3. Режим каникулярного времени**

3.1. С целью профилактики переутомления предусматривается чередование периодов учебного времени (четвертей) и каникул. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

3.2. Для учащихся первого класса в течение года устанавливаются дополнительные каникулы.

3.3. Сроки начала и окончания каникул определяются ОО самостоятельно и регламентированы годовым календарным учебным графиком.

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

4.1. Внеурочная деятельность обучающихся организуется не менее чем через 45 минут после уроков, реализуется в виде экскурсий, кружков, секций, олимпиад, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий и регламентируется расписанием занятий внеурочной деятельности, утвержденным приказом директора ОО ежегодно.

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с учащимися на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом ОО.

4.3. Работа по общеразвивающим программам дополнительного образования допускается только по расписанию, утвержденному приказом директора ОО.

4.4. Длительность занятий зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности, как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, составляет не более 50 минут в день для обучающихся 1 - 2 классов, и не более полутора часов в день - для остальных классов.

На музыкальных занятиях рекомендуется шире использовать элементы ритмики и хореографии.

Просмотры телепередач и кинофильмов не следует проводить чаще двух раз в неделю с ограничением длительности просмотра до 1 часа для обучающихся 1 - 3 классов и 1,5 часа - для обучающихся 4 - 8 классов.

Для организации различных видов внеурочной деятельности используются общешкольные помещения: учебные кабинеты, актовый и спортивный залы, библиотека, стадион и спортивная площадка.

### **5. Промежуточная и итоговая аттестация учащихся**

5.1. Оценка индивидуальных достижений обучающихся осуществляется по окончании каждого учебного периода (четверти, полугодия). Формы, сроки промежуточной аттестации регламентированы локальными актами ОО.

5.2. Государственная итоговая аттестация проводится в соответствии с законодательством Российской Федерации в области образования.

#### **6. Заключительные положения**

6.1. Настоящее Положение вступает в силу с момента утверждения приказом директора ОО.

6.2. Внесение изменений в Положение производится на заседаниях педагогического совета ОО.

6.3. Настоящее Положение действительно до принятия Положения в новой Редакции.