

# МБОУ Зайцевская ОШ

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
Протокол от 30.08.2023 г. №1



**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом от 31.08.2023 г. № 65-а  
Директор школы

Е.И.Элисова

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о режиме занятий обучающихся

#### 1. Общие положения

Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся разработано и утверждено в соответствии с нормами Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273 — ФЗ «Закон об образовании в Российской Федерации» (п.8 ч.3.ст.28; ч.2.ст.30; ч.9.ст.55; ч.5.ст.55);

1. Режим занятий обучающихся МБОУ Зайцевской ОШ устанавливается на основе требований:

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;
- Приказа Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";
- Приказа Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования";
- Приказа 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";
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.08.2023 № 581 "О внесении изменения в пункт 13 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта



2021 г. № 115"

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 "Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования";
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования";
- Письмо Министерства просвещения РФ от 17 августа 2023 г. № ДГ-1773/05 «О направлении информации» – «Методические рекомендации Министерства просвещения по реализации профориентационного минимума в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования»;
- Письма Департамента госполитики и управления в сфере общего образования от 17.06.2022 № 03-871 «Об организации занятий «Разговоры о важном»;
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. №ТВ-1290/03 "О направлении методических рекомендаций" по организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования;
- Приказа Департамента Смоленской области по образованию и науке от 24.06.2022 № 580-ОД «Об утверждении мероприятий (дорожной карты) на 2022-2023 учебный год по реализации федерального проекта «Цикл внеурочных мероприятий «Разговоры о важном» в общеобразовательных и профессиональных образовательных организациях Смоленской области»;
  - Календарного учебного графика МБОУ Зайцевской ОШ;
  - Правил внутреннего распорядка обучающихся МБОУ Зайцевской ОШ;
- Устава МБОУ Зайцевской ОШ .

2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ Зайцевской ОШ в части режима образовательной деятельности, питания, внеклассной и внеурочной деятельности, дополнительного образования, двигательной активности, трудовых занятий, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации.

3. Организация образовательной деятельности в МБОУ Зайцевской ОШ регламентируется учебным планом (разбивкой содержания образовательной программы по учебным курсам, по дисциплинам, модулям и по годам обучения), календарным учебным графиком и расписаниями занятий.

4. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

## **II. Режим образовательной деятельности обучающихся**

2.1. Первый и последний день учебного года в МБОУ Зайцевской ОШ для обучающихся 1-9 классов определяется календарным учебным графиком на текущий учебный год. Календарный учебный график отражает сроки



начала и окончания учебного года, даты начала и окончания каникул, сроки проведения промежуточной аттестации. Календарный учебный график на текущий учебный год принимается педагогическим советом и утверждается приказом директора.

Учебный год в МБОУ Зайцевской ОШ 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. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся учебный год делится на четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

2.3. С целью оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с годовым календарным учебным графиком и составляет:

— в 1 классе — 33 учебные недели,

— во 2-9 классах — не менее 34 учебных недель (без учета государственной итоговой аттестации).

2.4. В школе установлена пятидневная учебная неделя для обучающихся 1 - 9 классов с двумя выходными днями (суббота и воскресенье).

2.5. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти (в феврале месяце текущего года).

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточной аттестации, а также чередование учебной деятельности и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике.

2.7. Учебные занятия начинаются в 8:30. Проведение нулевых уроков не допускается. Продолжительность урока для обучающихся 2-9 классов составляет 40 минут.

2.8. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после третьего урока — 20 мин.

2.9. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

– 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 - 6 классов - не более 6 уроков;

– для обучающихся 7 - 9 классов - не более 7 уроков.

2.10. Внеурочные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом внеурочных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

2.11. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими



требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

2.12. При составлении расписания 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, труда, физической культуры; для обучающихся основного общего образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

2.13. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии : в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый;
- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут, возможно, проведение 2-х динамических пауз по 20 минут каждая;
- обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся и домашних заданий.

Продолжительность перемен между уроками составляет от 10 до 20 минут.

2.14. Обучающиеся 1-4 классов размещаются в закрепленных за каждым классом учебных кабинетах.

2.15. В течение учебного дня проводится не более одной контрольной работы.

#### **Особенности организации образовательной деятельности с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения**

При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения соблюдаются следующие требования:

- При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.
- Использование ЭСО должно осуществляться при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок не допускается.
- Одновременное использование обучающимися на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.
- Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры
- Для образовательных целей мобильные средства связи на занятиях не используются.



– При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов.

- При использовании на занятии ЭСО в середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.

### 3. Режим питания обучающихся

3.1. Организацию питания обучающихся осуществляет школа.

3.2. Для организации питания имеется пищеблок (обеденный зал и кухня для приготовления пищи).

3.3. Питание обучающихся проводится согласно установленному графику.

### 4. Режим внеклассной и внеурочной деятельности, дополнительного образования

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету или кружковая работа (в рамках внеурочной деятельности по дополнительным программам общего образования) организуется во второй половине дня (по отдельному расписанию) и учитывает возрастные особенности обучающихся, обеспечивает баланс между двигательными и статическими занятиями.

4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности и дополнительного образования в разновозрастных группах.

4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируется:

– Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. № 28;

– Письмом Минобрнауки России от 14.12.2015 № 09-3564 "О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ" (вместе с "Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ").

4.4. Режим работы внеклассной и внеурочной деятельности, дополнительного образования, проведение кружков, регламент проведения спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий с обучающимися выстраивается в соответствии с расписанием занятий и планом работы школы.

4.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха



со сменой вида деятельности.

### **5. Режим двигательной активности обучающихся**

5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности обеспечивается за счет:

- физкультминуток;
  - динамических пауз;
  - организованных подвижных игр на переменах;
  - внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья и др;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и спортивном клубе школы

5.2. 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).

5.3. 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 и рекомендаций врача.

5.4. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях, туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.

### **6. Режим выполнения домашних заданий**

6.1. 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 классе — до 3,5 ч.

### **7. Организация обучающихся в период летнего отдыха и оздоровления**

7.1. Летняя кампания по оздоровлению обучающихся проводится с целью обеспечения занятости детей в летний период, формирования здорового образа жизни, воспитания трудолюбия и любви к окружающей среде.

7.2. Организация работы с обучающимися в летний период регламентируется приказом директора по школе.

7.3. С согласия обучающихся и их родителей (законных представителей) осуществляется организация летней трудовой практики, продолжительность которой устанавливается решением Совета школы.

Мотивированное мнение Совета обучающихся учтено (Протокол №1 от 30.08.2023)

Мотивированное мнение Совета родителей учтено (Протокол №1 от 30.08.2023)