

**Принято**  
на Педагогическом совете  
Протокол от  
28 августа 2024 года

**Подтверждаю**  
Директор МАОУ СОШ №215  
А. А. Шульга  
Приказ от 28.08.2024 № 340-од



## ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий, обучающихся МАОУ СОШ № 215

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Требования к Режиму занятий обучающихся, воспитанников в МАОУ СОШ № 215 (далее Школа) основываются на требованиях ФЗ-273 «Об образовании в РФ»; Приказа Минпросвещения 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»; санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

1.2. Настоящий Режим обязателен для соблюдения всеми участниками образовательных отношений Школы (обучающимися, их родителями (законными представителями), педагогическими работниками).

### 2. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧАЩИХСЯ

2.1. Учебный год в Школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей общеобразовательной программы и календарным учебным графиком (ст.13 пункт 10; статья 34, часть 3 пункт 11). Начало учебного года может переноситься Школой при реализации общеобразовательной программы в очно-заочной форме обучения не более чем на один месяц, в заочной форме обучения - не более чем на три месяца. В процессе освоения общеобразовательных программ учащимся предоставляются каникулы. Сроки начала и окончания каникул определяются Школой самостоятельно и фиксируются в календарном учебном графике.

2.2. Календарный учебный график утверждается ежегодно перед началом нового учебного года приказом директора Школы. С целью профилактики переутомления обучающихся в годовом календарном учебном плане предусматривается чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

2.3. Обучение в Школе организовано в две смены, обучение 1,5,9-11 классов и классов для обучающихся с ОВЗ проводится в первую смену.

2.4. Учебные занятия начинаются в 8 часов 00 минут. Проведение нулевых уроков и обучение в три смены не допускается. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19 часов.

2.5. Для 1-4 классов устанавливается пятидневная учебная неделя, для 5-11 классов устанавливается шестидневная учебная неделя. Урочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможны организация проведение внеурочной деятельности.

2.6. Объем обязательной части образовательной программы начального общего образования должен составлять 8094, образовательной программы основного общего — 7094 и образовательной программы среднего общего образования — 6094. Суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки.

Количество часов, отведенных 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:

Классы	Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах	
	При 6-дневной неделе, не более	При 5-дневной неделе, не более
1		21
2 - 4		26
5		29
6		30
7		32
8 – 9	36	
10 - 11	37	

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

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

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком организуется перерыв продолжительностью не менее 20 минут. Для учащихся второго уровня,

реализующихся ФГОС НОО, между урочной и внеурочной деятельностью организуется динамическая пауза (прогулка) и обед.

2.8. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов.

2.9. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся второго уровня общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, информатика и ИКТ) чередуются с уроками искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся третьего и четвертого уровней общего образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами. Для учащихся 1-х классов наиболее трудные предметы проводятся на 2-м уроке; 2 - 4-х классов - 2 - 3-м уроках; для учащихся 5 - 11-х классов на 2 - 4-м уроках. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. В течение учебного дня не проводится более одной контрольной работы. Контрольные работы проводятся на 2 - 4-м уроках.

2.10. Во время уроков чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности учащихся (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.

2.11. Продолжительность урока (академический час) во 2 - 11 классах не превышает 45 минут. Плотность учебной работы учащихся на уроках по основным предметам составляет 60 - 80%.

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

- используется "ступенчатый" режим обучения 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);

- в середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;

- обучение проводится без балльного оценивания знаний учащихся и домашних заданий;

- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.

2.13. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели, учащиеся имеют облегченный учебный день в среду или в четверг.

2.14. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2-го) - 20 минут.

2.15. Режим обучения и организация работы кабинетов с использованием компьютерной техники соответствует гигиеническим

требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

2.16. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в Школе обеспечиваться за счет:

- физкультминуток в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений;

- 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.

2.17. Моторная плотность занятий физической культурой составляет не менее 70%. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах, учащихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях обязательно.

2.18. При организации практики и занятий общественно-полезным трудом учащихся, 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 учащихся 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.

2.19. 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.

2.20. При проведении занятий по иностранному языку, технологии, информационной технологии, информатике, допускается деление класса на две группы при наполняемости более 25 человек. При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью при проведении занятий по другим предметам, а также классов второго уровня общего образования при изучении иностранного языка.

## 2. РЕЖИМ КАНИКУЛЯРНОГО ВРЕМЕНИ

3.1. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней.

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 учащихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

#### 4. РЕЖИМ ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В РАМКАХ ФГОС

4.1. В школе разработана комплексная программа внеурочной деятельности, которая в соответствии с требованиями Стандарта включает следующие направления развития личности:

- духовно-нравственное,
- социальное,
- общеинтеллектуальное,
- общекультурное,
- спортивно-оздоровительное

и даёт возможность каждому ребёнку «познать», проявить себя в разного рода деятельности и удовлетворить запросы родителей (законных представителей).

4.2. Часы, отводимые на внеурочную деятельность, направлены на реализацию различных форм ее организации, отличных от урочной системы обучения. Занятия проводятся в форме экскурсий, кружков, секций, соревнований, конкурсов, поисковых исследований, клубных занятий и т.д. Школа предоставляет учащимся возможность выбора широкого спектра занятий, направленных на развитие школьника.

4.3. Направления развития личности остаются постоянными, занятия в рамках этих направлений могут меняться в зависимости от кадров и запроса родителей (законных представителей).

4.4. План внеурочной деятельности составляется на основе выбора занятий учащимися и их родителями (законными представителями) после презентации, организуемой работниками школы на родительском собрании будущих первоклассников и пятиклассников и на родительском собрании с родителями учащихся, обучающихся по ФГОС.

4.5. Состав групп (кружков) подвижен, поэтому обучающиеся имеют возможность заниматься теми видами деятельности, которые им интересны, в которых они реализуют себя как личность, развивая свои таланты и способности.

Между урочной деятельностью учащихся и внеурочной деятельностью обязательными для всех учащихся являются перерыв не менее 30 минут.

#### 5. РЕЖИМ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ГРУПП ПРОДЛЕННОГО ДНЯ

5.1. Группы продленного дня комплектуются из обучающихся одного класса либо параллельных классов по желанию родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся по окончании внеурочной деятельности в рамках ФГОС НОО.

5.2. Для обеспечения максимально возможного оздоровительного влияния и сохранения работоспособности учащихся, посещающих группы продленного дня, соблюдается рациональная организация режима дня, начиная с момента прихода в Школу, и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

Наилучшим сочетанием видов деятельности обучающихся в группах продленного дня является их двигательная активность на воздухе до начала самоподготовки (прогулка, подвижные и спортивные игры, общественно-полезный труд на участке Школы, если он предусмотрен образовательной программой), а после самоподготовки - участие в мероприятиях эмоционального характера (игры, посещение зрелищных мероприятий, подготовка и проведение концертов самодеятельности, викторин и другие мероприятия).

В режиме дня обязательно предусматривается: питание (полдник), прогулка, самоподготовка, общественно-полезный труд, и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий. Для восстановления работоспособности учащихся перед выполнением домашних заданий организуется отдых длительностью не менее 1 часа. Основная часть этого времени отводится на свежем воздухе. Целесообразно предусмотреть прогулки: прогулки сопровождаются спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями. В зимнее время полезно организуются занятия конькобежным спортом, лыжами 2 раза в неделю. В теплое время года организуются занятия легкой атлетикой, волейболом, баскетболом, теннисом и другими спортивными играми на открытом воздухе. Учащиеся, отнесенные к специальной медицинской группе или перенесшие острые заболевания, во время спортивных и подвижных игр выполняют упражнения, не связанные со значительной нагрузкой. Одежда обучающихся во время занятий на открытом воздухе должна предохранять их от переохлаждения и перегревания и не стеснять движений. В непогоду подвижные игры можно переносить в хорошо проветриваемые помещения. Местом для отдыха на свежем воздухе и проведения спортивного часа является пришкольный участок со специально оборудованными площадками.

5.3. При выполнении учащимися домашних заданий (самоподготовка) следует соблюдать следующие рекомендации:

- приготовление уроков проводятся в закрепленном учебном помещении, оборудованном мебелью, соответствующей росту учащихся;

- начинать самоподготовку в 16 часов, так как к этому времени отмечается физиологический подъем работоспособности;

- ограничивать длительность выполнения домашних заданий, чтобы затраты времени на 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.;

- предоставлять по усмотрению учащихся очередность выполнения домашних заданий, рекомендуя при этом начинать с предмета средней трудности для данного учащегося;

- предоставлять учащимся возможность устраивать произвольные перерывы по завершении определенного этапа работы;
- проводить "физкультурные минутки" длительностью 1-2 минуты;
- предоставлять обучающимся, закончившим выполнение домашних заданий раньше всей группы, возможность приступить к занятиям по интересам (в игровой, библиотеке).

## 6. ПРОМЕЖУТОЧНАЯ И ИТОГОВАЯ АТТЕСТАЦИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

- 1 классов и 2 классов (1 полугодие) - по итогам учебного года (безотметочное обучение);
- 2 классы (со второго полугодия) - 9 классов – по итогам четвертей, учебного года (балльное оценивание);
- 10,11 классов - по полугодиям (балльное оценивание).

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

6.2. Государственная (итоговая) аттестация в выпускных 9 и 11 классах проводится в соответствии с нормативно-правовыми документами Министерства образования РФ.