

Рассмотрено  
на Совете школы  
Протокол № 1 от 23.08.16



Утверждаю  
Директор школы  
Клещина И.Л.  
23 августа 2016

## Положение о режиме занятий учащихся МКОУ «Чистовская основная общеобразовательная школа»

### I. Общие положения

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся Муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Чистовская основная 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».

### 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.

При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы.

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

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

2.5. Продолжительность учебного года на первой, второй и третьей ступенях общего образования составляет не менее 34 учебных недель без учета государственной итоговой аттестации в 9 классе, в 1-х классах - 33 учебных недели.

2.6. Для профилактики переутомления учащихся в годовом календарном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

В течение учебного года для учащихся устанавливаются каникулы продолжительностью 30 календарных дней, летом – 92 дня.

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 образовательного процесса, не должны превышать величину максимально допустимой недельной нагрузки:

Для учащихся устанавливается 5-дневная учебная неделя.

- 1 класс – максимально допустимая недельная нагрузка не более 21 часа в неделю

- 2-4 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 23 часов в неделю - 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 29 часов в неделю

- 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 30 часов в неделю

- 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 32 часов в неделю

- 8-9 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 33 часов в неделю 2.8.

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

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

Продолжительность факультативов, групповых и индивидуальных занятий, занятий дополнительного образования – до 45 минут.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет 10-20 минут. Для организации питания учащихся в режим учебных занятий после третьего и пятого уроков устанавливаются две 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 45 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 -6-х классов - не более 6 уроков.
- для учащихся 7-9 классов – не более 7 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 в пятницу или субботу (по бдневной ).

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