

Рассмотрено
на заседании педагогического совета МБОУ «Жигайловская СОШ»
Протокол № 1 от 29.08.2022 г.

Согласовано
с учетом мнения Совета родителей обучающихся МБОУ «Жигайловская СОШ»

Принято
на заседании Управляющего совета МБОУ «Жигайловская СОШ»
Протокол № 4 от 29.08.2022 г.

Согласовано
с учетом мнения Ученического союза «Творческий мир» МБОУ «Жигайловская СОШ»



Положение
о режиме занятий обучающихся
МБОУ «Жигайловская средняя общеобразовательная школа
Корочанского района Белгородской области»

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ «Жигайловская СОШ» (далее – Школа) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- 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 РФ от 28.09.2020 № 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,
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115.
- Локальными нормативными актами, регламентирующие организацию образовательной деятельности Школы.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий. Режим занятий, обучающихся действует в течение учебного года и регламентирует функционирование Школы в период организации образовательного процесса, каникул. Временное изменение режима занятий возможно на основании приказа Образовательного учреждения.

1.3. Целями установления режима занятий, обучающихся являются: упорядочение учебно-воспитательного процесса в соответствии с

нормативными правовыми актами, обеспечение конституционных прав, обучающихся на образование и здоровьесбережение.

2. Учебный год

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения начинается 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти, полугодия. Количество четвертей в учебном году – 4, 2 полугодия.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (полугодий), сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1–11-х классах;

3.2. Продолжительность уроков: 1 класс - 35 минут (1-я и 2-я учебная четверть) 40 минут (3-я и 4-я учебная четверть) **2-11 класс** - 45 минут, классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков 8-30.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, Для организации питания обучающихся в режиме учебных занятий предусмотрены 2 перемены, продолжительностью не менее 20 минут.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Расписание звонков

Сентябрь-декабрь	Январь-май
8 ³⁰ -9 ⁰⁵ – 1 урок 9 ⁰⁵ -9 ²⁵ – перемена, (20 мин, завтрак) 9 ²⁵ -10 ⁰⁰ – 2 урок 10 ⁰⁰ -10 ⁴⁰ – динамическая пауза (40 мин) 10 ⁴⁰ -11 ¹⁵ – 3 урок 11 ¹⁵ -11 ²⁵ – перемена (10 мин) 11 ²⁵ -12 ⁰⁰ – 4 урок 12 ⁰⁰ - 12 ²⁰ - перемена, обед (20 мин)	8 ³⁰ -9 ¹⁰ – 1 урок 9 ¹⁰ -9 ³⁰ – перемена, (20 мин, завтрак) 9 ³⁰ -10 ¹⁰ – 2 урок 10 ¹⁰ -10 ⁵⁰ – динамическая пауза (40 мин) 10 ⁵⁰ -11 ³⁰ – 3 урок 11 ³⁰ -11 ⁴⁰ – перемена (10 мин) 11 ⁴⁰ -12 ²⁰ – 4 урок 12 ²⁰ - 12 ⁴⁰ - перемена, обед (20 мин)

2-11 классы

8³⁰-9¹⁵ – 1 урок
9¹⁵-9²⁵ – перемена, (10 мин)
9²⁵-10¹⁰ – 2 урок
10¹⁰-10³⁰ – перемена, завтрак (20 мин)
10³⁰-11¹⁵ – 3 урок
11¹⁵-11²⁵ – перемена (10 мин)
11²⁵-12¹⁰ – 4 урок
12¹⁰- 12²⁰ - перемена (10 мин)
12²⁰- 13⁰⁵ – 5 урок
13⁰⁵-13¹⁵ – перемена (10 мин)
13¹⁵-14⁰⁰ – 6 урок
14⁰⁰-14²⁰ – обед, перемена (20 мин)
14²⁰-15¹⁰ – 7 урок

Дополнительное образование. Внеурочная деятельность

Между последним уроком и началом занятий в объединениях дополнительного образования, внеурочной деятельности перерыв не менее 30 минут

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на каждом уроке проводится физкультминутка и гимнастика для глаз.

4.2. С целью увеличения двигательной активности в режим дня перед началом первого урока включена зарядка, в середине дня – динамическая пауза для 1-4 классов.

4.3. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня и 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 - 6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7 - 11 классов - не более 7 уроков.

4.4. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением «ступенчатого» режима 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 (1 день 5 уроков за счет урока физической культуры).

4.5. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

4.6. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО).

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.

4.7. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

5. Особенности режима занятий

при электронном и дистанционном обучении

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

5.2. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.

5.3. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.5. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности

обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

6.3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.