

ПРИНЯТО на заседании  
Педагогического совета  
Протокол от 30.08.2022г. №1

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МОАУ "СОШ №38"  
Приказ от 30.08.2022г. №114

## ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий обучающихся МОАУ "СОШ №38"

### I. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся МОАУ "СОШ №38" (далее - Положение) разработано в соответствии с Конвенцией ООН о правах ребёнка, Декларацией прав ребёнка, Конституцией РФ от 12.12.1993 г., Федеральным Законом от 24.07.1998г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации», Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Санитарными правилами СП2.4.2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28, Уставом МОАУ «СОШ №38».

1.2. Настоящее Положение утверждено с учетом мнения Общешкольного родительского комитета (протокол от 30.08.2022г. №1) и Ученического совета (протокол от 30.08.2022г. №1).

1.3. Настоящее Положение регламентирует функционирование МОАУ "СОШ №38" в период организации образовательной деятельности, каникул, летнего отдыха и оздоровления обучающихся.

### II. Режим образовательной деятельности

2.1. Учебный год в МОАУ "СОШ №38" начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября на выходной день (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

2.2. Продолжительность учебного года регламентируется календарным учебным графиком, на всех уровнях общего образования составляет не менее 34 учебных недель без учета государственной итоговой аттестации, в 1-х классах - 33 учебных недели.

2.3. Учебный год в 1-9 классах делится на четыре четверти, в 10-11 классах на два полугодия.

2.4. В календарном графике предусматривается равномерное распределение периодов учебного года и каникул. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней. Для обучающихся 1 класса устанавливаются дополнительные каникулы в середине третьей четверти (7 календарных дней).

2.5. Начало учебных занятий - не ранее 8.00, ежегодно утверждается приказом директора.

2.6. Продолжительность урока во 2-11 классах - не более 45 минут, за исключением 1 класса, ежегодно утверждается приказом директора. В 1 классе, в соответствии с Санитарными правилами СП2.4.2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» обучение ведется с соблюдением следующих 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 организована динамическая пауза продолжительностью 40 минут; - обучение без домашних заданий и балльного оценивания знаний обучающихся.

2.7. Продолжительность групповых и индивидуальных занятий, занятий дополнительного образования составляет не более 45 минут. Часы групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой в течение дня нагрузки.

2.8. Продолжительность перемен между уроками установлена в соответствии с Санитарными правилами СП2.4.2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» составляет не менее 10 минут; большой перемены - по 20 минут после 2 или 3 урока. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

### III. Объем недельной образовательной нагрузки

3.1. Недельная образовательная нагрузка обучающихся определяется МОАУ «СОШ №38» в соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

3.2. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не должны превышать величину максимально допустимой недельной нагрузки: - 1 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 21 часа в неделю (5 - дневная учебная неделя); - 2-3 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 23 часов в неделю (5 - дневная учебная неделя); - 4 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 26 часов в неделю (6 - дневная

учебная неделя); - 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 32 часов в неделю (6 - дневная учебная неделя); - 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 33 часов в неделю (6 - дневная учебная неделя); - 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 35 часов в неделю (6-дневная учебная неделя); - 8 - 9 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 36 часов в неделю (6 - дневная учебная неделя); - 10-11 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 37 часов в неделю (6 - дневная учебная неделя).

3.3. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять: - для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 раз 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 при 6-дневной учебной неделе; - для обучающихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков; - для обучающихся 7 - 11-х классов - не более 7 уроков.

3.4. 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.

3.5. При проведении занятий по татарскому, иностранному языкам, технологии, информатике на уровне основного общего образования допускается деление класса на две группы, если его наполняемость составляет не менее 25 человек, а также 1-4 классов - при изучении татарского и иностранного языков.

#### IV. Расписание занятий

4.1. Последовательность учебных занятий определяется расписанием на основании учебного плана, в соответствии с санитарными правилами СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

4.2. Расписание утверждается приказом директора МОАУ «СОШ №38».

4.3. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и групповых занятий.

4.4. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

4.5. При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся уровня начального общего образования основные предметы (математика, русский, татарский языки и иностранный язык, окружающий мир) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся уровней основного общего образования и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

4.6. Для обучающихся 1-х классов наиболее трудные предметы должны проводить на 2-м уроке; 2 - 4-х классов - 2 - 3-м уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов на 2 - 4-м уроках. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

4.7. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4-м уроках.

4.8. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в среду или в четверг.

4.9. 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. Продолжительность урока не превышает 40 минут.

4.10. 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.

4.11. Занятия по программам дополнительного образования планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом дополнительных занятий и последним уроком организовывается перерыв продолжительностью не менее 30 минут.

4.12. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

4.13. Двигательная активность обучающихся 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.

4.14. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, 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). 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 проводят с учетом заключения врача. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

4.15. Расписание занятий должно предусматривать перерыв достаточной продолжительности для питания обучающихся (пункт 2 статьи 37 Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»).

## V. Режим работы объединений дополнительного образования

5.1. Режим работы объединений дополнительного образования определяется в соответствии с санитарными правилами СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

5.2. Между занятиями по основным общеобразовательным программам и посещением объединений дополнительного образования в МОАУ «СОШ №38» устраивается перерыв продолжительностью для отдыха не менее 30 минут.

5.3. Окончание занятий в объединениях дополнительного образования в МОАУ «СОШ №38» должно быть не позднее 19.00 ч.

5.4. Занятия в объединениях дополнительного образования в МОАУ «СОШ №38» могут проводиться в любой рабочий день недели, включая каникулы.

5.5. Максимальная продолжительность занятий в объединениях дополнительного образования в учебные дни составляет 1,5 часа, в каникулярные дни - 3 часа. После 30-45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений.

5.6. Режим занятий объединений дополнительного образования устанавливается расписанием, утвержденным директором.

## VI. Заключительные положения

6.1. Положение вступает в силу с 01.09.2022г.

6.2. При изменении законодательства в Положение вносятся изменения в установленном законом порядке.