

Принято на педагогическом  
совете школы  
Протокол №1 от 30 августа 2016г.

Утверждаю:  
И.о. директора  
МБОУ «Ломоносовская школа»  
Приказ № 61-у от 30 августа 2016г.

  
Перетягина А.В./

**Положение**  
**о режиме занятий обучающихся**  
**муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**  
**"Ломоносовская средняя школа им. М.В.Ломоносова"**

**1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее - Положение) муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения "Ломоносовская средняя школа им. М.В.Ломоносова" (далее - ОО) разработано в соответствии с ч. 2 ст. 30 Федерального Закона от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013г. №1015 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования" (с изменениями на 17 июля 2015г.); Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010г. № 189 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24 ноября 2015г. № 81) (далее - СанПиН); Уставом ОО, учебным планом, календарным учебным графиком ОО.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся ОО.

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми участниками образовательных отношений ОО.

**2. Режим образовательной деятельности**

2.1. Образовательная деятельность в ОО осуществляется на основе учебного плана, календарного учебного графика, расписания занятий, утвержденных приказом директора ОО.

2.2. Календарный учебный график отражает сроки начала и окончания учебного года, даты начала и окончания каникул, продолжительность учебной недели, продолжительность урока, время начала и окончания уроков, сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации.

2.3. Учебный год в ОО начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком. При совпадении 1 сентября и выходного дня, учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

2.4. Продолжительность учебного года в соответствии с календарным учебным графиком составляет:

- в 1 классе - 33 учебные недели;

- во 2-11 классах - 34 учебные недели (без учета государственной итоговой аттестации для обучающихся 9, 11 классов).

2.5. Учебный год делится на четверти в 1-9 классах, полугодия - в 10-11 классах.

2.6. Занятия в ОО проводятся в одну смену по 5-дневной учебной неделе.

2.7. Учебные занятия в ОО начинаются в 08.30.

2.8. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 45 минут.

2.9. В соответствии с требованиями СанПиН обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

-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 по 35 минут каждый; январь - май – по 4 урока по 40 минут каждый);

- рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут.

2.10. Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, после 3 урока - 25 минут, после 4 урока - 20 минут.

2.11.Расписание звонков:

1 урок	8.30-9.15
2 урок	09.25-10.10
3 урок	10.20-11.05
4 урок	11.30-12.15
5 урок	12.35-13.20
6 урок	13.30-14.15
7 урок	14.25-15.10

2.12. Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для обучающихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;

- для обучающихся 2–4-х классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;

- для обучающихся 5–7-х классов - не более 7 уроков;

- для обучающихся 8–11-х классов - не более 8 уроков.

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

Распределение учебной нагрузки в течение недели строится так, чтобы наибольший объем приходился на вторник и (или) среду.

2.14. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах).

Уроки физкультуры на улице проводятся с учетом показателей температуры наружного воздуха и состояния погоды в соответствии с нормами СанПиН 2.4.2.821-10 (прил. 7)

Класс	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на уроках физической культуры на открытом воздухе			
	без ветра	при скорости ветра до 5 м/с	при скорости ветра до 6-10 м/с	при скорости ветра более 10 м/с
1-4 классы	-10-11°C	-6-7°C	-3-4°C	Занятия не проводятся
5-6 классы	-12°C	-8°C	-5°C	
7-8 классы	-15°C	-12°C	-8°C	
9-11 классы	-16°C	-15°C	-10°C	

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

2.16. Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам должна составлять 60-80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

2.17. 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.

2.18. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объем нагрузки и максимальный объем аудиторной нагрузки на обучающегося не должен превышать требования, установленные СанПиН.

Гигиенические требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся:

Классы	Максимальная допустимая аудиторная недельная нагрузка	Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности
1	21	10
2 - 4	23	10
5	29	10
6	30	10
7	32	10
8 - 9	33	10
10 - 11	34	10

### **3. Режим питания обучающихся**

3.1. Организацию питания обучающихся осуществляет ОО за счет родительских средств, которые вносятся до 25 числа текущего месяца за следующий месяц в бухгалтерию ОО.

3.2. Для организации питания, хранения и приготовления пищи выделяются специальные помещения.

3.3. Питание обучающихся проводится согласно установленному графику. Классные руководители сопровождают обучающихся в столовую, присутствуют при приеме пищи, обеспечивают порядок.

3.4. При организации группы продленного дня в ОО должно быть предусмотрено двухразовое питание обучающихся: обед — на большой перемене; полдник — на 6 уроке.

### **4. Режим каникулярного времени**

4.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

4.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 календарных недель.

4.3. Для обучающихся первого класса в течение года устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине 3 четверти.

4.4. В каникулярное время в соответствии с необходимыми условиями ОО может организовывать работу детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием детей.

### **5. Режим внеурочной деятельности**

5.1. Внеурочная деятельность организуется во второй половине дня и должна учитывать возрастные особенности обучающихся, обеспечивать баланс между двигательными и статическими занятиями.

Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

5.2. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации

образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

5.3. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

5.4. Режим работы объединений дополнительного образования, регламент проведения спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий с обучающимися выстраивается в соответствии с приказом по школе.

5.5. В режиме дня групп продлённого дня должны обязательно предусматриваться питание, прогулка, самоподготовка, кружковая работа и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

5.6. После окончания учебных занятий в группе продлённого дня для восстановления работоспособности обучающихся перед выполнением домашних заданий организуется отдых. Основная часть этого времени отводится на свежем воздухе.

Прогулки рекомендуется сопровождать спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями. В непогоду подвижные игры можно переносить в хорошо проветриваемые помещения.

## **6. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации**

6.1. Промежуточная аттестация во 2-8, 10 классах проводится согласно Положению о формах, периодичности, порядке текущего контроля, об организации промежуточной аттестации в ОО с 25 апреля по 25 мая текущего года без прекращения образовательной деятельности.

6.2. Сроки проведения государственной итоговой аттестации обучающихся, освоивших образовательные программы основного общего и среднего общего образования устанавливаются Федеральной службой по надзору в сфере образования и науки (основной этап: май-июнь)

## **7. Режим работы в «активированные» дни**

7.1. Во избежание несчастных случаев, связанных с пребыванием обучающихся на открытом воздухе при низких температурах наружного воздуха, считать «активированными» днями, в которые возможно непосещение учебных занятий обучающимися по неблагоприятным погодным условиям по усмотрению родителей (законных представителей) учебный день при температурном режиме наружного воздуха:

- при  $-25^{\circ}\text{C}$  и ниже – для обучающихся 1 - 4 классов;
- при  $-27^{\circ}\text{C}$  и ниже – для обучающихся 1 – 6 классов;
- при  $-30^{\circ}\text{C}$  и ниже – для обучающихся 1 – 8 классов;
- при  $-33^{\circ}\text{C}$  и ниже – для обучающихся 1 – 11 классов.

7.2. В «активированный» день деятельность ОО осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы, деятельность педагогических работников - в соответствии с установленной учебной нагрузкой, расписанием учебных занятий.

7.3. В период чрезвычайных ситуаций, погодных условий (затяжных морозов), введения карантинных мероприятий по заболеваемости гриппом, ОРВИ и другими инфекционными заболеваниями, образовательная деятельность осуществляется с использованием дистанционных технологий, «Дневник.ру», социальных сетей и других форм.

7.4. Решение о возможности непосещения обучающимся ОО в «активированный» день принимают родители (законные представители).

7.5. Для обучающихся, пришедших на занятия в «активированный» день, все виды занятий проводятся в полном объеме в соответствии с их расписанием.

7.6. В случае отсутствия обучающегося на учебных занятиях в «активированный» день, он самостоятельно выполняет задания, получая их от классного руководителя (учителя-предметника) в различной форме.