

**ПРИНЯТО**

Общим собранием работников  
Муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Средняя школа № 4»  
протокол от 23.04.2015 №6



**УТВЕРЖДЕНО**  
приказом директора  
Муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Средняя школа № 4»  
приказ от 23.04.2015 №123-п

**ПОЛОЖЕНИЕ  
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ УЧАЩИХСЯ**



**КОПИЯ С ПОДЛИННИКА ВЕРНА**  
Директор МБОУ СШ № 4  
*Е.Н. Урсова* /Е.Н. Урсова/  
2016 г.

Дзержинск,  
2015 г.

## **I. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий учащихся Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 4» (далее – Учреждение) регламентирует режим занятий учащихся Учреждения.

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 Учреждении 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 Учреждения.

Учебный год составляют учебные периоды: четыре 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 Учреждением самостоятельно в соответствии с примерным календарным учебным графиком.

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 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:

- 1 класс – максимально допустимая недельная нагрузка не более 21 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 2-4 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 23 часов в неделю (5-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).

2.8.С учетом потребностей учащихся и их родителей (законных представителей) учебные занятия в 1-4 классах Учреждения организуются в режиме 5 – дневной учебной недели. Учебные занятия в 5-11 классах организуются в режиме 6-дневной учебной недели.

Для учащихся первых классов устанавливается 5-дневная учебная неделя.

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

2.10.Продолжительность уроков во всех классах составляет 45 минут, за исключением 1-ых классов, в которых продолжительность уроков регламентируется пунктом 2.12 Положения.

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

2.11.Продолжительность перемен между уроками составляет 10-20 минут. Для организации питания учащихся в режим учебных занятий после второго и третьего уроков устанавливаются две перемены по 20 минут каждая.

2.12.В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям Учреждения 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, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры при 6-дневной учебной неделе;
- для учащихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;
- для учащихся 7 - 11-х классов - не более 7 уроков.

2.14. Расписание уроков утверждается директором Учреждения.

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 четверг, пятницу или субботу.

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 - 11 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 Учреждения.

2.21. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой в течение дня нагрузки.

2.22. Для учащихся 1-х – 4-х классов, исходя из запросов их родителей (законных представителей), в Учреждении организуются группы продленного дня.

Режим работы группы продленного дня ежегодно утверждается директором Учреждения.

Работа групп продленного дня регламентируется Положением о группах продленного дня Учреждения.

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