

ПРИНЯТО  
Общим собранием  
работников МБОУ  
«Средняя школа № 33»  
протокол № 3 от «13» апреля 2017 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора МБОУ  
«Средняя школа № 33»  
от «14» апреля 2017г № 114-п

**Положение о режиме занятий учащихся  
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Средняя школа № 33»**



Директор  
МБОУ «Средняя школа № 33»  
*И.И. Демисова*

## **I. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 33» (далее – Школа).

1.2. Настоящее Положение разработано на основании следующих документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 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».
- 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;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.12.2015 № 81 «О внесении изменений № 3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 г. № 26

## **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 календарным учебным графиком Школы.

Учебный год составляют учебные периоды: четыре четверти в 1-9 классах, полугодия в 10, 11 классах.

После каждого учебного периода следуют каникулы.

2.3. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком, разрабатываемым и утверждаемым Школой самостоятельно в соответствии с основными образовательными

программами начального общего, основного общего и среднего общего образования .

2.4.В 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 всех уровнях общего образования составляет не более 34 учебных недель без учета государственной итоговой аттестации, в 1-х классах, 9 - х и 11 - х классах - 33 учебных недели.

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

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

Для учащихся в первых классах устанавливаются дополнительные недельные каникулы в феврале.

2.7.Количество часов, отведенных на освоение учащимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не должны превышать величину максимально допустимой аудиторной недельной нагрузки:

- 1 класс – максимально допустимая аудиторная 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);

- 2-4 классы - максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка не более 26 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);

- 5 класс - максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка не более 32 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);

- 6 класс - максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка не более 33 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);

- 7 класс - максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка не более 35 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);

- 8-9 классы - максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка не более 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);

- 10-11 классы - максимально допустимая аудиторная 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 2 - 4 классах Школы организуются в режиме 5-ти или 6-ти – дневной учебной недели. Учебные занятия в 5-11 классах организуются в режиме 6-дневной учебной недели.

Для учащихся первых общеобразовательных классов и учащихся, обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования, устанавливается 5-дневная учебная неделя.

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

2.10.Продолжительность уроков во 2 - 11 классах возрастной нормы составляет 45 мин, за исключением 1-ых классов, в которых

продолжительность уроков регламентируется пунктом 2.12 данного Положения.

Продолжительность уроков в классах для детей с ограниченными возможностями здоровья составляет 40мин.

Во 2 – 9 классах для детей с ОВЗ в конце каждого урока проводятся релаксационные мероприятия в течение 5 минут.

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 первого, второго и третьего 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 40 минут каждый

В середине учебного дня предусмотрено проведение динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут.

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

- для учащихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 2 - 4-х классов - 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 5 - 7-х классов - не более 7 уроков;
- для учащихся 8 - 11-х классов - не более 8 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 четверг, пятницу или субботу. Для учащихся с ограниченными возможностями здоровья – среда или четверг.

2.16.С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся 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 учащихся 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. Для учащихся 1-х – 4-х классов и для детей с ограниченными возможностями здоровья при получении основного общего образования исходя из запросов их родителей (законных представителей), в Школе организуются группы продленного дня.

Режим работы группы продленного дня ежегодно утверждается директором Школы.

Работа групп продленного дня регламентируется Положением о группе продленного дня Школы.

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

Положение принято с учетом мнения

Совета учащихся (протокол от 11.04.2017г № 8),

Совета родителей (законных представителей) (протокол от 11.04.2017 № 2).

Прощуровано, прогумеровано и  
скреплено деталями листов  
Директор МБОУ «СЦ № 53»  
Н.Г. Денисова

