

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №4»  
(МАОУ СОШ № 4)

СОГЛАСОВАНО  
Педагогическим советом  
(протокол от 25.05.2018г.№ 13)

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом МАОУ СОШ № 4  
от 25.05.2018г. № 107



**Положение  
о режиме занятий учащихся**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 4» (далее – ОО).

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».

**2. Организация режима занятий учащихся**

2.1. Учебный год в ОО 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 ОО.

Учебный год составляют учебные периоды: четыре четверти – для 1-9 классов, два полугодия для 10-11 классов.

При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы.

2.3. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, разрабатываемым и

утверждаемым ОО 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 для 1-х классов составляет 33 учебные недели, для 2-11 классов - 34 учебных недели без учета государственной итоговой аттестации.

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 и регулируются ежегодно календарным учебным графиком.

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

2.7. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана, не должны превышать величину максимально допустимой недельной нагрузки (5-ти дневная учебная неделя):

- 1 класс – максимально допустимая недельная нагрузка не более 21 часа в неделю

- 2-4 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 23 часов в неделю;

- 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 29 часов в неделю;

- 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 30 часов в неделю;

- 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 32 часов в неделю;

- 8-9 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 33 часов в неделю.

- 10-11 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 34 часов в неделю.

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

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

2.10. Продолжительность уроков во всех классах составляет 45 минут, за исключением 1-го класса, в котором продолжительность уроков регламентируется пунктом 2.12 Положения, и классов адаптированного обучения, в которых продолжительность урока составляет 40 минут.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет 10-25 минут. Для организации питания учащихся в режим учебных занятий после

второго и третьего уроков составляет 15 минут после каждого, после четвертого – 25 минут.

2.12. В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям ОО 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; один день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры.

2.13. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели.

2.14. Расписание уроков утверждается директором ОО.

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 соответствии с требованиями СанПиН.

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).

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 образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминуток;

- 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 ОО.

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 Школе организуются группы присмотра.

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