

**Березовское муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №29 Школа на твоём берегу»»**

ПРИНЯТО
на Педагогическом совете
Протокол № 2/1
от «2» марта 2021 г.



Подписано цифровой подписью:
Киселёва А.В.
DN: cn=Киселёва А.В., o=БМАОУ
СОШ №29 "Школа на твоём
берегу", email=bgo_0029@mail.ru,
c=RU
Дата: 2021.06.06 00:33:08 +05'00'

УТВЕРЖДЕНО
Директор БМАОУ СОШ №29 «Школа
на твоём берегу»
А.В.Киселёва
Приказ от «2» марта 2021г № 21/1

ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Общие положения

Положение о Режиме занятий обучающихся разработано в соответствии с ст. 30 Федерального закона от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3585-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», Приказом Минпросвещения России от 28.08.2020 N442 (ред. От 20.11.2020) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования», с целью создания правовых гарантий для согласования интересов участников отношений в сфере образования, условий для получения образования, охраны здоровья обучающихся.

2. Режим учебной деятельности обучающихся

2.1. Учебный год в образовательной организации начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.2. Первый и последний день учебного года в Школе для обучающихся 1–11 классов определяется календарным учебным графиком, который утверждается приказом директора Школы.

2.3. Продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с календарным учебным графиком и составляет:

в 1 классе — 33 учебные недели,

во 2–8 классах — 34- 35 учебных недель,

в 9, 11 классе — 33-34 учебные недели без учета государственной (итоговой) аттестации)

2.4. Учебный год делится на четверти. Между четвертями - каникулы. Этим достигается равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха учащихся (здоровьесберегающий подход).

2.5. В школе устанавливается пятидневная рабочая неделя в 1-4 классе. В 5-9 классах- шестидневная рабочая неделя.

2.6. Продолжительность каникул устанавливается календарным учебным графиком. Для обучающихся первых классов в течение года устанавливаются дополнительные недельные каникулы в третьей четверти. В каникулярное время в соответствии с необходимыми условиями Школа может организовывать работу пришкольных лагерей.

2.7. Обучение в образовательной организации ведется:

- в организации;
- вне организации.

2.8. Школа организует деятельность в две смены. Обучение 1-ых, 5-ых, 9-ых, 11-х классов организовано в первую смену. Обучение в три смены не допускается.

2.9. Первый урок начинается в 8.55.

2.10. Продолжительность урока составляет 40 минут. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;

- 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 в день по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый).

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

- обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся и домашних заданий;

- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет:

После 1 урока 10 минут,

После 2 и 3 урока – 20 минут

После 4,5,6 урока- 10 минут

Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

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

При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, литературное чтение) необходимо чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными. Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводить на 2 уроке; 2 - 4 классов - 2 - 3 уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов - на 2 - 4 уроках.

2.13. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах, занятия в бассейне).

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

2.15. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся рекомендуется проводить не менее 3-х учебных занятий физической культурой (в урочной и внеурочной форме) в неделю, предусмотренных в объеме общей недельной нагрузки. Заменять учебные занятия физической культурой другими предметами не допускается.

2.16. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в четверг или пятницу.

2.17. Рекомендуется организовывать перемены на открытом воздухе. С этой целью при проведении ежедневной динамической паузы рекомендуется увеличить продолжительность большой перемены до 40 минут, из которых не менее 30 минут отводится на организацию двигательных видов деятельности обучающихся на спортплощадке учреждения, в спортивном зале или в рекреациях.

2.18. Перерыв между сменами должен составлять не менее 30 минут для проведения влажной уборки в помещениях и их проветривания, в случае неблагоприятной эпидемиологической ситуации для проведения дезинфекционной обработки перерыв увеличивают до 60 минут.

Использование в учебном процессе инновационных образовательных программ и технологий, расписаний занятий, режимов обучения возможно при отсутствии их неблагоприятного влияния на функциональное состояние и здоровье обучающихся.

2.19. При организации образовательной деятельности учитываются особенности психофизического развития, индивидуальные возможности и состояние здоровья обучающихся с ОВЗ. Учебные занятия для обучающихся с ОВЗ начинаются не ранее 9 часов.

2.20. В общеобразовательной организации может осуществляться присмотр и уход в группах продленного дня при создании условий.

В режиме дня должны обязательно предусматриваться: питание, прогулка, самоподготовка, общественно-полезный труд, кружковая работа и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

После окончания учебных занятий в общеобразовательной организации для восстановления работоспособности обучающихся перед выполнением домашних заданий организуется отдых длительностью не менее 2 часов. Основная часть этого времени проводится на свежем воздухе. Целесообразно предусмотреть прогулки:

- до обеда, длительностью не менее 1 часа, после окончания учебных занятий в школе;

- перед самоподготовкой, в течение часа.

При выполнении обучающимися домашних заданий (самоподготовка) следует соблюдать следующие рекомендации:

- приготовление уроков проводить в закрепленном учебном помещении, оборудованном мебелью, соответствующей росту обучающихся;

- начинать самоподготовку в 15 - 16 часов, так как к этому времени отмечается физиологический подъем работоспособности;

- ограничивать длительность выполнения домашних заданий, чтобы затраты времени на 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;

- предоставлять по усмотрению обучающихся очередность выполнения домашних заданий, рекомендуя при этом начинать с предмета средней трудности для данного обучающегося;
- предоставлять обучающимся возможность устраивать произвольные перерывы по завершению определенного этапа работы;
- проводить "физкультурные минутки" длительностью 1 - 2 минуты;
- предоставлять обучающимся, закончившим выполнение домашних заданий раньше всей группы, возможность приступить к занятиям по интересам (в игровой, библиотеке, читальне).

2.21. При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения должны соблюдаться следующие требования:

2.21.1. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.

2.21.2. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

2.21.3. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам.

2.21.4. При необходимости использовать наушники, время их непрерывного использования для всех возрастных групп должно составлять не более часа. Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной. Внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования.

2.21.5. 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. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

2.21.6. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности.

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.

3. Режим питания учащихся

3.1. Правильно организованное и рациональное питание является важнейшим оздоровительным фактором. При нахождении детей и молодежи в образовательной организации более 4 часов обеспечивается горячее питание.

При организации продленного дня в общеобразовательной организации должно быть предусмотрено трехразовое питание обучающихся: завтрак - на второй или третьей перемене во время учебных занятия; обед - в период пребывания на продленном дне в 13 - 14 часов, полдник - в период пребывания на продленном дне в 16 - 17 часов. Обед и полдник, организованные дополнительно в период пребывания на продленном дне, реализуются за счет средств родителей.

3.2. Питание обучающихся проводится согласно установленного графика (после 2 и 3 урока- начальная школа, после 4 урока- основная школа)

4. Режим внеурочной деятельности

4.1. Внеурочную деятельность реализуют в виде экскурсий, кружков, секций, олимпиад, соревнований и т.п.

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

Рекомендуется для организации различных видов внеурочной деятельности использовать общешкольные помещения: спортивный зал, спортивные сооружения, стадион, а также помещения близко расположенного центра детского досуга и библиотеки.

4.2. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и кружковая работа организуется во второй половине дня и должна учитывать возрастные особенности обучающихся, обеспечивать баланс между двигательными-активными и статическими занятиями.

4.3. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

4.4. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности.

Длительность занятий зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности, как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, должны составлять не более 50 минут в день для обучающихся 1 - 2 классов, и не более полутора часов в день - для остальных классов. На музыкальных занятиях рекомендуется шире использовать элементы ритмики и хореографии. Просмотры телепередач и кинофильмов не следует проводить чаще двух раз в неделю с ограничением длительности просмотра до 1 часа для обучающихся 1 - 3 классов и 1,5 - для обучающихся 4 - 8 классов.

4.5. Работа по внеурочной деятельности начинается через 30 минут после последнего урока и заканчивается в 19.00.

4.6. Режим занятий при реализации программ дополнительного образования определяется каждой дополнительной общеобразовательной программой.

5. Режим работы в активированные дни

5.1. Во избежание несчастных случаев, связанных с пребыванием обучающихся на открытом воздухе при низких температурах воздуха считать активированным учебный день для:

1–4 классов:

При температуре воздуха –28 град. С без ветра

- 25 град.С с ветром (при скорости ветра не менее 4 м/сек)

5–9 классов:

При температуре воздуха –30 град. С без ветра

- 28 град.С с ветром

10–11 классов:

При температуре воздуха –32 град. С без ветра

- 30 град.С с ветром

5.2. В активированный день деятельность Школы осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы, деятельность педагогических работников — в соответствии с установленной учебной нагрузкой, расписанием учебных занятий.

5.3. Питание обучающихся в активированные дни организуется в соответствии с расписанием.

5.4. Решение о возможности непосещения обучающимся Школы в активированный день принимают родители (законные представители).

5.5. В случае прихода обучающегося в Школу в активированный день учебные занятия посещаются им согласно расписанию.

5.6. В случае отсутствия обучающихся на учебных занятиях в активированный день, обучение организуется с использованием дистанционных технологий.

6. Заключительные положения

6.1. Положение вступает в силу с момента его утверждения директором Образовательной организации и действует до момента принятия нового положения.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575791

Владелец Киселёва Анна Владимировна

Действителен с 11.07.2021 по 11.07.2022