


**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Окуневская средняя общеобразовательная школа»  
(МБОУ «Окуневская СОШ»)**

Принято на заседании  
педагогического совета  
протокол № 2 от 21.03.2019 г.

Принято на заседании  
родительского собрания  
протокол № 2 от 21.03.2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

  
И.Н. Батманова  
Директор МБОУ «Окуневская СОШ»  
Приказ № 21032-о от 21 марта 2019 года

**Положение  
о режиме занятий обучающихся**

**1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Требования к Режиму занятий обучающихся в МБОУ «Окуневская СОШ» (далее Школа) основываются на требованиях ФЗ-273 «Об образовании в РФ»; Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. N 1015); санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»; Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования (утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. N 1014); Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 N 189 (ред. от 24.11.2015) "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях".

1.2. Настоящий Режим обязателен для соблюдения всеми участниками образовательных отношений Школы (обучающимися, их родителями (законными представителями), педагогическими работниками).

**2. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧАЩИХСЯ**

2.1. Учебный год в Школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей общеобразовательной программы и календарным учебным графиком (ст.13 пункт 10; статья 34, часть 3 пункт 11). В процессе освоения общеобразовательных программ учащимся предоставляются каникулы. Сроки начала и окончания каникул определяются Школой самостоятельно и фиксируются в календарном учебном графике.

3.2. Календарный учебный график утверждается ежегодно перед началом нового учебного года приказом директора Школы. Для профилактики переутомления обучающихся в годовом календарном учебном графике предусматривается равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

- 3.3. Обучение в Школе организовано в одну смену.
- 3.4. Учебные занятия начинаются в 8 часов 30 минут. Проведение нулевых уроков не допускается.
- 3.5. Для всех учащихся устанавливается пятидневная учебная неделя Согласно Уставу Школы.
- 3.6. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана Школы, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не должно в совокупности превышать величину недельной образовательной нагрузки согласно учебному плану.
- 3.7. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.
- 3.8. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся второго уровня общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, информатика и ИКТ) чередуются с уроками искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся третьего и четвертого уровней общего образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами. Для учащихся 1-х классов наиболее трудные предметы проводятся на 2-м уроке; 2 - 4-х классов - 2 - 3-м уроках; для учащихся 5 - 11-х классов на 2 - 4-м уроках. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. В течение учебного дня не проводится более одной контрольной работы. Контрольные работы проводятся на 2 - 4-м уроках.
- 3.10. Во время уроков чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности учащихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 - 4 классах не должна превышать 7 - 10 минут, в 5 - 11 классах - 10 - 15 минут.
- 3.11. Продолжительность урока (академический час) во 2 – 11 классах не превышает 45 минут. Плотность учебной работы учащихся на уроках по основным предметам составляет 60 - 80%.
- 3.12. Обучение в 1-м 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 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;
  - возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.
- 3.13. Допускается:
- для учащихся первых классов – 4 урока каждые 4 дня, и 5 уроков – 1 день (за счет урока физкультуры);
  - для учащихся 2-4-х классов – 5 уроков каждые 4 дня, и 6 уроков – 1 день (за счет урока физкультуры);
  - для учащихся 5-7-х классов – не более семи уроков ежедневно;
  - для учащихся 8-11-х классов – не более восьми уроков ежедневно.
- Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры.

3.14. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели учащиеся имеют облегченный учебный день в четверг или пятницу.

3.15. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 3-го и 4-го уроков) - 20 минут.

№ урока	1 смена	Продолжительность перемены
1.	08.30 – 09.15	10 минут
2.	09.25 – 10.10	10 минут
3.	10.20 – 11.05	20 минут
4.	11.25 – 12.10	20 минут
5.	12.30 – 13.15	10 минут
6.	13.25 – 14.10	10 минут
7.	14.20 – 15.05	10 минут
8.	15.15 – 16.00	10 минут

3.16. Режим обучения и организация работы кабинетов с использованием компьютерной техники соответствует гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

3.17. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся, в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2010 г. № 889 "О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 г. № 1312 "Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования" и учебным планом Школы проводятся 3 урока физической культуры в неделю, предусмотренных в объеме максимально допустимой недельной нагрузки. Не допускается замена уроков физической культуры другими предметами.

3.18. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в Школе обеспечиваться за счет:

- физкультминуток в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений;
- подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и спортклубе.

3.19. Моторная плотность занятий физической культурой составляет не менее 70%. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях учащихся допускают с разрешения медицинского работника.

3.20. При организации практики и занятий общественно-полезным трудом учащихся, предусмотренных образовательной программой, связанных с большой физической нагрузкой (переноска и передвижение тяжестей), необходимо руководствоваться санитарно-эпидемиологическими требованиями к безопасности условий труда работников, не достигших 18-летнего возраста. Не допускается привлекать учащихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда, лиц моложе 18 лет, а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

3.21. 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.

3.22. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2 дней. При продолжительности экзамена 4 и более часа, необходима организация питания учащихся.