

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Плахинская основная общеобразовательная школа им. А.В.Александрова»
Муниципального образования – Захаровский муниципальный район
Рязанской области

Принято
Педагогическим советом
МОУ «Плахинская ООШ
им. А.В.Александрова»
протокол №1
от «01» февраля 2021 г.



Утверждаю
Директор МОУ «Плахинская ООШ
им. А.В.Александрова»

В.С. Шипилов

Приказ №4 от «01» февраля 2021 г.

**Положение
о режиме занятий учащихся
МОУ «Плахинская ООШ им.А.В.Александрова»**

1. Общие положения

1.1. Режим занятий учащихся Муниципального общеобразовательного учреждения «Плахинская основная общеобразовательная школа им. А.В.Александрова» муниципального образования – Захаровский муниципальный район Рязанской области (сокращенное название МОУ «Плахинская ООШ им.А.В.Александрова») (далее по тексту Школа) устанавливается на основе требований:

1.1.1. Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

1.1.2. Закона Рязанской области от 29 августа 2013 г. №42-03 « Об образовании в Рязанской области» (Принят Постановлением Рязанской областной Думы от 28 августа 2013 г.);

1.1.3. Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН 2.4.2.3286-15), утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 №26;

1.1.4. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

1.1.5. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

1.1.6. Федерального компонента государственного образовательного стандарта общего образования, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 05 марта 2004 года №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного и среднего (полного) общего образования»;

1.1.7. Приказа Министерства образования Российской Федерации от 09 марта 2004 №1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений РФ»;

1.1.8. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2020 № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного и среднего общего образования»;

1.1.9. Регионального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Рязанской области, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Рязанской области;

1.1.10. Устава Школы;

1.1.11. Учебного плана Школы;

1.1.12. Правил внутреннего распорядка учащихся Школы;

1.1.13. Рекомендаций Министерства образования Рязанской области.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся Школы в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, трудовых занятий, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации и работы в активированные дни.

1.3. Организация образовательного процесса в Школе регламентируется учебным планом (разбивкой содержания образовательной программы по учебным курсам, по дисциплинам и по годам обучения), годовым календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утвержденными Школой самостоятельно.

2. Режим учебной деятельности учащихся

2.1. Первый и последний день учебного года в Школе для учащихся 1-9 класса определяется графиком учебного процесса. График учебного процесса утверждается приказом директора с учетом мнения Педагогического совета Школы и по согласованию с Отделом образования МО – Захаровский муниципальный район Рязанской области.

2.2. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки учащихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти. Между четвертями каникулы. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха учащихся (здоровьесберегающий подход).

2.3. В соответствии с федеральным базисным учебным планом и в целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с годовым календарным учебным графиком и составляет 34 недели, в первом классе – 33 недели. В 9 классе – 34 недели, но может быть сокращена в зависимости от сроков проведения государственной итоговой аттестации.

2.4. В школе устанавливается пятидневная рабочая неделя с двумя выходными днями (суббота и воскресенье), исходя из интересов учащихся и по согласованию с Отделом образования МО – Захаровский муниципальный район Рязанской области. В субботу возможно проведение занятий в кружках и секциях по запросам учащихся и их родителей (законных представителей) и по приказу директора Школы.

2.5. Продолжительность каникул в течение учебного года не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 календарных недель. 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 пришкольного лагеря по согласованию с Отделом образования МО – Захаровский муниципальный район Рязанской области.

2.6. В учебное время первая половина дня отводится непосредственно образовательной деятельности, требующей повышенной умственной нагрузки.

2.7. Вторая половина дня отводится внеклассной и внеурочной деятельности, направленной на духовно-нравственное, социальное, спортивно-оздоровительное, общекультурное, общеинтеллектуальное развитие учащихся.

2.8. Начало учебных занятий начинается в 8.30 ч. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.9. Общеобразовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для учащихся 1-ого класса не должен превышать 4 урока и 1 день в неделю – не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 2-4 –ого класса – не более 5 уроков;
- для учащихся 5-6 –ого класса - не более 6 уроков;
- для учащихся 7-9-ого класса – не более 7 уроков.

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

2.10. Факультативные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

2.11. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учащихся 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) необходимо чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

Для обучающихся 1 класса наиболее трудные предметы должны проводить на 2 уроке; 2-4 класс – 2-3 уроке; для обучающихся 5-9 класса – на 2-4 уроке.

2.12. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.13. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4-м уроке.

2.14. Продолжительность урока (академический час) во 2-9 классе составляет не менее 40 минут (как прописано в Уставе Школы).

2.15. 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 по 35 минут каждый; январь-май – по 4 урока по 40 минут каждый);
- рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;
- для посещающих группу продленного дня необходима организация 3-разового питания и прогулок;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.

2.16. Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большая перемена – 30 минут после 4 урока, большая перемена 20 мин. для завтрака после первого урока для учащихся основного звена. В начальном звене (2-4 класс) большая перемена продолжительностью 30 минут после третьего урока, большая перемена — 20 мин. После 2 урока.

3. Режим питания

3.1. Организацию питания учащихся в Школе осуществляет сама Школа.

3.2. Для организации питания выделяется специальное помещение, а также для хранения и приготовления пищи.

3.3. Питание учащихся проводится в соответствии с установленным графиком.

3.4. При организации продленного дня в Школе должно быть предусмотрено трехразовое питание учащихся: в начальном звене - завтрак – на первой перемене во время учебных занятий; завтрак — 8.00-8.30 часов; обед – 11.00-11.30; полдник -14.00 часов.

3. Режим внеклассной деятельности

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

4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности, и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами:

СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. №189, зарегистрированы в Минюсте России 3 марта 2011 г., регистрационный номер 19993) (раздел X);

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования СанПиН 2.4.4.1251-03» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 3 апреля 2003 г. №27, зарегистрированы в Минюсте России 27 мая 2003 г., регистрационный номер 4594) (раздел VIII).

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

4.5. После окончания учебных занятий в группе продленного дня для восстановления работоспособности учащихся перед выполнением домашних заданий организуется отдых длительностью не менее 45 минут. Основная часть этого времени отводится на свежем воздухе.

Прогулки рекомендуется сопровождать спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями.

5. Режим двигательной активности учащихся

5.1. Двигательная активность учащихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивает за счет:

-физкультминуток на уроках;

-с целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз (приложение 4 и приложение 5 СанПиН 2.4.2.2821-10);

-организованных подвижных игр на переменах;

-спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;

-внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья.

5.2. Необходимо чередовать во время урока 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 классе не должна превышать 7-10 минут, а в 5-9 классе – 10-15 минут.

Расстояние от глаз до тетради или книги должно составлять не менее 25-35 см у учащихся 1-4 класса и не менее 30-45 см – у учащихся 5-9 класса.

Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения устанавливается согласно таблицы:

Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на уроках

Классы	Непрерывная длительность (мин.) не более					
	Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	Прослушивание аудиозаписи	Прослушивание аудиозаписи в наушниках
1-2	10	15	15	15	20	10
3-4	15	20	20	15	20	15
5-7	20	25	25	20	25	20
8-9	25	30	30	25	25	25

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз (приложение 5 СанПиН 2.4.2.2821-10), а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления (приложение 4 СанПиН 2.4.2.2821-10).

5.3. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности учащихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

5.4. 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 физической группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С учащимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

5.5. Для удовлетворения биологической потребности в движении не зависимо от возраста учащихся проводить не менее 3-х уроков физической культуры в неделю, предусмотренных в объеме максимально допустимой недельной нагрузки. Заменять уроки физической культуры другими предметами не допускается.

5.6. Моторная плотность физической культурой должна составлять не менее 70%. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах учащихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах обязательно.

5.7. Учащимся основной физической группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С учащихся

подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

5.8. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах учащихся допускают с разрешения медицинского работника.

5.9. При организации практики и занятий общественно-полезным трудом учащихся, предусмотренными образовательной программой, связанными 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-ти лет, а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

5.10. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1-2-го класса – более 1,5 кг, 3-4-го класса – более 2 кг, 5-6-го класса – более 2,5 кг, 7-8-го – более 3,5 кг, 9-го класса – более 4,0 кг.

6.Режим трудовых занятий учащихся

6.1. На занятиях трудом, предусмотренных образовательной программой Школы, следует чередовать различные по характеру задания. Не следует на уроке выполнять один вид деятельности на протяжении всего времени самостоятельной работы.

6.2. Все работы в мастерских и кабинетах домоводства обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.

6.3. 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.

6.4. 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.

6.5. Допустимая продолжительность работ для учащихся 12-13 лет составляет 2 часа; для подростков 14 лет и старше – 3 часа. Через каждые 40 минут работы необходимо устраивать регламентированные 15-минутные перерывы для отдыха.

7. Режим выполнения домашних заданий

7.1. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

- во 2-3 классе – 1,5 часа
- в 4-5 классе – 2 часа
- в 6-8 классе – 2,5 часа
- в 9 классе – до 3,5 часов

7.2. Организация режима работы групп продленного дня:

7.2.1. Для воспитанников группы продленного дня организовано трехразовое питание – завтрак, обед и полдник.

7.2.2. Продолжительность прогулки на свежем воздухе для учащихся 1 ступени составляет не менее двух часов (в том числе перед самоподготовкой, в течение часа).

7.2.3. Самоподготовка начинается с 14.00 часов, продолжительность которой составляет:

- во 2-ом – до 1,5 часов

- в 3-4 классе – до 2-х часов.

После самоподготовки возможно участие детей во внеклассных мероприятиях: занятиях в кружках, играх, в подготовке и проведении концертов, викторин.

8. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации

8.1. Промежуточная аттестация в переводных 2-4,5-8 классах проводится в мае текущего года без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением педагогического совета Школы.

8.2. При проведении промежуточной и итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день.

8.3. Перерыв между проведением тестирования ОГЭ должен быть не менее 2-х дней.

8.4. При продолжительности экзамена более 4-х часов, необходима организация питания учащихся.

8.5. Сроки проведения государственной итоговой аттестации учащихся устанавливаются приказом Министерства просвещения РФ, региональными и муниципальными документами.

9. Режим работы в активированные дни

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

1-4 класс ниже - 20°С

5-8 класс ниже - 25°С

9 класс ниже - 30°С

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

9.3. В период установления затяжных морозов администрация Школы имеет право изменить режим работы (например: начало занятий с 11.00 ч.).

9.4. Питание учащихся в активированные дни организуется в соответствии с расписанием.

9.5. Решение о возможности непосещения учащихся Школы в активированный день принимают родители (законные представители).

9.6. В случае прихода учащихся в Школу в активированный день учебные занятия посещаются им согласно расписанию.

9.7. В случае отсутствия учащихся на учебных занятиях в активированный день, он самостоятельно выполняет задания, получая их от классного руководителя (учителя-предметника) в различной форме (СМС-сообщения, электронная почта), через дистанционное обучение.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575827

Владелец Шипилов Владимир Сергеевич

Действителен с 24.03.2021 по 24.03.2022