

Принят на заседании  
педагогического совета  
(протокол от 31 августа  
2018 г. № 1)

Утвержден  
(приказ от 03 сентября  
2018 г. № 46/5-01-10)

Директор школы *Шувалова Н.И.*



Режим занятий обучающихся

## 1. Общие положения

1.1. Настоящий Режим занятий обучающихся разработан в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10», утвержденных Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189 и уставом МКОУ Мокровская СОШ (далее - Школа).

1.2. Настоящий Режим регулирует организацию образовательной деятельности в Школе.

1.3. Настоящий Режим обязателен для всех участников образовательной деятельности.

## 2. Режим образовательной деятельности

Режим занятий регламентируется календарным учебным графиком, учебным планом, расписанием учебных, факультативных занятий, расписанием звонков. Календарный учебный график разрабатывается и утверждается Школой.

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

2.2. Продолжительность учебного года составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в первом классе – не менее 33 недели. Продолжительность каникул в течение учебного года не менее 30 календарных дней, летом - не менее 8 недель. Для учащихся первых классов устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

2.3. Школа организует образовательную деятельность в одну смену.

2.4. Учебные занятия начинаются в 9<sup>00</sup>. Проведение нулевых уроков не допускается. Пропуск обучающихся в Школу осуществляется с 7<sup>45</sup>.

2.5. Предельно-допустимая недельная нагрузка обучающихся регламентируется учебным планом, утвержденным руководителем Школы.

2.6. Продолжительность учебной недели для обучающихся 1 - 11 классов составляет 5 дней.

2.7. Продолжительность академического часа составляет 40 минут. В первом классе «ступенчатый» режим обучения: в сентябре – октябре по 3 урока, по 35 минут, в ноябре – декабре по 4 урока, по 35 минут, в январе – мае по 4 урока, по 40 минут.

2.8. Продолжительность перемен между уроками устанавливается с учетом организации активного отдыха и горячего питания и составляет: после второго и третьего уроков – 20 минут, остальные - 10 минут.

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

- для учащихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю — не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 2–4-х классов — не более 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 5–6-х классов — не более 6 уроков;
- для учащихся 7–11-х классов — не более 7 уроков.

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.

### **3. Режим питания обучающихся**

- 3.1. Организацию питания обучающихся осуществляет Школа.
- 3.2. Питание обучающихся проводится согласно установленного графика.
- 3.3. При организации в Школе группы по присмотру и уходу за детьми предусмотрено двухразовое питание: на первой большой перемене во время учебных занятий; обед — в 14 часов.

### **4. Режим внеклассной деятельности**

- 4.1. 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.
- 4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.
- 4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности.
- 4.4. Режим работы объединений дополнительного образования, регламент проведения спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий выстраивается в соответствии с приказом по Школе.
- 4.5. В режиме дня группы по присмотру и уходу за детьми должны обязательно предусматриваться: питание, прогулка, самоподготовка, общественно-полезный труд, кружковая работа и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.
- 4.6. После окончания учебных занятий в группе по присмотру и уходу за детьми для восстановления работоспособности обучающихся перед выполнением домашних заданий организуется отдых. Основная часть этого времени проводится на свежем воздухе. Прогулки сопровождаются спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями. В непогоду подвижные игры можно переносить в хорошо проветриваемые помещения.

### **5. Режим двигательной активности обучающихся**

- 5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счет:
  - зарядки до занятий;
  - физкультминуток;
  - организованных подвижных игр на переменах;
  - спортивного часа для детей, посещающих группу по присмотру и уходу за детьми;
  - внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
  - самостоятельных занятий физической культурой в секциях.
- 5.2. 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 обучающихся, а также метеорологическим условиям (если они организованы на открытом воздухе).
- 5.3. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.
- 5.4. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.

### **6. Режим трудовых занятий обучающихся**

- 6.1. На занятиях трудом, предусмотренных образовательной программой Школы, следует чередовать различные по характеру задания.

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 обучающихся (по согласию родителей (законных представителей), 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 привлечение обучающихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда для лиц моложе 18 лет.

6.5. Допустимая продолжительность работ для обучающихся 12–13 лет составляет 2 часа; для подростков 14 лет и старше — 3 часа. Через каждые 45 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 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.

### **8. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации**

8.1. Промежуточная аттестация во 2–8, 10 классах проводится в апреле - мае текущего года без прекращения образовательной деятельности в соответствии с решением педагогического совета.

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

8.3. Сроки проведения государственной итоговой аттестации обучающихся устанавливаются приказами Министерства образования и науки Российской Федерации.

### **9. Заключительные положения**

9.1. Срок действия локального акта не ограничен.

9.2. При изменении законодательства в акт вносятся изменения в установленном законом порядке.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575781

Владелец Шувалова Нина Ивановна

Действителен с 10.03.2021 по 10.03.2022