

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №21 ИМЕНИ ВАЛЕНТИНА ОВСЯННИКОВА-ЗАЯРСКОГО»**

СОГЛАСОВАНО:

Председатель Управляющего Совета
МБОУ «СШ № 21 им. В.Овсянникова-
Заярского»

_____ Г.А. Загитова

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СШ № 21
им. В.Овсянникова-Заярского»

_____ Е.А. Левицкая

Приказ №142 от «23» апреля 2020 г.

СОГЛАСОВАНО:

Председатель Совета родителей
МБОУ «СШ № 21 им. В.Овсянникова-
Заярского»

_____ Я.А. Черных

ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий обучающихся МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского»

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» (далее – Положение) регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, выполнения домашних заданий, работы в активированные дни.

1.2. Режим занятий обучающихся МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» устанавливается на основе требований Федерального закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Санитарно-эпидемиологических правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09. 2020г. № 28, Уставом МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» и иными нормативно-правовыми актами.

1.3. Организация образовательной деятельности в МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» 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 утверждаемыми МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» самостоятельно.

2. Режим учебной деятельности обучающихся

2.1. Первый и последний день учебного года в МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» для обучающихся 1-11 классов определяется календарным учебным графиком.

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

2.3. Продолжительность учебного года составляет:

- в 1 классе – 33 учебные недели,
- во 2-4 классах – 34 учебных недель,
- в 5-9 классах – не менее 34 учебных недель (не включая летний экзаменационный период в 9 классах),

– в 10-11 классах – не менее 34 учебных недель (не включая летний экзаменационный период в 11 классах и проведения учебных сборов по основам военной службы в 10 классах).

2.4. В МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» устанавливается пятидневная учебная неделя с двумя выходными днями (суббота и воскресенье). В субботу возможно проведение занятий в кружках и секциях по запросам обучающихся и их родителей (законных представителей) и по приказу директора МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского».

2.5. Продолжительность каникул в течение учебного года не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 календарных недель.

2.6. Начало учебных занятий для обучающихся начинается не ранее 8.00.

2.7. Обучающиеся 1 – 4 классов размещаются в закреплённых за каждым классом отдельных кабинетах.

2.8. Для обучающихся 5 – 11 классов образовательный процесс организуется по кабинетной системе.

2.9. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом общий объем нагрузки в течение дня должен соответствовать Санитарно-эпидемиологическим правилам СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

2.10. Факультативные занятия следует планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком устраивается перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

2.11. Расписание уроков составлено 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) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

2.12. Объем максимально допустимой нагрузки составляет:

для обучающихся 1 классов – не более 4 уроков в день, один день 5 уроков за счёт проведения урока физической культуры;

для обучающихся 2 – 4 классов – не более 5 уроков в день, один день 6 уроков за счёт проведения урока физической культуры;

для обучающихся 5 – 6 классов – не более 6 уроков в день;

для обучающихся 7 – 11 классов – не более 7 уроков в день.

2.13. Для обучающихся 1-х классов наиболее трудные предметы проводятся на 2-м уроке; 2 - 4-х классов - 2 - 3-м уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов на 2 - 4-м уроках.

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

2.15. Продолжительность урока (академический час) во 2-11 классах – 40 минут.

2.16. 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);

- организуется в середине учебного дня динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;

- в середине 3 четверти предоставляются дополнительные недельные каникулы.

2.17. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены после 2 и 3 уроков - 20 минут каждая.

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

использование ЭСО допускается только при наличии документов соответствия;

не допускается размещение базовых станций подвижной сотовой связи на собственной территории образовательной организации;

не допускается использование мониторов на основе электронно – лучевых трубок;

не допускается одновременное использование на уроке более двух различных ЭСО;

не используются для образовательных целей мобильные средства связи;

использование ноутбуков для обучающимися начальной школы возможно при наличии дополнительной клавиатуры;

диагональ экрана ЭСО и шрифтовое оформление электронных учебных изданий должны соответствовать гигиеническим нормативам: минимальная диагональ ПК и ноутбука должна составлять не менее 39,6 см, для планшета – 26,6 см;

зрительная дистанция до экрана ЭСО должна составлять не менее 50 см, планшеты должны быть размещены на столе под углом наклона 30 градусов;

непрерывная и суммарная продолжительность использования ЭСО на уроке должна соответствовать гигиеническим нормам: для обучающихся 1 – 2 классов – 10 минут, 3 – 4 классов – 25 минут, 5 – 9 классов – 30 минут, 10 – 11 классов – 35 минут;

использование наушников для всех возрастных групп должно составлять не более часа, уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной;

расписание занятий составляется с учётом дневной и недельной умственной работоспособности, продолжительность урока не превышает 40 минут, обучение должно заканчиваться не позднее 18.00;

в середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности ЦНС, снятия напряжения с мышц шеи, туловища, плечевого пояса, для укрепления мышц и связок нижних конечностей;

электронное оборудование необходимо ежедневно дезинфицировать с использованием раствора или салфеток, содержащих не менее 70% спирта.

3. Режим питания обучающихся

3.1. Организацию питания обучающихся осуществляет МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского».

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

3.3. Питание обучающихся проводится согласно установленного графика, утвержденного директором МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского».

4. Режим внеклассной деятельности

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и кружковая работа организуется во внеурочное время 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. 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.

4.4. Режим работы объединений дополнительного образования, регламент проведения спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий с обучающимися выстраивается в соответствии с приказом директора МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского».

5. Режим двигательной активности обучающихся

5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности может обеспечиваться за счет:

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

6. Режим выполнения домашних заданий

6.1. 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.

7. Режим работы в активированные дни

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

- 1–4 классов:
 - без ветра –29 град. С,
 - при скорости ветра до 5 м/сек. –27 град. С,
 - при скорости ветра от 5 до 10 м/сек. –25 град. С,
 - при скорости ветра свыше 10 м/сек. –24 град. С;
- 1–8 классов:
 - без ветра –32 град. С,
 - при скорости ветра до 5 м/сек. –30 град. С,
 - при скорости ветра от 5 до 10 м/сек. –28 град. С,
 - при скорости ветра свыше 10 м/сек. –27 град. С;
- 1–11 классов:
 - без ветра –36 град. С,
 - при скорости ветра до 5 м/сек. –34 град. С,
 - при скорости ветра от 5 до 10 м/сек. –32 град. С,
 - при скорости ветра свыше 10 м/сек. –31 град. С.

7.2. В активированный день деятельность МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы.

7.3. Решение о возможности непосещения обучающимся МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» в активированный день принимают родители (законные представители).

7.4. В случае прихода обучающегося в МБОУ «СШ №21 им. В.Овсянникова - Заярского» в активированный день учебные занятия посещаются им согласно расписанию.

7.5. Объявление об активированных днях транслируется по местному телевидению и размещается в новостной ленте школьного сайта.

7.6. Образовательный процесс, реализуется путем электронного обучения с применением дистанционных форм обучения:

- на платформе BigBlueButton организуется проведение уроков;
- по электронной почте: краткий теоретический материал, литература для изучения материала, задания для самостоятельной работы, контрольные работы;
- индивидуальные и групповые консультации учащихся (веб-камера, документ-камера, по телефону, др.).