

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом

Протокол № 1 от 29.08.2022 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрани

\_\_\_\_\_ Л.И. Ахмерова

Приказ № 567 от 29.08.2022 г.

**Режим занятий обучающихся  
в ГБОУ СОШ № 2 г. Сызрани**

Учтено мнение Совета родителей  
Протокол № 1 от 26.08.2022 г.

Учтено мнение Совета обучающихся  
Протокол № 1 от 26.08.2022 г.

## **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся разработано в соответствии с Законом Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 августа 2020 г. № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изм. от 20.11.2020г № 655); Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. № 28 (далее по тексту – санитарные правила); уставом Учреждения; Учебным планом Учреждения, Правилами внутреннего распорядка обучающихся и Правилами внутреннего трудового распорядка.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся Учреждения в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и государственной итоговой аттестации.

## **2. Режим образовательного процесса**

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября (если не совпадает с выходным днем) и заканчивается 31 августа. Начало учебного года может переноситься при реализации общеобразовательной программы в очно-заочной форме не более чем на один месяц, в заочной форме обучения - не более чем на три месяца.

2.2. Формы получения образования и формы обучения по общеобразовательным программам определяются соответствующими федеральными государственными образовательными стандартами, если иное не установлено Федеральным законом от 29.12.2012г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». Допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения.

2.3. Продолжительность учебного процесса при реализации основной образовательной программы начального общего, основного общего и среднего общего образования составляет:

1 классы — 33 учебных недели;

2-11 классы — 34 учебных недели без учета государственной итоговой аттестации.

В соответствии с календарным учебным графиком учебный год распределяется на учебные периоды: 1-9 классы — четверти, 10-11 классы- полугодия.

2.4.В Учреждении устанавливается пятидневная учебная неделя для обучающихся 1-9 классов с двумя выходными днями (суббота и воскресенье), шестидневная учебная неделя для 10-11 классов с одним выходным днем (воскресенье).

2.5.Обучение проводится в первую смену.

2.6.Учебные занятия в Учреждении начинаются в 8 часов 00 минут, регламентируются расписанием звонков, утвержденным приказом директора Учреждения. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.7. В первый учебный день каждой учебной недели перед первым учебным занятием (уроком) в учреждении осуществляется подъем Государственного флага Российской Федерации.

2.8.Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

2.9.Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом общий объем нагрузки в течение дня:

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

2.10.Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком устанавливается перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

Между занятиями по основным общеобразовательным программам и занятиями второй половины дня (занятий внеурочной деятельности) в Учреждении устанавливается перерыв для отдыха не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

2.11.Продолжительность урока (академический час) во 2-11 классах составляет 40 минут. Продолжительность перемен между уроками составляет 20 минут.

2.12.Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

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

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

- учащиеся 1 класса имеют дополнительные каникулы;

- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

2.13. Для предупреждения переутомления обучающихся и сохранения оптимального уровня их работоспособности на протяжении недели в расписании занятий предусматривается облегченный учебный день – среда или четверг.

2.14. При организации возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введения режима повышенной готовности или ЧС на всей территории РФ либо на ее части реализация общеобразовательных программ осуществляется с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий вне зависимости от ограничений, предусмотренных в федеральных государственных образовательных стандартах, если реализация указанных образовательных программ без применения указанных технологий и перенос сроков обучения невозможны.

2.15. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в спортивном зале.

### **3. Режим выполнения домашних заданий**

3.1. 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 3,5ч.

### **4. Режим каникулярного времени**

4.1. Продолжительность, сроки учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, утверждаемым приказом директора Учреждения. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней.

4.2. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней (для очно-заочной формы обучения не менее 20 календарных дней).

4.3. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель (для очно-заочной формы обучения не менее 10 недель).

4.4.Для обучающихся в первом классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

### **5.Режим питания обучающихся**

5.1.Организацию питания обучающихся осуществляет Учреждение.

5.2.Организация питания осуществляется в школьной столовой.

5.3.Питание обучающихся проводится согласно графику, утвержденному директором Учреждения, и меню, согласованному с Территориальным отделом Роспотребнадзора по Самарской области в г.Сызрань.

### **6.Режим внеклассной деятельности**

6.1.Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету организуется во второй половине дня и учитывает возрастные особенности обучающихся, обеспечивает баланс между двигательными-активными и статическими занятиями.

6.2.Направления и виды внеурочной деятельности определяются Учреждением в соответствии с основной образовательной программой начального общего, основного общего и среднего общего образования.

6.3.Формы организации внеурочной деятельности, как и в целом образовательного процесса, в рамках реализации основной образовательной программы начального общего, основного общего и среднего общего образования определяет Учреждение.

6.4.Содержание занятий внеурочной деятельности формируется с учетом пожеланий обучающихся и их родителей (законных представителей), направлена на реализацию индивидуальных интересов и потребностей обучающихся.

6.5.Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируются санитарными правилами.

6.6.Режим занятий внеурочной деятельности устанавливается расписанием, утверждаемым директором Учреждения.

### **7.Режим двигательной активности обучающихся**

7.1.Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, включает различные формы двигательной активности.

Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминутки во время занятий, гимнастики для глаз, контроля за осанкой;
- при применении дистанционных образовательных технологий и электронного обучения 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;

- организованных подвижных игр на переменах;
- спортивно-оздоровительных занятий по внеурочной деятельности;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

7.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамической перемены должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

7.3. Занятия физической культурой обучающихся основной медицинской группы проводятся в соответствии с учебными программами физического воспитания в полном объеме; разрешено посещение спортивных секций, кружков, участие в соревнованиях, подготовка и сдача нормативов физической подготовленности соответственно возрасту.

7.4. Занятия физической культурой обучающихся подготовительной медицинской группы проводятся по заявлению родителей в соответствии с учебными программами физического воспитания при условии более постепенного освоения комплекса двигательных умений и навыков, особенно связанных с предъявлением к организму повышенных требований. При отсутствии противопоказаний с разрешения врача может проводиться подготовка и сдача нормативов физической подготовленности соответственно возрасту, посещение спортивных секций со значительным снижением интенсивности и объема физических нагрузок.

7.5. Занятия физической культурой обучающихся специальных медицинских группы "А" и «Б» проводятся в соответствии с соответствующей программой физического воспитания обучающихся на основании заявления родителей.

7.6. Летняя кампания проводится с целью оздоровления обучающихся ГБОУ СОШ № 2 г.Сызрани, воспитания у них трудолюбия, любви к окружающей среде, формирования здорового образа жизни и обеспечения занятости детей в летнее время. В период проведения летней кампании функционирует оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей.

7.7. Организация воспитательного процесса в летний период регламентируется приказом директора Учреждения.

7.8. Иные особенности режима занятий обучающихся в Учреждении устанавливаются государственными санитарными правилами.