

Рассмотрено  
на заседании педагогического совета  
№1 от 30.08.2016г.

Утверждаю  
Директор МКОУ «Основная школа №12»  
О.С. Беззубов  
Приказ №112/1 от 30.08.2016г.



## **Положение о режиме учебных и внеурочных занятий обучающихся**

### **1. Общее положение**

- 1.1. Настоящее положение разработано с учетом: Федерального закона от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ», нормативов СанПиН п. 2.4.2.2821-10, Уставом ОУ.
- 1.2. Настоящее положение регулирует режим организации образовательного процесса регламентирует режим занятий обучающихся МКОУ «ООШ №12».
- 1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми участниками образовательных отношений.
- 1.4. Текст Положения размещается на официальном сайте ОУ в сети Интернет.

### **2. Режим образовательного процесса**

- 2.1. Учебный год в ОУ начинается с 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае выходной день начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.
  - 2.2. Продолжительность учебного года в первом классе составляет- 33 учебных недели; во 2-4 классах – 34 учебных недель; в 5-8 – 35 часов; в 9 классе-34 учебных недели без учета государственной итоговой аттестации.
  - 2.3. Учебный год составляет учебные периоды- 4 четверти.
  - 2.4. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком. Календарный учебный график утверждается приказом директора школы.
  - 2.7. Обучение в школе ведется:
    - в 1 классе по 5-ти дневной учебной неделе;
    - во 2-9 классах по 6-ти дневной учебной неделе.
  - 2.8. Продолжительность урока во 2–9-х классах составляет 45 минут.
  - 2.9. В соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10» (Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010г. № 189, в ред. от 24.11.2015г. №81) для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:
    - сентябрь, октябрь - 3 урока по 35 минут каждый;
    - ноябрь-декабрь – по 4 урока по 35 минут каждый;
    - январь - май – по 4 урока по 45 минут каждый.
- В середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут.
- 2.10. В учреждении осуществляется односменный режим занятий.  
Учебные занятия начинаются в 8 часов 30 минут. Перед началом учебных занятий проводится утренняя зарядка, присутствие на которой обучающихся является обязательным.
  - 2.11. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся не более 2-х перемен, продолжительностью не менее 20 минут.

## 2.12. Расписание звонков:

- 8<sup>25</sup> – 8<sup>30</sup> – зарядка
1. 8<sup>30</sup> – 9<sup>15</sup>
  2. 9<sup>25</sup> – 10<sup>10</sup>
  3. 10<sup>30</sup> – 11<sup>15</sup>
  4. 11<sup>35</sup> – 12<sup>20</sup>
  5. 12<sup>30</sup> – 13<sup>15</sup>
  6. 13<sup>25</sup> – 14<sup>10</sup>
  7. 14<sup>20</sup> – 15<sup>05</sup>

2.13. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором школы.

1 – 4 классы – после второго урока

5 – 7 классы – после третьего урока

8 – 9 классы – после четвертого урока.

2.14. Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка обучающихся составляет:

- 1 класс – 21 час в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 2-4 классы – 26 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 5 класс - 32 часа в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 6 класс - 33 часа в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 7 класс - 35 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 8 класс - 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 9 класс - 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);

2.15. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

2.16. В образовательном учреждении установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, зачет, практическая работа, лабораторная работа, экскурсия.

2.17. При проведении занятий по иностранному языку на уровне начального общего образования; по технологии, иностранному языку, информатике и ИКТ на уровне основного общего образования допускается деление класса на две группы при наполняемости не менее 25 человек.

2.18. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках на всех уровнях общего образования проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

2.19. Для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении независимо от возраста обучающихся проводятся 3 учебных занятия физической культурой в неделю, предусмотренных в объеме общей недельной нагрузки.

Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры обеспечивается за счет:

- физкультминуток на уроках;
- подвижных перемен;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований;
- Дней здоровья;

2.20. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 1-2 классов – не более 20 минут, для учащихся 3-4 классов – не более 25 минут, для учащихся 5-6 классов - не более 30 минут, для учащихся 7-9 классов - 35 минут.

Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках в 1-4 классах не должна превышать 5 минут, в 5-9 классах - 10 минут.

Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках в 1-2 классах составляет не более 25 минут, 3-4 классах и старше – не более 30 минут при соблюдении гигиенической рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60-80%, физкультминутки).

С целью профилактики утомления обучающихся не допускается использование на одном уроке более двух видов электронных средств обучения.

### **3. Режим каникулярного времени.**

- 3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.
- 3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 13 недель.
- 3.3. Для обучающихся 1 класса в феврале устанавливаются дополнительные недельные каникулы.

### **4. Режим внеурочной деятельности.**

- 4.1. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные дни и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.
- 4.2. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.
- 4.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом директора.
- 4.4. Работа спортивных секций, кружков, кабинета информатики допускается только по расписанию, утвержденному директором школы.
- 4.5. Элективные курсы, групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются через 1 час после окончания уроков.
- 4.6. Часы элективных, групповых и индивидуальных занятий входят в максимальный объем аудиторной нагрузки.
- 4.7. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.