

РАССМОТРЕНО:
Педагогическим Советом
МАОУ СОШ № 100
протокол №8 от 31.05.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МАОУ СОШ № 100
_____ Д. В.Язовских
приказ №97-21/ОД от 28.06.2021г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся МАОУ СОШ №100

1. Общие положения

1.1 Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся (далее — Положение) устанавливает режим занятий во время организации образовательной, деятельности Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа №100 (далее — Учреждения). |

1.2. Положение разработано на основании:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 № 28.

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения" Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 г. №32

- нормативных правовых актов в сфере образования,

- санитарных требований и условий Свердловской области, муниципального образования «город Нижний Тагил»,

- Устава МАОУ СОШ №100.

1.3. Положение определяет занятость обучающихся в МАОУ СОШ №100 в период освоения образовательных программ (далее — образовательное учреждение, образовательные программы).

1.4. Организация образовательной деятельности осуществляется в соответствии с расписаниями учебных занятий и образовательными программами, которые разрабатываются и утверждаются образовательной организацией самостоятельно на основе федерального государственного образовательного стандарта (далее — ФГОС).

1.5. Сроки обучения устанавливаются в соответствии с нормативными сроками их освоения, определяемыми образовательной программой.

1.6. Образовательная деятельность организуется в соответствии с утверждёнными на текущий учебный год учебным планом, календарным учебным графиком, в соответствии с которыми образовательная организация составляет расписание занятий.

2. Организация и осуществление образовательной деятельности

2.1. Общее образование может быть получено в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, а также вне организаций — в форме семейного образования и самообразования. Форма получения общего образования и форма обучения по конкретной общеобразовательной программе определяются родителями (законными представителями) несовершеннолетнего обучающегося. При выборе родителями (законными представителями) несовершеннолетнего обучающегося формы получения общего образования и формы обучения учитывается мнение ребенка. При выборе родителями (законными представителями) детей формы получения общего образования в форме семейного образования родители (законные представители) информируют об этом выборе орган местного самоуправления муниципального района или городского округа, на территории которых они проживают. Обучение в форме семейного образования и самообразования осуществляется с правом последующего прохождения промежуточной и государственной итоговой аттестации в образовательных организациях.

2.2. Формы обучения по общеобразовательным программам определяются

соответствующими федеральными государственными образовательными стандартами, если иное не установлено Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации". Допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения.

2.3. Обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемых общеобразовательных программ осуществляется в порядке, установленном локальными нормативными актами образовательного учреждения. При прохождении обучения в соответствии с индивидуальным учебным планом его продолжительность может быть изменена образовательным учреждением с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного учащегося.

2.4. Сроки получения начального общего, основного общего и среднего общего образования устанавливаются федеральными государственными образовательными стандартами общего образования.

2.5. Содержание начального общего, основного общего и среднего общего образования определяется образовательными программами начального общего, основного общего и среднего общего образования.

2.6. При реализации общеобразовательных программ используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

2.7. Общеобразовательные программы реализуются образовательным учреждением как самостоятельно, так и посредством сетевых форм их реализации. Для организации реализации общеобразовательных программ с использованием сетевой формы их реализации несколькими учреждениями, осуществляющими образовательную деятельность, такие учреждения также совместно разрабатывают и утверждают образовательные программы, в том числе программы, обеспечивающие коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию, а также определяют вид, уровень и (или) направленность образовательной программы (часть образовательной программы определенных уровня, вида и направленности), реализуемой с использованием сетевой формы реализации общеобразовательных программ.

2.8. При реализации общеобразовательных программ образовательным учреждением может применяться форма организации образовательной деятельности, основанная на модульном принципе представления содержания общеобразовательной программы и построения учебных планов, использовании соответствующих образовательных технологий.

2.9. В образовательных организациях образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации (русском языке).

3. Режим учебного года

3.1. Организация образовательной деятельности в Учреждении регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком, расписанием уроков, факультативных занятий, занятий курсов внеурочной деятельности, расписанием элективных учебных предметов, расписанием звонков.

3.2. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком соответствующей образовательной программы. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

3.3. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, утвержденным приказом директора Учреждения. Продолжительность учебного года в 1 классе не менее 32 недель, во 2-х – 8-х и 10-х—

не менее 33 недель, в 9-х и 11-х классах – не менее 32 недель.

3.4. Учебный год составляют учебные периоды – четверти (с 1 по 9 класс) и полугодия (с 10 по 11 класс). Четверти чередуются с каникулами, продолжительность каникул между четвертями составляет не менее 7 календарных дней. Количество четвертей – 4, полугодий — 2..

3.5. Обучение в Учреждении ведется:

- в 1-4 классах по пятидневной учебной неделе,
- в 5-11 классах по шестидневной учебной неделе.

4. Режим занятий обучающихся в условиях образовательной деятельности

4.1. В образовательном учреждении устанавливаются основные виды учебных занятий: урок, лекции, семинары, практические занятия, лабораторные занятия, консультации, самостоятельные работы, выполнение контрольных работ и т.д.

4.2. Расписание учебных занятий составляется ежегодно в соответствии с требованиями согласно Постановлению Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения», утвержденных Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 18.12.2020 г № 61573 и утверждается приказом директора Учреждения.

4.3. Учебные занятия организуются в 2 смены. Факультативные, элективные, индивидуально-групповые занятия, группы продленного дня и кружки организуются после учебных занятий. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

4.4. Продолжительность урока во 2-11 классы – не более 45 минут.

4.5. Обучение в 1-м классе:

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

- использование «ступенчатого» режима обучения:

сентябрь, октябрь – по 3 урока продолжительностью 35 минут;

ноябрь-декабрь – по 4 урока продолжительностью 35 минут;

январь-май – по 4 урока продолжительностью 40 минут;

- в 1 полугодии в середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут;

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

- дополнительные недельные каникулы в третьей четверти.

4.6. Учебные занятия в Учреждении начинаются в 8.10.

4.7. Продолжительность перемен между уроками составляет: 20

– 10 минут между первым и вторым уроком, остальные по 20 минут.

4.8. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объем нагрузки и максимальный объем аудиторной нагрузки на обучающихся не должен превышать требований, установленных в Таблице 1.

Таблица 1

Требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) *	Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах) *
--------	--	---

	при 6-ти дневной неделе, не более	при 5-ти дневной неделе, не более	Независимо от продолжительности учебной недели, не более
1	-	21	10
2-4	-	23	10
5	32	29	10
6	33	30	10
7	35	32	10
8-9	36	33	10
10-11	37	34	10

Примечание:

* Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

** Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения социально-образовательных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.

4.9. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой аудиторной недельной нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов – не должен превышать 4 уроков;
- для обучающихся 2-4-х классов – не более 5 уроков;
- для обучающихся 5-6-х классов – не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11-х классов – не более 7 уроков.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных, факультативных занятий и курсов внеурочной деятельности. Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для обучающихся 1-х классов – 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4 классов – 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 7 классов – не более 7 уроков;
- для обучающихся 8 - 10 классов – не более 8 уроков.

4.10. Количество учащихся в классе определяется исходя из расчета соблюдения нормы площади на одного обучающегося, соблюдении требований к расстановке мебели в учебных помещениях, в том числе удаленности мест для занятий от светонесущей стены, требований к естественному и искусственному освещению. При

наличии необходимых условий и средств для обучения возможно деление классов по учебным предметам на группы.

4.11. Обучение детей, не достигших 6 лет 6 месяцев к началу учебного года, проводится в общеобразовательной организации с соблюдением всех гигиенических требований к условиям и организации образовательной деятельности для детей дошкольного возраста.

4.12. Для профилактики переутомления обучающихся в годовом календарном учебном плане рекомендуется предусмотреть равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

4.13. Учебные занятия следует начинать не ранее 8 часов 10 минут. Проведение нулевых уроков не допускается.

4.14. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся школы не превышает предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку

4.15. Использование в учебном процессе инновационных образовательных программ и технологий, расписаний занятий, режимов обучения возможно при отсутствии их неблагоприятного влияния на функциональное состояние и здоровье обучающихся.

4.16. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз.

4.17. Необходимо чередовать во время урока различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1-4 классах не должна превышать 7-10 минут, в 5-10 классах – 10-15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги должно составлять не менее 25-35 см у обучающихся 1-4 классов и не менее 30-45 см – у обучающихся 5-10 классов. Продолжительность непрерывного использования в образовательной деятельности технических средств обучения устанавливается согласно Таблице 2.

Таблица 2

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 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
8-11	25	30	30	25	25	25

4.18. Для увеличения двигательной активности обучающихся рекомендуется в

учебные планы для обучающихся включать предметы двигательного-активного характера (хореография, ритмика, современные и балльные танцы, обучение традиционным и национальным спортивным играм).

4.19. 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;
- спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

4.20. 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 метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе). Распределение обучающихся 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). 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. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки. Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха). В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

Таблица 3

Рекомендации по проведению занятий физической культурой, в зависимости от температуры и скорости ветра

Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
	без ветра	при скорости ветра до 5м/сек	при скорости ветра 6-10 м/сек	при скорости ветра более 10 м/сек
до 12 лет	-9°C	-6°C	-3°C	Занятия не проводятся
12 - 13 лет	- 12°C	-8°C	-5°C	
14 - 15 лет	- 15°C	- 12°C	-8°C	
16 - 17 лет	- 16°C	-15°C	-10°C	

4.21. 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.

4.22. Дежурство педагогов на переменах осуществляется в соответствии с графиком дежурства.

4.23. Деятельность обучающихся во время уроков (плотность занятий, чередование видов учебной деятельности, использование технических средств обучения, меры профилактики переутомления и прочее) организуется учителем согласно Постановлению Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения», утвержденных Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 18.12.2020 г № 61573

4.24. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия за пределы образовательной организации разрешается только после издания соответствующего приказа директора.

4.25. Работа педагогов дополнительного образования определяется расписанием, утвержденным директором.

4.26. Изменения в расписании уроков и занятий дополнительного образования допускается по производственной необходимости (больничный лист, курсовая подготовка, участие учителей в семинарах и мероприятиях и др.) и в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха по приказу директора Учреждения.

4.27. Обучающиеся могут пользоваться учебными аудиториями для самостоятельных занятий во внеурочное время с 8.00 до 18.00. При подготовке к конкурсам, олимпиадам, при ликвидации академической задолженности и т.д. в индивидуальном порядке, с разрешения администрации, время занятий может быть продлено до 19.00.

4.28. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с графиком, утверждаемым ежегодно приказом директора Учреждения.

4.29. Классные руководители, воспитатели сопровождают детей в столовую, присутствуют при приеме пищи детьми и обеспечивают порядок.

5. Режим каникулярного времени.

5.1. Продолжительность каникул в течение учебного года определяется годовым календарным графиком и составляет не более 30 календарных дней. Для обучающихся 1 класса устанавливаются дополнительные каникулы во втором триместре.

5.2. Для обучающихся во время каникул могут проводиться занятия и мероприятия в соответствии с планом внеурочной деятельности по согласованию с родителями (законными представителями).

5.3. Во время каникул на основании приказа управления образования Администрации города Нижний Тагил на базе Учреждения организуется работа лагеря дневного пребывания.

5.4. Для юношей, обучающихся в 10 классах, на основании приказа управления образования Администрации города Нижний Тагил организуются летние военные сборы.

6. Особенности организации образовательного процесса в дистанционном формате

6.1. Школа вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.

6.2. Продолжительность уроков в дистанционном формате определяется учителем в соответствии с требованиями СП 3.1/2.4.3598-20, СП 2.4.3648-20 и составляет не более 30 минут.

6.3. Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 20 минут, а большая перемена (для перерыва на обед) – 40 минут.

6.4. Учебные занятия в дистанционном формате оканчиваются не позднее 18 часов.

7. Режим внеурочной деятельности.

7.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

7.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

7.3. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.

7.4. Расписание занятий внеурочной деятельности разрабатывается на основе плана внеурочной деятельности и утверждается приказом директора Учреждения.

7.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

7.6. Перерыв между занятиями урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут.