

ЛАНГЕПАССКОЕ ГОРОДСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1»  
(ЛГ МАОУ «СОШ №1»)

ул. Парковая, д.3, г. Лангепас, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра (Тюменская область), 628672  
тел: (34669) 20826, факс: (34669) 20826

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом  
ЛГ МАОУ «СОШ №1»

Протокол

от « 30 » 08 20 19 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор ЛГ МАОУ «СОШ №1»  
Н.В.Шахматова

« 31 » 08 20 19 № 543-0



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий обучающихся в**  
**ЛГ МАОУ «СОШ №1»**

г.Лангепас,  
2019

## ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### 1. Общие положения.

1.1. Настоящий Режим занятий обучающихся муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1» (далее - Школа), (далее - Режим ) регламентирует в Школе организацию обучения по образовательным программам начального общего, основного общего, среднего общего образования.

1.2. Настоящий Режим разработан в соответствии со следующими нормативными правовыми актами:

1.2.1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

1.2.2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

1.2.3. Уставом Школы.

1.2.4. Образовательной программой Школы.

1.2.5. Учебным планом Школы.

### 2. Режим учебной деятельности обучающихся

2.1. Недельная образовательная нагрузка (количество учебных занятий) учащихся, реализуемая через урочную и внеурочную деятельность, составляет :

1 классы - 21 час;

2-4 классы - 23 часа;

5 классы - 29 часов;

6 классы - 30 часов;

7 классы - 32 часа;

8-9 классы - 36 часов;

10-11 классы - 37 часов.

2.2. Организация профильного обучения в 10-11х классах не приводит к увеличению образовательной нагрузки. Выбору профиля обучения предшествует профориентационная работа.

2.3. Учебная нагрузка закрепляется расписанием учебных занятий на учебный год и утверждается директором.

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

2.5. Продолжительность учебного года:

- 1 классы - 33 учебные недели;
- 2-4 классы - 34 учебные недели;
- 5-11 классы - 35 учебных недель.

2.6. Продолжительность каникул в течение учебного года (суммарно) составляет не менее 30 календарных дней.

2.7. Для обучающихся первых классов устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы (7 календарных дней).

2.8. Начало летних каникул определяется в соответствии с календарным учебным графиком.

2.9. Промежуточная аттестация во 2-11 классах проводится с 07.05. по 26.05. без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением педагогического совета Школы.

2.10. Сроки проведения государственной итоговой аттестации Обучающихся устанавливаются приказами Министерства просвещения Российской Федерации.

2.11. Режим работы Школы - шестидневная учебная неделя с выходным днем - воскресенье.

2.12. Учебные занятия проводятся в одну или две смены.

2.13. Для обучающихся 1 классов количество уроков в день составляет не более 4 и один день в неделю не более 5 уроков за счёт урока (физической культуры, для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счёт 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. Проведение нулевых уроков не допускается. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.14. Продолжительность урока во всех классах не более 45 минут, за исключением 1 класса, в котором используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 4 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре, декабре - по 4 урока по 35 минут каждый); январь-май - по 4 урока по 40 минут каждый.

2.15. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности обучающихся в течение недели устанавливается облегчённый учебный день (четверг или пятница).

2.16. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после второго и третьего уроков) - 20 минут каждая.

2.17. Динамическая пауза в 1 классе в середине учебного дня - 40 минут.

2.18. Объём 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 часа, в 4-5 классах - 2 часа, в 6-8 классах - 2,5 часа, в 9-11 классах - до 3,5 часов.

2.19. В 1 классе обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

2.20. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся в 1 - 5 классах на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

2.21. Во время урока осуществляется чередование различных видов 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 превышает 7 - 10 минут, в 5 - 11 классах - 10 - 15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги составляет не менее 25 - 35 см у обучающихся 1 - 4 классов и не менее 30 - 45 см - обучающихся 5-11 классов.

2.22. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения:

Классы	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отсаженного свечения	просмотр телепередач	просмотр динамических изображений на учебных досках и экранах отсаженного 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

2.23. После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, проводится комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

2.23. Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники соответствует гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

2.24. Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, обеспечивается за счет:

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

2.25. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, соответствуют 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 медицинский работник 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-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

2.26. При благоприятных метеоусловиях уроки физической культуры проводятся на открытом воздухе.

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

2.27. Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях обязательно.

2.28. Все работы в мастерских и кабинетах технологии обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, используются защитные очки.

2.29. Для организации занятий на дому на основании приказа Школы определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с обучающимися.

2.30. О графике занятий классный руководитель своевременно уведомляет родителей (законных представителей) обучающегося. Информация о проведенных занятиях регистрируется в журнале. Родители (законные представители) обязаны создать условия для проведения занятий с обучающимися на дому.

2.31. В Школе организуется горячее питание обучающихся, которое осуществляется в школьной столовой в соответствии с графиком посещения столовой, утвержденным Школой.

2.32. В Школе организуется медицинское обслуживание обучающихся.

2.33. Медицинские осмотры обучающихся проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

2.34. Обучающиеся допускаются к занятиям после перенесенного заболевания только при наличии справки врача-педиатра.

2.35. Все помещения Школы подлежат ежедневной влажной уборке с применением моющих средств.

2.36. Дезинфицирующие и моющие средства хранят в упаковке производителя, в соответствии с инструкцией, и в местах, недоступных для обучающихся.

2.37. При выходе обучающихся за пределы здания Школы (экскурсии, соревнования, городские мероприятия и другое) проводится инструктаж о правилах безопасного поведения. Факт проведения инструктажа фиксируется в специальном журнале.

2.38. Ну уроках физической культуры, технологии, информатики, химии, физики проводятся инструктажи по охране труда. Факт проведения инструктажа фиксируется в журнале установленной формы.