

Согласовано с <i>Общественным советом</i> МБОУ «СОШ №276» Протокол № 1 от «30» 08.2024 г	Принято на <i>Педагогическом совете</i> МБОУ «СОШ №276» Протокол № 1 от «30» 08.2024 г	Утверждено приказом директора МБОУ «СОШ №276» от «30» 08.2024 г №117
--	--	---

Положение о режиме занятий обучающихся

МБОУ «СОШ № 276»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с

- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ» (ред. от 25.12.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.01.2024);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
- Федеральными государственными образовательными стандартами.

2. Требования к календарному графику

2.1. Учебный год в ОО начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

2.2. Продолжительность учебных периодов, каникул определяется годовым календарным учебным графиком. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет суммарно не менее 30 календарных дней, при этом непрерывно не менее 7 дней, летом – не менее 8 недель. Дополнительные каникулы после окончания полярной ночи предоставляются обучающимся 1-11 классов в середине второго триместра.

2.3. Продолжительность учебного года устанавливается основными образовательными программами, фиксируется в годовом календарном учебном графике.

2.4. Обучающиеся 1-11 классов обучаются по пятидневной учебной неделе.

2.5. Обучение 1-11 классов ведется в первую смену, при необходимости школа вправе организовать обучение во вторую смену. При этом занятия второй смены должны заканчиваться не позднее 19.00. Обучение в третью смену не допускается.

3. Режим дня и расписание уроков

1.1. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами. При отсутствии предмета в «Шкале трудности учебных предметов» баллы выставляются по аналогии с предметами предметных областей или смежных наук.

1.2. Не допускается предметы с максимальным баллом трудности ставить в расписание последними уроками. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся имеют облегченный учебный день в среду или в четверг.

1.3. Не допускается проведение сдвоенных уроков в 1-4 классах, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке и плаванию.

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

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

1.5. Перерыв между последним уроком и началом внеурочной деятельности и (или) дополнительных занятий составляет не менее 20 минут. При этом такие занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

1.6. При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

1.7. Режим дня:

Начало уроков не ранее 9.00. Нулевые уроки не допускаются.

Продолжительность уроков - 40 минут. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) - 15 - 20 минут.

Питание осуществляется по отдельному графику.

Окончание занятий не позднее 19.00. При реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций не позднее 20.00.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся, не более:

1 классы	при включении в расписание занятия 2-х уроков физической культуры в неделю	4 урока
2-4 классы	при включении в расписание занятия 2-х уроков физической культуры в неделю	5 уроков
5-6 классы		6 уроков
7-11 классы		7 уроков

2-4 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья	5 уроков
5-11 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья	6 уроков

1.8. Учебная нагрузка

Учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе, не более	1 класс	21 ч
	2-4 класс	23 ч
	5 класс	29 ч
	6 класс	30 ч
	7 класс	32 ч
	8-9 класс	33 ч
	10-11 класс	34 ч

1.9. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

1.9.1. Учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену.

1.9.2. 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; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый. Возможно проведение 4 и 5 уроков в игровой форме, при включении в расписание 2-х или 3-х уроков физической культуры соответственно.

1.9.3. В середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

1.10. При организации групп продленного дня созданы условия для организации полдника и прогулок для всех обучающихся.

1.11. Продолжительность выполнения домашних заданий составляет не более 1 часа в 1 классе, 1,5 часов в 2-3 классах, 2 часов в 4-5 классах, 2,5 часов в 6-8 классах, 3,5 часов в 9-11 классах.

2. Педагогическим работникам школы запрещается:

2.1. изменять по своему усмотрению расписание уроков, заменять друг друга без ведома администрации;

2.2. отменять учебные занятия, удлинять или сокращать продолжительность уроков и перемен;

2.3. удалять обучающихся с уроков и не допускать на урок опоздавших;

- 2.4. отпускать с уроков физической культуры обучающихся, освобождённых от занятий по состоянию здоровья;
- 2.5. оставлять детей одних на переменах в кабинетах, кабинеты должны быть закрыты на проветривание;
- 2.6. освобождать обучающихся от учебных занятий для выполнения общественных поручений, участия в спортивных и других мероприятиях, не предусмотренных планом работы, без разрешения администрации и заявления родителей обучающихся или лиц их заменяющих;
- 2.7. отвлекать педагогических работников в учебное время от их непосредственной работы для проведения разного рода мероприятий, не связанных с педагогической деятельностью.

3. Заключительные положения

- 3.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом, принимается на Педагогическом совете школы и утверждается приказом директора организации, осуществляющей образовательную деятельность.
- 3.2. Положение размещается на официальном сайте ОО в сети Интернет, на информационном стенде, а также доводится до сведения родителей (законных представителей) обучающихся на родительских собраниях.
- 3.3. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.
- 3.4. Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке поступления новых нормативных документов.
- 3.5. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

Приложение 1.
Таблицы 6.9, 6.10, 6.11
"Гигиенических нормативов
и требований к обеспечению
безопасности и (или) безвредности
для человека факторов среды обитания"

Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования*

Учебные предметы	Количество баллов
Математика	8
Русский язык / Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Труд (технология)	2
Физическая культура	1

Шкала трудности учебных предметов на уровне основного общего образования

Учебные предметы		Количество баллов (по классам)				
		5	6	7	8	9
Физика		-	-	8	9	13
Химия		-	-	-	10	12
История		5	8	6	8	10
Иностранный язык		9	11	10	8	9
Математика	Математика	10	13	-	-	-
	Геометрия	-	-	12	10	8
	Алгебра	-	-	10	9	7
Природоведение		7	8	-	-	-

Биология		10	8	7	7	7
Литература		4	6	4	4	7
Информатика и ИКТ		4	10	4	7	7
Русский язык/Родной язык		8	12	11	7	6
География		-	7	6	6	5
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	-	-
	Мировая художественная культура	-	-	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	-
Обществознание		6	9	9	5	5
Труд (технология)		4	3	2	1	4
Черчение		-	-	-	5	4
Основы безопасности и защиты Родины		1	2	3	3	3
Физическая культура		3	4	2	2	2

Шкала трудности учебных предметов на уровне среднего общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Физика	12
Математика (геометрия), Химия	11
Математика (алгебра)	10
Русский язык / Родной язык	9
Литература, Иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, Обществознание, Искусство (МХК)	5
География	3
Основы безопасности и защиты Родины	2
Физическая культура	1

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК работы МБОУ «СОШ №276» на 2024- 2025 учебный год

Класс	№ триместра	Сроки триместра		Продолжительность триместра кол-во недель	Каникулы	Сроки каникул		Продолжительность каникул (дни)
		начало	окончание			начало	окончание	
1	I триместр	02.09.2024	29.11.2024	12	осенние	26.10.2024	04.11.2024	10
	II триместр	02.12.2024	28.02.2025	10	зимние	28.12.2024	08.01.2025	12
					февральские	15.02.2025	23.02.2025	9
	III триместр	03.03.2025	16.05.2025	11	весенние	22.03.2025	30.03.2025	9
Итого 1-е классы	«Учебный год»	02.09.2024	16.05.2025	33				40
2 - 8	I триместр	02.09.2024	29.11.2024	12	осенние	26.10.2024	04.11.2024	10
	II триместр	02.12.2024	28.02.2025	10	зимние	28.12.2024	08.01.2025	12
					февральские	15.02.2025	23.02.2025	9
	III триместр	03.03.2025	26.05.2025	12	весенние	22.03.2025	30.03.2025	9
Итого 2 – 8, 10 классы	«Учебный год»	02.09.2024	26.05.2025	34				40
9, 11	I триместр	02.09.2024	29.11.2024	12	осенние	26.10.2024	04.11.2024	10
	II триместр	02.12.2024	28.02.2025	10	зимние	28.12.2024	08.01.2025	12
					февральские	15.02.2025	23.02.2025	9
	III триместр	03.03.2025	26.05.2025	12	весенние	22.03.2025	30.03.2025	9
Итого 9, 11 классы	«Учебный год»	02.09.2024	23*.05.2025	34				40

*Для 9 классов окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации (п. 168.4. ФОП ООО)

РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ ДЛЯ 1 КЛАССОВ

	уроки по 35 мин (сентябрь-декабрь)	уроки по 40 мин (январь-май)		длительность перемены
1 урок	09.00-09.35	09.00-09.40		20
2 урок	09.55-10.30	10.00-10.40		15
3 урок	10.45-11.20	10.55-11.35	динамическая пауза	15
4 урок	11.35-12.10	11.50-12.30		10
5 урок	12.20-12.55	12.40-13.20		

РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ ДЛЯ 2-11 КЛАССОВ
(вторник, среда, четверг)

	уроки по 40 мин.	длительность перемены
1 урок	09.00-09.40	10
2 урок	09.50-10.30	20
3 урок	10.50-11.30	15
4 урок	11.45-12.25	15
5 урок	12.40-13.20	15
6 урок	13.35-14.15	10
7 урок	14.25-15.05	5
8 урок	15.10-15.50	

РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ ДЛЯ 2-11 КЛАССОВ
(понедельник, пятница)

	1 урок – 30 мин 2-8 уроки по 40 мин.	длительность перемены
1 урок	09.00-09.30	10
2 урок	09.40-10.20	20
3 урок	10.40-11.20	15
4 урок	11.35-12.15	15
5 урок	12.30-13.10	15
6 урок	13.25-14.05	10
7 урок	14.15-14.55	5
8 урок	15.00-15.40	

РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ (уроки по 30 мин)

1 урок	09.00-09.30	10
2 урок	09.40-10.10	20
3 урок	10.30-11.00	15
4 урок	11.15-11.45	15
5 урок	12.00-12.30	10
6 урок	12.40-13.10	

