

Принято на заседании
педагогического совета
ГБОУ СОШ № 19 г. Сызрани
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

Учтено мнение Совета родителей
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

Учтено мнение Совета обучающихся
Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

«Утверждено»
Директор ГБОУ СОШ № 19 г. Сызрани

Приказ № 326/1-ОД от 31.08.2023 г.

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее по тексту - Положение) разработано в соответствии с

- Законом Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Федеральной образовательной программой НОО, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 № 372,
- Федеральной образовательной программой ООО, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 № 370,
- Федеральной образовательной программой СОО, утвержденной приказом Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 № 371,
- 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);
- Гигиеническими нормативами и требованиями к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания СанПиН 1.2.3685-21, утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21»;
- уставом государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 19 им. Героя России Алексея Кириллина города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области (далее по тексту - Учреждение);
- Учебным планом Учреждения,
- Правилами внутреннего распорядка обучающихся Учреждения
- Правилами внутреннего трудового распорядка Учреждения.

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 этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.) и заканчивается 31 августа. Для 9,11 классов окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации.

2.2. Формы получения общего 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. При выборе родителями (законными представителями) несовершеннолетнего обучающегося формы получения общего образования и формы обучения учитывается мнение ребенка.

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 - четверти.

Продолжительность учебных четвертей составляет:

I четверть - 8 учебных недель (для 1 - 11 классов),

II четверть - 8 учебных недель (для 1 - 11 классов),

III четверть - 11 учебных недель (для 2 - 11 классов),
10 учебных недель (для 1 классов)

IV четверть - 7 учебных недель (для 1 - 11 классов).

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 две смены.

2.6. Учебные занятия в Учреждении начинаются в 8.00 часов (1 смена) и в 14.00 (2 смена), регламентируются расписанием звонков, утвержденным приказом директора Учреждения. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.7. Расписание учебных занятий составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

2.8. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой 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,
- что соответствует Санитарно-эпидемиологическим требованиям и правилам и

Гигиеническим нормативам.

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

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

2.10. Продолжительность учебного занятия (академический час) во 2-11 классах составляет 40 минут. Продолжительность перемен между учебными занятиями (уроками) составляет не менее 10 минут. Вместо одной большой перемены после 2-го и 3-го уроков установлены две перемены по 20 минут каждая.

2.11. 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;
- в середине третьей четверти предоставляются дополнительные недельные каникулы;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

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

2.13. 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.

2.14. 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 занятий физической культурой проводятся в спортивном зале.

3. Режим выполнения домашних заданий

3.1. Объем домашних заданий (по всем учебным 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. 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. Для обучающихся в первом классе устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

4.2. Продолжительность каникул составляет:

по окончании I четверти (осенние каникулы) - 9 календарных дней (для 1 - 11 классов);

по окончании II четверти (зимние каникулы) - 9 календарных дней (для 1 - 11 классов);

дополнительные каникулы - 9 календарных дней (для 1 классов);

по окончании III четверти (весенние каникулы) - 9 календарных дней (для 1 - 11 классов);

по окончании учебного года (летние каникулы) - не менее 8 недель.

Для обучающихся 9-х классов летние каникулы начинаются по окончании государственной итоговой аттестации.

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 динамического 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 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 индивидуальной программой физического воспитания в соответствии с письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.05.2012 № МД-583/19 о методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья», программой для учащихся специальной медицинской группы общеобразовательных учреждений «Физическая культура 1-11 классы».

7.6. Летняя кампания проводится с целью оздоровления обучающихся ГБОУ СОШ № 19 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 и требованиями.