

Режим учебных занятий обучающихся I.Общие положения

* 1. Настоящий режим учебных занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Новоуспеновская СОШ Акбулакского района Оренбургской области» (далее – Режим) регламентирует в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Новоуспеновская СОШ Акбулакского района Оренбургской области» (далее – Школа организацию обучения по образовательным программам дошкольного образования, начального общего, основного общего, среднего общего образования и дополнительным общеразвивающим программам.
	2. Настоящий режим разработан в соответствии со следующими нормативными документами:
		1. Федеральный Закон от 29.12.2012 №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
		2. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10

«Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»

1. Режим занятий обучающихся.
	1. Недельная образовательная нагрузка (количество учебных занятий) обучающихся рекомендуемая через урочную и внеурочную деятельность, составляет:

1 класс – 21 час

2-4 классы – 23 час

1. класс – 29 час
2. класс – 30 час
3. класс – 32 час

8-9 класс – 33 час

10-11 класс – 34 час.

* 1. Учебная нагрузка закрепляется расписанием учебных занятий на учебный год, который утверждается Школой.
	2. Учебный год в Школе начинается с 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.
	3. Продолжительность учебных недель 1 класс – 33 недели, 2-5 классы
	4. Начало летних каникул определяется в соответствии с календарным учебным графиком Школы и расписанием экзаменов государственной (итоговой) аттестации.
	5. Промежуточная аттестация в переводных 2 – 4, 5 – 8, 10-х классах проводится с 21 по 30 мая без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением педагогического совета Школы.
	6. Сроки проведения государственной (итоговой) аттестации учащихся устанавливаются приказами Министерства образования и науки Российской Федерации (11 классы) и регионального органа управления образованием (9 классы).
	7. Сроки проведения торжественных мероприятий:
		1. Посвященных окончанию учебного года – 25 мая (1, 9, 11 классы).
		2. Выпускных вечеров в 9, 11 классах – 20-25 июня. Выпускной вечер не проводится в День памяти и скорби 22 июня.
	8. Неработающими праздничными днями являются: 7 января – Рождество Христово, 23 февраля – День защитника Отечества, 8 марта - Международный женский день, 1 мая – Праздник Весны и Труда, 9 мая – День Победы, 12 июня – День России, 4 ноября – День народного единства.
	9. Режим работы Школы – пятидневная учебная неделя с выходными днями – суббота, воскресенье.
	10. Обучение обучающихся 1 класса осуществляется в первую смену по пятидневной учебной неделе с выходными днями - суббота, воскресенье.
	11. Учебные занятия проводятся в одну смену: смена - с 09.00 до 15.00 часов;
	12. Во вторую смену проводятся занятия в кружках, объединениях МБУДО

«ДТР» и секциях МБУДО «Акбулакская ДЮСШ»

* 1. Для обучающихся 1 классов количество уроков в день составляет не более 4 и один день в неделю не более 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 в день, для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков в день. Проведение нулевых уроков не допускается.
	2. Продолжительность урока во всех классах 40 минут, за исключением 1 класса, в котором используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый (для прохождения учебной программы четвертые уроки заменяются целевыми прогулками на свежем воздухе, уроками физической культуры, уроками – играми, уроками- театрализации, уроками- экскурсиями (основание: письмо Министерства образования

и науки РФ от 20.04.2001г № 408/13-13 « Рекомендации по организации обучения первоклассников в адаптационный период»); в ноябре, декабре - по 4 урока по 35 минут каждый); январь-май - по 4 урока по 40 минут каждый.

* 1. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности учащихся в течение недели устанавливается облегченный учебный день (четверг или пятница).
	2. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после второго и третьего уроков) - 20 минут каждая.
	3. Динамическая пауза в 1 классе в середине учебного дня - 40 минут.
	4. Перерыв между учебными занятиями и занятиями в ДОД составляет не менее 30 минут для проведения влажной уборки в помещениях и их проветривания.
	5. Факультативные занятия проводятся в дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком устанавливается перерыв в 45 минут.
	6. Занятия внеурочной деятельностью проводятся с 13.00 до 20.00
	7. Длительность занятий внеурочной деятельностью учащихся зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, составляют не более 45 минут в день для обучающихся 1-2 классов, и не более полутора часов в день
* для остальных классов.
	1. Объемом 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. В 1 классе обучение проводится без балльного оценивания знаний учащихся и домашних заданий.
	3. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся в 1 – 5 классах на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.
	4. 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 5-11классов.
	5. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Классы | Непрерывная длительность (мин.), не более |  |
| просмотр ста- тических изображений на учебныхдосках и экранах отра- женного све-чения | просмотр телепередач | просмотр ди- намических изображений на учебныхдосках и экра-нах отражен- ного свечения | работа с изобра- жением на инди- видуальном мо- ниторе компью-тера и клавиату- рой | прослушиван иеаудиозаписи | прослушиван иеаудиозаписи внаушниках |
| 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 |

* 1. 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. Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники соответствует гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.
	3. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста учащихся проводится 3 урока физической культуры в неделю, предусмотренных в объеме максимально допустимой недельной нагрузки. Замена уроков физической культуры другими предметами не допускается.
	4. Двигательная активность обучающихся, помимо уроков физической культуры, обеспечивается за счет:
	+ физкультминуток;
	+ организованных подвижных игр на переменах;
	+ внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
	+ самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.
	1. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля, при проведении динамического или спортивного часа 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 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.

Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

* 1. При благоприятных метеоусловиях уроки физической культуры проводятся на открытом воздухе. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.
	2. 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.
	3. Все работы в мастерских и кабинетах технологии учащиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, используются защитные очки.
	4. Не допускается привлекать обучающихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе 18-ти лет,

а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

* 1. Для организации занятий на дому на основании приказа Школы определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с обучающимся.
	2. 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.
	3. Учебный год в объединениях дополнительного образования для учащихся первого года обучения начинается 15 сентября и заканчивается - 31 мая текущего года, включая каникулярное время.
	4. Режим функционирования объединений дополнительного образования детей - с 16.00 до 18.00 часов.

В воскресные и праздничные дни объединения дополнительного образования детей работают в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий Школы.

* 1. Расписание занятий объединения составляется администрацией Школы по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно- гигиенических норм.
	2. В Школе организуется 2-х разовое горячее питание: завтрак для всех обучающихся и обед для всех желающих, питающихся за счет родительских средств.
	3. Питание в школьной столовой осуществляется в соответствии с графиком посещения столовой, утвержденным Школой.
	4. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2-х дней. При продолжительности экзамена 4 и более часа необходима организация питания обучающихся.
	5. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1 - 2-х классов - более 1,5 кг, 3 - 4-х классов - более 2 кг, - 5 - 6-х - более 2,5 кг, 7 - 8-х - более 3,5 кг, 9 - 11-х - более 4,0 кг.
	6. Медицинские осмотры обучающихся проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.
	7. Обучающиеся допускаются к занятиям после перенесенного заболевания только при наличии медицинской справки.
	8. В классном журнале оформляется лист здоровья, в который для каждого обучающегося вносятся сведения об антропометрических данных, группе здоровья, группе занятий физической культурой, состоянии здоровья, рекомендуемом размере учебной мебели, а также медицинские рекомендации.
	9. Все помещения Школы подлежат ежедневной влажной уборке с применением моющих средств.

Туалеты, столовые, вестибюли, рекреации подлежат влажной уборке после каждой перемены.

Уборку учебных и вспомогательных помещений проводят после окончания уроков смены, в

отсутствие обучающихся, при открытых окнах или фрамугах.

Дезинфицирующие растворы для мытья полов готовят перед непосредственным применением в туалетных комнатах в отсутствие обучающихся.

* 1. Дезинфицирующие и моющие средства хранят в упаковке производителя, в соответствии с инструкцией, и в местах, недоступных для обучающихся.
	2. С целью предупреждения распространения инфекции при неблагополучной эпидемиологической ситуации в Школе проводят дополнительные противоэпидемические мероприятия, по предписаниям органов, уполномоченных осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор.
	3. Не реже одного раза в месяц во всех видах помещений Школы проводится генеральная уборка.
	4. При выходе обучающихся за пределы здания Школы (экскурсии, соревнования, мероприятия и другое) проводится инструктаж о правилах безопасного поведения. Факт проведения инструктажа фиксируется в специальном журнале.
	5. На уроках физической культуры, технологии, информатики, химии, физики проводятся инструктажи по охране труда. Факт проведения инструктажа фиксируется в журнале установленной формы.