

ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ.

1. Общие положения.

- 1.1. Настоящий режим занятий учащихся разработан в соответствии с
- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
 - СанПиН 2.4.3648-20. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 29;
 - Уставом школы;
 - Приказом министерства просвещения от 28 августа 2020 г. № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
- 1.2. Настоящий режим регулирует организацию образовательного деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего и основного общего образования муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Форносовская основная общеобразовательная школа» (далее – школа).
- 1.3. Настоящий режим обязателен для исполнения всеми участниками образовательного процесса.

2. Режим образовательного процесса.

- 2.1. Образовательный процесс в начальной и основной школе осуществляется на основе учебного плана, календарного учебного графика, разрабатываемых школой самостоятельно, и регламентируется расписанием занятий, утвержденным приказом директора школы.
- 2.2. В школе используется организация образовательного процесса по четвертям.
- 2.3. С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном графике предусматривается чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул не должна составлять менее 7 календарных дней. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в середине третьей четверти дополнительные недельные каникулы.
- 2.4. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.
- 2.5. 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.
- 2.6. Занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом внеурочных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

- 2.7. Учебный год в школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день. Заканчивается учебный год в соответствии с учебным планом школы.
- 2.8. Объем обязательной части образовательной программы начального общего образования должен составлять 80%, образовательной программы основного общего - 70% и образовательной программы среднего общего образования - 60%. Суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки.
- 2.9. Продолжительность учебной недели для обучающихся 1- 9- го классов составляет 5 дней.
- 2.10. Уроки в школе проводятся в одну смену. Начало уроков – не ранее 08.00.
- 2.11. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели.
- Обучение в первом классе осуществляется с соблюдением следующих требований: в сентябре – октябре по 3 урока, по 35 минут, в ноябре – декабре по 4 урока, по 35 минут, в январе – мае по 4 урока, по 40 минут. Один раз в неделю допустимо проведение 5 уроков физкультуры. В середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.
- Режим обучения для обучающихся 2-4-х классов - не более 5 уроков.
Режим обучения для обучающихся 5-6-х классов - не более 6 уроков;
Режим обучения для обучающихся 7-9-х классов - не более 7 уроков.
- Предельно допустимая недельная нагрузка обучающихся регламентируется учебным планом школы.
- 2.12. Продолжительность перемен - 10 минут, после 2 и 3 уроков по 20 минут.
- 2.13. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.
- 2.14. При реализации утвержденных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) общеобразовательной программы 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 часа, в 4-5 классах - 2 часа, в 6-8 классах - 2,5 часа, в 9-11 классах - до 3,5 часа.
- 2.15. Для слабовидящих обучающихся 1 - 4 классов при различных видах учебной деятельности продолжительность непрерывной зрительной нагрузки не должна превышать 10 минут, для слабовидящих обучающихся, осваивающих образовательные программы основного общего и среднего общего образования - не более 15 минут.
- 2.16. Для обучающихся с остаточным зрением для усвоения учебной информации по рельефной системе Брайля должны чередоваться тактильное восприятие информации - не менее 2 раз за урок с непрерывной зрительной работой - по 5 минут.
- 2.17. Все работы в учебных кабинетах технологии, обучающиеся выполняют в специальной одежде и (или) с использованием средств индивидуальной защиты.
- 2.18. Для организации трудового обучения кабинеты технологии обеспечиваются необходимым оборудованием и инструментом со специальными приспособлениями, учитывающими особые образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.
- 2.19. Условия трудового обучения должны соответствовать возрасту обучающегося, учебным, воспитательным и коррекционным задачам.
- 2.20. В классном журнале оформляется лист здоровья, в который для каждого обучающегося вносят сведения о его антропометрических данных, группе здоровья, медицинской группе для занятий физической культурой, номере необходимой учебной мебели, а также медицинские рекомендации.
- 2.21. При реализации общеобразовательных программ используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии,

электронное обучение. При угрозе возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации 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.

2.22. При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения должны соблюдаться следующие требования:

- 2.22.1. Использование ЭСО должно осуществляться при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательных организациях не допускается.
- 2.22.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.
- 2.22.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.
- 2.22.4. Размещение базовых станций подвижной сотовой связи на собственной территории образовательных организаций не допускается.
- 2.22.5. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.
- 2.22.6. Оконные проемы в помещениях, где используются ЭСО, должны быть оборудованы светорегулируемыми устройствами.
- 2.22.7. Линейные размеры (диагональ) экрана ЭСО должны соответствовать гигиеническим нормативам.
- 2.22.8. Организация рабочих мест пользователей персональных ЭСО должна обеспечивать зрительную дистанцию до экрана не менее 50 см. Использование планшетов предполагает их размещения на столе под углом наклона 30°.
- 2.22.9. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам.
- 2.22.10. При необходимости использовать наушники, время их непрерывного использования для всех возрастных групп должно составлять не более часа. Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной. Внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования.
- 2.22.11. Интерактивную доску (панель) и другие ЭСО следует выключать или переводить в режим ожидания, когда их использование приостановлено или завершено.
- 2.22.12. 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.

2.23. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности.

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.

2.24. При использовании электронного оборудования, в том числе сенсорного экрана, клавиатуры, компьютерной мыши необходимо ежедневно дезинфицировать их в

соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.

2.25. В помещении, где организовано рабочее место обучающегося с компьютером (ноутбуком) или планшетом, необходимо предусмотреть естественное освещение и искусственное общее и местное на рабочем столе. Источник местного освещения на рабочем месте обучающегося должен располагаться сбоку от экрана персонального компьютера (ноутбука) или планшета. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

3. Режим внеурочной деятельности.

3.1. Часы, отведенные на внеурочную деятельность организуются в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

3.2. Внеурочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляющих суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не менее 5 часов должны включать обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей.

3.3. Внеурочная деятельность организуется по нелинейному динамическому расписанию во второй половине дня. Возможна организация внеурочной деятельности в субботу.

3.4. Внеурочная деятельность должна учитывать возрастные особенности обучающихся, обеспечивать баланс между двигательными-активными и статическими занятиями.

3.5. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

3.5 Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием занятий внеурочной деятельности.

3.6. Время проведения экскурсий, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении мероприятий несет учитель, назначенный приказом по школе.

3.7. Внеурочные занятия начинаются через 30 минут после окончания уроков, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

3.8. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены - 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности

Одобрено педагогическим советом.

Протокол от 29.03.2021 года № 6