

муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Бердюгинская средняя общеобразовательная школа»

ПРИНЯТО  
Советом школы МОУ «Бердюгинская  
СОШ»  
Протокол от 16.09. 2021г. № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора МОУ  
«Бердюгинская СОШ»  
от 14.09. 2021 г. № 53/3 -ОД  
/О.Ю. Жижина/



**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий обучающихся**  
**муниципального общеобразовательного учреждения «Бердюгинская средняя**  
**общеобразовательная школа»**  
**(МОУ «Бердюгинская СОШ»)**  
**(в новой редакции)**

**1. Общие положения.**

1.1. Настоящее Положение в соответствии с законодательством РФ, нормативными правовыми актами в сфере образования.

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий учащихся МОУ «Бердюгинская СОШ» (далее - Учреждения).

1.3. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми участниками образовательного процесса.

1.4. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте Учреждения в сети Интернет.

**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 со следующего после выходного рабочего дня.

2.2. Продолжительность учебного года устанавливается в 1 классе - 33 недели, 2-9 классах - не менее 34 недель без учёта государственной итоговой аттестации.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды - четверти. Количество четвертей - четыре.

2.4. После каждого учебного периода следуют каникулы.

2.5. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком. Календарный учебный график разрабатывается на каждый учебный год, утверждается Учреждением самостоятельно. Обучение в Учреждении ведется в одну смену по пятидневной учебной неделе.

2.6. Продолжительность урока во 2-9 классах составляет 45 минут.

2.7. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих 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; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый,

в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут,

предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения. Возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

2.8. Учебные занятия в Учреждении начинаются в 8 часов 30 минут. Проведение нулевых уроков в Учреждении не допускается.

2.9. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносится не более 2-х перемен продолжительностью не менее 20 минут.

2.10. Расписание звонков:

1 урок - 8.30 - 9.15

2 урок - 9.25 - 10.10

3 урок - 10.20 - 11.05

4 урок - 11.25 - 12.10

5 урок - 12.30 - 13.15

6 урок - 13.25 - 14.10

7 урок - 14.20 - 15.05, где 3 и 4 перемены предназначены для организации горячего питания обучающихся, либо проведения динамических перемен, согласно утвержденному графику.

2.11. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором образовательного учреждения по согласованию с Советом Учреждения.

2.12. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку обучающихся:

- 1 класс - 21 час в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 2-4 классы - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе - 23 часа в неделю;
- 5 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе - 29 часов в неделю;
- 6 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе - 30 часов в неделю;
- 7 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе - 32 часа в неделю;
- 8-9 классы - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе - 33 часа в неделю;

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

Оценка трудности предметов, отсутствующих в представленных шкалах, производится аналогично предметам данной предметной области.

#### **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
Технология	2
учебных предметов на уровне основного общего образования	

### 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	-	-	-
	Г еометрия	-	-	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	
Г еография		7	6	6	5	
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	-	-
	Мировая художественная культура	-	-	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	-
Обществознание (включая экономику и право)	6	9	9	5	5	
Технология	4	3	2	1	4	
Черчение	-	-	-	5	4	
Основы безопасности жизнедеятельности	1	2	3	3	3	
Физическая культура	3	4	2	2	2	

Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

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.

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

2.14. В Учреждении установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, практическая работа, лабораторная работа, экскурсия.

2.15. При проведении занятий по иностранному языку, трудовому обучению, информатике и ИКТ, физике и химии (во время практических занятий) в 5-9 классах деление класса на группы не допускается, т.к. низкая наполняемость классов.

2.16. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках на всех уровнях обучения проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

2.17. В оздоровительных целях в Учреждении создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся через:

- 3 часа физической культуры в неделю;
- Спортивные кружки, секции и внеурочные занятия;
- Физкультминутки на уроках;
- Подвижные/динамические перемены;
- Внеклассные спортивные мероприятия и соревнования;
- Дни здоровья;
- Прогулки на свежем воздухе.

2.20. Занятий физической культурой на открытом воздухе в холодный период года проводятся при следующей температуре воздуха

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха, °С		
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/с	при скорости ветра 610 м/с
Средняя полоса Российской Федерации	до 12 лет	-9	-6	-3
	12 -13 лет	-12	-8	-5
	14 - 15 лет	- 15	- 12	-8
	16 - 17 лет	- 16	-15	-10

2.21. В зимний период времени родители (законные представители) могут принять решение и оставить детей дома с обязательным уведомлением школы (через классного руководителя) при следующих температурах:

для обучающихся 1-4-х классов при температуре воздуха -28°С без ветра, -25°С с ветром (при скорости ветра не менее 4 м/сек);

для обучающихся 5-9-х классов при температуре воздуха -30°С без ветра, -28°С с ветром;

для обучающихся 10-11-х классов при температуре -32°С без ветра, -30°С с ветром.

### 3. Режим каникулярного времени.

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

3.3. Для учащихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

3.4. Сроки каникул регламентированы календарным учебным графиком.

### 4. Режим внеурочной деятельности.

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы внеурочной деятельности, кружков, секций, детских общественных объединений, филиалов организаций дополнительного образования, действующих на базе образовательного Учреждения.

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с учащимися на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с утвержденными календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

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

4.3. Работа спортивных секций, кружков, кабинета информатики допускается только согласно утвержденному расписанию.

4.4. Групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 40 минут после окончания последнего урока в данном классе.

4.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены по 10 минут для отдыха со сменой видов деятельности.

4.6. Длительность занятий зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности, как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, составляет не более 50 минут в день для обучающихся 1 - 2 классов, и не более полутора часов в день - для остальных классов. На музыкальных занятиях рекомендуется шире использовать элементы ритмики и хореографии. Просмотры телепередач и кинофильмов не следует проводить чаще двух раз в неделю с ограничением длительности просмотра до 1 часа для обучающихся 1 - 3 классов и 1,5 - для обучающихся 4-8 классов. Для организации различных видов внеурочной деятельности используются общешкольные помещения: учебные кабинеты, спортивный зал, библиотека, медиатека, стадион.