

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Кольского района Мурманской области
«Мурмашинская средняя общеобразовательная школа №1»**

СОГЛАСОВАНО
Управляющий совет

протокол № 5 от 21 ноября 2022 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Мурмашинская СОШ №1»

Приказ № 943 от 21 ноября 2022 года

СОГЛАСОВАНО
Педагогический совет

протокол № 3 от 21 ноября 2022 года

**ПОЛОЖЕНИЕ
о режиме занятий обучающихся
МБОУ «Мурмашинская СОШ №1»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано с учетом Федерального закона от 29.12. 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказа Минпросвещения России от 22.03.2021г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»; СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 27.10.2020 № 32; СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 №28; Уставом МБОУ «Мурмашинская СОШ №1» (далее – Школа).

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ «Мурмашинская СОШ №1».

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми работниками, обучающимися школы и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получение обучающимися образования.

**2. Режим занятий обучающихся
во время организации образовательного процесса**

2.1. Образовательный процесс в Школе осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого Школой самостоятельно в соответствии с основными образовательными программами начального общего, основного и среднего общего образования, календарным учебным графиком и регламентируется расписанием занятий, утвержденным приказом директора.

2.2. Календарный учебный график отражает сроки начала и окончания учебного года, даты начала и окончания учебных четвертей и каникул, разрабатывается и утверждается Школой ежегодно.

2.3. Учебный год в Школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом образовательной организации. Если 1 сентября приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

2.4. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального общего,

основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель, без учета государственной итоговой аттестации в 9 и 11 классах, в первом классе – 33 недели.

2.5. Учебными периодами учебного года являются:

- в 1-9 классах - четверти,
- в 10-11 классах - полугодия.

2.6. С целью профилактики переутомления в календарном учебном графике предусматривается чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней. Сроки начала и окончания каникул определяются Школой самостоятельно.

2.7. Обучение в школе ведется по 5-дневной учебной неделе, в субботу возможны организация и проведение внеурочной деятельности. При этом учебные занятия в 1 классе проводятся только в первую смену.

2.8. Учебные занятия в Школе начинаются в 8 часов 30 минут. Обучение осуществляется в 1 смену

2.9. Продолжительность урока во 2-11 классах составляет 45 минут, за исключением компенсирующих классов, продолжительность урока в которых не должна превышать 40 минут.

2.10. Для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- в сентябре, октябре — 3 урока в день по 35 минут каждый;
- в ноябре-декабре – по 4 урока по 35 минут каждый;
- в январе — мае – по 4 урока по 40 минут каждый.

2.11. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режиме учебных занятий предусмотрены перемены, продолжительностью не менее 20 минут.

2.12. В 1 классе в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

2.13. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана Школы, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не превышает в совокупности величину недельной образовательной нагрузки.

Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с санитарными нормами и правилами. Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах:

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

2.14. 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.

2.15. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной

работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

Для обучающихся 1-х классов наиболее трудные предметы должны проводиться на 2-м уроке; 2 - 4-х классов - 2 - 3-м уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов на 2 - 4-м уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах, занятия в бассейне).

2.16. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4 уроках.

2.17. Необходимо чередовать во время урока различные виды 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 должна превышать 7 - 10 минут, в 5 - 11 классах - 10 - 15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги должно составлять не менее 25 - 35 см у обучающихся 1 - 4 классов и не менее 30 - 45 см - у обучающихся 5 - 11 классов.

Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 1 - 2-х классов - не более 20 минут, для учащихся 3 - 4 классов - не более 25 минут, для учащихся 5 - 6 классов - не более 30 минут, для учащихся 7 - 11 классов - 35 минут. Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках в 1 - 4 классах не должна превышать 5 минут, в 5 - 11 классах - 10 минут.

Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках в 1 - 2 классах составляет не более 25 минут, 3 - 4 классах и старше - не более 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60 - 80%, физкультминутки, офтальмотренаж).

С целью профилактики утомления обучающихся не допускается использование на одном уроке более двух видов электронных средств обучения.

С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз

2.18. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в четверг или пятницу.

2.19. Самостоятельная подготовка обучающихся к занятиям, выполнение обучающимися заданий, данных педагогическими работниками в рамках образовательной программы для выполнения во внеучебное время (далее - домашнее задание), осуществляются обучающимися в домашних и иных условиях, в том числе в цифровой образовательной среде, и предусматривают выполнение обучающимися письменных и устных, практических, творческих, проектных, исследовательских работ в целях совершенствования, развития и практического применения формируемых в ходе урока предметных знаний и умений, универсальных учебных действий и их использования для решения учебных, учебно-познавательных и учебно-практических задач в соответствии с планируемыми результатами рабочей программы учебного предмета.

Определение объема домашних заданий осуществляется педагогическими работниками в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями и правилами, Гигиеническими нормативами с учетом возрастных, психофизических особенностей, способностей и интересов обучающихся.

Продолжительность выполнения домашних заданий, не более (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.

2.20. Обучающиеся одного года обучения объединяются в учебные классы. За каждым классом закрепляется классный руководитель из числа педагогических работников Школы.

2.21. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2 дней. При продолжительности

экзамена 4 и более часа, необходима организация питания обучающихся.

2.22. В Школе может быть организовано индивидуальное обучение детей на дому. Основанием для организации индивидуального обучения детей на дому является: письменное заявление родителей (законных представителей) обучающегося на имя директора школы и медицинское заключение лечебного учреждения.

2.23. Организацию образовательного процесса осуществляют администрация и педагогические работники в соответствии с должностной инструкцией.

2.24. Учителям категорически запрещается впускать в класс посторонних лиц без предварительного разрешения директора школы, а в случае его отсутствия — дежурного администратора.

Педагогическим работникам категорически запрещается вести прием родителей во время учебных занятий.

2.25. Прием родителей (законных представителей) директором школы и заместителями директора осуществляется в рабочие дни с 12.00 до 17.00.

2.26. Запрещается отпускать учеников с уроков на различные мероприятия (репетиции, соревнования). Участие в мероприятиях определяется приказом по школе.

2.27. Запрещается удаление обучающихся из класса, моральное или физическое воздействие на обучающихся.

2.28. Учитель, ведущий последний урок, выводит детей этого класса в раздевалку и присутствует там до ухода из здания всех учеников.

3. Режим питания обучающихся

3.1. При нахождении детей в общеобразовательной организации более 4 часов обеспечивается возможность организации горячего питания.

3.2. Для обучающихся школы предусматривается организация двухразового горячего питания (завтрак и обед), а также реализация (свободная продажа) готовых блюд и буфетной продукции.

3.3. Обучающиеся Школы получают питание согласно установленному и утвержденному директором школы режиму питания в зависимости от их режима обучения в образовательной организации.

3.4. Питание детей должно осуществляться в соответствии с меню, утвержденным директором Школы. Меню является основным документом для приготовления пищи на пищеблоке Школы. Основное меню должно разрабатываться на период не менее двух недель (с учетом режима организации) для каждой возрастной группы детей.

3.5. Для дополнительного обогащения рациона питания детей микронутриентами в эндемичных по недостатку отдельных микроэлементов регионах в меню должна использоваться специализированная пищевая продукция промышленного выпуска, обогащенные витаминами и микроэлементами, а также витаминизированные напитки промышленного выпуска. Витаминные напитки должны готовиться в соответствии с прилагаемыми инструкциями непосредственно перед раздачей. Замена витаминизации блюд выдачей детям поливитаминных препаратов не допускается. В целях профилактики йододефицитных состояний у детей должна использоваться соль поваренная пищевая йодированная при приготовлении блюд и кулинарных изделий.

3.6. Организация питания в школе осуществляется штатными работниками общеобразовательной организации.

4. Режим каникулярного времени

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

4.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

4.3. Для обучающихся в 1 классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

5. Режим внеурочной деятельности

5.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы занятий, кружков, секций, детских общественных объединений.

5.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочей программой курса внеурочной деятельности, календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся при проведении подобных мероприятий несет учитель и/или педагогический работник, который назначен приказом директора.

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

5.4. В школе, по желанию и запросам родителей (законных представителей), для обучающихся могут открываться группы продленного дня, которые начинают свою работу после окончания уроков. Зачисление в группы продленного дня производится приказом директора школы по заявлению родителей (законных представителей). Группы продленного дня действуют на основании Положения о ГПД.

Количество классов и групп продленного дня в школе определяется ежегодной потребностью населения и зависит от санитарных норм и условий для проведения образовательного процесса.

6. Промежуточная аттестация обучающихся.

6.1. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами школы, Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся Школы.

6.2. Освоение общеобразовательной программы, в том числе отдельной части или всего объема учебного предмета, курса общеобразовательной программы, сопровождается промежуточной аттестацией обучающихся.

6.3. Целью промежуточной аттестации являются:

- обеспечение социальной защиты обучающихся, соблюдения прав и свобод в части регламентации учебной загруженности в соответствии с санитарными правилами и нормами, уважение их личности и человеческого достоинства;
- установление фактического уровня теоретических знаний обучающихся по предметам учебного плана, их практических умений и навыков;
- контроль выполнения учебных программ и календарно - тематического графика изучения учебных предметов.

6.4. Промежуточная аттестация в образовательном учреждении подразделяется на:

- полугодическую аттестацию - оценка качества усвоения учащимися содержания какой-либо части (частей) темы (тем) конкретного учебного предмета по итогам учебного периода (полугодия) на основании текущей аттестации;
- годовую аттестацию - оценку качества усвоения обучающимися всего объема содержания учебного предмета за учебный год.

6.5. Форма проведения промежуточной аттестации определяется учебным планом, порядок устанавливается образовательной организацией и принимается на Педагогическом совете (ВПР, итоговая контрольная работа, тестирование, защита проекта, творческая работа и др.). Все формы аттестации проводятся во время учебных занятий в рамках учебного расписания.

7. Режим двигательной активности обучающихся

7.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры обеспечивается за счет:

- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- динамических пауз;
- занятий в ШСК;
- 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 или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

7.3. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Обучающиеся 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.

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

8. Режим трудовых занятий обучающихся

8.1. В Школе запрещается привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия их родителей (законных представителей).