

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Верхнетыжминская основная общеобразовательная школа»  
(МБОУ Верхнетыжминская ООШ)**

Согласовано:  
На совете обучающихся  
Пр. №1 от 31.08.2021 г

Согласовано:  
На совете родителей  
Пр. №1 от 31.08.2021 г

**ПРИНЯТО**  
педагогическим советом  
протокол № 1 от 31.08. 2021 г

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ  
Верхнетыжминская ООШ  
Н.А.Абрамова  
приказ №59 от «01» сентября 2021 г.



**Положение о режиме занятий обучающихся**

**1. Общие положения**

- 1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным Законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ч.2 ст.30); Приказом МОиН РФ от 30.08.2013 г. №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего образования»; Утвержденное постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» Уставом МБОУ Верхнетыжминская ООШ, учебным планом, календарным учебным графиком МБОУ Верхнетыжминская ООШ.
- 1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ Верхнетыжминская ООШ по очной форме обучения (далее – Школа).
- 1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися Школы и их родителями (законными представителями) несовершеннолетних, обеспечивающими получение обучающимися общего образования.
- 1.4. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте Школы в сети Интернет.
- 1.5. Обучение может осуществляться с помощью электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**2. Режим образовательного процесса**

- 2.1. Образовательный процесс в Школе осуществляется на основе учебного плана, календарного учебного графика и регламентируется расписанием занятий, утвержденным приказом директора Школы.
- 2.2. Календарный учебный график отражает сроки начала и окончания учебного года, дат начала и окончания каникул, продолжительность учебной недели, сроки проведения промежуточной аттестации.
- 2.3. Учебный год в Школе начинается 1 сентября. Если этот день 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 и основного общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации, а в 1 классе – 33 учебные недели.
- 2.5. Учебный год составляют учебные четверти. Количество учебных четвертей- 4.



2.6. При обучении по четвертям устанавливаются каникулы: осенние, зимние, весенние и летние.  
2.7. Календарный учебный график, определяющий конкретные сроки начала и окончания учебных четвертей и каникул, разрабатывается и утверждается Школой ежегодно.

2.8. Обучение в Школе ведется:

- в 1-3 классах по 5-ти дневной учебной неделе;
- в 4-9 классах по 6-ти дневной учебной неделе.

2.9. 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

2.10. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 1 и 4 урока) - 20-30 минут.

2.11. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

2.12. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием после 1-ого и 4-ого уроков.

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.

2.14. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности.

2.15. 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.

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

2.16. Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (приложение №1).

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

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

2.18 Объем обязательной части образовательной программы начального общего образования должен составлять 80%, образовательной программы основного общего - 70%. Суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки

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

2.20. 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 – 9 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 – 9 классов.

2.21. После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока – физические упражнения для профилактики общего утомления.

2.22. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 1 – 2 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 – 9 классов – 35 минут.

2.23. Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках в 1 – 4 классах не должна превышать 5 минут, в 5 – 9 классах – 10 минут. Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках в 1 – 2 классах составляет не более 25 минут, 3 – 9 классах – не более 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60 - 80%, физкультминутки).

2.24. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся проводятся:

- внеклассные спортивные занятия и соревнования, общешкольные спортивные мероприятия, дни здоровья;

- самостоятельные занятия физической культурой в секциях и клубах.

2.25. 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.

2.26. Объем 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 ч., в 4 -5 классах - 2 ч, в 6 - 8 классах - 2,5 ч, в 9 классе - до 3,5 ч.

2.27. В Школе организовано медицинское обслуживание учащихся. Медицинские осмотры учащихся в Школе организуются и проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

2.28. Учащиеся допускают к занятиям в Школе после перенесенного заболевания только при наличии справки врача.

2.29. В Школе организуется работа по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний.

### **3. Режим каникулярного времени**

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 30 календарных дней и отражается в календарном учебном графике.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

### **4. Режим внеурочной деятельности**

4.1. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, кружков, детских общественных объединений, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.

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

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с утверждёнными календарно-тематическим планированием и календарным планом работы школы. Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, назначенный приказом директора.



- 2.6. При обучении по четвертям устанавливаются каникулы: осенние, зимние, весенние и летние.
- 2.7. Календарный учебный график, определяющий конкретные сроки начала и окончания учебных четвертей и каникул, разрабатывается и утверждается Школой ежегодно.
- 2.8. Обучение в Школе ведется:
- в 1-3 классах по 5-ти дневной учебной неделе;
  - в 4-9 классах по 6-ти дневной учебной неделе.
- 2.9. 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
- 2.10. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 1 и 4 урока) - 20-30 минут.
- 2.11. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.
- 2.12. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием после 1-ого и 4-ого уроков.
- 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.
- 2.14. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности.
- 2.15. 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.
- Занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом дополнительных занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.
- 2.16. Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (приложение №1).
- 2.17. При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.
- В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 – 4 уроках.
- 2.18 Объем обязательной части образовательной программы начального общего образования должен составлять 80%, образовательной программы основного общего - 70%. Суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки
- 2.19. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз.
- 2.20. 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 – 9 классах – 10 - 15 минут. Расстояние от глаз



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

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

4.5. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объём максимально допустимой нагрузки.

### 5. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся

5.1. Оценка индивидуальных достижений обучающихся 1-9 классов осуществляется по окончании каждого учебного периода: по итогам полугодий, учебного года.

5.2. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами школы.

5.3. Государственная итоговая аттестация в выпускном 9 классе проводится в соответствии с нормативно-правовыми документами Министерства образования РФ, Министерства образования Удмуртской Республики.

Приложение №  
Таблица

Шкала трудности предметов для 1 – 4 классов

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Математика	8
Русский (национальный, иностранный язык)	7
Природоведение, информатика	6
Русская (национальная) литература	5
История (4 класс)	4
ИЗО и музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

Таблица 2

Шкала трудности учебных предметов, изучаемых  
в 5 - 9 классах

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Химия	-	-	13	10	1
Геометрия	-	-	12	10	
Физика	-	-	8	9	1
Алгебра	-	-	10	9	
Биология	10	8	7	7	
Математика	10	13	-	-	
Иностранный язык	9	11	10	8	
Русский язык	8	12	11	7	

Краеведение	7	9	5	5	-
Природоведение	7	8	-	-	-
География	-	7	6	6	5
История	5	8	6	8	10
Технология	4	3	2	1	4
Литература	4	6	4	4	7
ИЗО	3	3	1	3	-
Физическая культура	3	4	2	2	2
Музыка	2	1	1	1	-
Информатика	4	10	4	7	7
ОБЖ	1	2	3	3	3