Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Светлоярская средняя школа № 2 имени Ф.Ф. Плужникова»
Светлоярского муниципального района
Волгоградской области

Принято	**Согласовано**	**Утверждено**
на педагогическом совете МКОУ «Светлоярская средняя школа № 2 имени Ф.Ф. Плужникова» Протокол № 1 от 29.08.2025г.	с Управляющим советом МКОУ «Светлоярская средняя школа № 2 имени Ф.Ф. Плужникова» Протокол № 1 от 27.08.2025г.	приказом директора МКОУ «Светлоярская средняя школа № 2 имени Ф.Ф. Плужникова» от 29.08.2025г. № 168 Директор Н.А. Хахалева

Положение
о режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано с учетом:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями.);
- Приказа Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
- санитарных правил СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», которые утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28;
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";
- методических рекомендаций, утвержденных Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 10 ноября 2023 г. «МР 2.4.0331-23. 2.4. Гигиена детей и подростков. Методические рекомендации по обеспечению оптимизации учебной нагрузки в общеобразовательных организациях»;
- письма Министерства просвещения России от 01.07.2025 №03-1326 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации процесса обучения в первом классе в адаптационный период (сентябрь-октябрь)»;
- Устава МКОУ «Светлоярская СШ №2 им.Ф.Ф.Плужникова» (далее –Учреждение).

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся в Учреждении.

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 в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года на первой, второй и третьей ступенях общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в первом классе – 33 недели. Учебный год составляют учебные периоды: триместры. Количество триместров - 3.

2.3. После каждого учебного периода следуют каникулы.

2.4. Продолжительность учебного года, каникул утверждается приказом директора Учреждения с учетом рекомендаций Министерства просвещения России.

- Обучение в Учреждении ведется в одну смену по 5-ти дневной учебной неделе.

2.5. Начало занятий в 08.00. Продолжительность урока в 1–11-х классах составляет 40 минут. Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья продолжительность урока составляет 40 минут.

Оптимизации учебной нагрузки, снижению уровня стресса школьников и упрощению перевода обучающихся их одной школы в другую способствуют различные варианты расписаний.

Разработаны варианты расписаний для следующих уровней общего образования:

- начальное общее образование (1-4 классы)
- основное общее образование (5-9 классы)
- среднее общее образование (10-11 классы)

2.6. В соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10» для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется следующий ***метод ступенчатого режима обучения*** для постепенного наращивания учебной нагрузки:

сентябрь, октябрь - 3 урока по 35 минут каждый;

ноябрь-декабрь – по 4 урока по 35 минут каждый.

Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

Организация мероприятий для обеспечения двигательной активности и профилактики переутомления

Обучающимся и их родителям (законным представителям) необходимо дать рекомендации по проведению дома утренней зарядки, познакомить их с комплексом упражнений, а также закаливающими процедурами. В середине учебного дня проводить педагог организует динамическую паузу не менее 40 минут. Она, как правило, проводится на улице. Рекомендуется во время динамической паузы проводить игры средней подвижности. Это определяется тем, что после этого занятия дети возвращаются на урок,

поэтому они не должны быть слишком физически уставшими. Предусмотрена организация дополнительных каникул в феврале с целью создания благоприятных условий для снятия утомляемости и укрепления здоровья обучающихся. Проведение физкультминутки на уроке обязательно.

Особенности контрольно-оценочной деятельности в первом классе

Учитель организует необходимую работу по ознакомлению детей, их родителей с особенностями контрольно-оценочной деятельности в первом классе, разъясняет им необходимость и целесообразность идеи организации контроля достижений ребенка без балльной оценки. Результаты работы первоклассников оцениваются только словесно.

Изучение учебных предметов в адаптационный период (сентябрь-октябрь)

Планирование недельной нагрузки в условиях ее уменьшения

В соответствии с требованиями санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, в сентябре-октябре недельная нагрузка первоклассников не превышает 15 часов, то есть при пятидневной учебной неделе – 3 урока в день. При сокращении часов необходимо учитывать следующие рекомендации. В первую очередь уменьшаются часы учебных предметов, которые имеют максимальное количество баллов по шкале трудности – математика, русский язык, окружающий мир, литературное чтение. Вместе с тем сокращение допускается не более, чем 1 час в неделю по каждому предмету. Учебные предметы «Русский язык», «Математика» сокращаются на, один час в неделю, а «Литературное чтение» на 0,5 часа. Учитывая особенности адаптационного периода, целесообразно в сентябре-октябре проводить по 1 уроку в неделю. Учитель может компенсировать содержание второго урока за счет проведения наблюдений, целевых прогулок и экскурсий в природу, в учреждения культуры и места трудовой деятельности людей. Учебные предметы «Музыка» и «Изобразительное искусство» сокращаются на 0,5 часа.

Распределение часов по учебным предметам проходит следующим образом:

Первая и третья неделя

Русский язык – 4 ч. Литературное чтение – 4ч. Математика – 3 ч. Окружающий мир – 1 ч. Музыка – 0,5 ч. Изобразительное искусство 0,5 ч. Труд (технология) – 0 ч. Физическая культура – 2 ч. Всего: 15 часов.

Вторая и четвертая неделя

Русский язык – 4 ч. Литературное чтение – 3ч. Математика – 3 ч. Окружающий мир – 1 ч. Музыка – 0,5 ч. Изобразительное искусство 0,5 ч. Труд (технология) – 1 ч. Физическая культура – 2 ч. Всего 15 час.

2.7. Учебные занятия в Учреждении начинаются в 8 часов 00 минут. Проведение "нулевых" уроков не допускается.

2.8. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 15 мин.

2, 3 и 4 перемена предназначены для организации горячего питания обучающихся, либо проведения динамических перемен согласно утверждённому графику.

2.9. Для детей, нуждающихся в длительном лечении, детей – инвалидов, обучающихся на дому, составляется индивидуальное расписание, которое должно быть согласовано с родителями и утверждено руководителем Учреждения.

2.10. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором Учреждения по согласованию с Советом по питанию Учреждения.
2.11. 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 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю;
- 9 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю;
- 10-11 классы - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5 -дневной учебной неделе – 34 часа в неделю.
2.12. Обязательная учебная нагрузка детей – инвалидов, детей, нуждающихся в длительном лечении, занимающихся на дому по адаптированной образовательной программе не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую учебную нагрузку, указанную в программе.
2.13. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели. При составлении расписания уроков используется таблица И.Г. Сивкова, в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.
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 и трудовому обучению на 2 и 3 ступени обучения, физической культуре на 3 ступени обучения, по информатике и ИКТ, физике, химии (во время практических занятий) допускается деление класса на две группы при наполняемости не менее 25 человек. При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью при проведении занятий по другим предметам, а также классов первой ступени общего образования при изучении иностранного языка.
2.16. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках в начальной, средней и старшей школе проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.
2.17. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметах не должна превышать 80%.
2.18. В оздоровительных целях в Учреждении создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся в объеме:

- 3 часа физической культуры в неделю;
- спортивные кружки, секции и внеурочные занятия;
- физкультминутки на уроках;
- подвижные/динамические перемены;
- внеклассные спортивные занятия и соревнования;
- Дни здоровья;
- прогулки на свежем воздухе.

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 обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.
3.4. Сроки каникул определяются утверждённым календарным учебным графиком.

4. Режим внеурочной деятельности

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

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с утверждёнными 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 подобных мероприятий несет учитель, воспитатель, назначенный приказом директора.
4.3. Работа спортивных секций, кружков, кабинета информатики допускается только согласно утверждённому расписанию.
4.3. Групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 20 мин после окончания последнего урока в данном классе.
4.4. В Учреждении по желанию и запросам родителей (законных представителей) могут открываться группы продленного дня обучающихся, которые начинают свою работу после окончания уроков.
Режим работы каждой группы утверждается директором Учреждения.
Группы продленного дня действуют на основании Положения о группах продленного дня. В группе продленного дня продолжительность прогулки для младших школьников должна составлять не менее 1,5 часов. Двигательная активность на воздухе должна быть организована в виде подвижных и спортивных игр.

5. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся

5.1. Оценка индивидуальных достижений, обучающихся осуществляется

по окончании каждого учебного периода:

· 1 класса - по итогам учебного года (без отметочного обучения);

· 2-9 классов – по итогам четвертей, учебного года (балльное оценивание);

· 10,11 классов - по полугодиям (балльное оценивание).

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

5.2. Государственная (итоговая) аттестация в выпускных 9 и 11 классах проводится в соответствии с нормативно-правовыми документами Министерства просвещения РФ.