

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Залипьевская основная общеобразовательная школа

ПРИНЯТО:  
на педагогическом совете  
Протокол № 1 от 28.08.2020 г.

Утверждено  
И.о. директора  
Г.В. Курловин  
Приказ от «31» 08. 2020г. № 71



**Режим дня обучающихся**

**1. Общие положения.**

1.1. Режим занятий обучающихся МКОУ Залипьевская ООШ (далее - школа) в соответствии:

- Федеральным Законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 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 и среднего общего образования»;
- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрирован в Минюсте России 03.03.2011 г.);
- Федеральными государственными образовательными стандартами начального общего и основного общего образования;
- Уставом МКОУ Залипьевская ООШ;
- Основными образовательными программами начального общего и основного общего образования;
- Учебным планом;
- Календарным учебным графиком;
- Правилами внутреннего распорядка обучающихся.

1.2. Настоящий Режим регламентирует режим занятий обучающихся в части режима учебной деятельности, внеурочной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, трудовых занятий, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации и работы в активированные дни.

1.3. Организация образовательного процесса в школе регламентируется учебным планом (разбивкой содержания образовательной программы по учебным курсам, по дисциплинам и по годам обучения), календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми школой самостоятельно.

## **2.Режим учебной деятельности обучающихся (в том числе для лиц с ОВЗ).**

2.1. Первый и последний день учебного года для обучающихся 1-9 классов определяется календарным учебным графиком. Календарный учебный график утверждается приказом директора с учетом мнения Педагогического совета школы, Управляющего совета, Совета старшеклассников.

2.2. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти, между которыми предполагаются рабочие каникулы. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха обучающихся (здоровьесберегающий подход). Промежуточная аттестация проводится во всех классах в конце учебного года.

2.3. В соответствии с учебным планом и в целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с годовым календарным учебным графиком и составляет:

В 1 классе (в том числе для детей с ОВЗ) – 33 учебных недели,

Во 2-4, 5- 9 классах (в том числе для детей с ОВЗ) – 34 учебных недели.

2.4.В школе устанавливается пятидневная рабочая неделя с 1 по 9 класс (в том числе для детей с ОВЗ), с двумя выходными днями (суббота и воскресенье).

2.5. Для профилактики переутомления предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул. Каникулы для обучающихся установлены: между 1-ой и 2-ой учебными четвертями, 2-ой и 3-ей четвертью, 3-ей и 4-ой, летние каникулы. Для обучающихся в 1 классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

2.6. В учебное время первая половина дня отводится проведению учебных занятий (уроков), требующих повышенной умственной нагрузки.

2.7. Вторая половина дня отводится внеклассной и внеурочной деятельности, направленной на спортивное-оздоровительное, духовно - нравственное, социальное, интеллектуальное, общекультурное развитие обучающихся.

2.8. Учебные занятия начинаются не ранее 8.00ч.

2.9. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю – не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4-х классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7 - 9-х классов - не более 7 уроков.

2.10. Факультативные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

2.11. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели:

- для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский язык, литературное чтение, иностранный язык, окружающий мир) необходимо чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры;
- для обучающихся основного общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

2.12. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.13. В течение учебного дня проводится не более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4-м уроках.

2.14. Продолжительность урока (академический час) во 2-9 классах составляет не менее 45 минут.

2.15. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре - декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока по 40 минут каждый);
- после второго урока проводится динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

2.16. Продолжительность перемен между уроками составляет 20 минут. После шестого урока 15 минут.

### **3. Режим питания обучающихся.**

3.1. Организацию питания обучающихся в ОО осуществляет сама школа.

3.2. Для организации питания оборудован пищеблок для приготовления горячих завтраков и обедов, обеденный зал для приема пищи, специальное помещение для хранения пищи (кладовая).

3.3. Питание обучающихся проводится согласно установленного графика, утверждаемого приказом директора.

### **4. Режим внеклассной деятельности.**

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и кружковая работа организуется во второй половине дня и учитывает возрастные особенности обучающихся.

4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010г. N 189, зарегистрированы в Минюсте России 3 марта 2011 г., регистрационный номер 19993) (раздел X).

## **5. Режим двигательной активности обучающихся.**

5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- динамической паузы в 1 классах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях, клубах.

5.2. 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).

5.3. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом.

5.4. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.

## **6. Режим работы в активированные дни**

6.1. Активированные дни – дни, в которые возможно непосещение учебных занятий обучающимися общеобразовательных учреждений в связи с неблагоприятными погодными условиями.

6.2. Температурный режим воздуха для объявления активированного дня:

для дошкольников: без ветра – 32<sup>0</sup> С, при ветре – 29<sup>0</sup> С.

для 1 – 4 классов: без ветра – 35<sup>0</sup> С, при ветре – 32<sup>0</sup> С.

для 5 – 9 классов: без ветра –  $38^{\circ}$  С, при ветре –  $35^{\circ}$  С.

Освобождение воспитанников и школьников от занятий зависит не только от температуры, но и от силы ветра и возраста детей.

6.3. Школьный автобус осуществляет подвоз обучающихся при температуре не ниже  $-30^{\circ}$ С.

6.4. Директор издает приказ об организации работы учреждения в активированные дни.

6.5. Классные руководители своевременно проводят инструктажи с обучающимися и их родителями (законными представителями) по разъяснению ответственности за сохранение здоровья обучающихся и мер предосторожности в активированные дни.

6.6. При повышении температуры воздуха на  $4^{\circ}$  С к 11.30 часам дня возможно проведение учебных занятий с 12.00 д о 16.00 ч. Сбор обучающихся в телефонном режиме. Давать задания для самостоятельного обучения дистанционно (VK, Viber).