

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Залипьевская основная общеобразовательная школа

**ПРИНЯТО:**

на педагогическом совете  
Протокол № 2 от 23.10.2020 г.  
на родительском комитете  
Протокол №2 от 23.10.2020 г.  
на Совете обучающихся  
Протокол №2 от 22.10.2020 г.



### **Режим занятий обучающихся**

#### **1. Общие положения**

Режим занятий обучающихся (далее - Режим) Муниципального казенного общеобразовательного учреждения Залипьевская основная общеобразовательная школа (далее - школа) устанавливается на основе требований:

1.1. Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273;

1.2. Санитарно-эпидемиологических правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г № 28,

1.3. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 28.08.2020 № 442.

1.4. Уставом МКОУ Залипьевская ООШ (далее школа)

**2.** Настоящий Режим регламентирует режим занятий обучающихся школы в образовательной деятельности, при электронном и дистанционном обучении, внеурочной деятельности, двигательной активности, трудовых занятий, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации и работы в активированные дни.

**3.** Организация образовательной деятельности в школе регламентируется учебным планом (разбивкой содержания образовательной программы по учебным курсам, по дисциплинам и по годам обучения), календарным учебным графиком и расписанием занятий.

#### **2. Учебный год**

2.1. Учебный год в школе для обучающихся 1-9 классов начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день. Учебный план и календарный учебный график рассматривается на педагогическом совете и утверждается приказом директора школы.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся 2-9 классов

составляет 34 недели, в 1-м классе – 33 недели. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

2.3. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.4. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

### **3. Режим занятий**

3.1. В школе устанавливается пятидневная учебная неделя для учащихся 1-9 классов с двумя выходными днями (суббота и воскресенье).

3.2. В школе устанавливается пятидневная учебная неделя для обучающихся, в классах по адаптированной программе с двумя выходными днями (суббота и воскресенье).

3.3. В учебное время первая половина дня отводится на реализацию основных общеобразовательных программ, требующей повышенной умственной нагрузки.

3.4. Вторая половина дня отводится для внеклассной, внеурочной деятельности и реализации программ дополнительного образования.

3.5. Учебные занятия начинаются не ранее 8.00 часов.

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

3.7. Продолжительность урока во 2-9 классах составляет 45 минут, для детей с ограниченными возможностями здоровья - 40 минут.

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

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе;

- использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре - декабре - ..4 урока по 35 минут каждый; январь - май - 4 урока по 40 минут каждый);

- после второго урока проводится динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

3.9. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут. После второго и третьего уроков организованы большие перемены для приема пищи продолжительностью 20 минут.

### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление классана две и более группы.

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

4.3. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО).

При использовании на занятии ЭСО в середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.

4.4. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

4.5. При угрозе возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации реализация общеобразовательных программ осуществляется с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

## **5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

## **6. Режим внеурочной деятельности**

6.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение

которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

6.4. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от организации внеурочной деятельности и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами СП 2.4.3648-20. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены –10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.

## **7. Режим двигательной активности учащихся**

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

- физкультминутки;
- организованных подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секции.

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

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

## **8. Организация режима работы в активированные дни**

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

8.2. Температурный режим воздуха для объявления активированного дня:

- для 1 – 5 классов: без ветра – 35 °С, при ветре - 33 °С.
- для 6 – 8 классов: без ветра – 37 °С, при ветре - 35 °С.
- для 9 -11 классов: без ветра – 40 °С, при ветре - 38 °С.

8.3. Директор школы издает приказ об организации работы учреждения в активированные дни.

8.4. Классные руководители своевременно проводят инструктажи с учащимися и их родителями по разъяснению ответственности за сохранение здоровья учащихся и мер предосторожности в активированные дни.

8.5. При повышении температуры воздуха на 4 °С к 11.30 часам дня возможно проведение учебных занятий с 12.00 до 16.00 ч. Оповещение учащихся осуществляется в телефонном режиме при помощи мессенджеров WhatsApp, Viber.