



РАССМОТРЕНО И СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом

АНОО

«Школа имени А.М. Горчакова»

протокол № 8 от 22.06.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

АНОО

«Школа имени А.М. Горчакова»

Д.В. Баичкин

Приказ №76 от 22.06.2024

С УЧЕТОМ МНЕНИЯ

Совета родителей

Протокол заседания Совета

№1 от 20.06.2024

Положение о режиме занятий обучающихся и требованиях к организации учебного процесса в АНОО «Школа имени А.М. Горчакова»

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся и требованиях к организации учебного процесса в АНОО «Школа имени А.М. Горчакова» (далее соответственно – Положение, Школа) регламентирует режим занятий обучающихся Школы в части режима учебной деятельности, внеурочной деятельности, двигательной активности, выполнения домашних заданий.

1.2. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21);
- 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 22.03.2021 № 115;

- Уставом и локальными нормативными актами Школы.

1.3. Организация учебного процесса в Школе регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком и расписанием занятий.

2. Режим учебной деятельности обучающихся

2.1. Учебный год в Школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебные занятия начинаются в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Образовательный процесс в Школе организуется с использованием здоровьесберегающих технологий, с учетом оптимальной нагрузки обучающихся, способствующих обеспечению эффективного уровня их подготовки. В соответствии с календарным учебным графиком учебный год в 1-9 классах делится на четверти. С целью профилактики переутомления в календарном учебном графике предусматривается чередование периодов учебного времени и каникул. Между учебными модулями устанавливаются каникулы, что позволяет достигать соразмерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерную интервальность отдыха обучающихся.

2.3. Сроки и продолжительность каникул определяются календарным учебным графиком. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней, в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 календарных недель.

2.4. В Школе установлена пятидневная учебная неделя с двумя выходными днями (суббота и воскресенье) в 1-4 классах и шестидневная учебная неделя с одним выходным (воскресенье).

2.5. Режим работы Школы:

- понедельник – суббота – 8.00 – 21.00
- воскресенье – выходной.

2.6. Учебные занятия для обучающихся 1-11 классов начинаются в 8.45 и организованы по урокам. Занятия внеурочной деятельности заканчиваются не позднее 19.00

2.7. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов.

2.8. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели. Максимально допустимая урочная нагрузка в течение дня составляет:

- для обучающихся 1 классов – 4 урока;
- для обучающихся 2-4 классов – 5 уроков;
- для обучающихся 5 классов – 6 уроков;
- для обучающихся 6-11 классов – 7 уроков.

2.9. В течение учебного дня проводится не более двух контрольных работ.

2.10. Продолжительность урока (академический час) во всех классах, за исключением занятий в 1 классах, составляет 45 минут.

2.11. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

- учебные занятия проводятся по пятидневной учебной неделе и только в первую смену;
- 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 в день по 35 минут каждый, в январе-мае – по 4 урока по 40 минут каждый;
- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

2.12. Продолжительность перемен между уроками:

	1-е классы (с сентября по октябрь)	Продолжительность перемен
--	------------------------------------	---------------------------

	включительно)	
1 урок	09:30 - 10:05	10
2 урок	10:15 - 10:50	30
3 урок	11:20 - 11:55	

	1-е классы (с ноября по декабрь включительно)	Продолжительность перемен
1 урок	09:30 - 10:05	10
2 урок	10:15 - 10:50	30
3 урок	11:20 - 11:55	10
4 урок	12:05 - 12:40	-

	1-е классы (с января по июнь включительно)	Продолжительность перемен
1 урок	09:30 - 10:10	10
2 урок	10:20 - 11:00	30
3 урок	11:30 - 12:10	10
4 урок	12:20 - 13:00	-

	2-4-е классы	Продолжительность перемен
1 урок	09:00 - 09:45	10
2 урок	09:55 - 10:35	30
3 урок	11:05 - 11:50	10
4 урок	12:00 - 12:45	10
5 урок	12:55 - 13:40	-

	5-е классы	Продолжительность перемен
1 урок	08:45 - 09:30	10
2 урок	09:40 - 10:25	10
3 урок	10:35 - 11:20	30
4 урок	11:50 - 12:35	10
5 урок	12:45 - 13:30	10
6 урок	13:40 - 14:25	45

	6-11-е классы	Продолжительность перемен
1 урок	08:45 - 09:30	10
2 урок	09:40 - 10:25	10
3 урок	10:35 - 11:20	30
4 урок	11:50 - 12:35	10
5 урок	12:45 - 13:30	10
6 урок	13:40 - 14:25	45
7 урок	15.10 - 15.55	-

2.13. При использовании в учебном процессе интерактивных досок, сенсорных экранов, информационных панелей и иных средств отображения информации, а также компьютеров, ноутбуков, планшетов, моноблоков и иных электронных средства обучения (далее – ЭСО) соблюдаются следующие требования:

- В случае использования ЭСО во время занятий и перемен должна проводиться гимнастика для глаз. При использовании книжных учебных изданий гимнастика для глаз должна проводиться во время перемен.

- Для профилактики нарушений осанки во время занятий должны проводиться соответствующие физические упражнения (далее физкультминутки).

- При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, использование экрана не должно превышать для обучающихся 1-4-х классов – 10 минут, для обучающихся 5-9-х классов - 15 минут.

- Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски – для детей до 10 лет – 20 минут, старше 10 лет – 30 минут; компьютера – для детей 1-2 классов – 20 минут, 3-4 классов – 25 минут, 5-9 классов – 30 минут, 10-11 классов – 35 минут.

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

2.14. После уроков в расписании 1-11 классов предусмотрен перерыв продолжительностью не менее 40 минут.

2.15. Количество видов учебной деятельности на учебном занятии для обучающихся 1-4 классов составляет 3-7, для обучающихся 5-11 классов составляет 5-7.

2.16. Продолжительность одного вида учебной деятельности на учебном занятии для обучающихся 1-4 классов составляет 5-7 минут, для обучающихся 5-11 классов 7-10 минут.

2.17. Плотность урока (отношение времени, затраченного на учебную деятельность, к общему времени) для обучающихся 1-4 классов составляет 60-80%, для обучающихся 5-11 классов 70-90%.

2.18. Для организации горячего питания обучающихся в режиме занятий предусмотрены перемены продолжительностью не менее 20 минут.

2.19. Для организации питания имеется столовая, а также помещение для хранения и приготовления пищи.

2.20. В течение дня в расписании выделяется время на самоподготовку (не менее 40 минут), которое может быть использовано обучающимися для выполнения домашних заданий, консультаций с учителями, подготовки к конференциям, олимпиадам, конкурсам, работы над исследованием или проектом.

2.21. Во время самоподготовки с обучающимися в классе обязательно присутствует учитель и (или) классный руководитель.

2.22. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы.

2.23. При угрозе возникновения и (или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации либо на ее части реализация общеобразовательных программ осуществляется с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий вне зависимости от ограничений, предусмотренных в федеральных государственных образовательных стандартах, если реализация указанных образовательных программ без применения указанных технологий и перенос сроков обучения невозможны.

3. Режим внеурочной деятельности

3.1. Внеурочная деятельность организуется в формах, отличных от урочной, и предусматривает проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

3.2. Внеурочная деятельность осуществляется в формах и порядке, установленных планами внеурочной деятельности Школы по каждой образовательной программе.

3.3. Внеурочная деятельность должна учитывать возрастные особенности обучающихся, обеспечивать баланс между двигательными-активными и статистическими занятиями.

3.4. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

3.5. Продолжительность внеурочной деятельности обучающихся зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируется санитарными правилами и нормами. Недельный объем внеурочной деятельности обучающихся 1-11 классов составляет не более 10 часов. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены продолжительностью не менее 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

3.6. Занятия по дополнительным общеобразовательным программам проводятся во второй половине дня в рабочие дни, в любое время дня в субботу и воскресенье, а также в каникулы.

3.7. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия за пределы Школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет педагогический работник, назначенный приказом директора Школы.

4. Режим питания

4.1. Режим питания обучающихся в течение дня:

время	1 класс	2 класс	3-4 классы	5-7 классы	8-10 классы
08:25 - 08:40				Завтрак	Завтрак
08.40 – 08.55	Завтрак	Завтрак	Завтрак		
10.35 – 11.00	Второй завтрак	Второй завтрак	Второй завтрак		
11:20 - 11:50				Второй завтрак	Второй завтрак
13.00 – 13.30	Обед				
13.40 – 14.10		Обед	Обед		
14.30 – 15:00				Обед	Обед
16:30 – 17:00	Полдник	Полдник	Полдник		
17.00 – 17.30				Полдник	Полдник
19.30 – 20:00				Ужин	Ужин

5. Режим двигательной активности обучающихся

5.1. Режим двигательной активности обучающихся в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

5.2. При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования ЭСО.

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

- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях.

5.4. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивно-оздоровительного направления при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся. На спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах обеспечивается присутствие медицинских работников.

5.5. К участию в соревнованиях обучающиеся допускаются с разрешения медицинского

работника.

5.6. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по 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.

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

5.8. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

5.9. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70 процентов. Перерывы во время занятий для гимнастики составляют не менее 2 минут.

6. Режим выполнения домашних заданий

6.1. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

- в 1 классах – 1 ч.,
- во 2-3 классах – 1,5 ч.,
- в 4-5 классах – 2 ч.,
- в 6-8 классах – 2,5 ч.,
- в 9-11 классах – 3,5 ч.

5.2. Домашние задания, обучающиеся выполняют во время самоподготовки. Допускаются случаи, когда обучающийся выполняет домашние задания в свободное от занятий время и дома.