

Рассмотрено и принято на заседании  
педагогического совета  
МОБУ СОШ №1 с.Буздяк  
Протокол № 3 от 12.01.2022

Утверждаю:  
Директор МОБУ СОШ №1 с.Буздяк  
И.З.Сакаев  
Приказ № 3 от 12.01.2022



## Положение о режиме занятий обучающихся

### 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с

- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ,
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"" ,
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 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" ,
- Федеральными государственными образовательными стандартами.

### 2. Требования к календарному графику

- 2.1. Учебный год в ОО начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.
- 2.2. Продолжительность учебных периодов, каникул определяется годовым календарным графиком. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет суммарно не менее 30 календарных дней, при этом непрерывно не менее 7 дней, летом – не менее 8 недель. Для обучающихся первых классов устанавливаются дополнительные каникулы в середине второго триместра.
- 2.3. Продолжительность учебного года устанавливается основными образовательными программами, фиксируется в годовом календарном графике.
- 2.4. Обучающиеся 1-11 классов обучаются по пятидневной учебной неделе.
- 2.5. Обучение 1-11 классов ведется в первую смену, при необходимости организации обучения во вторую смену. 1, 5, 9-11 классы и классы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обучаются только в первую смену. При этом занятия второй смены должны заканчиваться не позднее 19.00. Обучение в третью смену не допускается.

### 3. Режим дня и расписание уроков

- 3.1. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов,

определенной гигиеническими нормативами (Приложение 1). При отсутствии предмета в «Шкале трудности учебных предметов» баллы выставляются по аналогии с предметами предметных областей или смежных наук. Например, предмет «ОДНКНР», изучаемый в 5 классе, оценивается в 6 баллов по аналогии с предметом «Обществознание» в 6 классе.

3.2. Не допускается предметы с максимальным баллом трудности ставить в расписание последними уроками. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

3.3. Не допускается проведение сдвоенных уроков в 1-4 классах, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке.

3.4. 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.

3.5. Перерыв между последним уроком и началом внеурочной деятельности и (или) дополнительных занятий составляет не менее 30 минут. При этом такие занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

3.6. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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

3.8. Режим дня:

8.00-8.30 – дежурство члена администрации, учителя, дежурного класса по отдельному графику,

8.00 – 8.30 – прием обучающихся, утренний медосмотр

Начало уроков 8.30. Нулевые уроки не допускаются.

Продолжительность уроков - 40 минут.

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) - 20 - 30 минут. Вместо одной большой

перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

Питание осуществляется по отдельному графику.

Окончание занятий не позднее 19.00.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся, не более:

1 классы	при включении в расписание занятий 2-х уроков физической культуры в неделю	4 урока
	при включении в расписание занятий 3-х уроков физической культуры в неделю	4 урока и 1 раз в неделю - 5 уроков
2-4 классы	при включении в расписание занятий 2-х уроков физической культуры в неделю	5 уроков
	при включении в расписание занятий 3-х уроков физической культуры в неделю	5 уроков и 1 раз в неделю - 6 уроков
5-6 классы		6 уроков
7-11 классы		7 уроков
2-4 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья		5 уроков
5-11 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья		6 уроков

### 3.9. Учебная нагрузка

Учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе, не более	1 класс	21 ч
	2-4 класс	23 ч
	5 класс	29 ч
	6 класс	30 ч
	7 класс	32 ч
	8-9 класс	33 ч
	10-11 класс	34 ч

### 3.10. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

3.10.1. учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену,

3.10.2. 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 - мae - по 4 урока в день по 40 минут каждый. Возможно проведение 4

и 5 уроков в игровой форме, при включении в расписание 2-х или 3-х уроков физической культуры соответственно.

3.10.3. в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

3.11. При организации групп продленного дня созданы условия для организации полдника и прогулок для всех обучающихся, либо полдника, прогулок и дневного сна для детей первого года обучения.

3.12. Продолжительность выполнения домашних заданий составляет не более 1 часа в 1 классе, 1,5 часов в 2-3 классах, 2 часов в 4-5 классах, 2,5 часов в 6-8 классах, 3,5 часов в 9-11 классах.

#### **4. Педагогическим работникам школы запрещается:**

- 4.1.изменять по своему усмотрению расписание уроков, заменять друг друга без ведома администрации;
- 4.2. отменять учебные занятия, удлинять или сокращать продолжительность уроков и перемен;
- 4.3. удалять обучающихся с уроков и не допускать на урок опоздавших;
- 4.4. отпускать с уроков физической культуры обучающихся, освобождённых от занятий по состоянию здоровья;
- 4.5. оставлять детей одних на переменах в кабинетах, кабинеты должны быть закрыты на проветривание;
- 4.6. освобождать обучающихся от учебных занятий для выполнения общественных поручений, участия в спортивных и других мероприятиях, не предусмотренных планом работы, без разрешения администрации и заявления родителей обучающихся или лиц их заменяющих;
- 4.7. отвлекать педагогических работников в учебное время от их непосредственной работы для проведения разного рода мероприятий, не связанных с педагогической деятельностью.

#### **5. Заключительные положения**

- 5.1.Настоящее Положение является локальным нормативным актом, принимается на Педагогическом совете школы и утверждается приказом директора организации, осуществляющей образовательную деятельность.
- 5.2.Положение размещается на официальном сайте ОО в сети Интернет, на информационном стенде, а также доводится до сведения родителей (законных представителей) Обучающихся на родительских собраниях.
- 5.3.Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.
- 5.4.Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.5.1. настоящего Положения.
- 5.5.После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

Приложение 1.  
 Таблицы 6.9, 6.10, 6.11  
 "Гигиенических нормативов  
 и требований к обеспечению  
 безопасности и (или) безвредности  
 для человека факторов среды обитания"

**Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования\***

Учебные предметы	Количество баллов
Математика	8
Русский язык / Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

**Шкала трудности учебных предметов на уровне основного общего образования**

Учебные предметы	Количество баллов (по классам)				
	5	6	7	8	9
Физика	-	-	8	9	13
Химия	-	-	-	10	12
История	5	8	6	8	10
Иностранный язык	9	11	10	8	9
Математика	10	13	-	-	-
Геометрия	-	-	12	10	8
Алгебра	-	-	10	9	7
Биология	10	8	7	7	7
Литература	4	6	4	4	7
Информатика и ИКТ	4	10	4	7	7

Русский язык/Родной язык	8	12	11	7	6
География	-	7	6	6	5
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	-
	Музыка	2	1	1	-
Обществознание, ОДНК НР	6	9	9	5	5
Технология	4	3	2	1	4
Основы безопасности жизнедеятельности	1	2	3	3	3
Физическая культура	3	4	2	2	2

**Шкала трудности учебных предметов на уровне среднего общего образования**

Учебные предметы	Количество баллов
Физика	12
Математика (геометрия), Химия	11
Математика (алгебра)	10
Русский язык / Родной язык	9
Литература, Иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, Обществознание	5
География	3
Основы безопасности жизнедеятельности	2
Физическая культура	1

