

Принято педагогическим советом
29.12.2020, протокол № 4
Согласовано с Советом учреждения
29.12.2020, протокол № 9
Принято Советом учащихся

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
от 29.12.2020 № 154

Положение о режиме учащихся

1. Настоящее Положение разработано и принято в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», уставом муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 26 с углубленным изучением отдельных предметов» (далее – Учреждение).
2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий учащихся во время организации образовательной деятельности в Учреждении.
3. Организация образовательной деятельности в Учреждении регламентируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком, расписанием учебных занятий, элективных курсов, внеурочной деятельности, расписанием звонков и приказом директора о режиме работы Учреждения на каждый учебный год.
4. Учебный год, как правило, начинается 01 сентября. Если 01 сентября приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.
5. Продолжительность учебного года на уровнях начального общего, основного общего и среднего общего образования составляет до 34 недель, в 1, 9, 11 классах – до 33 недель без учета государственной аттестации. Продолжительность учебного года, каникул может корректироваться в соответствии с приказами и письмами органов, осуществляющих управление в сфере образования.
6. В соответствии с годовым календарным учебным графиком учебный год распределяется на учебные периоды: триместры. Количество триместров - 3. Триместры предполагают равномерное деление учебной нагрузки в течение учебного года: по три месяца.
7. Каждый триместр делится на равные части, между которыми предполагаются каникулы. Промежуточная аттестация по итогам триместра происходит в ноябре, феврале и мае.
8. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, в летний период - не менее 8 недель. Для учащихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.
9. Образовательная деятельность осуществляется в Учреждении в 1 смену с 8.00 и (или) 8.30.
10. Продолжительность урока – 40 минут.
11. Учебный день начинается с линейки дежурного класса в 7.50. Каждый урок начинается и заканчивается по звонку:

1урок: 8.30 - 9.10	5урок: 12.15-12.55
2урок: 9.20-10.00	6урок: 13.10-13.50
3урок: 10.20-11.00	7урок: 14.00-14.40
4урок: 11.20-12.00	8урок: 14.50-15.30

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, продолжительность большой перемены (после 2 и 3 уроков) - 20 минут. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут,
12. Режим работы Учреждения: пятидневная рабочая неделя в 1-3 классах, шестидневная рабочая неделя в 4-11 классах. Продолжительность учебной недели для учащихся зависит от объема недельной учебной нагрузки и определяется учебным планом Учреждения.

13. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объем нагрузки и максимальный объем аудиторной нагрузки на учащихся не должен превышать требований, установленных в таблице:

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах)		Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах)
	при 6-дневной неделе, не более	при 5-дневной неделе, не более	Независимо от продолжительности учебной недели, не более
1	-	21	5
2 - 3	-	23	5
4	26		5
5	32		5
6	33		5
7	35		5
8 - 9	36		5
10 - 11	37		5

14. Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.
15. Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни.
16. 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.
17. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и внеурочных занятий и утверждается руководителем Учреждения. Занятия по программам дополнительного образования планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом дополнительных занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.
18. При составлении расписания уроков рекомендуется чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для учащихся на уровне начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для учащихся на уровнях основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами. Для предупреждения переутомления в течение недели учащиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг. Для учащихся 1 классов наиболее трудные предметы проводятся на 2 уроке; 2-4 классов - 2-3 уроках; для учащихся 5-11-х классов на 2-4 уроках. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах).
19. В течение учебного дня проводится не более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках.
20. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:
- учебные занятия проводятся по 5-дневной 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; январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый);
 - обучение проводится без балльного оценивания занятий учащихся и домашних заданий;
 - дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.
21. Количество учащихся в классе определяется исходя из расчета соблюдения нормы площади на одного учащегося (из расчета не менее 2,5 м² на одного учащегося), соблюдении требований к расстановке мебели в учебных помещениях, в том числе удаленности мест для занятий от светонесущей стены, требований к естественному и искусственному освещению.

22. При проведении занятий по иностранному языку на всех уровнях образования, трудовому обучению и информатике на уровнях основного общего и среднего общего образования класс делится на две группы при наличии необходимых условий и средств для обучения.
23. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности. Двигательная активность учащихся, помимо уроков физической культуры, обеспечивается за счет внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья, самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах, а также физкультминуток на каждом уроке: 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.
24. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности учащихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе). Распределение учащихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С учащимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача. Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.
25. Уроки физической культуры проводятся преимущественно на открытом воздухе. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.
26. Занятия физической культурой на открытом воздухе в зимний период года проводятся в соответствии с рекомендациями по проведению занятий физической культурой в зависимости от температуры и скорости ветра в Северной части Российской Федерации:

Климатическая зона	Возраст учащихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/сек	при скорости ветра 6-10 м/сек	при скорости ветра более 10 м/сек
Северная часть Российской Федерации	до 12 лет	- 10-11 ⁰ С	- 6-7 ⁰ С	- 3-4 ⁰ С	Занятия не проводятся
	12-13 лет	- 12 ⁰ С	- 8 ⁰ С	- 5 ⁰ С	
	14-15 лет	- 15 ⁰ С	- 12 ⁰ С	- 8 ⁰ С	
	16-17 лет	- 16 ⁰ С	- 15 ⁰ С	- 10 ⁰ С	

27. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3 классах - 1,5 ч, в 4-5 классах – 2 ч, в 6-8 классах - 2,5 ч, в 9-11 классах – до 3,5 ч.
28. В Учреждении по желанию и запросам родителей (законных представителей) могут открываться группы продленного дня для учащихся, которые начинают свою работу после окончания уроков. Режим работы группы утверждается директором Учреждения и обязательно предусматривает питание, прогулку, самоподготовку, общественно-полезный труд, кружковую работу и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий. Работа группы продленного дня осуществляется на внебюджетной основе.
29. Иные особенности режима в Учреждении устанавливаются в соответствии с действующими санитарно – эпидемиологическими требованиями, распоряжениями и приказами органа мэрии, руководителя Учреждения.