

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Канашская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом
МКОУ «Канашская СОШ»

Протокол от 31.03.2022 № 7

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Канашская СОШ»



Н.М. Медведева

Приказ № 39 от 31.03.2022

ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий, обучающихся МКОУ «Канашская СОШ» (далее – школа) разработан в соответствии с:

- [Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ](#) «Об образовании в Российской Федерации»,
- [СП 2.4.3648-20](#) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28,
- [СанПиН 1.2.3685-21](#) «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2,
- 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](#).

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

2. Режим урочной деятельности

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти и полугодия. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2.

2.4. 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.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе в **1-11-х** классах;
- Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

Продолжительность урока в компенсирующих классах не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в **одну** смену. Начало занятий не ранее 8.00. Окончание занятий не позднее 19.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 мин, после второго и третьего урока – **20** мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь – март
1	8.30 – 9.05	8.30 – 9.10
2	9.20 – 9.55	9.20 – 10.00
3	10.10 – 10.45	10.10 – 10.50
4	11.10 – 11.45	11.10 – 11.50

Расписание звонков для 2-4 классов:

Урок	понедельник	вторник - пятница
1	8.30 - 9.00	8.30 – 9.10
2	9.05 – 9.45	9.20 – 10.00
3	9.55 – 10.35	10.10 – 10.50
4	10.55 – 11.35	11.10 – 11.50
5	11.45 – 12.25	12.00 – 12.40

Расписание звонков для 5-11 классов:

Урок	понедельник	вторник - пятница
1	8.30 - 9.00	8.30 – 9.10
2	9.05 – 9.45	9.20 – 10.00
3	9.55 – 10.35	10.10 – 10.50
4	10.55 – 11.35	11.10 – 11.50
5	11.55 – 12.35	12.10 – 12.50
6	12.45 – 13.25	13.00 – 13.40
7	13.30 – 14.10	13.45 – 14.25

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 (Приложение 1).

Учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе, не более:

- 1 класс -21 час; - 2-4 класс - 23 часа; - 5 класс - 29 часов; - 6 класс - 30 часов; - 7 класс - 32 часа; - 8-9 класс - 33 часа; - 10-11 класс -34 часа.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

3.8. Плотность урока (отношение времени, затраченного на учебную деятельность, к общему времени): - 1-4 классы - 60-80%; - 5-9 классы - 70-90%; - 10-11 классы -70-90%.

3.9. Продолжительность одного вида учебной деятельности на занятии: - 1-4 классы - 5-7 минут; - 5-9 классы - 7-10 минут; - 10-11 классы - 7-10 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 класса на 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%.

5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности (Приложение 2), установленные [СП 2.4.3648-20](#) и [СанПиН 1.2.3685-21](#).

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. Формы организации и объем внеурочной деятельности для обучающихся при освоении ими программ общего образования определяет план внеурочной деятельности с учетом образовательных потребностей и интересов обучающихся, запросов родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, возможностей образовательной организации:

- при освоении программ начального общего образования до 1320 академических часов за четыре года обучения;
- при освоении программы основного общего образования до 1750 академических часов за пять лет обучения;
- при получении среднего общего образования (до 700 часов за два года обучения).

6.2. Внеурочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляющих суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не менее 5 часов должны включать обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей.

6.3. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

6.4. Внеурочные, факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

6.5. При реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций окончание занятий, не позднее:

- до 7 лет - 19:30 часов;
- 7 - 10 лет - 20:00 часов;
- 10 - 18 лет - 21:00 часа.

6.6. Недельный объем внеурочной деятельности для 1-11 класс составляет не более 10 часов.

6.7. Продолжительность выполнения домашних заданий, не более:

- 1 класс - 1,0 часа;
- 2-3 классы - 1,5 часов;
- 4-5 классы - 2,0 часов;
- 6-8 классы - 2,5 часов;
- 9-11 классы - 3,5 часов.

6.8. В образовательной организации по желанию и запросам родителей (законных представителей) и наличии необходимых условий (финансовых, кадровых, материально - технических и др.) могут открываться группы продленного дня обучающихся, которые начинают свою работу после окончания уроков.

6.9. Деятельность группы продлённого дня регламентируется Положением о группе продлённого дня.

6.10. При осуществлении присмотра и ухода в общеобразовательной организации в группах продленного дня должны быть созданы условия, включающие организацию полдника и прогулок для всех обучающихся, либо полдника, прогулок и дневного сна для детей первого года обучения.

Шкала трудности предметов для 1 - 4 классов

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Математика	8
Русский язык (родной, иностранный язык)	7
Окружающий мир, информатика	6
Литературное чтение (на родном русском языке)	5
ИЗО и музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

Шкала трудности учебных предметов, изучаемых
в 5 - 9 классах

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)				
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Химия	-	-	-	10	12
Математика	10	13	-	-	-
Геометрия	-	-	12	10	8
Алгебра	-	-	10	9	7
Физика	-	-	8	9	13
Экономика	-	-	-	-	11
Черчение	-	-	-	5	4

Мировая художественная культура (МХК)	-	-	8	5	5
Биология	10	8	7	7	7
Иностранный язык	9	11	10	8	9
Русский язык	8	12	11	7	6
Природоведение	7	8	-	-	-
География	-	7	6	6	5
История	5	8	6	8	10
Технология	4	3	2	1	4
Литература	4	6	4	4	7
ИЗО	3	3	1	3	-
Физическая культура	3	4	2	2	2
Музыка	2	1	1	1	-
Информатика	4	10	4	7	7
ОБЖ	1	2	3	3	3

**Шкала трудности учебных предметов, изучаемых
в 10 - 11 классах**

Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)	Общеобразовательные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Физика	12	Информатика, Экономика	6
Геометрия, химия	11	История, Обществознание, МХК	5
Алгебра	10	Астрономия	4
Русский язык	9	География, Экология	3
Литература, иностранный язык	8	ОБЖ	2
Биология	7	Физическая культура	1

Продолжительность использования ЭСО

Электронные средства обучения	Классы	на уроке, мин, не более	суммарно в день в школе, мин, не более	суммарно в день дома (включая досуговую деятельность), мин, не более
Интерактивная доска	5-7 лет	7	20	-
	1-3 классы	20	80	-
	4 классы	30	90	-
	5-9 классы	30	100	-
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	30	120	-
Интерактивная панель	5-7 лет	5	10	-
	1-3 классы	10	30	-
	4 классы	15	45	-
	5-6 классы	20	80	-
	7-11 классы, 1-2 курс ПОО	25	100	-
Персональный компьютер	6-7 лет	15	20	-
	1-2 классы	20	40	80
	3-4 классы	25	50	90
	5-9 классы	30	60	120
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	35	70	170
Ноутбук	6-7 лет	15	20	-
	1-2 классы	20	40	80
	3-4 классы	25	50	90
	5-9 классы	30	60	120
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	35	70	170
Планшет	6-7 лет	10	10	-
	1-2 классы	10	30	80
	3-4 классы	15	45	90
	5-9 классы	20	60	120
	10-11 классы, 1-2 курс ПОО	20	80	150