

ПРИНЯТО  
Общим собранием работников Учреждения  
Протокол № 4 от «29» августа 2023г.



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАОУ СОШ № 80  
Ж.М. Меньшенина  
Приказ № 100 от «29» августа 2023г.

## Положение о режиме занятий обучающихся МАОУ СОШ № 80

г. Екатеринбург

## **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 80 (далее – МАОУ СОШ № 80) разработано на основании следующих нормативных актов:

1.1.1.ФЗ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

1.1.2. Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрирован в Минюсте России 29.01.2021 г.);

1.1.3. Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утверждённых постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 (зарегистрировано Министерством юстиции Российской Федерации 18 декабря 2020 г., регистрационный № 61573);

1.1.4. Устава МАОУ СОШ № 80;

1.1.5. Учебного плана МАОУ СОШ № 80.

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий обучающихся МАОУ СОШ № 80.

1.3. Режим занятий обучающихся определяется приказом директора в начале учебного года и действует в течение учебного года. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора МАОУ СОШ № 80.

1.4. Настоящее Положение регламентирует функционирование МАОУ СОШ № 80 в период организации образовательной деятельности, каникул, летнего отдыха и оздоровления.

## **2. Цели и задачи**

2.1. Упорядочение образовательной деятельности в соответствии с нормативно-правовыми документами;

2.2. Обеспечение конституционных прав обучающихся на образование и здоровьесбережение.

## **3. Режим занятий обучающихся**

Организация образовательной деятельности в МАОУ СОШ № 80 регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком, расписанием учебных занятий, занятий на дому, занятий по предметам части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений, внеурочной деятельности, кружковой работы, расписанием звонков.

### **3.1. Продолжительность учебного года.**

Учебный год начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

### **3.2. Регламентирование образовательного процесса.**

3.2.1. Продолжительность учебного года в Учреждении в 1-х классах 33 недели, во 2-х-11-х классах не менее 34 недель (в 9, 11-х классах без учета государственной итоговой аттестации).

3.2.2. Продолжительность каникул в течение учебного года регулируется ежегодно календарным учебным графиком. Для обучающихся 1 классов устанавливаются дополнительные недельные каникулы в феврале.

3.2.3. Учебный год в 1-9 классах делится на четыре четверти, в 10 – 11 классах – на 2 полугодия.

3.2.4. Учебные занятия могут осуществляться в две смены.

3.2.5. Перерыв между сменами должен составлять не менее 30 минут для проведения влажной уборки в помещениях и их проветривания, в случае неблагоприятной эпидемиологической ситуации для проведения дезинфекционной обработки перерыв увеличивают до 60 минут.

3.2.6. Продолжительность учебной недели:

5-ти дневная учебная неделя в 1 – 4 классах; 5-ти дневная учебная неделя в 5 – 11 классах.

3.2.7. Учебные нагрузки обучающихся определяются в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями к максимальным величинам недельной образовательной нагрузки:

- в 1-х классах не более 21 часа в неделю;
- во 2-4 классах не более 23 часов в неделю;
- в 5-х классах не более 29 часов в неделю;
- в 6-х классах не более 30 часов в неделю;
- в 7-х классах не более 32 часов в неделю;
- в 8-9 классах не более 33 часов в неделю;
- в 10-11 классах не более 34 часов в неделю

3.2.8. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2–4-х классов — не более 5 уроков;
- для обучающихся 5–6-х классов — не более 6 уроков;
- для обучающихся 7–11-х классов — не более 7 уроков.

3.2.9. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

3.2.10. Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для обучающихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;
- для обучающихся 8 - 11 классов - не более 8 уроков.

3.2.11. Начало занятий в 8:30. Проведение нулевых уроков не допускается

3.2.12. Продолжительность урока.

Для обучающихся 2-11 классов - 40 минут.

В 1 классе используется «ступенчатый» режим обучения:

в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый;

в ноябре, декабре - по 4 урока по 35 минут каждый;

в январе - мае - по 4 урока по 40 минут каждый.

Продолжительность урока во время дистанционного обучения для обучающихся 1-11 классов 30 минут. Рекомендуемая непрерывная длительность работы, связанной с фиксацией взгляда непосредственно на экране устройства отображения информации на уроке, не должна превышать:

- для обучающихся в 1-2 классов – 10 мин;
- для обучающихся в 3-4 классах – 15 мин;
- для обучающихся в 5-7 классах – 20 мин;
- для обучающихся в 8-11 классах – 25 мин;

3.2.13. Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности независимо от продолжительности учебной недели, не более 10 часов в неделю.

3.2.14. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут. После 2и 3 уроков устанавливаются перемены по 20 минут каждая.

3.2.14. Расписание звонков:

Расписание звонков с понедельника по пятницу.	
1 смена	1 урок: 8 : 30                      9 : 10
	2 урок: 9 : 20                      10 : 00
	3 урок: 10 : 20                      11 : 00
	4 урок: 11 : 20                      12 : 00
	5 урок: 12 : 15                      12 : 55
	6 урок: 13 : 05                      13 : 45
	7 урок: 13 : 55                      14 : 35
2 смена	1 урок: 14 : 45                      15 : 25
	2 урок: 15 : 45                      16 : 25
	3 урок: 16 : 40                      17 : 20
	4 урок: 17 : 30                      18 : 10
	5 урок: 18 : 20                      19 : 00

3.2.15. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир) необходимо чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся основного и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

Для обучающихся 1 классов наиболее трудные предметы должны проводить на 2 уроке; 2 - 4 классов - 2 - 3 уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов - на 2 - 4 уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах).

Занятия физической культурой рекомендуется предусматривать в числе последних уроков. После уроков физической культуры не проводятся уроки с письменными заданиями и контрольные работы.

3.2.16. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения устанавливается согласно таблице

*Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на уроках*

Классы	Непрерывная длительность (мин.), не более					
	Просмотр статических изображений на учебных досках и экранах отраженного свечения	Просмотр телепередач	Просмотр динамических изображений на экранах отраженного свечения	работа с изображением на индивидуальном мониторе компьютера и клавиатурой	Прослушивание аудиозаписи	Прослушивание аудиозаписи в наушниках
1 - 2	10	15	15	15	20	10
3 - 4	15	20	20	15	20	15
5 - 7	20	25	25	20	25	20
8 - 11	25	30	30	25	25	25

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной

нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет:

для учащихся 1 - 2-х классов - не более 20 минут,

для учащихся 3 - 4 классов - не более 25 минут,

для учащихся 5 - 6 классов - не более 30 минут,

для учащихся 7 - 11 классов - 35 минут.

Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках в 1 - 4 классах не должна превышать 5 минут, в 5 - 11 классах - 10 минут.

Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках

в 1 - 2 классах составляет не более 25 минут,

3 - 4 классах и старше - не более 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60 - 80%, физкультминутки, офтальмотренажер).

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

3.2.17. При проведении занятий по иностранному языку (2-11 классы), по информатике и ИКТ допускается деление класса на две группы. По обучению технологии (5-8, 10 - 11 классы) класс делится на группы по гендерному принципу.

3.2.18. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках для 5-11 классов, на 2-3 уроках для 2-4 классов, на 2 уроке для 1 классов.

3.2.19. 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.

### **3.3. Режимные правила, обязательные для выполнения:**

3.3.1 за 5 минут до начала урока обучающиеся и учителя готовятся к уроку в учебном кабинете, урок начинается строго со звонком;

3.3.2. Учителям не допускать:

- окончания урока до звонка;

- отпускать обучающихся с уроков на различные мероприятия без разрешения администрации;

- производить замену уроков без разрешения администрации;

- удалять обучающихся с уроков;

- оставлять обучающихся в классе во время перемены без контроля учителя;

3.3.3. Классным руководителям сопровождать обучающихся в раздевалку и присутствовать там до ухода из здания всех обучающихся;

3.3.4. Классным руководителям сопровождать обучающихся в столовую в соответствии с графиком питания;

3.3.5. Организовать пропускной режим для обучающихся, работников школы (по школьной карте), родителей с предъявлением документов (подтверждающих личность) с отметкой в журнале посещения;

3.3.6. Производить изменения в режиме занятий обучающихся на основании приказа директора и в соответствии с нормативными - правовыми документами в случаях объявления карантина, приостановления образовательной деятельности в связи с понижением температуры воздуха.



3.3.7. Обо всех случаях нарушения режима необходимо сообщать дежурному администратору.

#### 3.4. Питание

Организация питания обучающихся осуществляется в соответствии с графиком, утвержденным директором МАОУ СОШ № 80. Учителя сопровождают обучающихся в столовую, присутствуют при приеме пищи обучающимися и обеспечивают порядок в столовой.

#### 3.5. Режим двигательной активности обучающихся

3.5.1. 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 секциях.

3.5.2. 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, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

3.5.3. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

3.5.4. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

3.5.5. Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

Климатическая зона	Возраст обучающихся	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
Средняя полоса Российской Федерации	до 12 лет	-9°C	-6°C	-3°C	Занятия не проводятся
	12 - 13 лет	- 12°C	-8°C	-5°C	
	14 - 15 лет	-15°C	- 12°C	-8°C	
	16 - 17 лет	-16°C	-15°C	-10°C	

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

3.5.6. К участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.

### **3.6. Режим занятий обучающихся по технологии**

На занятиях технологии, предусмотренных образовательной программой МАОУ СОШ № 80, следует чередовать различные по характеру задания. Не следует на уроке выполнять один вид деятельности на протяжении всего времени самостоятельной работы.

3.6.1. Все работы в кабинете технологии обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.

### **3.7. Режим проведения промежуточной и государственной итоговой аттестации**

3.7.1. Промежуточная аттестация в 2–8, 10 классах проводится в мае текущего учебного года без прекращения образовательной деятельности в соответствии с Уставом МАОУ СОШ № 80 и на основании решения педагогического совета.

3.7.2. Сроки проведения государственной итоговой аттестации обучающихся устанавливаются приказами Министерства просвещения Российской Федерации и Министерства образования и молодежной политики Свердловской области.

### **3.8. Организация воспитательного процесса**

3.8.1. Организация воспитательного процесса регламентируется расписанием работы кружков, секций, внеурочной деятельности, детских общественных объединений, утвержденным директором МАОУ СОШ № 80;

3.8.2. Между началом занятий внеурочной деятельности и последним уроком устраивать перерыв продолжительностью не менее 40 минут.

3.8.3. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия за пределы МАОУ СОШ № 80 разрешается только после издания соответствующего приказа директора на основании заявлений родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом директора.

### **3.9. Занятость обучающихся в период летнего отдыха и оздоровления**

Летняя кампания проводится с целью оздоровления обучающихся, воспитания у них трудолюбия, любви к окружающей среде, формирования здорового образа жизни и обеспечения занятости детей в летнее время, профилактики правонарушений среди несовершеннолетних. В период проведения летней кампании в МАОУ СОШ № 80 функционирует оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей.

Организация воспитательного процесса в МАОУ СОШ № 80 в летний период регламентируется соответствующим приказом директора.

### **4. Заключительные положения**

4.1. Настоящее Положение для ознакомления размещается на сайте школы.

Положение о режиме занятий  
обучающихся МАОУ СОШ № 80  
принято с учетом мнения

Совета родителей (протокол № 1 от 29.08.23)  
Совета обучающихся (протокол № 1 от 29.08.23)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430467

Владелец Меньшенина Жанна Михайловна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025