

РАССМОТРЕНО:  
на педагогическом совете МАОУ  
СОШ № 3 им. И.К.Серикова  
протокол № 1 от 30.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
директор муниципального автономного  
общеобразовательного учреждения средней  
общеобразовательной школы № 3 имени И.К.  
Серикова г. Курганинска  
\_\_\_\_\_ Г.Н.Балаянц  
Приказ № 233 от 01.08.2022г.

## **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 № 273-ФЗ,
  - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 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. № 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 муниципальном автономном общеобразовательном учреждении средней общеобразовательной школе № 3 имени И.К.Серикова г. Курганинска (далее МАОУ СОШ № 3 им. И.К.Серикова) 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 третьей четверти.

2.3. Продолжительность учебного года устанавливается основными образовательными программами, фиксируется в годовом календарном графике.

2.4. Обучающиеся 1-4 классов обучаются по пятидневной учебной неделе, 5-11 классы - шестидневная учебная неделя.

2.5. Обучение 1, 5, 9-11 классов и классов с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья проводится в первую смену.

### **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 имеют облегченный учебный день в среду или в четверг.

3.3. Не допускается проведение сдвоенных уроков в 1-4 классах.

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:

7.40- 8.00 - дежурство члена администрации, учителя, дежурного класса по отдельному графику,

7.40- 8.00 - прием обучающихся, утренний медосмотр

Начало уроков не ранее 8.00. Нулевые уроки не допускаются.

Продолжительность уроков - 40 минут.

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены - 20 - 30 минут.

Питание осуществляется по отдельному графику.

Окончание занятий не позднее 15.00. При реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций не позднее 20.00 для обучающихся 7-10 лет, не позднее 21.00 для обучающихся 10-18 лет.

Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся, не более:

1 классы	при включении в расписание занятия 2-х уроков физической культуры в неделю	4 урока
	при включении в расписание занятия 3 -х уроков физической культуры в неделю	4 урока и 1 раз в неделю - 5 уроков
2-4 классы	при включении в расписание занятия 2-х уроков физической культуры в неделю	5 уроков
	при включении в расписание занятия 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	1 класс	21 ч
	2-4 класс	23 ч
Учебная нагрузка при 6-дневной учебной неделе, не более	5 класс	32 ч
	6 класс	33 ч
	7 класс	35 ч
	8 класс	36 ч
	9 класс	36 ч
	10-11 класс	37 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 - мае - 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 МАОУ СОШ № 3 им. И.К.Серикова.

5.2. Положение размещается на официальном сайте МАОУ СОШ № 3 им. И.К.Серикова в сети Интернет, 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	Математика	10	13	-	-	-
	Геометрия	-	-	12	10	8
	Алгебра	-	-	10	9	7
Природоведение		7	8	-	-	-
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	-	-
	Мировая художественная культура	-	-	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	-
Обществознание (включая экономику и право)		6	9	9	5	5
Технология		4	3	2	1	4
Черчение		-	-	-	5	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 (включая экономику и право), Искусство (МХК)	5
География	3
Основы безопасности жизнедеятельности	2
Физическая культура	1