

«Утверждено»
приказом директора МБОУ г.
Иркутска СОШ № 38
№ 01-04-85.1/22 от 10.06.2022г

Режим занятий обучающихся МБОУ г. Иркутска СОШ № 38

1. Общие положения

- 1.1. Режим занятий обучающихся МБОУ г. Иркутска средней общеобразовательной школы № 38 (далее – Учреждение) разработан в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:
- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
 - Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. «Об утверждении СанПиН 2.4 3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.
- 1.2. Режим занятий обучающихся принимается на срок, определенный порядком принятия, рассмотрения и утверждения локальных нормативных актов, регулирующих образовательные отношения в МБОУ г. Иркутска СОШ № 38, на Управляющем Совете Учреждения, утверждаются педагогическим советом Учреждения и Советом старшеклассников, которые имеют право вносить в него изменения и дополнения либо на срок действия соответствующих федеральным нормативно-правовых актов.

2. Режим занятий обучающихся, осваивающих программы начального общего, основного общего и среднего общего образования

- 2.1. Учебные занятия начинаются в 8 часов. Проведение нулевых уроков не допускается. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00
- 2.2. Обучение 1-х, 5-х, выпускных 9-х и 11-х классов и классов для детей с ОВЗ осуществляется в первую смену.
- 2.3. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой аудиторной недельной 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-х классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков, за счет урока физической культуры;
 - для обучающихся 5-6-х классов - не более 6 уроков;
 - для обучающихся 7-11-х классов - не более 7 уроков.
- 2.4. 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 организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.
- 2.5. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:
- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной недели и только в первую смену;
 - 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;

- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;
- в середине третьей четверти предоставляются дополнительные недельные каникулы.

- 2.6. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных. Для предупреждения переутомления, в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный день в среду или четверг.
- 2.7. Продолжительность урока не должна превышать 45 минут, за исключением 1 класса и компенсирующих классов, продолжительность урока в которых не должна превышать 40 минут.
- 2.8. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 уроков) - 20 - 30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2-го и 3-го уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.
- 2.9. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30-ти минут, за исключением обучающихся с ОВЗ.
- 2.10. 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.
- 2.11. 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.
- 2.12. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1 - 2-х классов - более 1,5 кг, 3 - 4-х классов - более 2 кг, 5 - 6-х - более 2,5 кг, 7 - 8-х - более 3,5 кг, 9 - 11-х - более 4,0 кг.

3. Режим занятий обучающихся, осваивающих адаптированные основные образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования

- 3.1. Учебные занятия для обучающихся с ОВЗ организуются в первую смену по 5-ти дневной учебной неделе. Учебные занятия начинаются в 8 часов.
- 3.2. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности.

Урочная деятельность состоит из часов обязательной части и части, формируемой участниками отношений.

Внеурочная деятельность формируется из часов, необходимых для обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся с ОВЗ и в сумме составляет 10 часов в неделю на каждый класс, из которых не менее 5 часов предусматривается на реализацию обязательных занятий коррекционной направленности, остальные - на развивающую область с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей.

Реабилитационно-коррекционные мероприятия могут реализовываться как во время внеурочной деятельности так и во время урочной деятельности.

- 3.3. Максимальный общий объем недельной образовательной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемой через урочную и внеурочную деятельность, не должен превышать гигиенические требования к максимальному общему объему недельной нагрузки обучающихся с ОВЗ.

3.4. Для предупреждения переутомления в течение недели для обучающихся с ОВЗ должны иметь облегченный учебный день в среду или четверг. Продолжительность учебной нагрузки на уроке не должна превышать 40 минут, за исключением первого класса.

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 уроков) - 20 - 30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2-го и 3-го уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут.

3.5. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной недели и только в первую смену;

- 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;

- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;

- в середине третьей четверти предоставляются дополнительные недельные каникулы.

3.6. Образовательную недельную нагрузку необходимо равномерно распределять в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- 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-х классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков, за счет урока физической культуры;

- для обучающихся 5-6-х классов - не более 6 уроков;

- для обучающихся 7-11-х классов - не более 7 уроков.

3.7. Для слабовидящих обучающихся начального общего образования при различных видах учебной деятельности продолжительность непрерывной зрительной нагрузки не должна превышать 10 минут; для слабовидящих обучающихся, осваивающих образовательные программы основного общего и среднего образования - не более 15 минут.

Обучающиеся с остаточным зрением для усвоения учебной информации по рельефной системе Брайля должны чередовать не менее 2-х раз за урок тактильное восприятие информации с непрерывной зрительной работой по 5 минут.

3.8. Физическое воспитание и адаптивная физическая нагрузка планируется для каждого обучающегося индивидуально в соответствии с рекомендациями специалистов и с учетом характера патологии и степени ограничений здоровья.

Дети с ОВЗ занимаются по индивидуальным программам, составленным врачом и педагогом по физическому воспитанию с учетом рекомендаций врачей-специалистов.

4. Режим занятий обучающихся, осваивающих дополнительные общеразвивающие программы

4.1. Занятия в системе дополнительного образования начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16 - 18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

4.2. Занятия в объединениях проводятся по группам, подгруппам, индивидуально или всем составом объединения по дополнительным общеобразовательным программам различной направленности (технической, естественнонаучной,

физкультурно-спортивной, художественной, туристско-краеведческой, социально-педагогической).

- 4.3. Рекомендуемая продолжительность занятий детей в учебные дни - не более 3-х академических часов в день, в выходные и каникулярные дни - не более 4 академических часов в день.
- 4.4. После 30 - 45 минут теоретических занятий рекомендуется организовывать перерыв длительностью не менее 10 мин.

5. Режим занятий обучающихся, осваивающих основные образовательные программы с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

- 5.1. при реализации образовательных программ с использованием дистанционных 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. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут
- 5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух ЭСО не допускается.
- 5.3. На занятиях мобильные средства связи не используются.
- 5.4. Использование ноутбуков для учащихся начальных классов возможно только при наличии дополнительной клавиатуры
- 5.5. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам.
- 5.6. Средства ЭСО следует выключать или переводить в режим ожидания, когда использование приостановлено или завершено.