

**ПРИНЯТО**  
Решение педагогического совета  
от 31 августа 2023 года  
протокол № 1

Утверждаю.  
Директор школы:   
  
С.С. Кузмирова  
Приказ № 110  
от «31» августа 2023г.

## Положение о режиме занятий обучающихся МБОУ СОШ городского округа Кохма на 2023-2024 уч.год

### 1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным Законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ч.2 ст.30); 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;

Уставом МБОУ СОШ, учебным планом, календарным учебным графиком МБОУ СОШ.

1.2. Настоящее Положение регулирует и регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ СОШ городского округа Кохма по очно-заочной форме обучения (далее – Школа).

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми учащимися Школы и их родителями (законными представителями) несовершеннолетних, обеспечивающими получение учащимися общего образования.

1.4. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте Школы в сети Интернет.

1.5. Обучение может осуществляться с помощью электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### 2. Режим образовательного процесса

2.1. Образовательный процесс в Школе осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого Школой самостоятельно в соответствии с федеральным учебным планом ООП, календарным учебным графиком и регламентируется расписанием учебных занятий и занятий внеурочной деятельности, утвержденных приказом директора Школы.

2.2. Календарный учебный график отражает сроки начала и окончания учебного года, даты начала и окончания каникул, продолжительность учебной недели, сменность занятий, продолжительность урока, время начала и окончания уроков, сроки проведения промежуточной аттестации.

2.3. Учебный год в Школе начинается 1 сентября.

2.4. Продолжительность учебного года для обучающихся основного, среднего общего образования составляет 34 недели, в 9 и 11 классах – 34 учебные недели без учета периода государственной итоговой аттестации.

2.5. Учебный год составляют учебные четверти в 5-9 классах и учебные полугодия в 10-11 классах.

2.6. Учебный год для обучающихся неполных классов в ИУ составляют учебные периоды: сессии. Количество сессий – 4.

2.7. В МБОУ СОШ г.о. Кохма устанавливаются каникулы: осенние-9 дней, зимние-9дней, весенние -9 дней и летние – не менее 8 недель.

2.8. Обучение в Школе ведется:

- в 5-9-х классах по 5-ти дневной учебной неделе;

- в 10-11 классах по 5-ти дневной учебной неделе.

2.9. Продолжительность урока в 5 –11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в ИУ составляет 40 мин. с учетом специфики учреждений и периода санитарно-эпидемиологической ситуации в регионе.

2.10. Продолжительность урока для обучающихся сессионно составляет 40 мин.

2.11. Учебные занятия в Школе начинаются в 8 часов 30 минут. В ИУ в 9.00ч.

2.12. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 5 минут.

2.13. Расписание звонков (1-е полугодие) по школе – 40 минут:

1 смена	2 смена
1 урок: 08.30 – 09.10	1 урок: 13.30 – 14.10
2 урок: 09.15 – 09.55	2 урок: 14.15 – 14.55
3 урок: 10.05 – 10.45	3 урок: 15.05 – 15.45
4 урок: 10.50 - 11.30	4 урок: 15.50 - 16.30
5 урок: 11.40 - 12.20	5 урок: 16.30 - 17.10
6 урок: 12.30 - 13.10	6 урок: 17.10 – 17.50

1.14. Расписание звонков (1-е полугодие) по УКП в ИК-5 – 40 минут:

1 смена	2 смена
1 урок: 09.00 – 09.35	1 урок: 13.30 – 14.05
2 урок: 09.40 – 10.15	2 урок: 14.10 – 14.45
3 урок: 10.20 – 10.55	3 урок: 14.50 – 15.25
4 урок: 11.00 - 11.35	4 урок: 15.30 - 16.05
5 урок: 11.40 - 12.15	5 урок: 16.10 - 16.55
6 урок: 12.20 - 12.55	

2.15. Внеурочная деятельность в 5-9 классах осуществляется после 5 урока.

2.16. При продолжительности учебного процесса более 4-х астрономических часов горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, после 2-ого или 4 –ого урока

2.17. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана Школы, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не превышает в совокупности величину недельной учебной нагрузки. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с санитарными нормами и правилами.

2.18. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объем нагрузки и максимальный объем аудиторной нагрузки обучающихся не должен превышать требований, установленных «Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами» при 5-дневной неделе:

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) <*>	Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах) <*>
--------	--	---

	при 5-дневной неделе, не более	Независимо от продолжительности учебной недели, не более
5	29	10
6	30	10
7	32	10
8 - 9	33	10
10 - 11	34	10

**Примечание:**

<\*> Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

<\*> Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

2.19. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой аудиторной недельной нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 5 - 6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7 – 11 классов - не более 7 уроков.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия проводятся в дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком перерыв продолжительностью не менее 35 минут.

2.20. Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов (приложение №1). С учетом специфики работы Школы и санитарно-эпидемиологической ситуации в регионе допускаются спаренные уроки и объединение неполных групп учащихся на уроки.

2.21. При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

В течение учебного дня не проводится более 2-х контрольных работ. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 – 4 уроках.

Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам должна составлять 60 – 80%.

2.22. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз.

2.23. Необходимо чередовать во время урока различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности обучающихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 5 – 11 классах – 10 - 15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги должно не менее 30 - 45 см - у обучающихся 5 – 11 классов.

2.24. Продолжительность непрерывного использования в образовательной деятельности 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
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 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 5 – 11 классах – 10 минут. Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках в 5 – 11 классах – не более 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60 - 80%, физкультминутки).

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

2.25. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся проводятся:

- внеклассные спортивные занятия и соревнования, общешкольные спортивные мероприятия, дни здоровья;
- самостоятельные занятия физической культурой в секциях и клубах.

2.26. Не допускается привлекать обучающихся к работам с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе 18-ти лет, а также к уборке санитарных узлов и мест общего пользования, мытью окон и светильников, уборке снега с крыш и другим аналогичным работам.

2.27. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): 5 классах - 2 ч, в 6 - 8 классах - 2,5 ч, в 9 – 11 классах - до 3,5 ч.

2.28. Обучающиеся по уровню образования объединяются в учебные классы. Классы образуют учебную параллель и обозначаются в документации Школы номером, отражающим год обучения. За каждым классом (группой) закрепляется ответственный за группу (классный руководитель) из числа педагогических работников Школы.

2.26. В Школе организовано медицинское обслуживание учащихся. Медицинские осмотры учащихся в Школе организуются и проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

2.29. Учащиеся допускают к занятиям в Школе после перенесенного заболевания только при наличии справки врача.

2.30. В Школе организуется работа по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний.

### **3. Режим каникулярного времени**

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 27 календарных дней и отражается в календарном учебном графике.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

### **4. Режим внеурочной деятельности**

4.1. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, кружков, детских общественных объединений, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.

Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы внеурочной деятельности, кружков, секций, детских общественных объединений, филиалов организаций дополнительного образования, действующих на базе Учреждения.

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с утверждёнными календарно-тематическим планированием и календарным планом воспитательной работы школы. Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, назначенный приказом директора.

4.3. Работа спортивных секций, кружков, кабинета информатики допускается только согласно утверждённому расписанию.

4.4. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

4.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности

4.6. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой нагрузки.

### **5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, 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 возможно.

5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.5. 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. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся**

6.1. Оценка индивидуальных достижений обучающихся 5-11 классов осуществляется по окончании каждого учебного периода: по итогам учебного года: с 15 апреля по 15 мая.

6.2. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами школы.

5.3. Государственная итоговая аттестация в выпускных 9 и 11 классах проводится в соответствии с нормативно-правовыми документами Министерства образования РФ, Департамента образования Ивановской области.

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	-	-	13	10	12
Геометрия	-	-	12	10	8
Физика	-	-	8	9	13
Алгебра	-	-	10	9	7
Экономика	-	-	-	-	11
Черчение	-	-	-	5	4
Мировая художественная культура (МХК)	-	-	8	5	5
Биология	10	8	7	7	7
Математика	10	13	-	-	-
Иностранный язык	9	11	10	8	9
Русский язык	8	12	11	7	6
Краеведение	7	9	5	5	-
Природоведение	7	8	-	-	-
География	-	7	6	6	5
Граждановедение	6	9	9	5	-
История	5	8	6	8	10
Ритмика	4	4	-	-	-
Труд	4	3	2	1	4
Литература	4	6	4	4	7
ИЗО	3	3	1	3	-
Физическая культура	3	4	2	2	2
Экология	3	3	3	6	1
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, Краеведение	2
Биология	7	Физическая культура	1