

Принято  
решением  
педагогического совета  
Протокол № 07  
от 09.01.2021

Согласовано  
с Советом школы  
Протокол № 02  
от 09.01.2021  
А. Н. Лобачева



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 16  
А. И. Асадуллина  
Приказ № 17-0/2  
от 09.01.2021

### **Положение**

## **о режиме обучения, воспитания, отдыха обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 16 Бугульминского муниципального района Республики Татарстан**

### **I. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 16 Бугульминского муниципального района Республики Татарстан (далее – Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28, Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №16 Бугульминского муниципального района Республики Татарстан (далее – МБОУ СОШ № 16).

1.2. Положение регламентирует порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами.

1.3. Организация образовательного процесса в МБОУ СОШ № 16 регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми МБОУ СОШ № 16 самостоятельно.

1.4. Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися, их родителями (законными представителями) и работниками МБОУ СОШ № 16.

### **II. Режим учебной деятельности учащихся**

2.1. Первый и последний дни учебного года в МБОУ СОШ № 16 для обучающихся 1–11 классов определяется учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования, календарным учебным графиком, которые утверждаются приказом директора на основании приказа управления образованием Исполнительного комитета Бугульминского муниципального района.

2.2. С целью обеспечения эффективности образовательной деятельности обучающихся и профилактики переутомления учебный год в 1-9 классах делится на четверти, в 10-11 классах - на полугодия. Количество четвертей и полугодий в учебном году – 4 и 2 соответственно. После окончания учебного периода следуют каникулы. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1 класса в середине третьей четверти. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха учащихся.

Продолжительность каникул в течение учебного года не менее 30 календарных дней, летом – не менее 7 календарных недель. В каникулярное время в соответствии с необходимыми условиями МБОУ СОШ № 16 может организовывать работу пришкольных лагерей по согласованию с управлением образования Исполнительного комитета Бугульминского муниципального района.

2.3. В соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком, а также в целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года составляет:

- в 1 классе — 33 учебные недели;
- во 2–4 классах – 34 учебные недели;
- в 5-8 и 10 классах – 35 учебных недель;
- в 9 и 11 классах — не менее 34 учебных недель без учета государственной итоговой аттестации.

2.4. В 9 и 11 классах продолжительность аттестационного периода и летних каникул определяется с учетом прохождения учащимися государственной итоговой аттестации.

Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей и полугодий, 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.

2.4. Для обучающихся 2-11 классов установлена шестидневная рабочая неделя, для обучающихся 1 классов - пятидневная.

2.5. Исходя из п. п. 2.1-2.4. Положения в МБОУ СОШ № 16 используется следующий календарный учебный график:

- 1 четверть – сентябрь - октябрь;
- осенние каникулы – конец октября - начало ноября;
- 2 четверть – ноябрь - декабрь;
- зимние каникулы – конец декабря - начало января;
- 3 четверть – январь - март;
- дополнительные каникулы (1 класс) – февраль;
- весенние каникулы – конец марта - начало апреля;
- 4 четверть – апрель - май;
- летние каникулы – июнь, июль, август.

2.6. Календарный учебный график на каждый учебный год утверждается приказом директора МБОУ СОШ № 16.

2.7. В МБОУ СОШ № 16 обучение осуществляется в две смены: в первую смену учатся 1, 4, 5-11 классы, во вторую смену учатся 2-3 классы.

2.8. Осуществление внеклассной и внеурочной деятельности начинается с 10.00 часов для обучающихся второй смены, с 15.00 часов для обучающихся первой смены.

2.9. Учебные занятия начинаются не ранее 8.00 часов для обучающихся в первую смену, не ранее 13.00 часов - для обучающихся во вторую смену. Проведение нулевых уроков не допускается. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00 часов.

Расписание учебных занятий составляется в строгом соответствии с санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для учащихся 1 классов:
  - устанавливается ступенчатый режим обучения в 1 и 2 четвертях;
  - учебные занятия проводятся только в первую смену;
  - организован облегченный учебный день в середине учебной недели;
  - 4 дня в неделю проводится не более 4 уроков в день;

- 1 день в неделю проводится 5 уроков за счет урока физической культуры;
  - в середине учебного дня (после второго урока) проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут;
  - обучение без домашних заданий;
  - продолжительность урока – в 1-2 четвертях - 35 минут, в 3-4 четвертях – 45 минут с обязательным проведением двух физкультминуток по 1,5-2 минуты каждая (на 10 и 20 минутах урока);
  - в оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям МБОУ СОШ № 16 в 1 классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки: сентябрь-октябрь - 3 урока по 35 минут каждый; ноябрь-декабрь - 4 урока по 35 минут каждый; январь-май - по 4 урока 45 минут каждый;
- для обучающихся 2–4 классов — не более 5 уроков в день и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
  - для обучающихся 5–6 классов — не более 6 уроков в день;
  - для обучающихся 7-11 классов — не более 7 уроков в день;
  - на уровне начального общего образования сдвоенные уроки не проводятся.

2.10. Продолжительность урока (академический час) составляет не более 45 минут.

2.11. Расписание звонков в течение учебной недели:

2.11.1. Расписание звонков для обучающихся 1 классов в 1-2 четвертях

Урок	Время начала и окончания урока
1 урок	08.00 – 08.35
2 урок	09.00 – 09.35
Динамическая пауза	09.35 – 10.00
3 урок	10.00 – 10.35
4 урок	11.00 – 11.35
5 урок	12.00 – 12.35

2.11.2. Расписание звонков для учащихся 2-4 классов в течение учебного года, 1 классов в 3-4 четвертях

1 и 4 классы		2 и 3 классы	
Урок	Время начала и окончания урока	Урок	Время начала и окончания урока
1 урок	08.00 – 8.45	1 урок	13.00 – 13.45
2 урок	09.00 – 9.45	2 урок	14.00 – 14.45
Динамическая пауза	10.00 – 10.45	3 урок	14.55 – 15.40
3 урок	11.00 – 11.45	Динамическая пауза	15.50 – 16.35
4 урок	12.00 – 12.45	4 урок	16.45 – 17.30
5 урок	13.00 – 13.45	5 урок	17.40 – 18.25

2.11.3. Расписание звонков для учащихся 5–11 классов в течение учебного года

Урок	Время начала и окончания урока
1 урок	08.00 – 08.45
2 урок	09.00 – 09.45
3 урок	10.00 – 10.45
4 урок	11.00 – 11.45
5 урок	12.00 – 12.45
6 урок	13.00 – 13.45
7 урок	14.00 – 14.45

2.12. Обучающиеся должны приходить в МБОУ СОШ № 16 не позднее 07 часов 40 минут в первую смену, не позднее 12 часов 40 минут во вторую смену.

Опоздание на уроки без уважительной причины недопустимо.

2.13. В МБОУ СОШ № 16 осуществляется деление классов на подгруппы при наполняемости 25 человек и более при проведении следующих учебных занятий:

- родной язык (1-11 классы);
- родная литература (1-11 классы);
- иностранный язык (английский) (2-11 классы);
- второй иностранный язык (немецкий) (9 классы);
- технология (5-8 классы);
- информатика (8-11 классы);
- предпрофильная подготовка (9 классы);
- физическая культура (10-11 классы);
- факультативные курсы (10 классы).

2.14. Обучающиеся одного года обучения объединяются в учебные классы. Классы одного года обучения образуют учебную параллель и обозначаются в документации МБОУ СОШ № 16 номером, отражающим год обучения, и литерой (1А, 1Б, и т.д.). За каждым классом закрепляется классный руководитель из числа педагогических работников МБОУ СОШ № 16.

2.15. В МБОУ СОШ № 16 возможна реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий согласно Положению о реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в МБОУ СОШ № 16, утвержденному приказом директора от 24.03.2020 №85-о/д.

### **III. Режим питания учащихся**

3.1. Организацию питания учащихся МБОУ СОШ № 16 осуществляет самостоятельно.

3.2. Для организации питания, хранения и приготовления пищи выделяются специальные помещения.

3.3. Питание учащихся проводится согласно установленному графику.

3.4. При организации группы продленного дня в МБОУ СОШ № 16 предусмотрено двухразовое питание обучающихся: завтрак и обед.

### **IV. Режим внеклассной и внеурочной деятельности**

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и работа кружков в рамках дополнительного образования организуются во второй половине дня для обучающихся 1 смены или в первой половине дня для обучающихся 2 смены и должны учитывать возрастные особенности учащихся, обеспечивать баланс между двигательными и статическими занятиями.

4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели ее организации, и регулируются санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28.

4.4. В режиме дня групп продленного дня должны обязательно предусматриваться: питание, прогулка, кружковая работа и широкое проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий.

4.5. Прогулки рекомендуется сопровождать спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями. В непогоду подвижные игры можно переносить в хорошо проветриваемые помещения.

### **V. Режим двигательной активности учащихся**

5.1. Двигательная активность учащихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья обучающихся за счет:

- физкультминуток и гимнастики для глаз во время занятий;
- организованных подвижных игр на переменах;
- спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

5.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивно-оздоровительного направления, при проведении занятий физкультурно-спортивной направленности в рамках дополнительного образования, динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности учащихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

5.3. Распределение учащихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях проводит медсестра с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье).

Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом.

С учащимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения медсестры.

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

5.4. 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.

Проведение занятий по физической культуре в зимний период на открытом воздухе допускается при следующих погодных условиях (СанПиН 2.4.2.2821-10):

Возраст учащихся	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
До 12 лет	-9 <sup>0</sup> С	-6 <sup>0</sup> С	-3 <sup>0</sup> С	Занятия не проводятся
12-13 лет	-12 <sup>0</sup> С	-8 <sup>0</sup> С	-5 <sup>0</sup> С	
14-15 лет	-15 <sup>0</sup> С	-12 <sup>0</sup> С	-8 <sup>0</sup> С	
16-18 лет	-16 <sup>0</sup> С	-15 <sup>0</sup> С	-10 <sup>0</sup> С	

При низкой температуре воздуха отменяются учебные занятия

Параллель	Температура
1-4 классы	-25 <sup>0</sup> С
5-9 классы	-27 <sup>0</sup> С
10-11 классы	-32 <sup>0</sup> С

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

## **VI. Режим выполнения домашних заданий**

6.1. 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 — 3,5 ч.

6.2. Выполнение домашних заданий рекомендуется осуществлять в помещении, оборудованном мебелью, соответствующей росту обучающихся.

6.3. Очередность выполнения домашних заданий предоставляется по усмотрению обучающихся, при этом рекомендуется начинать с предмета средней трудности для данного обучающегося, используя возможность устраивать произвольные перерывы по завершению определенного этапа работы и проводить физминутки длительностью 1-2 минуты.

## **VII. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации**

7.1. Промежуточная аттестация в 1-11 классах проводится в мае месяце текущего учебного года после освоения программ по учебным предметам без прекращения образовательной деятельности.

7.2. Государственная итоговая аттестация в 9, 11 классах проводится в формах и сроках, установленных Федеральной службой по надзору в сфере образования и науки, Министерством просвещения Российской Федерации, Министерством образования и науки Республики Татарстан на текущий учебный год.

## **VII. Учебные сборы для юношей 10 классов**

Учебные сборы для юношей 10 классов проводятся в рамках изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» по срокам и продолжительностью, установленными распоряжением Руководителя Исполнительного комитета Бугульминского муниципального района Республики Татарстан.

## **VIII. Режим осуществления профилактических и противоэпидемических мероприятий**

8.1. В МБОУ СОШ № 16 организовано медицинское обслуживание учащихся. Медицинская помощь и медицинские осмотры осуществляются в соответствии с законодательством в сфере здравоохранения.

8.2. Учащиеся с признаками инфекционных заболеваний в МБОУ СОШ № 16 не допускаются. При выявлении лиц с признаками инфекционных заболеваний во время их нахождения в МБОУ СОШ № 16 принимаются меры по ограничению или исключению их контакта с иными учащимися посредством размещения в помещении для оказания медицинской помощи или иных помещениях до приезда родителей (законных представителей), до перевода в медицинскую организацию или до приезда скорой помощи.

8.3. Учащиеся допускаются к занятиям после перенесенного заболевания только при наличии медицинского заключения (медицинский справки).

8.4. В МБОУ СОШ № 16 организуется работа по предотвращению возникновения и распространения инфекционных и неинфекционных заболеваний и пищевых отравлений.

## **IX. Изменение режима занятий обучающихся**

9.1. Изменения в режиме занятий обучающихся утверждаются приказом директора в соответствии с действующими требованиями в случаях: объявление карантина, приостановление образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха, возникновение чрезвычайных и аварийных ситуаций, производственная необходимость (лист нетрудоспособности, курсовая подготовка, участие профессиональных и иных мероприятиях педагогических работников), предпраздничные и праздничные.