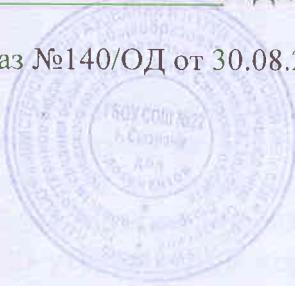


Обсуждено и принято на  
Педагогическом совете  
(Протокол № 1 от 28.08.2019 г.)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ СОШ № 22 г. Сызрани  
Зубова Л.Д.Зубова

Приказ №140/ОД от 30.08.2019г.



**Режим занятий обучающихся  
государственного бюджетного общеобразовательного  
учреждения Самарской области средней  
общеобразовательной школы № 22 города Сызрани  
городского округа Сызрань Самарской области**

## **1.Общие положения**

1.1. Настоящее Положение государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы № 22 города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области разработано в соответствии с Федеральным Законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом МОиН РФ от 30.08.2013 г. №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования», Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрирован в Минюсте России 03.03.2011 г.), Уставом ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрани.

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательной деятельности и регламентирует режим занятий обучающихся ГБОУ СОШ № 22 г.Сызрани (далее – Учреждение).

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

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

## **2. Режим образовательной деятельности**

2.1. Образовательная деятельность в Учреждении осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого Учреждением самостоятельно в соответствии с основной образовательной программой, календарным учебным графиком и регламентируется расписанием занятий, утвержденным приказом директора.

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

2.4. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации, в 9,11 классах; в первом классе – 33 недели.

2.5. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей - 4.

2.6. При обучении по четвертям после каждой четверти следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами).

2.7. Календарный учебный график, определяющий конкретные сроки начала и окончания учебных четвертей и каникул, разрабатывается и утверждается Учреждением ежегодно.

2.8. Обучение в Учреждении ведется в 1-11 классах по 5-ти дневной учебной неделе.

2.9. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 40 минут.

2.10. В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется ступенчатый режим обучения в первом полугодии:

- сентябрь, октябрь - 3 урока по 35 минут каждый;
- ноябрь-декабрь – по 4 урока по 35 минут каждый;
- январь - май – по 4 урока по 40 минут каждый и один день в неделю – 5 уроков за счет урока физической культуры.

2.11. Учебные занятия в Учреждении начинаются в 8 часов 00 минут, обучение ведется в две смены.

2.12. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режиме учебных занятий предусмотрены 2 перемены, продолжительностью не менее 20 минут.

2.13. Расписание звонков:

### **I смена**

**- для обучающихся 4, 5, 8, 9, 10, 11 классов – 40 минут**

<b>Начало</b>	<b>Режимное мероприятие</b>	<b>Окончание</b>
08.00	1-ый урок	08.40
08.40	перемена	08.50
08.50	2-урок	09.30
09.30	перемена	09.50
09.50	3-ий урок	10.30
10.30	перемена	10.50
10.50	4-ый урок	11.30
11.30	перемена	11.40
11.40	5-ый урок	12.20
12.20	перемена	12.30
12.30	6-урок	13.10
13.10	перемена	13.20
13.20	7-урок	14.00

Перерыв между сменами не менее 30 минут (СанПиН 2.4.2.2821.10, п.10.13)

### **II смена**

**- для обучающихся 2, 3, 6, 7 классов – 40 минут**

<b>Начало</b>	<b>Режимное мероприятие</b>	<b>Окончание</b>
14.00	1-ый урок	14.40
14.40	перемена	14.50
14.50	2-урок	15.30

15.30	перемена	15.50
15.50	3-ий урок	16.30
16.30	перемена	16.40
16.40	4-ый урок	17.20
17.20	перемена	17.25
17.25	5-ый урок	18.05
18.05	перемена	18.10
18.10	6-урок	18.50
18.50	перемена	18.55
18.55	7-урок	19.35

2.14. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков, с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

2.15. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

2.16. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках.

2.17. Обучающиеся одного года обучения объединяются в учебные классы. Классы одного года обучения образуют учебную параллель и обозначаются в документации Учреждения номером, отражающим год обучения. За каждым классом закрепляется классный руководитель из числа педагогических работников Учреждения.

2.18. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):  
 во 2-3-х классах – 1,5 ч.,  
 в 4-5-х классах – 2 ч.,  
 в 6-8-х классах – 2,5 ч.,  
 в 9-11 классах – до 3,5 ч.

2.19. В Учреждении организовано медицинское обслуживание обучающихся. Медицинские осмотры обучающихся в Учреждении организуются и проводятся в порядке, установленным Федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

2.20. Обучающихся допускают к занятиям в Учреждение после перенесенного заболевания только при наличии справки врача.

2.21. В Учреждении организуется работа по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний.

### **3. Режим питания обучающихся**

3.1. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период приказом директора ОО.

3.2. Организацию питания обучающихся в ОО осуществляет сторонняя организация по договору.

3.3. Для организации питания имеется столовая.

3.4. Питание обучающихся проводится согласно установленного графика.

#### **4. Режим каникулярного времени**

4.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

4.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

4.3. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

#### **5. Режим внеурочной деятельности**

5.1 Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы кружков, секций.

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

5.3. Групповые, индивидуальные занятия, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 40 минут после окончания уроков.

5.4. Часы групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой аудиторной нагрузки.

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

#### **7.Режим двигательной активности обучающихся**

7.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры обеспечивается за счет:

- утренней зарядки;
- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

7.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической

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

7.3. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач 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 обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

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

Принято с учетом мнения Совета родителей (протокол № 1 от 29.08.2019 г.)

Принято с учетом мнения Совета обучающихся (протокол № 1 от 29.08.2019 г.)  
Согласовано с Управляющим Советом Учреждения (протокол № 1 от 29.08.2019 г.)