

## СОГЛАСОВАНО

На педагогическом совете  
МБОУ «СОШ № 45 г. Челябинска»  
Протокол №1 от 29 августа 2024 г.

## УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №45 г. Челябинска»  
\_\_\_\_\_  
С.Б. Хайдуков  
«29» августа 2024 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
СЕРТИФИКАТОМ  
Сертификат: 02b3a2e90017b190a0420c6952ad2e793  
Владелец: Хайдуков Сергей Борисович  
Действителен с 15.02.2024 по 15.05.2025

## ПОЛОЖЕНИЕ

### о режиме занятий в Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа № 45 г. Челябинска»

#### 1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средней общеобразовательной школы № 45 г. Челябинска» разработано на основе следующих правовых актов:

Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказом Минпросвещения РФ от 22 марта 2021 №115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам НОО, ООО и СОО». «Межотраслевая программа развития школьного спорта»;

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Уставом МБОУ «СОШ № 45 г. Челябинска», учебным планом МБОУ «СОШ № 45 г. Челябинска»;

Календарным учебным графиком МБОУ «СОШ № 45 г. Челябинска».

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательной деятельности и регламентирует режим занятий обучающихся МБОУ «СОШ № 45 г. Челябинска» далее ОО.

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися школы и их родителями (законными представителями).

#### 2. Режим образовательного процесса и каникулярного времени

2.1. Образовательный процесс в ОО осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого ОО самостоятельно в соответствии с примерным учебным планом, 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 ОО начинается 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 2-11 классах – 34 недели,

в первом классе – 33 недели.

2.5. Учебный год составляют учебные периоды:

- 1, 2, 3 триместры в 1-9 классах

- 1, 2 полугодие в 10-11 классах

2.6. Календарный учебный график, определяющий конкретные сроки начала и окончания учебных четвертей и полугодий, разрабатывается и утверждается ОО ежегодно.

2.7. Обучение в ОО ведется по 5-ти дневной учебной неделе.

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

2.9. В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3648-20 для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- 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.

2.10. Учебные занятия в ОО начинаются в 8 часов 00 минут – 1 смена; в 13.20 – 2 смена. Проведение нулевых уроков не допускается. Обучение 1-х, 5-х, 9-х и 11-х классов организовано в 1 смену. Занятия во второй смене заканчиваются не позднее 19-00.

2.11. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режиме учебных занятий предусмотрены 2 перемены, продолжительностью не менее 20 минут. Между началом факультативных и элективных курсов и последним уроком организовывается перерыв продолжительностью не менее 20 мин.

2.12. Расписание звонков для 2-11-х классов (нумерация уроков используется сквозная)

1 смена				2 смена			
Номер урока	Время начала занятий	Время окончания занятий	Продолжительность перемены	Номер урока	Время начала занятий	Время окончания занятий	Продолжительность перемены
1-ый урок	08-00	08-40	10 мин	7-ой урок	13-20	14-00	20 мин
2-ой урок	08-50	09-30	20 мин	8-ой урок	14-20	15-00	20 мин
3-ий урок	09-50	10-30	20 мин	9-ый урок	15-20	16-00	10 мин
4-ый урок	10-50	11-30	10 мин	10-ый урок	16-10	16-50	10 мин
5-ый урок	11-40	12-20	10 мин	11-ый урок	17.00	17-40	10 мин
6-ой урок	12-30	13-10	10 мин	12-ый урок	17-50	18-30	10 мин
7-ой урок	13-20	14-00					

Расписание звонков для 1-х классов на 1 полугодие

1 классы (сентябрь-октябрь)

Начало	Режимное мероприятие	Окончание
8-00	1-ый урок	8-35
8-35	1-ая перемена	8-50
8-50	2-ой урок	9-25
9-25	2-ая перемена. Организация питания	9-50
	Динамическая пауза	10-30
10-30	3-ий урок	11-05

1 классы (ноябрь-декабрь)

Начало	Режимное мероприятие	Окончание
8-00	1-ый урок	8-35
8-35	1-ая перемена	8-50
8-50	2-ой урок	9-25
9-25	2-ая перемена. Организация питания	9-50
	Динамическая пауза	10-30
10-30	3-ий урок	11-05
11-05	3-я перемена	11-15
11-15	4-ый урок	11-50

Расписание звонков для 1-х классов на 2 полугодие

Начало	Режимное мероприятие	Окончание
8-00	1-ый урок	8-40
8-40	1-ая перемена	8-50
8-50	2-ой урок	9-30
9-30	2-ая перемена. Организация питания	9-50
	Динамическая пауза	10-30
10-30	3-ий урок	11-10
11-10	3-я перемена	11-20
11-20	4-ый урок	12-00

2.13. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана ОО, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса, не превышает в совокупности величину недельной образовательной нагрузки.

Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с санитарными нормами и правилами:

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах

Классы	5-дневная учебная неделя не более
1	21
2 - 4	23
5	29
6	30
7	32
8 - 9	33
10 - 11	34

2.14. В ОО для обучающихся уровня среднего общего образования формируются профильные классы. Профиль (направленность) определяется на основании анализа запроса родителей (законных представителей) и обучающихся.

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

Объем максимальной допустимой аудиторной недельной нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков;
- для обучающихся 2 - 4-х классов - не более 5 уроков;
- для обучающихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7 - 11-х классов - не более 7 уроков.

2.16. При проведении занятий по иностранному языку, технологии (труд) на всех уровнях образования, по информатике, физике (во время практических занятий), химии (во время практических занятий), при изучении предметов на углубленном уровне на элективных курсах и курсах внеурочной деятельности допускается деление класса на две группы при наполняемости более 20 человек.

При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью и (или) при проведении занятий по другим учебным предметам.

2.17. Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам должна составлять 60-80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

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

2.19. Обучающиеся одного года обучения объединяются в учебные классы. Классы одного года обучения образуют учебную параллель. За каждым классом закрепляется классный руководитель из числа педагогических работников ОО.

2.20. 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.

2.21. В ОО организовано медицинское обслуживание учащихся. Медицинские осмотры учащихся в ОО организуются и проводятся в порядке, установленном Федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

2.22. Учащихся допускают к занятиям в ОО после перенесенного заболевания только при наличии справки врача.

2.23. В ОО организуется работа по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний.

2.24. Классные руководители оформляют лист здоровья, в который для каждого обучающегося вносятся сведения о группе здоровья, группе занятий физической культурой.

### **3. Режим питания обучающихся**

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

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

3.3. Для организации питания выделяется столовая, а также помещение для хранения и приготовления пищи.

3.4. Питание обучающихся проводится согласно установленного графика после 2, 3 уроков в 1 смену, после 1,2 уроков во вторую смену.

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

4.1. Сроки каникул устанавливаются Календарным учебным графиком.

4.2. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 7 календарных дней.

4.3. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

4.4. 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, детских общественных объединений.

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. Занятия курсов внеурочной деятельности, занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 40 минут после окончания уроков.

5.4. Часы групповых и индивидуальных занятий, курсов внеурочной деятельности входят в объем максимально допустимой аудиторной нагрузки.

5.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности. Не более 1-2 занятий в день и не более 10 часов в неделю.

5.6. В ОО по желанию и запросам родителей (законных представителей) могут открываться группы продленного дня обучающихся, которые начинают свою работу после окончания уроков. Режим работы каждой группы утверждается приказом директора ОО.

### **5. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.**

5.1. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами школы, Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся, установление их форм, периодичности и порядка проведения.

5.2. Промежуточная аттестация (административные контрольные работы), независимое тестирование в переводных классах проводится в соответствии с Планом внутренней оценки качества образования на текущий учебный год) без прекращения образовательной деятельности в соответствии с Уставом и решением педагогического совета ОО.

## **6. Режим двигательной активности обучающихся**

6.1. 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.

6.2. 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).

6.3. 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.

6.4. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки в ОО, или на базе специализированных учреждений здравоохранения.

## **7. Режим трудовых занятий обучающихся**

7.1. В ОО запрещается привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия их родителей (законных представителей).