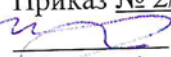


УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАОУ Лицей № 130  
Приказ № 2/3-од от "09" января 2018г.  
  
(Подпись)



## Положение о режиме занятий обучающихся МАОУ Лицей № 130.

### 1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся Муниципального автономного общеобразовательного учреждения Лицей №130 г. Екатеринбурга (далее – Учреждение) разработано в соответствии с

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологическими Требованиями к условиям и организации обучения общеобразовательных учреждениях СанПиН 2.4.2.2821-10, утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 189;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 15.03.2013г. №185 «Об утверждении Порядка применения к обучающимся и снятия с обучающихся мер дисциплинарного взыскания»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 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»;
- Письмом Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 25.10.2017 №02-01-81/9345 «Об организации образовательного процесса в зимний период»;
- Уставом МАОУ Лицей №130;
- Правилами внутреннего распорядка обучающихся МАОУ Лицей №130.

1.2. Настоящее Положение является локальным нормативным актом, регламентирует режим занятий обучающихся МАОУ Лицей №130.

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися МАОУ Лицей №130 и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получение обучающимися общего образования (в части их касающейся).

1.4. Один экземпляр настоящего Положения хранится в библиотеке Учреждения. Текст настоящего Порядка размещается на официальном сайте Учреждения в сети Интернет.

### 2. Режим учебного года

2.1. Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года составляет:

– в 1-х классах – 33 учебные недели,

–в 2-4-х классах – не менее 34-х учебных недель,

–в 5-8, 10-х классах – 35 недель,

–в 9,11-х классах–34 недели (без учета государственной итоговой аттестации).

2.3. Учебный год в Учреждении делится на четыре учебные четверти в 1-9-х классах или на два учебных полугодия в 10-11-х классах.

2.4. В соответствии с нормативными правовыми актами Российской Федерации с юношами 10-х классов в конце учебного года (май или июнь) проводятся учебные сборы. Продолжительность учебных сборов составляет 5 дней (40 учебных часов). Конкретные сроки проведения учебных сборов устанавливаются органом местного самоуправления, осуществляющим управление в сфере образования, по согласованию с военным комиссариатом.

2.5. В процессе освоения общеобразовательных программ обучающимся предоставляются каникулы – плановые перерывы при получении образования для отдыха иных социальных целей, сроки начала и окончания каникул определяются Учреждением самостоятельно на основании календарного учебного графика. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 дней, летом – не менее 8 недель. Для обучающихся первых классов в течение учебного года устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

2.6. Календарный учебный график на каждый учебный год утверждается приказом директора Учреждения.

### **3.Режим учебных занятий**

3.1. В Учреждении устанавливаются основные виды учебных занятий: урок, лекции, семинары, практические занятия, лабораторные занятия, консультации, самостоятельные работы, практика, выполнение контрольных работ и другие.

3.2. Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 40 минут. Занятия могут проводиться в форме пары – двух объединённых академических часов с перерывом между ними 10 минут согласно СанПиН.

3.3. Занятия обучающихся по очной форме обучения начинаются не ранее 8:00, заканчиваются не позднее 19:30.

3.4. Для обучающихся очной формы обучения предусматриваются консультации на каждую учебную неделю по расписанию, утвержденному директором Учреждения, в том числе для обучающихся по индивидуальному учебному плану.

3.5. Обучающиеся могут пользоваться учебными кабинетами для самостоятельных занятий, актовым и спортивным залами для подготовки к конкурсам и другим внеклассным мероприятиям, при условии согласования с заместителем директора по воспитательной работе во внеурочное время с 8:00 до 19:30.

### **4 Требования к режиму образовательной деятельности**

4.1. Количество обучающихся в классе определяется исходя из расчёта соблюдения нормы площади на одного обучающегося, соблюдении требований к расстановке мебели в учебных помещениях, в том числе удалённости мест для занятий от светонесущей стены, требований к естественному и искусственному освещению.

4.2. При наличии необходимых условий и средств для обучения возможно деление классов по учебным предметам на группы.

4.3. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности.

4.4. Часы, отведённые на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

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

4.6. 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;

–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.

4.7. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

4.8. Общий объем нагрузки в течение дня не превышает:

–для обучающихся 1-х классов – 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счёт урока физической культуры;

–для обучающихся 2 - 4 классов – 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счёт урока физической культуры;

–для обучающихся 5 - 7 классов – не более 7 уроков;

–для обучающихся 8 - 11 классов – не более 8 уроков.

4.9. Расписание уроков составляют с учётом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

4.10. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, информатика) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

Для обучающихся 1-х классов наиболее трудные предметы должны проводить на 2-м уроке; 2 - 4-х классов - 2 - 3-м уроках; для обучающихся 5 - 11-х классов на 2 - 4-м уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. Допускается проведение сдвоенных уроков физической культуры (занятия на лыжах, занятия в бассейне).

В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4 уроках. Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам должна составлять 60- 80%.

4.11. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

1) учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;

2) использование «ступенчатого» режима обучения 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; январь - май – по 4 урока в день по 40 минут каждый).

3) рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;

4) обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся и домашних заданий;

4.12. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегчённый учебный день в четверг или пятницу.

4.13. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, перемен для организованного питания обучающихся – 20 минут.

4.14. Перерыв между сменами составляет 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.

4.15. Использование в образовательной деятельности инновационных образовательных программ и технологий, расписаний занятий, режимов обучения возможно при отсутствии их неблагоприятного влияния на функциональное состояние и здоровье обучающихся.

4.16. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения обучающихся на уроках следует проводить физкультминутки и гимнастику для глаз (приложение 4 и приложение 5 СанПиН).

4.17. 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 1 - 4 классах не должна превышать 7 - 10 минут,

– в 5 - 11 классах – 10 - 15 минут.

Расстояние от глаз до тетради или книги должно составлять не менее 25 - 35 см у обучающихся 1 - 4 классов и не менее 30 - 45 см – у обучающихся 5 - 11 классов.

4.18. Продолжительность непрерывного использования в образовательной деятельности технических средств обучения должна быть для каждого возраста не превышать требований СанПиН.

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, необходимо проводить комплекс упражнений для профилактики утомления глаз (приложение 5 СанПиН), а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления (приложение 4 СанПиН).

Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 1 - 2-х классов - не более 20 минут, для учащихся 3 - 4 классов - не более 25 минут, 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 1 - 4 классах не должна превышать 5 минут, в 5 – классах – 10 минут.

Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках в 1 - 2 классах составляет не более 25 минут, 3 – 4 классах и старше - не более 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60 -80%, физкультминутки, офтальмотренаж).

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

Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники должен соответствовать гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

4.19. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста обучающихся рекомендуется проводить не менее 3-х учебных занятий физической культурой (в урочной и внеурочной форме) в неделю, предусмотренных в объёме общей недельной нагрузки. Заменять учебные занятия физической культурой другими предметами не допускается.

4.20. Для увеличения двигательной активности обучающихся рекомендуется в рабочие программы для обучающихся включать предметы двигательного-активного характера (обучение традиционным и национальным спортивным играм).

4.21. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности может обеспечиваться за счёт:

1) физкультминуток в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений

- 2) организованных подвижных игр на переменах;
- 3) спортивного часа для детей, посещающих группу по присмотру и уходу;
- 4) внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- 5) самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

4.22. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

4.23. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учётом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье).

Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учётом заключения врача. Обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

4.24. 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 (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

4.25. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

4.26. Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%.

4.27. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях и на занятиях в плавательных бассейнах обязательно.

4.28. На занятиях по технологии, предусмотренных образовательной программой, следует чередовать различные по характеру задания. Не следует на уроке выполнять один вид деятельности на протяжении всего времени самостоятельной работы.

4.29. Все работы в кабинетах домоводства обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.

4.30. Кружковая работа в группах должна учитывать возрастные особенности обучающихся, обеспечивать баланс между двигательными-активными и статическими занятиями, и организована в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к учреждениям дополнительного образования детей.

4.31. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

- 2 - 3 классах - 1,5 ч.,
- 4 - 5 классах - 2 ч.,
- 6 - 8 классах - 2,5 ч.,
- 9 - 11 классах - до 3,5 ч.

4.32. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2 дней. При продолжительности экзамена 4 и более часа, необходима организация питания обучающихся.

4.33. 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.

4.34. В целях профилактики нарушения осанки обучающихся рекомендуется для начальных классов иметь два комплекта учебников: один - для использования на уроках в общеобразовательной организации, второй - для приготовления домашних заданий.

## **5 Активированные дни**

Активированный день – день, в который из-за погодных условий возможно непосещение учебных занятий в Учреждении обучающимися по усмотрению родителей (законных представителей).

5.1. Для признания активированными днями устанавливаются следующие температурные режимы:

- для учащихся 1 – 4 классов при температуре воздуха  $-28^{\circ}\text{C}$  без ветра,  $-25^{\circ}\text{C}$  с ветром (при скорости ветра не менее 4 м\сек);
- для обучающихся 5 – 9 классов при температуре воздуха  $-30^{\circ}\text{C}$  без ветра,  $-28^{\circ}\text{C}$  в ветром;
- для обучающихся 10 – 11 классов при температуре  $-32^{\circ}\text{C}$  без ветра,  $-30^{\circ}\text{C}$  с ветром.

5.2. Для обучающихся, не посещающих Учреждение в активированные дни организуется обучение с применением дистанционных образовательных технологий.

## **6 Организация обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья**

6.1. Содержание общего образования и условия организации обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной образовательной программой, для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида.

6.2. Дети с ограниченными возможностями здоровья принимаются на обучение по адаптированной основной общеобразовательной программе только с согласия родителей (законных представителей) и на основании рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии.

6.3. Для обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, детей-инвалидов, которые по состоянию здоровья не могут посещать Учреждение, обучение по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья и письменного обращения родителей (законных представителей) к директору Учреждения организуется на дому.

6.4. Порядок оформления отношений Учреждения с обучающимися и их родителями (законными представителями) в части организации обучения на дому устанавливается нормативным правовым актом Свердловской области.

## **7 Организация обучения обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам**

7.1. Учреждение реализует дополнительные общеобразовательные программы в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

7.2. Занятия объединений дополнительного образования начинаются не ранее, чем через 45 минут, после окончания учебных занятий.

7.3. Занятия в объединениях дополнительного образования проводятся по группам обучающихся одного возраста или разных возрастных категорий, сформированных по направленностям.

7.4. Количество обучающихся в одной группе рекомендовано до 15 человек.

7.5. Формы обучения по дополнительным общеобразовательным программам определяются Учреждением самостоятельно, если иное не установлено законодательством Российской Федерации.

7.6. Каждый обучающийся имеет право заниматься в нескольких объединениях дополнительного образования, менять их.

7.7. Расписание занятий объединения дополнительного образования составляется для создания наиболее благоприятного режима труда и отдыха обучающихся администрацией Учреждения, по представлению педагогических работников с учетом пожеланий обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся и возрастных особенностей обучающихся.

7.8. В работе объединений дополнительного образования при наличии условий и согласия руководителя объединения могут участвовать совместно с несовершеннолетними обучающимися их родители (законные представители) без включения в основной состав.

## **8 Организация внеучебной деятельности обучающихся**

8.1. Внеучебная деятельность с обучающимися – специально организованная деятельность обучающихся, которая осуществляется в свободное от учебных занятий время, является важнейшей составной частью образовательной деятельности Учреждения и обеспечивает формирование нравственных, общекультурных, гражданских и профессиональных личностных качеств успешную социализацию обучающихся.

8.2. Время, отведенное на внеучебную деятельность, не учитывается при определении максимально допустимой недельной нагрузки обучающихся.

8.3. Внеучебная деятельность обучающихся осуществляется на основании соответствующих программ и планов воспитательной, профилактической, профориентационной работы.

8.4. Выход за пределы Учреждения для участия в интеллектуальных (олимпиады, конференции), культурно-массовых (посещение театров, музеев, концертов, выставок) и спортивных (соревнования, смотры, туристические походы) мероприятиях осуществляется только после издания соответствующего приказа директора Учреждения.

8.5. Ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время пути следования и проведения мероприятий несут педагогические работники, назначенные распорядительным актом Учреждения.

## **9 Заключительные положения**

9.1. Настоящее Положение вступает в силу с момента утверждения.

9.2. Срок действия настоящего Положения неограничен. Положение действует до принятия нового.

## **ПРИНЯТО**

Педагогическим советом МАОУ Лицей №130

Протокол №3 от 09.01.2018 г.