

Утверждено приказом
от 11.01.2021г. № 01/11-01
Директор МОАУ «Гимназия №3»

_____/Чихирников В.В./

Принято
на заседании педагогического совета
МОАУ «Гимназия №3»
протокол № 4 от 11.01.2021г.

Режим занятий обучающихся МОАУ «Гимназия №3»г. Оренбурга

1. Общие положения

1.1 Настоящее Положение «О режиме занятий обучающихся» (далее Положение) муниципального общеобразовательного автономного учреждения «Гимназия №3» г. Оренбурга(далее Гимназия) разработано в соответствии с :

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- «Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.3648-20», утвержденными Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 28.08.2020 № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373;
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования от 17.12.2010 № 1897, утвержденным Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации;
- Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования), приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413;
- Уставом МОАУ «Гимназия №3»

1.2. Положение является Локальным нормативным актом Гимназии, которое принимается Советом ОУ, с учетом мнения совета родителей(законных представителей), обучающихся, при обсуждении на Общем собрании работников и утверждается директором образовательного учреждения. Оно регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся.

1.3. Положение обязательно для исполнения всеми участниками образовательных отношений.

1.4. Изменение в режиме работы Гимназии определяется приказом директора школы в соответствии с нормативными - правовыми документами в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха, иных случаев, определенных приказом Учредителя.

2. Цели и задачи

- Упорядочение учебно-воспитательного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами;
- Обеспечение конституционных прав обучающихся на образование и здоровьесбережение.

2.Режим образовательных отношений

2.1. Режим работы ОУ:

- понедельник-пятница – с 7 часов 00 минут до 20 часов 00 минут
- суббота – с 7 часов 00 минут до 16 часов 00 минут.

2.2. Организация образовательного процесса в Гимназии регламентируется Учебным планом МОАУ «Гимназия №3», календарным учебным графиком, расписанием учебных, внеурочных занятий, расписанием звонков.

2.3. Учебный год в Гимназии начинается 1 сентября. И заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей образовательной программы. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

Неработающими праздничными днями являются: 7 января – Рождество Христово, 23 февраля – День защитника Отечества, 8 марта - Международный женский день, 1 мая – Праздник Весны и Труда, 9 мая – День Победы, 12 июня – День России, 4 ноября – День народного единства.

Сроки проведения торжественных мероприятий:

- посвященных окончанию учебного года – 23-25 мая (1, 9, 11 классы).
- выпускных вечеров в 11 классах – 25-27 июня. Выпускной вечер не проводится в День памяти и скорби 22 июня.

2.4. Продолжительность учебного года:

- в 1-х классах – 33 недели;
- во 2-х – 8-х классах и 10-х классах – 34 недели;
- в 9-х , 11-х классах – от 34 до 37 учебных недель с учетом экзаменационного периода.

Для обучающихся I – XI классов, нуждающихся в длительном лечении, детей-инвалидов, инвалидов, которые не могут посещать Гимназию, с согласия родителей (законных представителей) может быть организовано обучение на дому по основным общеобразовательным программам в режиме – пятидневной учебной недели.

2.5. Учебный год составляют учебные периоды: четверти (в 1-х - 9-х классах), полугодия (в 10-х – 11-х классах).

2.6. При обучении после каждого учебного периода следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами). Продолжительность каникул в течение учебного года (суммарно) составляет не менее 30 календарных дней, летом - не менее 8 недель.

Для обучающихся первых классов устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы (7 календарных дней).

Начало летних каникул определяется в соответствии с календарным учебным графиком гимназии и расписанием экзаменов государственной (итоговой) аттестации.

2.7 Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, утвержденным Министерством образования Оренбургской области.

2.8. Обучение в Гимназии ведется:

- в 1-х – 4-х классах по 5-ти дневной учебной неделе;
- в 5-х -11-х классах по 6-ти дневной учебной неделе.

Учебные занятия проводятся в две смены.

2.9. Продолжительность урока во всех классах 40 минут, кроме 1 классов.

В целях облегчения процесса адаптации обучающихся I классов, сохранения их здоровья и профилактики возможных заболеваний применяется «ступенчатый» метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- в сентябре, октябре – 3 урока по 35 минут каждый,
- в ноябре-декабре – 4 урока по 35 минут каждый,
- в январе - мае – по 4 урока по 40 минут каждый.

2.10. Учебные кабинеты и рекреационные помещения для обучающихся 1 - 4 классов размещаются на 1 - 2 этажах отдельных рекреаций, кабинеты технологии для мальчиков

размещаются на 1 этаже. Обучающиеся 1 - 4 классов размещаются в закрепленных за каждым классом учебных кабинетах, за исключением обучения, требующего специального оборудования.

Для обучающихся 5 - 11 классов образовательный процесс организован по кабинетной системе. Кабинеты обеспечены учебной мебелью соответствующей их росту. Приобретаемая учебная мебель имеет документы об оценке (подтверждении) соответствия.

Учебные кабинеты физики и химии оборудованы демонстрационными столами, установленными на подиуме. Демонстрационные столы имеют покрытие, устойчивое к действию агрессивных химических веществ и защитные бортики по наружному краю стола. Лаборантская и учебный кабинет химии оборудованы вытяжными шкафами.

2.11. Объем обязательной части образовательной программы начального общего образования должен составлять 80%, образовательной программы основного общего - 70% и образовательной программы среднего общего образования - 60%. Суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки.

Недельная образовательная нагрузка (количество учебных занятий) учащихся, реализуемая через урочную и внеурочную деятельность, составляет:

- 1 классы – 21 час;
- 2-4 классы – 23 часа;
- 5 классы – 29 часов;
- 6 классы – 33 часа;
- 7 классы – 35 часов;
- 8-9 классы – 36 часов;
- 10-11 классы -37 часов.

Для обучающихся:

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

для обучающихся 1-х классов - 4 урока и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры,

для обучающихся 2-4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры,

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

Для предупреждения переутомления в течение недели предусмотрен облегченный учебный день в среду или в четверг.

Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком организован перерыв продолжительностью не менее 20 минут. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) - 20 минут.

В оздоровительных целях в Гимназии созданы условия для реализации двигательной активности детей (в объеме не менее 2 часов):

- гимнастика до учебных занятий, в начальной школе;
- динамические паузы в середине занятий;
- проведение гимнастики и физкультминуток на уроках;
- подвижные игры на переменах, в начальной школе;

- спортивные часы в группе продленного дня, в начальной школе.

На территории Гимназии выделяются зоны отдыха, физкультурно-спортивная зона и хозяйственная зона. Для маломобильных групп населения есть парковочная зона.

Для выполнения рабочих программ учебного предмета "Физическая культура", мероприятий программы воспитательной работы и курсов по выбору соответствующей направленности используются спортивные сооружения (площадки, стадионы, бассейн), предназначенных для занятий спортом и физической культурой. Приобретаемое оборудование для детских игровых площадок имеет документы об оценке (подтверждении) соответствия.

Зона отдыха используются для организации подвижных игр и отдыха обучающихся, а также для реализации образовательных программ, начального общего, основного общего и среднего общего образования, предусматривающих проведение занятий и мероприятий на свежем воздухе.

Замена уроков физической культуры другими предметами не допускается.

Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля, при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности учащихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

Распределение учащихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит медицинский работник Гимназии 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-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

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

При благоприятных метеоусловиях уроки физической культуры проводятся на открытом воздухе. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводят в зале.

Моторная плотность занятий физической культурой составляет не менее 70%. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах учащихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях обязательно.

Все работы в мастерских и кабинетах технологии учащиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, используются защитные очки.

Не допускается привлекать учащихся 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.

На уроках физической культуры, технологии, информатики, химии, физики проводятся инструктажи по охране труда. Факт проведения инструктажа фиксируется в журнале установленной формы.

2.12. Промежуточная аттестация в переводных 1-4, 5-8, 10-х классах проводится с апреля по май без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением Педагогического совета гимназии.

2.13. Сроки проведения государственной (итоговой) аттестации учащихся устанавливаются приказами Министерства образования и науки Российской Федерации (11 классы) и регионального органа управления образованием (9 классы).

При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов не менее 2-х календарных дней.

При проведении государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования в форме единого государственного экзамена (далее - ЕГЭ) по предметам по выбору участников ЕГЭ допускается их проведение через день.

При продолжительности экзамена от 4 часов и более обучающиеся обеспечиваются питанием. Независимо от продолжительности экзамена обеспечивается питьевой режим.

Время ожидания начала экзамена в классах не превышает 30 минут.

2.14. Организация внеурочной деятельности

При организации внеурочной деятельности обучающихся используются возможности Гимназии и организаций дополнительного образования детей, организаций культуры и спорта.

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

Внеурочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляющих суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не менее 5 часов включают обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей.

Продолжительность занятий внеурочной деятельности и их количество в неделю определяется приказом директора.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и внеурочных занятий. Занятия в кружках и занятиях по внеурочной деятельности проводятся первой и во второй половине дня. Длительность занятий внеурочной деятельностью учащихся зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, составляют не более 45 минут в день для обучающихся 1-2 классов, и не более полутора часов в день - для остальных классов.

При выходе учащихся за пределы здания Гимназии (экскурсии, соревнования, городские мероприятия и другое) проводится инструктаж о правилах безопасного поведения. Факт проведения инструктажа фиксируется в специальном журнале.

2.15. При проведении учебных занятий по предметам «Иностранный язык (английский язык)» во II – XI классах осуществляется деление классов на две группы при наполняемости класса 25 и более человек. При проведении учебных занятий по предметам «Технология» в V – VIII классах, «Информатика» в V – XI классах, второй иностранный язык (французский язык или немецкий язык) в V – VII классах, осуществляется деление классов на две группы при наполняемости класса 25 и более человек. В IX классах при проведении учебных занятий по предметам «Технология» класс на группы не делится.

При изучении курса ОРКиСЭ в IV классе класс делится на группы, которые формируются на основании выбора модуля родителями (законными представителями) учащихся.

В X - XI классах на уроках Физической культуры классы делятся на две группы (юноши, девушки).

2.16. Объём 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 часа, в 4-5 классах - 2 часа, в 6-8 классах - 2,5 часа, в 9-11 классах - до 3,5 часов.

В 1 классе обучение проводится без балльного оценивания знаний учащихся.

2.17. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся в 1 – 5 классах на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

2.18. Во время урока осуществляется чередование различных видов учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности учащихся (чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п.) в 1 - 4 классах не превышает 7 - 10 минут, в 5 – 11 классах - 10 - 15 минут. Расстояние от глаз до тетради или книги составляет не менее 25 – 35 см у учащихся 1 - 4 классов и не менее 30 - 45см – учащихся 5-11 классов.

2.19. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения:

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
1 - 2	10	15	15	15	20	10
3 - 4	15	20	20	15	20	15
5 - 7	20	25	25	20	25	20
8 - 11	25	30	30	25	25	25

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 - 11 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 соответствует гигиеническим требованиям к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них.

После использования технических средств обучения, связанных со зрительной нагрузкой, проводится комплекс упражнений для профилактики утомления глаз, а в конце урока - физические упражнения для профилактики общего утомления.

2.20. Для организации занятий на дому на основании заявления родителей и приказа директора Гимназии определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с учащимся.

О графике занятий классный руководитель своевременно уведомляет родителей (законных представителей) обучающегося. Информация о проведенных занятиях регистрируется в журнале. Родители (законные представители) обязаны создать условия для проведения занятий с учащимся на дому

2.21. В Гимназии организуется горячее питание обучающихся. Для обучающихся льготных категорий организуется 2-х разовое питание (завтрак и обед), для остальных учащихся один раз в день (завтрак). Питание в столовой школы осуществляется в соответствии с графиком посещения столовой, утвержденным директором Гимназии. Количество мест в обеденном зале обеспечивает организацию питания всех обучающихся в течение не более трех перемен. Число одновременно питающихся детей не превышает количество посадочных мест в обеденном зале по проекту.

При обеденном зале установлены умывальники из расчета один кран на 20 посадочных мест.

2.22. 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.

2.23. В Гимназии организуется медицинское обслуживание обучающихся. Медицинские осмотры обучающихся проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

Учащиеся допускаются к занятиям после перенесенного заболевания только при наличии справки врача-педиатра.

С целью предупреждения распространения инфекции при неблагополучной эпидемиологической ситуации в Гимназии проводят дополнительные противоэпидемические мероприятия, по предписаниям органов, уполномоченных осуществлять государственный санитарно-эпидемиологический надзор.

Педагогами оформляется лист здоровья, в который для каждого учащегося вносятся сведения об антропометрических данных, группе здоровья, группе занятий физической культурой, состоянии здоровья, рекомендуемом размере учебной мебели, а также медицинские рекомендации.

2.24. При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения соблюдаются следующие требования.

- Использование ЭСО должно осуществляться при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательных организациях не допускается.

- Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.

- Для образовательных целей мобильные средства связи не используются. Размещение базовых станций подвижной сотовой связи на собственной территории образовательных организаций не допускается.

- Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

- Оконные проемы в помещениях, где используются ЭСО, должны быть оборудованы светорегулируемыми устройствами.

- Линейные размеры (диагональ) экрана ЭСО должны соответствовать гигиеническим нормативам.
- Организация рабочих мест пользователей персональных ЭСО должна обеспечивать зрительную дистанцию до экрана не менее 50 см. Использование планшетов предполагает их размещения на столе под углом наклона 30°.
- Шрифтовое оформление электронных учебных изданий должно соответствовать гигиеническим нормативам.
- Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам.
- При необходимости использовать наушники, время их непрерывного использования для всех возрастных групп должно составлять не более часа. Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной. Внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования.
- Интерактивную доску (панель) и другие ЭСО следует выключать или переводить в режим ожидания, когда их использование приостановлено или завершено.
- При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.
- Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности.
В середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.
- При использовании электронного оборудования, в том числе сенсорного экрана, клавиатуры, компьютерной мыши необходимо ежедневно дезинфицировать их в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.
- В помещении, где организовано рабочее место обучающегося с компьютером (ноутбуком) или планшетом, необходимо предусмотреть естественное освещение и искусственное общее и местное на рабочем столе. Источник местного освещения на рабочем месте обучающегося должен располагаться сбоку от экрана персонального компьютера (ноутбука) или планшета. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

3. Заключительные положения

3.1. Положение «Режим занятий обучающихся» принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения в Положение принимаются в составе новой редакции Положения в установленном порядке. После принятия новой редакции Положения предыдущая редакция утрачивает силу.