

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 35 г.Томска
(наименование образовательной организации)

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом
МАОУ СОШ № 35

(орган, с которым согласован документ)

протокол от 18.01.2021 г. № 3

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ № 35
_____ Е.А.Пьянзина

приказ от 18.01.2021 г. № 11-о

(дата)

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ
в муниципальном автономном общеобразовательном учреждении
средней общеобразовательной школе № 35 г. Томска

1. Учебный год в муниципальном автономном общеобразовательном учреждении средней общеобразовательной школе № 35 г.Томска (далее школа) начинается первого сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом.

С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном плане обучающихся предусмотрено чередование периодов учебного времени и каникул.

Продолжительность учебного года устанавливается:

- в первом классе - 33 учебных недели;
- во 2 - 11 классах - не менее 34 учебных недель.

Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

Для обучающихся в первом классе устанавливаются дополнительные каникулы в третьей четверти.

Сроки начала и окончания каникул, годовой календарный учебный график, учебный план разрабатываются и утверждаются школой самостоятельно.

2. Образовательный процесс в школе осуществляется в соответствии с образовательными программами и расписанием занятий.

3. Режим занятий обучающихся в школе определяется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся, шкалы трудности учебных предметов исходя из максимальной учебной нагрузки обучающихся на каждом уровне образования в соответствии с учебным планом школы и Санитарными правилами СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28).

4. Образовательная деятельность по общеобразовательным программам, в том числе адаптированным общеобразовательным программам, организуется в соответствии с расписанием учебных занятий, которое определяется Школой самостоятельно.

5. Продолжительность урока составляет 40 минут (за исключением 1 класса в первом полугодии)

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

Между урочной и внеурочной деятельностью устанавливается перемена продолжительностью 30 минут (за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной программе).

6. Учебные занятия начинаются не ранее 8 часов.

Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19 часов.

Продолжительностью уроков и перемен, расписание звонков и учебных занятий устанавливаются школой в начале учебного года.

7. Для обучающихся 2 и 3 уровня (5-9, 10-11 классы) продолжительность учебной недели (пятидневная, шестидневная учебная неделя) определяется учебным планом школы на соответствующий учебный год.

Урочная деятельность 2-4 классов, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможны организация проведение внеурочной деятельности.

8. При работе школы в две смены, обучение 1, 5, 9-11 классов и классов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья проводится в первую смену.

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

Урочная деятельность состоит из часов обязательной части и части, формируемой участниками отношений.

Внеурочная деятельность формируется из часов, необходимых для обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся составляет до 10 часов в неделю на каждый класс. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, организуются в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы. Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и праздничные дни

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 включает обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей.

10. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

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

- для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю

- 5 уроков, за счет урока физической культуры,

- для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за

счет урока физической культуры,

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

Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком организуется перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

11. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену,
- обучение 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;

в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый,

- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут,

- предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти .

12. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных классах, группах.

Исходя из категории обучающихся с ограниченными возможностями здоровья их численность в классе (группе) устанавливается в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

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.

Содержание общего образования и условия организации обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья определяются адаптированной общеобразовательной программой, а для инвалидов также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида. Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья сопровождается созданием специальных условий обучения, воспитания и развития таких обучающихся.

13. При реализации утвержденных рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) общеобразовательной программы объем домашних заданий (по всем учебным 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 часа.

В первом классе обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий ²⁸

14. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, включает 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.

Режим двигательной активности детей в течение дня организуется с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья.

15. В урочной и внеурочной деятельности организуются физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, туристические походы, спортивные соревнования с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья детей.

Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам.

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

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений к общему времени занятия физической культурой должна составлять не менее 70%.

16. Для обучающихся созданы условия для организации питания. Питание осуществляется в столовой по утвержденному графику с соблюдением норм гигиены и санитарно-эпидемиологических требований к организации общественного питания.

17. При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения соблюдаются специальные требования безопасности.

18. При использовании электронных средств обучения (далее ЭСО) с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет - 5-7 минут, для учащихся 1-4-х классов - 10 минут, для 5-9-х классов - 15 минут.

Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски - для детей до 10 лет - 20 минут, старше 10 лет - 30 минут; компьютера - для детей 1-2 классов - 20 минут, 3-4 классов - 25 минут, 5-9 классов - 30 минут, 10-11 классов - 35 минут.

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

При использовании ЭСО во время занятий и перемен проводится гимнастика для глаз.

19. 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.