

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

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

- 1 класс – 21 час;
- 2-4 классы – 26 часов;
- 5 класс – 32 часа;
- 6 класс – 33 часа;
- 7 класс – 35 часов;
- 8-9 классы – 36 часов;
- 10-11 классы – 37 часов.

2. Учебная нагрузка закрепляется расписанием учебных занятий на учебный год, которое утверждается Школой.

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

4. Продолжительность учебного года: 1 классы – 33 учебные недели, 2-4 классы – 34 учебные недели, 5-8,10 классы – 34 учебные недели, 9,11 классы – 33 учебные недели.

5. Продолжительность каникул в течение учебного года (суммарно) составляет не менее 30 календарных дней, летом - не менее 8 недель.

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

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

8. Промежуточная аттестация в переводных 2 – 4, 5 – 8, 10-х классах проводится с 16 по 27 мая без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом и решением педагогического совета Школы.

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

10. Сроки проведения торжественных мероприятий:

10.1. Посвященных окончанию учебного года – 25 мая (1, 9, 11 классы).

10.2. Выпускных вечеров в 9, 11 классах – 20-25 июня. Выпускной вечер не проводится в День памяти и скорби 22 июня.

11. 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.

12. Режим работы Школы – шестидневная учебная неделя с выходным днем – воскресенье.
13. Обучение учащихся в 1 классе осуществляется в первую смену по пятидневной учебной неделе с выходными днями - суббота, воскресенье.
14. Учебные занятия проводятся в одну смену;
15. Во вторую смену проводятся занятия в кружках и секциях.
16. Для обучающихся 1 классов количество уроков в день составляет не более 4 и один день в неделю не более 5 уроков за счёт урока физической культуры, для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков, для обучающихся 5-9 классов - не более 6 уроков в день, для обучающихся 10-11 классов - не более 7 уроков в день. Проведение нулевых уроков не допускается.
17. Продолжительность урока во всех классах 45 минут, за исключением 1 класса, в котором используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии - в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре, декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь-май - по 4 урока по 45 минут каждый.
18. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности обучающихся в течение недели устанавливается облегчённый учебный день (четверг или пятница).
19. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после второго и третьего уроков) - 20 минут каждая.
20. Динамическая пауза в 1 классе в середине учебного дня - 40 минут.
21. Перерыв между учебными занятиями и занятиями в кружках составляет не менее 30 минут для проведения влажной уборки в помещениях и их проветривания.
22. Занятия внеурочной деятельностью проводятся с 13.00 до 16.00.
23. Длительность занятий внеурочной деятельностью обучающихся зависит от возраста и вида деятельности. Продолжительность таких видов деятельности как чтение, музыкальные занятия, рисование, лепка, рукоделие, тихие игры, составляют не более 50 минут в день для обучающихся 1-2 классов, и не более полутора часов в день - для остальных классов.
24. 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.
25. В 1 классе обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.
26. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся во всех классах на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

27. 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 обучающихся 1 - 4 классов и не менее 30 - 45см – обучающихся 5-11классов.

28. 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 учебных досках и 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

29. 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.

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

31. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста учащихся проводится 3 урока физической культуры в неделю, предусмотренных в объеме максимально допустимой недельной нагрузки. Замена уроков физической культуры другими предметами не допускается.

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

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

33. 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 обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы, для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит медицинский работник Школы 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.

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

34. При благоприятных метеоусловиях уроки физической культуры проводятся на открытом воздухе.

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

36. Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять 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.

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

38. Не допускается привлекать обучающихся 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. Работы по благоустройству Школы выполняются учащимися с письменного согласия родителей (законных представителей).

39. Для организации занятий на дому на основании приказа Школы определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с обучающимися.

40. 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 обучающимся на дому.

41. Учебный год в объединениях дополнительного образования для обучающихся первого года обучения начинается 15 сентября и заканчивается - 31 мая текущего года, для учащихся второго и последующих годов обучения начинается 25 сентября и заканчивается - 31 мая текущего года, включая каникулярное время.

42. Режим функционирования объединений дополнительного образования детей - с 15.00 до 21.00 часов.

В воскресные и праздничные дни объединения дополнительного образования детей работают в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий Школы.

43. Расписание занятий объединения составляется администрацией Школы по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей учащихся и установленных санитарно-гигиенических норм.

44. В Школе организуется горячее питание обучающихся. Для обучающихся 1-4 классов, а по желанию родителей и в 5-11 классах организуется 2-х разовое питание (завтрак и обед), для остальных обучающихся один раз в день (завтрак).

45. Питание в школьной столовой осуществляется в соответствии с графиком питания в столовой, утвержденным Школой.

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

47. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для обучающихся 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.

48. В Школе организуется медицинское обслуживание учащихся. Медицинские осмотры обучающихся проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

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

50. В классном журнале оформляется лист здоровья, в который для каждого обучающихся вносятся сведения об антропометрических данных, группе здоровья, группе занятий физической культурой, состоянии здоровья, рекомендуемом размере учебной мебели, а также медицинские рекомендации.

51. Все помещения Школы подлежат ежедневной влажной уборке с применением моющих средств.

52. Туалеты, столовые, вестибюли, рекреации подлежат влажной уборке после каждой перемены.

Уборку учебных и вспомогательных помещений проводят после окончания уроков в отсутствие учащихся, при открытых окнах или фрамугах.

Дезинфицирующие растворы для мытья полов готовят перед непосредственным применением в туалетных комнатах в отсутствие учащихся.

53. Дезинфицирующие и моющие средства хранят в упаковке производителя, в соответствии с инструкцией, и в местах, недоступных для обучающихся.

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

55. Не реже одного раза в месяц во всех видах помещений Школы проводится генеральная уборка.

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

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