



Утверждаю:

Директор школы № 144

\_\_\_\_\_ Н.А. Алексеева

Приказ № 01-26-414

от 29.06.2021 г.

## **Положение о режиме занятий обучающихся Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 144»**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным Законом РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом МОиН РФ 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», Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрирован в Минюсте России 03.03.2011 г., Уставом МАОУ СШ № 144, учебным планом МАОУ СШ № 144, календарным учебным графиком.

1.2. Настоящее Положение регулирует режим организации образовательного процесса и режим занятий обучающихся Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 144» (далее – МАОУ СШ № 144).

1.3. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися МАОУ СШ № 144 и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получение обучающимися общего образования.

1.4. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте МАОУ СШ № 144 в сети Интернет.

### **2. Режим образовательного процесса**

2.1. Образовательный процесс в МАОУ СШ № 144 осуществляется на основе учебного плана, разрабатываемого МАОУ СШ № 144 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 МАОУ СШ № 144 начинается 1 сентября. Если 1 сентября приходится на выходной день, то учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.4. Продолжительность учебного года составляет 33 недели в 1 классах, не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, во 2-11 классах.

- 2.5. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей - 4.
- 2.6. При обучении по четвертям после каждых 7-10 недель учебного периода следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами).
- 2.7. Календарный учебный график, определяющий конкретные сроки начала и окончания учебных четвертей и каникул, разрабатывается и утверждается ОУ ежегодно. (Приложение 1)
- 2.8. Обучение в ОУ ведется:

- в 1-3, 5-7-х классах по 5-ти дневной учебной неделе;
- в 4, 8 - 11 классах по 6-ти дневной учебной неделе.

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

2.10. В 1-х классах в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения 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.

Ежедневно, кроме основных уроков, обязательно проведение динамической паузы не менее 40 минут.

2.11. Учебные занятия в МАОУ СШ №144 начинаются:

1 смена - в 8 часов 00 минут; 2 смена - в 13 часов 40 минут.

2.12. 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.

2.13. Расписание звонков:

1 смена	2 смена
1 урок: 8.00 – 8.40	1 урок: 13.40-14.20
2 урок: 8.50 – 9:30	2 урок: 14.30-15.10
3 урок: 9.50 – 10.30	3 урок: 15.30-16.10
4 урок: 10.50 - 11.30	4 урок: 16.30-17:10
5 урок: 11.40 – 12.20	5 урок: 17.20-18.00
6 урок: 12.30 -13.10	6 урок: 18.10 -18.50

(Приложение 2)

2.14. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана ОУ, 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	6-дневная учебная неделя не более	5-дневная учебная неделя не более
1		21
2 - 3		23
4	26	
5		28
6		29
7		31
8 - 9	36	
10 - 11	37	

- 2.15. В МАОУ СШ № 144 для обучающихся уровня среднего общего образования формируются профильные классы. Профиль (направленность) определяется на основании анализа запроса родителей (законных представителей) и обучающихся.
- 2.16. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков, с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.
- 2.17. Деление класса на две группы при наполняемости более 25 человек происходит при проведении занятий:  
по иностранному языку 2-11 классы,  
по физической культуре 10-11 классы,  
по информатике 7-11 классы,  
на практических занятиях по физике и химии.
- 2.18. В течение учебного дня не проводится более одной контрольной работы. Контрольные работы проводятся на 2-4 уроках.
- 2.19. 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.
- 2.20. В МАОУ СШ №144 организовано медицинское обслуживание учащихся. Медицинские осмотры учащихся организуются и проводятся в порядке, установленном Федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.
- 2.21. Учащиеся допускают к занятиям после перенесенного заболевания только при наличии справки врача.
- 2.22. Организуется работа по профилактике инфекционных и неинфекционных заболеваний.
- 2.23. В классных журналах оформляется 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, утверждаемым на каждый учебный период приказом директора.
- 3.2. Организацию питания обучающихся в МАОУ СШ № 144 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 установленному графику.

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

- 4.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 30 календарных дней.
- 4.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.
- 4.3. Для обучающихся первых классов 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 школы и класса. 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. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности

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

6.1. 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.

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 проводится на основании справок о 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.

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

7.1. Привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, осуществляется с согласия обучающихся и их родителей (законных представителей).

7.2. С согласия обучающихся и их родителей (законных представителей) осуществляется организация летней трудовой практики, продолжительность которой устанавливается решением педагогического совета школы.

**График  
организации образовательного процесса  
на 2021-2022 уч. год  
1 класс**

(пятидневная учебная неделя)

Четверти	Дата		Продолжительность учебных недель
	Начало четверти	Окончание четверти	
1 четверть	01.09.2021	29.10.2021	8 недель 3 дня
2 четверть	08.11.2021	29.12.2021	7 недель 3 дня
3 четверть	10.01.2022	11.02.2022	8 недель 3 дня
	14.02.2022	18.03.2022	
4 четверть	28.03.2022	26.05.2022	8 недель 1 день
		Итого	33 недели

Праздничные дни:

23 февраля;

8 марта;

2 мая, перенос с 1 мая;

3 мая перенос с 1 января;

10 мая перенос с 2 января;

7 марта перенос с 5 марта.

Рабочих понедельников – 32, вторников – 32, сред – 34, четвергов – 34, пятниц – 33. С учетом специфики учебного года, в целях прохождения программ по учебным предметам предусмотрена корректировка расписания уроков в конце мая: 19 мая (четверг) – уроки по вторнику, 25 мая(среда) – уроки по понедельнику.

Продолжительность каникул в течение учебного года  
1 классы

	Дата начала каникул	Дата окончания каникул	Продолжительность (календарных дней)
Осенние	30.10.2021	07.11.2021	9 дней
Зимние	30.12.2021	09.01.2022	11 дней
Дополнительные каникулы	14.02.2022	20.02.2022	7 дней
Весенние	19.03.2022	27.03.2022	9 дней
		Итого	36 дней

2 - 7 классы

(пятидневная учебная неделя)

Четверти	Дата		Продолжительность
	Начало четверти	Окончание четверти	
1 четверть	01.09.2021	29.10.2021	8 недель 3 дня
2 четверть	08.11.2021	29.12.2021	7 недель 3 дня
3 четверть	10.01.2022	18.03.2022	9 недель 3 дня
4 четверть	28.03.2022	26.05.2022	8 недель 1 день
		Итого	34 недели

Праздничные дни:

23 февраля;

8 марта;

2 мая, перенос с 1 мая;

3 мая перенос с 1 января;

10 мая перенос с 2 января;

7 марта перенос с 5 марта.

Рабочих понедельников – 33, вторников – 33, сред – 35, четвергов – 35, пятниц – 34. С учетом специфики учебного года, в целях прохождения программ по учебным предметам предусмотрена корректировка расписания уроков в конце мая: 19 мая (четверг) – уроки по вторнику, 25 мая(среда) – уроки по понедельнику.

Продолжительность каникул в течение учебного года

2-7 классы

	Дата начала каникул	Дата окончания каникул	Продолжительность (календарных дней)
Осенние	30.10.2021	07.11.2021	9 дней
Зимние	30.12.2021	09.01.2022	11 дней
Весенние	19.03.2022	27.03.2022	9 дней
			29

8,10 классы

(шестидневная рабочая неделя)

Четверти	Дата		Продолжительность
	Начало четверти	Окончание четверти	
1 четверть	01.09.2021	30.10.2021	8 недель 4 дня
2 четверть	08.11.2021	30.12.2021	7 недель 4 дня
3 четверть	10.01.2022	19.03.2022	9 недель 4 дня
4 четверть	28.03.2022	31.05.2022	8 недель 5 дней
		Итого	35 недель

Праздничные дни:

23 февраля;

8 марта;

2 мая перенос с 1 мая;

10 мая перенос с 2 января.

Рабочих понедельников – 34, вторников – 34, сред – 35, четвергов – 36, пятниц – 35, суббот - 35. С учетом специфики учебного года, в целях прохождения программ по учебным предметам предусмотрена корректировка расписания уроков в конце мая: 19 мая (четверг) – уроки по вторнику.

Продолжительность каникул в течение учебного года

8,10 классы

	Дата начала каникул	Дата окончания каникул	Продолжительность (календарных дней)
Осенние	31.10.2021	07.11.2021	8 дней
Зимние	31.12.2021	09.01.2022	10 дней
Весенние	20.03.2022	27.03.2022	8 дней
			26

9,11 классы

(шестидневная рабочая неделя)

Четверти	Дата		Продолжительность
	Начало четверти	Окончание четверти	
1 четверть	01.09.2021	30.10.2021	8 недель 4 дня
2 четверть	08.11.2021	30.12.2021	7 недель 4 дня
3 четверть	10.01.2022	19.03.2022	9 недель 4 дня

4 четверть	28.03.2022	21.05.2022	7 недель 3 дня
		Итого	34 недели

Праздничные дни:

23 февраля;

8 марта;

2 мая перенос с 1 мая;

10 мая перенос с 2 января.

Рабочих понедельников – 32, вторников – 32, сред – 34, четвергов – 35, пятниц – 34, суббот - 34. С учетом специфики учебного года, в целях прохождения программ по учебным предметам предусмотрена корректировка расписания уроков в конце мая: 19 мая (четверг) – уроки по вторнику.

Продолжительность каникул в течение учебного года

9,11 классы

	Дата начала каникул	Дата окончания каникул	Продолжительность (календарных дней)
Осенние	31.10.2021	07.11.2021	8 дней
Зимние	31.12.2021	09.01.2022	10 дней
Весенние	20.03.2022	27.03.2022	8 дней
			26

Приложение 2

### Расписание звонков

1 смена			2 смена		
урок 1	8-00	8-40	урок 1	13-40	14-20
перемена	8-40	8-50	перемена	14-20	14-30
урок 2	8-50	9-30	урок 2	14-30	15-10
перемена	9-30	9-50	перемена	15-10	15-30
урок 3	9-50	10-30	урок 3	15-30	16-10
перемена	10-30	10-50	перемена	16-10	16-30
урок 4	10-50	11-30	урок 4	16-30	17-10

перемена	11-30	11-40	перемена	17-10	17-20
урок 5	11-40	12-20	урок 5	17-20	18-00
перемена	12-20	12-30	перемена	18:00	18:10
урок 6	12-30	13-10	урок 6	18:10	18:50

**МАОУ СШ № 144**, Алексеева Наталья Алексеевна, ДИРЕКТОР  
**14.12.2021** 11:55 (MSK), Сертификат № 7DFB3600E1AD7881404D765097096CC8