

УТВЕРЖДАЮ:

Директор лицея  Двичук И. Б.

«25» ноября 2013 года
с изменениями (приказ № 265/01-10
от 29.08.2014 года)



ПОЛОЖЕНИЕ о режиме занятий учащихся (новая редакция)

1. Общие положения.

Положение о режиме занятий учащихся муниципального бюджетного образовательного учреждения «Лицей № 36» города Калуги разработано на основе следующих документов:

- Конвенции ООН о правах ребёнка, Декларации прав ребенка;
- Конституции РФ от 12.12.1993 г.;
- Федерального Закона «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» от 24.07.1998г. № 124-ФЗ (с изменениями от 20.07.2000 г. № 103-ФЗ);
- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях", утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189

II. Цели и задачи.

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

III. Организация образовательного процесса.

- 3.1. Учебный год в МБОУ «Лицей № 36» начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день, заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей общеобразовательной программы.
- 3.2. Продолжительность учебного года определяется учебным планом и календарным учебным графиком, утверждаемым директором на основе государственного образовательного стандарта. Календарный учебный график конкретного года, утверждает директором лицея до 31 августа учебного года, доводится до сведения участников образовательных отношений.

3.3. В календарном учебном графике указывается начало и окончание учебного года, длительность каникул, сроки их начала и окончания, продолжительность учебной недели, продолжительность уроков и длительность перемен.

3.4. Продолжительность учебного года на первой, второй и третьей ступенях общего образования составляет не менее 34 учебных недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в 1-х классах - 33 учебных недели.

3.5. Для профилактики переутомления учащихся в календарном учебном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

В течение учебного года для учащихся устанавливаются каникулы продолжительностью 30 календарных дней, летом – 92 дня.

3.6. Количество часов, отведенных на освоение учащимися учебного плана, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательного процесса не должны превышать величину максимально допустимой недельной нагрузки.

- 1 класс – максимально допустимая недельная нагрузка 21 час в неделю (5-дневная учебная неделя);

- 2-3 классы- максимально допустимая недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 23 часа в неделю;

4 классы – максимально допустимая недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 22 часа в неделю;

- 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 29 часов в неделю;

- 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 30 часов в неделю;

- 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 32 часа в неделю;

- 8 класс - максимально допустимая недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю;

- 9 класс - максимально допустимая недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю;

- 10-11 классы - максимально допустимая недельная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 34 часа в неделю.

3.7. Обучение в первом классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по пятидневной учебной неделе и только в первую смену

- в середине учебного дня организуются динамические паузы продолжительностью не менее 40 минут

- обучение проводится без домашних заданий и балльного оценивания знаний обучающихся

- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

3.8. Режим занятий учащихся:

- начало учебных занятий – 8.00

- продолжительность урока – 45 минут

- продолжительность перемен – 10 и 15 минут, перемены по 20 минут после 2, 3 уроков

- продолжительность факультативов, групповых и индивидуальных занятий, занятий дополнительного образования – 45 минут.

Для учащихся первых классов в первом полугодии устанавливается «ступенчатый» режим:

- в сентябре – октябре – 3 урока по 35 минут;

- в ноябре - декабре – 4 урока по 35 минут;

- январь - май – 4 урока по 45 минут.

3.9. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для учащихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 2 - 4-х классов - не более 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры ;
- для учащихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;
- для учащихся 7 - 11-х классов - не более 7 уроков.

3.10. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учащихся и шкалой трудности учебных предметов.

3.11. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных, групповых и индивидуальных занятий. Факультативные, групповые, индивидуальные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных, групповых и индивидуальных занятий и последним уроком обязательных занятий устраивается перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

3.12. 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, природоведение, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

Для учащихся 1-х классов наиболее трудные предметы проводятся 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.

В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4-м уроках.

3.13. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели учащиеся имеют облегченный учебный день в четверг, пятницу или субботу.

3.14. С целью профилактики утомления, нарушения осанки и зрения учащихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз

3.15. 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.

Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе технических средств обучения устанавливается согласно таблице.

**Продолжительность непрерывного применения
технических средств обучения на уроках**

| 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 |

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

3.16. Для удовлетворения биологической потребности в движении независимо от возраста учащихся в 1-11 классах проводится 3 урока физической культуры в неделю, предусмотренных в объеме максимально допустимой недельной нагрузки. Другими предметами уроки физической культуры не заменяются.

3.17. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе 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.

3.18. 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).

Распределение учащихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач 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-оздоровительную работу проводят с учетом заключения врача.

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

3.19. Классные часы проводятся один раз в неделю, тематические классные часы один раз в месяц. В субботние и воскресные дни в лицее могут проводиться массовые мероприятия с участием учащихся и педагогических работников по плану классных руководителей, по расписанию организуется кружковая работа.

3.19. В целях обеспечения присмотра и ухода за детьми, развития творческих способностей учащихся в соответствии с их интересами и склонностями создаются группы продленного дня.

Организация воспитательного процесса в ГПД регламентируется режимом, утвержденным директором лицея.

Режим работы групп продленного дня составляется воспитателями в соответствии с санитарно-гигиеническими требованиями.

В режим работы групп продленного дня входят: прогулка (1,5 часа), организованное питание (обед, при необходимости полдник) занятия развивающего характера, способствующие повышению успеваемости, сохранению достаточной работоспособности и предупреждению утомляемости учащихся.

Длительность пребывания детей в группах продленного дня, порядок ухода определяются директором лицея по согласованию с родителями (законными представителями).

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

3.20. Объем 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 ч., в 4 - 5 классах - 2 ч., в 6 - 8 классах - 2,5 ч., в 9 - 11 классах - до 3,5 ч.

3.21. 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 учащихся.