

Принято решением педагогического совета
МКОУ «Лицей № 1 г. Усть – Джугуты» от
23.12.2019 протокол № 3 от 23.12.2019 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 57-п. директора МКОУ
«Лицей № 1 г. Усть – Джугуты» от
24.12.2019 г.
Директор  Т.С. Черняева.



**Положение о режиме занятий учащихся
Муниципального казённого общеобразовательного учреждения
«Лицей № 1 г. Усть – Джугуты им. А.М. Тебуева»**

I. Общие положения

- 1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся Муниципального казенного образовательного учреждения Муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Лицей № 1 г. Усть – Джугуты им. А.М. Тебуева» (далее – Лицей).
- 1.2. Настоящее Положение разработано на основании следующих документов:
- Федерального закона от 29.12.2012 № 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 29.12.2010 № 189;
 - Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.01.2014 № 32 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

II. Организация режима занятий учащихся

- 2.1. Учебный год в Лицее начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.
- 2.2. Учебный год заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей общеобразовательной программы Лицея. Учебный год составляют учебные периоды: четыре четверти. При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы.
- 2.3. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком, разрабатываемым и утверждаемым Лицеем самостоятельно в соответствии с примерным календарным учебным графиком.
- 2.4. В годовом календарном учебном графике указывается начало и окончание учебного года, длительность каникул, сроки их начала и окончания, продолжительность учебной недели, продолжительность уроков и длительность перемен.

2.5. 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.

2.6. Для профилактики переутомления учащихся в годовом календарном графике предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и

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

Для учащихся в первых классах устанавливаются дополнительные недельные каникулы в феврале.

2.7. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися 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 не более 21 часа в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 2-4 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 23 часов в неделю (5-дневная учебная неделя);
- 5 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 32 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 6 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 33 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 7 класс - максимально допустимая недельная нагрузка не более 35 часов в неделю (6-дневная учебная неделя);
- 8-9 классы - максимально допустимая недельная нагрузка не более 36 часов в неделю (6-дневная учебная неделя).

2.8. С учетом потребностей учащихся и их родителей (законных представителей) учебные занятия Лицей организуются в режиме 5-дневной учебной недели.

2.9. Учебные занятия в Школе организуются в две смены. Начало занятий – 8.00 часов. Вторая смена – 12.30

2.10. Продолжительность уроков во всех классах составляет 40 минут, за исключением 1-ого класса, в котором продолжительность уроков регламентируется пунктом 2.12 Положения.

Продолжительность факультативов, групповых и индивидуальных занятий, занятий дополнительного образования – 35 минут.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет 10-20 минут. Для организации питания учащихся в режим учебных занятий после третьего и четвертого уроков устанавливаются две перемены по 20 минут каждая.

2.12. В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям Лицея в 1-х классах используется “ступенчатый” режим обучения в первом полугодии: в сентябре, октябре проводятся 3 урока по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь-май – по 4 урока по 45 минут каждый; один день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры.

В середине учебного дня предусмотрено проведение динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут.

2.13. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели.

2.14. Расписание уроков утверждается директором Лицея.

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

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

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

2.17. Во время урока чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ). Средняя непрерывная продолжительность различных видов учебной деятельности учащихся в 1 - 4 классах не должна превышать 7 - 10 минут, в 5 - 11 классах - 10 - 15 минут.

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.

2.18. Двигательная активность учащихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности 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.

2.19. 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 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.

2.20. Организация факультативных, групповых, индивидуальных занятий, работа объединений дополнительного образования осуществляется с учетом обязательного перерыва и начинается спустя не менее 40 минут после окончания последнего урока.

Расписание факультативных, групповых, индивидуальных занятий, кружков, секций, объединений дополнительного образования утверждается директором Лицея.

2.21. Часы факультативных, групповых и индивидуальных занятий входят в объем максимально допустимой в течение дня нагрузки.

2.22.Изменения в режиме занятий учащихся Лицея определяются приказом директора Лицея по санитарно-эпидемиологическим, климатическим и другим основаниям.

Положение принято с учетом мнения Совета учащихся (протокол от 04.12.2019 № 3), Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся Лицея (протокол от 06.12.2019 № 3).