

Мнение выборного
профсоюзного органа
от «18» августа 2016 № 4

Принято на Общем собрании работников
учреждения
протокол от «30» августа 2016 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Н.А. Смирнова

приказ от «01» 09.2016 №01-03/56

ПОЛОЖЕНИЕ

О РЕЖИМЕ ПЯТИДНЕВНОЙ УЧЕБНОЙ НЕДЕЛИ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования», Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования», Приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. N 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», Приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014г. №1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 N 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

2. ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ

2.1. Учебный год в образовательном учреждении начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.2. Продолжительность учебной недели – пятидневная для обучающихся всех уровней образования. Обучение проводится только в первую смену.

2.3. Для 1-х классов продолжительность уроков составляет 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 40 минут каждый), для 2-10 классов – 40 минут.

2.4. Количество учебных недель в году:

- для 1 классов – 33;

- для 2-10 классов – 34;

2.5. Начало занятий: 8.30. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.6. Между началом занятий второй половины дня и последним уроком организуется перерыв продолжительностью не менее 30 минут.

2.7. Порядок организации каникул ежегодно утверждается на заседании Управляющего совета с учетом необходимости равномерного распределения учебной нагрузки и времени отдыха обучающихся при четырех четвертной системе организации образовательного процесса.

2.8. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены после 2 урока - 20 минут, после 3 урока – 30 минут (динамической паузы) для организации перемен на открытом воздухе с включением двигательного-активных видов деятельности обучающихся на спортплощадке учреждения, в спортивном зале или в рекреациях. Ответственные: инструктор по физической культуре, представители ученического самоуправления от каждого класса, учителя и классные руководители.

2.9. Максимально допустимая величина недельной образовательной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемой через урочную деятельность, в академических часах при 5-дневной неделе не более:

- 21 часа – в 1 классах
- 23 часов - во 2-5 классах (НОО)
- 29 часов – в 5 классах (ООО)
- 30 часов – в 6 классах
- 32 часов – в 7 классах
- 33 часов - в 8-9 классах
- 34 часов – в 10-12 классах

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

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

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и факультативных занятий. Факультативные занятия следует планировать на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 30 минут.

2.11. Начало самоподготовки в 16 часов, так как к этому времени отмечается физиологический подъем работоспособности;

2.12. Объем домашних заданий (по всем предметам):

- во 2 - 3 классах - 1 ч.,
- в 4 - 5 классах – 1,5 ч.,
- в 5 - 8 классах - 2 ч.,
- в 9 - 12 классах - до 3,5 ч.

3.ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

3.1. Образовательное учреждение создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся.

3.2. Медицинское обслуживание обучающихся образовательного учреждения обеспечивает орган здравоохранения, который наряду с администрацией, педагогическими работниками образовательного учреждения несёт ответственность за проведением лечебно-профилактических мероприятий.

Приложение №1

Расписание звонков

1 урок 8.30 – 9.10

2 урок 9.20 – 10.00

3 урок 10.20 – 11.00

4 урок 11.30 – 12.10

5 урок 12.20 – 13.00

6 урок 13.10 – 13.50

7 урок 14.20 – 15.00

8 урок 15.10 – 15.50

Приложение №2

Режим дня 1 – 5 класс начального общего образования

Режимные моменты	Время суток (час)
Подъем	7.00
Зарядка	7.05 – 7.20
Уборка спален, утренний туалет	7.20 – 7.40
Завтрак	7.40 – 8.00
Прогулка	8.00 – 8.30
Учебные занятия	8.30 – 13.00
2-ой завтрак	10.00 – 10.20
Динамическая пауза (1-й класс)	10.00 – 10.40
Динамическая пауза (2-й - 5-й класс)	11.00 – 11.30
Прогулка	13.00 – 13.50
Обед	13.50 – 14.20
Дневной сон (1 класс)	14.20 – 16.00
Внеурочная деятельность (2-й - 5-й класс)	14.20 – 15.00
Прогулка, общественно-полезный труд на воздухе (2-й - 5-й класс)	15.00 – 16.00
Самоподготовка (2-й – 3-й класс)	16.00 – 17.00
Самоподготовка (4-й – 5-й класс)	16.00 – 17.30

Полдник	16.45 – 17.00
Внеклассные занятия, внеурочная деятельность, прогулка, свободное время, самостоятельное чтение	17.00 (17.30) – 19.00
Ужин	19.00 – 19.30
Свободное время, прогулка, уход за одеждой, вечерний туалет	19.30 – 20.30
Сон	20.30 – 07.00

Режим дня 5 - 10 класс основного общего образования

Режимные моменты	Время суток (час)
Подъем	7.00
Зарядка	7.05 – 7.20
Уборка спален, утренний туалет	7.20 – 7.40
Завтрак	7.40 – 8.00
Прогулка	8.00 – 8.30
Учебные занятия	8.30 – 13.50
2-ой завтрак	10.00 – 10.20
Динамическая пауза	11.00 – 11.30
Обед	13.50 – 14.20
Учебные занятия	14.20 – 15.00
Прогулка, общественно-полезный труд на воздухе	15.00 – 16.00
Самоподготовка (5-й – 8-й классы)	16.00 – 18.00
Самоподготовка (9-й – 10-й класс)	16.00 – 19.00
Полдник	16.45 – 17.00
Внеклассные занятия, внеурочная деятельность, самостоятельное чтение (5-й – 8-й классы)	18.00 – 19.00
Ужин	19.00 – 19.30
Свободное время, прогулка, спортивные секции, кружки	19.30 – 21.00
Свободное время, уход за одеждой, вечерний туалет	21.00 – 21.30
Сон	21.30 – 07.00