

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования № 44 имени Маршала Советского Союза Г.К. Жукова»**

**ПРИНЯТО**  
Управляющим советом  
МБОУ ЦО № 44  
Протокол № 1 от 15.01.2025

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор МБОУ ЦО №44  
\_\_\_\_\_ М.В. Трусова  
Приказ от 15.01.2025 № 41-о

**ПОЛОЖЕНИЕ  
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ**

г. Тула, 2025 год

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"» (далее - СП 2.4.3648-20),
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»,
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Центр образования № 44 имени Маршала Советского Союза Г.К. Жукова» (далее – МБОУ ЦО № 44).

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, трудовых занятий, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации.

1.3. Организация образовательной деятельности регламентируется учебным планом, календарным учебным графиком и календарным планом воспитательной работы, расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми образовательной организацией самостоятельно.

1.4. Настоящее Положение обязательно для исполнения всеми обучающимися и работниками МБОУ ЦО № 44.

## **2. Режим образовательной деятельности**

2.1. Учебный год в МБОУ ЦО № 44 начинается 01 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей образовательной программы. Если 01 сентября приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года и каникул для обучающихся 1–11 классов определяется календарным учебным графиком, который ежегодно утверждается приказом директора МБОУ ЦО № 44.

2.3. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на trimestры в 1-11 классах.

2.4. В целях оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с календарным учебным графиком и составляет:

- в 1 классе — 33 учебные недели, во 2–8, 10 классах — 34 учебных недели без учета государственной (итоговой) аттестации, в 9,11 - до 37 недель с учетом государственной (итоговой) аттестации.
- 2.5 Для обучающихся 1-8 классов устанавливается пятидневная рабочая неделя; для обучающихся 9-11 классов - 6 дневная учебная неделя.
- 2.6. Продолжительность каникул в течение учебного года не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 календарных недель. Для обучающихся первых классов в течение года устанавливаются дополнительные недельные каникулы. В каникулярное время в соответствии с необходимыми условиями Центр образования может организовывать работу оздоровительных лагерей по согласованию с вышестоящими организациями.
- 2.7. Обучение осуществляется в первую смену.
- 2.8. Внеклассная и внеурочная деятельность осуществляется в соответствии с расписаниями и планами внеурочной деятельности. В соответствии с письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 15.08.2022 № 03-1190 «Методические рекомендации по реализации цикла внеурочных занятий «Разговоры о важном», а также письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 25.08.2022 № 07-5789 «О направлении информации» (вместе с "Методическими рекомендациями по организации цикла внеурочных занятий "Разговоры о важном" при реализации адаптированных основных общеобразовательных программ") занятия проводятся еженедельно перед первым уроком для всех обучающихся 1-11 классов.
- 2.9. Учебные занятия начинаются не ранее 8.00. Проведение нулевых уроков не допускается.
- 2.10. Продолжительность урока во 2-11 классах - 45 минут.
- 2.11. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки не более: для обучающихся 1-х классов — 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры; для обучающихся 2-4 классов — 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры; для обучающихся 5-6 классов — не более 6 уроков; для обучающихся 7-11 классов — не более 7 уроков.
- 2.12. Для обучающихся 1-х классов устанавливается ступенчатый режим обучения:
- в сентябре-октябре – по 3 урока продолжительностью по 35 минут,
  - в ноябре-декабре по 4 урока и один раз в неделю 5 уроков по 35 минут,
  - в январе - мае по 4 урока и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры по 40 минут
- 2.13. В 1-4 классах сдвоенные уроки не проводятся, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2–4-м уроках.
- 2.14. Перед началом урока и по его окончании подается звонок. Расписание звонков ежегодно утверждает директором МБОУ ЦО № 44.
- 2.15. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, перемены для приема пищи -20 минут, динамическая пауза (для 1 классов) – 40 минут.

- 2.15. Перерыв между последним уроком и началом внеурочных (дополнительных) занятий не менее 20 минут.
- 2.16. Недельный объем внеурочной деятельности 1-11 классов не более 10 часов в неделю.
- 2.17. Организация обучения по индивидуальному учебному плану на дому осуществляется в порядке, установленном соответствующим Положением.
- 2.18. Обучающиеся должны приходить на занятия не позднее 8 часов 20 минут. Опоздание на уроки недопустимо.
- 2.19. Организация обучения по индивидуальному учебному плану на дому осуществляется в порядке, установленном соответствующим Положением.
- 2.20. 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.

### **3. Режим питания обучающихся**

- 3.1. Горячее двухразовое питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утвержденным директором МБОУ ЦО №44.
- 3.2. Расписание занятий предусматривает перерыв достаточной продолжительности для питания обучающихся.
- 3.3. Для организации питания выделяется столовая, а также помещение для хранения и приготовления пищи.

### **4. Режим внеклассной деятельности**

- 4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и кружковая работа организуется в соответствии с расписанием и учитывает возрастные особенности обучающихся, обеспечивает баланс между двигательными-активными и статическими занятиями.
- 4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.
- 4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности, и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

### **5. Режим двигательной активности обучающихся**

- 5.1. 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.

5.2. 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).

5.3. 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 обучающимися 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.

5.4. Уроки физической культуры могут проводиться на открытом воздухе. Возможность проведения занятий определяется по совокупности показателей метеоусловий.

5.5. Моторная плотность занятий физической культурой должна составлять не менее 70%. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристических походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника. Его присутствие на спортивных соревнованиях обязательно.

## **6. Режим трудовых занятий обучающихся**

6.1. На занятиях трудом, предусмотренных образовательной программой, следует чередовать различные по характеру задания. Не следует на уроке выполнять один вид деятельности на протяжении всего времени самостоятельной работы.

6.2. Все работы в мастерских и кабинетах домоводства обучающиеся выполняют в специальной одежде (халат, фартук, берет, косынка). При выполнении работ, создающих угрозу повреждения глаз, следует использовать защитные очки.

6.3. Запрещается привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия их родителей (законных представителей).

6.4. С согласия обучающихся и их родителей (законных представителей) осуществляется организация летней трудовой практики, продолжительность которой устанавливается решением педагогического совета МБОУ ЦО №44.

## **7. Режим выполнения домашних заданий**

7.1. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

в 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.