

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение лицей  
г. Янаул муниципального района Янаульский район Республики Башкортостан**

**ПРИНЯТО**

решением педагогического совета  
МБОУ лицей г Янаул  
Протокол № 1 от 30 августа 2019 г

Рассмотрено на заседании  
совета родителей  
протокол № 2 от 09 сентября 2019 г



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ лицей г.Янаул  
А.М.Галиев  
Приказ № 268 от 10 09 2019 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ  
о режиме занятий**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся МБОУ лицей г.Янаул (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 29.12.2012 № 189 (с изменениями от 24.11.2015 №81)
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

**2. 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 составляют учебные периоды: четыре четверти. После каждого учебного периода следуют каникулы.

2.3. Продолжительность учебного периода, каникул устанавливается календарным графиком, разрабатываемым и утверждаемым лицеем самостоятельно и утверждаемым руководителем лицея.

2.4. В календарном учебном графике указывается дата начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей; сроки и продолжительность каникул; продолжительность учебной недели, продолжительность уроков и длительность перемен; сроки проведения промежуточных аттестаций.

2.5. Продолжительность учебного года может варьироваться в пределах 32-35 учебных недель. Планируемое количество недель в учебном должно позволять реализовать требования ФГОС НОО, ФГОС ООО, ФГОС СОО к максимальному и минимальному объему учебных занятий за нормативный срок освоения ООП ООО.

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 не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель.

2.7. Максимально допустимая недельная нагрузка (количество учебных занятий) составляет для учащихся:

- 1 класс - не более 21 часа в неделю;
- 2-4 классы - не более 23 часов в неделю;
- 5 класс - не более 29 часов в неделю;
- 6 класс – не более 30 часов в неделю;
- 7 класс – не более 31 часов в неделю;
- 8- 9 классы – не более 33 часов в неделю;
- 10-11 классы – не более 34 часов в неделю.

2.8. Учебные занятия во 2-11 классах **проводятся по 5- дневной** неделе.

2.9. Учебные занятия в лицее организуются в две смены. Начало занятий 1 смены в 8.00 часов, 2 смена - **13.45**. Проведение нулевых уроков не допускается.

2.10. Продолжительность уроков для обучающихся 2- 11 классов составляет 40 минут.

2.11. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2-го, 3-го уроков для питания учащихся) – по 20 минут.

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

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- использование «ступенчатого» режима обучения в первом полугодии: в сентябре, октябре;
- по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре – декабре по 4 урока в день по 35 минут каждый; январь- май – по 4 урока в день по 40 минут каждый и 1 день в неделю – 5 уроков за счет урока физической культуры. После 2 ( сентябрь- октябрь) урока и после 3 (с ноября по май) урока организована динамическая пауза продолжительностью 40 минут;
- рекомендуется организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;
- обучение проводится без балльного оценивания занятий учащихся и домашних заданий;
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

2.13. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели. Общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- 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 - 4-х классов - не более 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры при 6-дневной учебной неделе;
- для обучающихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7 - 11-х классов - не более 7 уроков.

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

При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся уровня начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир) чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физической культуры; для обучающихся уровня основного общего образования предметы естественно - математического цикла чередовать с гуманитарными предметами;

Для обучающихся 1-го класса наиболее трудные предметы должны проводить на втором уроке; 2-4-х классов – 2-3 уроках; для учащихся 5-11 классов - на 2-4 уроках.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

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

2.16. При проведении занятий по иностранному языку, родному языку, литературному чтению на родном языке в начальной школе, родной литературе во 2-11 классах, и технологии в 5-8

классов, классы делятся на две подгруппы, если наполняемость класса составляет 25 и более человек.

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

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

2.19. 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.

2.20. Двигательная активность учащихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности обеспечивается за счет:

- физкультминуток;

- организованных подвижных игр на переменах.

2.21. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности учащихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

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

2.22. В соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами для учащихся организована внеурочная деятельность. Организация внеурочных занятий по ФГОС осуществляется с учетом обязательного перерыва и начинается спустя не менее 45 минут после окончания последнего урока.

2.23. Учащиеся имеют право на посещение по своему выбору мероприятий, которые проводятся в лицее и не предусмотрены учебным планом.

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