

**муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Октябрьский лицей»  
Калачевского муниципального района Волгоградской области**

**СОГЛАСОВАНО**  
советом МКОУ  
«Октябрьский лицей»  
протокол  
от 21.12.2021 г. № 3

**ПРИНЯТО**  
на педагогическом совете  
МКОУ  
«Октябрьский лицей»  
протокол  
от 20.12.2021 г. № 6

**УТВЕРЖДЕНО**  
приказом от 21.12.2021 г.  
№ 432-ОД  
Директор  
МКОУ «Октябрьский лицей»  
\_\_\_\_\_  
/И.О.Парусова/



**ПОЛОЖЕНИЕ  
О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ УЧАЩИХСЯ**

№ \_\_\_\_\_

**п.Октябрьский**

**I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МКОУ «Октябрьский лицей» и филиалов (далее – ОО) разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115.

1.2. Формы получения образования и формы обучения по общеобразовательным программам определяются соответствующими федеральными государственными образовательными стандартами, если иное не установлено Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (ч. 5 ст. 17 Федерального закона № 273-ФЗ). Допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения (ч. 4 ст. 17 Федерального закона № 273-ФЗ).

1.3. Общее образование может быть получено в ОО, а также вне ОО- в форме семейного образования. Среднее общее образование может быть получено в форме самообразования ( ч.2 ст. 63 Федерального закона № 273-ФЗ

1.4. Образовательная деятельность по общеобразовательным программам, в том числе адаптированным общеобразовательным программам, организуется в соответствии с расписанием учебных занятий, которое определяется Организацией.

1.5. Расписание учебных занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня должен соответствовать Санитарно-эпидемиологическим требованиям правилам и Гигиеническим нормативам.

## II. РЕЖИМ ЗАНИТИЙ УЧАЩИХСЯ

2.1. Учебный год в ОО начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей общеобразовательной программы. Начало учебного года может переноситься ОО при реализации общеобразовательной программы в очно-заочной форме обучения не более чем на один месяц, в заочной форме обучения - не более чем на три месяца.

2.2. В ОО занятия проводятся в первую смену по пятидневной рабочей недели.

2.3. С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном плане обучающихся предусмотрено чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

2.4. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

### Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Математика	8
Русский язык / Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Технология	2
Физическая культура	1

### Шкала трудности учебных предметов на уровне основного общего образования

Учебные предметы	Количество баллов (по классам)					
	5	6	7	8	9	
Физика	—	—	8	9	13	
Химия	—	—	—	10	12	
История	5	8	6	8	10	
Иностранный язык	9	11	10	8	9	
Математика	Математика	10	13	—	—	—
	Геометрия	—	—	12	10	8
	Алгебра	—	—	10	9	7
Природоведение	7	8	—	—	—	
Биология	10	8	7	7	7	
Литература	4	6	4	4	7	
Информатика и ИКТ	4	10	4	7	7	
Русский язык/Родной язык	8	12	11	7	6	
География	—	7	6	6	5	
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	—	—
	Мировая художественная культура	—	—	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	—
Обществознание (включая экономику и историю)	6	9	9	5	5	
Технология	4	3	2	1	4	

Черчение	—	—	—	5	4
Основы безопасности жизнедеятельности	1	2	3	3	3
Физическая культура	3	4	2	2	2

### Шкала трудности учебных предметов на уровне среднего общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Физика	12
Математика (геометрия), Химия	11
Математика (алгебра)	10
Русский язык / Родной язык	9
Литература, Иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, Обществознание (включая экономику и право), Искусство (МХК)	5
География	3
Основы безопасности жизнедеятельности	2
Физическая культура	1

2.5. В 1 классе предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

2.6. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

2.7. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

2.8. Для слабовидящих обучающихся 1-4 классов при различных видах учебной деятельности продолжительность непрерывной зрительной нагрузки не превышает 10 минут, для слабовидящих обучающихся, осваивающих образовательные программы основного общего и среднего общего образования - не более 15 минут.

2.9. Для обучающихся с остаточным зрением для усвоения учебной информации по рельефной системе Брайля должны чередоваться тактильное восприятие информации - не менее 2 раз за урок с непрерывной зрительной работой - по 5 минут.

2.10. Организация профильного обучения в 10-11 классах не должна приводить к увеличению образовательной нагрузки.

2.11. Требования к организации образовательного процесса:

№п/п	Показатель	Организация, возраст	Норматив	
1.	Начало занятий, <b>не ранее</b>	все возрастные группы	8:00	
2.	Окончание занятий, <b>не позднее</b>	при реализации программ начального, общего основного и среднего общего образования	19:00	
		при реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций	до 7 лет 7- 10 лет	19:30 20:00
			10- 18 лет	21:00
3.	Перерыв между последним уроком (занятием) и началом внеурочных / дополнительных занятий следующей смены, <b>не менее</b>		20 мин	



4.	Продолжительность учебного занятия для обучающихся, <b>не более</b>	1 класс (сентябрь-декабрь)	35 мин
		1 класс (январь-май)	40 мин
		классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья	40 мин
		2 -11 классы	45 мин
5.	Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки для обучающихся, <b>не более</b>	1 классы	при включении в расписание занятия 2-х уроков физической культуры в неделю 4 урока
		2-4 классы	при включении в расписание занятия 2-х уроков физической культуры в неделю 5 уроков
		5-6 классы	6 уроков
		7-11 классы	7 уроков
		2-4 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья	5 уроков
		5-11 классы, в которых обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья	6 уроков
6.	Учебная нагрузка при 5- дневной учебной неделе, <b>не более</b>	1 класс	21 ч
		2-4 класс	23 ч
		5 класс	29 ч
		6 класс	30 ч
		7 класс	32 ч
		8-9 класс	33 ч
		10-11 класс	34 ч
7.	Проведение <b>сдвоенных</b> уроков	1-4 классы	не проводятся за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке и плаванию
8.	Продолжительность перерывов между занятиями, <b>не менее</b>	все возраста	10 мин
9.	Продолжительность перемен (перерывов), <b>не менее</b>	1-11 классы	10 мин
		1-11 классы перемены для приема пищи	20 мин
		динамическая пауза (для 1-х классов)	40 мин
10.	Недельный объем внеурочной деятельности, <b>не более</b>	1-11 классы	10 ч
11.	Количество видов учебной деятельности на учебном занятии	1-4 классы	3-7
		5-11 классы	5-7

12.	Продолжительность одного вида учебной деятельности на занятии, <b>мин</b>	1-4 классы	5-7
		5-9 классы	7-10
		10-11 классы	7-10
13.	Плотность урока (отношение времени, затраченного на учебную деятельность, к общему времени), %	1-4 классы	60-80
		5-9 классы	70-90
		10-11 классы	70-90
14.	Моторная плотность урока физической культуры, %, <b>не менее</b>		70
15.	Перерыв во время занятий для гимнастики, <b>не менее</b>		2 мин
16.	Продолжительность выполнения домашних заданий, <b>не более</b>	1 класс	1,0 ч
		2-3 классы	1,5 ч
		4-5 классы	2,0 ч
		6-8 классы	2,5 ч
		9-11 классы	3,5 ч
17.	Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей, не более, <b>кг</b>	1-2 классы	1,5
		3-4 классы	2,0
		5-6 классы	2,5
		7-8 классы	3,5
		9-11 классы	4,0

2.12. Погодные условия для урока физкультуры на улице, при которых проводятся занятий физической культурой на открытом воздухе в холодный период года :

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха, °С		
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/с	при скорости ветра 6-10 м/с
Средняя полоса Российской Федерации	до 12 лет	-9	-6	-3
	12 - 13 лет	-12	-8	-5
	14 - 15 лет	-15	-12	-8
	16 - 17 лет	-16	-15	-10

### **III. РЕАЛИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ С ПРИМЕНЕНИЕМ ДИСТАНЦИОННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И ЭЛЕКТРОННОГО ОБУЧЕНИЯ**

3.1. При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения должны соблюдаться следующие требования:

3.2. Использование ЭСО должно осуществляться при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в ОО не допускается.

3.3. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.

3.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

3.5. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры. Линейные размеры (диагональ) экрана ЭСО должны соответствовать гигиеническим нормативам.

3.6. Организация рабочих мест пользователей персональных ЭСО должна обеспечивать зрительную дистанцию до экрана не менее 50 см. Использование планшетов предполагает их размещения на столе под углом наклона 30°.

3.7. Шрифтовое оформление электронных учебных изданий должно соответствовать гигиеническим нормативам.

3.8. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормативам.

3.9. При необходимости использовать наушники время их непрерывного использования для всех возрастных групп должно составлять не более часа. Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной. Внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования.

3.10. Интерактивную доску (панель) и другие ЭСО следует выключать или переводить в режим ожидания, когда их использование приостановлено или завершено.

3.11. При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение заканчивается не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не превышает 40 минут.

3.12. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, включает различные формы двигательной активности.

3.13. В середине урока организуется перерыв для проведения комплекса упражнений для профилактики зрительного утомления, повышения активности центральной нервной системы, снятия напряжения с мышц шеи и плечевого пояса, с мышц туловища, для укрепления мышц и связок нижних конечностей.

3.14. При использовании электронного оборудования, в том числе сенсорного экрана, клавиатуры, компьютерной мыши необходимо ежедневно дезинфицировать их в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.

3.15. В помещении, где организовано рабочее место обучающегося с компьютером (ноутбуком) или планшетом, необходимо предусмотреть естественное освещение и искусственное общее и местное на рабочем столе. Источник местного освещения на рабочем месте обучающегося должен располагаться сбоку от экрана персонального компьютера (ноутбука) или планшета. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

3.16. Нормативы размера экрана электронных средств обучения:

<b>Электронные средства обучения</b>	<b>Диагональ экрана, дюйм/см, <u>не менее</u></b>
Интерактивная доска (интерактивная панель)	65/ 165,1
Монитор персонального компьютера, ноутбука	15,6/ 39,6
Ноутбук	14,0/ 35,6
Планшет	10,5 /26,6

3.17. Продолжительность использования ЭСО:

<b>Электронные средства обучения</b>	<b>Классы</b>	<b>на уроке, мин, не более</b>	<b>суммарно в день в школе, мин, не более</b>	<b>суммарно в день дома</b>
				<b>(включая досуговую деятельность),</b>

				мин, не более
Интерактивная доска	5-7 лет	7	20	—
	1-3 классы	20	80	—
	4 классы	30	90	—
	5-9 классы	30	100	—
	10-11 классы	30	120	—
Интерактивная панель	5-7 лет	5	10	—
	1-3 классы	10	30	—
	4 классы	15	45	—
	5-6 классы	20	80	—
	7-11 классы,	25	100	—
Персональный компьютер	6-7 лет	15	20	—
	1-2 классы	20	40	80
	3-4 классы	25	50	90
	5-9 классы	30	60	120
	10-11 классы	35	70	170
Ноутбук	6-7 лет	15	20	—
	1-2 классы	20	40	80
	3-4 классы	25	50	90
	5-9 классы	30	60	120
	10-11 классы	35	70	170
Планшет	6-7 лет	10	10	—
	1-2 классы	10	30	80
	3-4 классы	15	45	90
	5-9 классы	20	60	120
	10-11 классы	20	80	150

#### IV. ИНЫЕ ВОПРОСЫ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

4.1. Дежурные учителя во время перемен дежурят по этажам ОО и обеспечивают дисциплину обучающихся, а также несут ответственность за поведение детей на переменах и в столовой.

4.2. Учителям категорически запрещается впускать в класс посторонних лиц без предварительного разрешения директора лицея, а в случае его отсутствия - дежурного администратора.

4.3. Учителям не разрешается принимать задолженности у обучающихся в то время, когда у них по расписанию имеются другие уроки.

4.4. Учителям запрещается вести прием родителей во время уроков. Встречи учителей и родителей обучающихся осуществляются на переменах или вне уроков по предварительной договоренности.

4.5. Запрещается отпускать учеников с уроков на различные мероприятия (репетиции, соревнования) без разрешения администрации ОО.

4.6. Запрещается удаление обучающихся из класса, моральное или физическое воздействие на обучающихся.

4.7. Прием родителей (законных представителей) директором, заместителями директора (лиц ответственных за учебно-воспитательную и воспитательную работу) осуществляется согласно графику. График приема родителей (законных представителей) располагается на информационном стенде лицея (в холле на первом этаже), на сайте ОО.

4.8. В ОО действует пропускной режим в целях обеспечения безопасности учащихся и сотрудников, усиления антитеррористической защищенности.

## **V. НЕКОТОРЫЕ МОМЕНТЫ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ЛИЦЕЯ В ПЕРИОД ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

5.1. Изменение в режиме работы ОО определяется приказом директора лицея в соответствии с нормативными правовыми документами, в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха (активированные дни).

5.2. Директор издает приказ об организации работы учреждения в активированные дни и дни карантина.

5.3. В активированный день и период карантина деятельность ОО осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы, деятельность педагогических работников – в соответствии с установленной учебной нагрузкой, расписанием учебных занятий, иных работников – режимом рабочего времени. Продолжительность рабочего времени (норма часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников образовательного учреждения определяется в соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 24 декабря 2010 года N 2075 "О продолжительности рабочего времени (норме часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников".

5.4. Работа с обучающимися, пришедшими в ОО во время активированного дня, проводится педагогами, классными руководителями в соответствии с расписанием на данный день в индивидуальной или групповой форме и может быть оценена в соответствии с нормами оценивания устных и письменных ответов обучающихся и только в случае достижения обучающимися положительных результатов. На учебных занятиях новые темы не изучаются, повторяется пройденный материал.

5.5. Независимо от количества активированных дней педагогический коллектив ОО несет в установленном законодательством Российской Федерации порядке ответственность за реализацию не в полном объеме образовательных программ в соответствии с учебным планом и графиком учебного процесса. Учителя – предметники своевременно осуществляют корректировку календарно-тематического планирования и плана воспитательной работы с целью обеспечения освоения обучающимися образовательных программ в полном объеме.

5.6. Приглашение обучающихся в период карантина на занятия, спортивные секции, соревнования и другие мероприятия строго запрещено.

## **VI. ПИТАНИЕ**

6.1. Расписание занятий предусматривает перерыв не менее 20 минут для питания учащихся. Питание учащихся осуществляется в специально предусмотренном помещении в соответствии с Положением о порядке организации питания учащихся.

6.2. Питание обучающихся проводится согласно приказу и установленному графику. График питания обучающихся, дежурства по ОО утверждается директором (лицом ответственным за организацию деятельности филиалов) ежегодно. Учителя сопровождают детей в столовую, присутствуют при приеме пищи детьми и обеспечивают порядок в столовой.

## **VII. РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ УЧАЩИХСЯ**

7.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультурминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общелицейских спортивных мероприятий, дней здоровья;



–самостоятельных занятий физической культурой в секциях.

7.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивно-оздоровительного направления при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

7.3. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

7.4. К участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.

## **VIII. РЕЖИМ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ГОСУДАРСТВЕННОЙ (ИТОГОВОЙ) АТТЕСТАЦИИ**

8.1. Промежуточная аттестация в переводных 2–8, 10 классах проводится в мае текущего учебного года без прекращения образовательного процесса в соответствии с Уставом ОО и решением педагогического совета.

8.2. Сроки проведения государственной (итоговой) аттестации обучающихся устанавливаются приказами и нормативными документами Министерства просвещения Российской Федерации.

8.3. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2-х календарных дней. При проведении государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования в форме единого государственного экзамена (далее - ЕГЭ) по предметам по выбору участников ЕГЭ допускается их проведение через день. При продолжительности экзамена от 4 часов и более обучающиеся обеспечиваются питанием. Независимо от продолжительности экзамена обеспечивается питьевой режим. Время ожидания начала экзамена в классах не должно превышать 30 минут.

## **IX. ОРГАНИЗАЦИЯ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

9.1. Организация воспитательного процесса регламентируется расписанием работы кружков, секций, внеурочной деятельности, детских общественных объединений.

9.2. Дежурство по ОО администрации, учителей, классных коллективов и их классных руководителей осуществляются в соответствии с графиком дежурств, составленным заместителем директора по воспитательной работе (ответственный за организацию воспитательной работы) в начале учебного года (или каждой четверти) и утверждается директором.

9.3. Учитель, ведущий последний урок, выводит детей этого класса в гардероб и присутствует там до ухода из здания всех учеников.

9.4. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия за пределы ОО разрешается только после издания соответствующего приказа директора на основании заявлений родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом директора.

9.5. Работа спортивных секций, кружков, внеурочной деятельности допускается только по расписанию, утвержденному руководителем (лицом ответственным за организацию деятельности филиала)..

9.6. Изменение в режиме занятий обучающихся определяется приказом руководителя ОО(лица ответственного за организацию деятельности филиала) в соответствии с нормативными

ми правовыми документами в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры воздуха.

## **Х. ЗАНЯТОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ПЕРИОД ЛЕТНЕГО ОТДЫХА И ОЗДОРОВЛЕНИЯ**

10.1. Летняя кампания проводится с целью оздоровления обучающихся, воспитания у них трудолюбия, любви к окружающей среде, формирования здорового образа жизни и обеспечения занятости детей в летнее время, профилактики правонарушений среди несовершеннолетних. В период проведения летней кампании в ОО ( при условии финансирования ) функционирует оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей.

10.2. Прием детей осуществляется при наличии справки о состоянии здоровья ребенка, содержащую в том числе сведения об отсутствии в течении 21 календарного дня контактов с больными инфекционными заболеваниями. Указанные сведения вносятся в справку не ранее чем за 3 рабочих дня до направления в хозяйствующий субъект.

10.3. Для учащихся 5-8,10 классов в соответствии с основной образовательной программой организуется летняя трудовая практика.

10.4. Продолжительность производственной практики:

<b>Показатель</b>	<b>Организация, возраст</b>	<b>Норматив</b>	
Продолжительность труда, не более	производственная практика в общеобразовательной организации, лагеря труда и отдыха	12-13 лет	2,0 ч в день
		14-15 лет	2,5 ч день
		16-18 лет	3,5 ч день

10.5. Запрещается привлечение учащихся без согласия учащихся и их родителей (законных представителей) к труду.

10.6. Организация воспитательного процесса в ОО в летний период регламентируется соответствующим приказом директора.