

СОГЛАСОВАНО  
Педагогический совет

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Школа № 3»

М.С.Киселева

Протокол № 30  
« 28 » августа 2020 г.



Приказ № 173  
« 28 » августа 2020 г.

## Режим занятий обучающихся МАОУ «ШКОЛА № 3»

г. Ачинск

## 1. Режим учебной деятельности обучающихся

1.1. Первый и последний день учебного года в Школе для обучающихся 1-11 классов определяется календарным учебным графиком. Календарный учебный график утверждается приказом директора.

1.2. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти. Между четвертями каникулы. Этим достигается приблизительно равномерное распределение учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха обучающихся (здоровье сберегающий подход).

1.3. 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, 9-11-х классах — 34 учебных недели,

1.4. В 9-х и 11-х классах продолжительность аттестационного периода и летних каникул определяется с учетом прохождения обучающимися итоговой аттестации.

1.5. В МАОУ «Школа № 3» устанавливается пятидневная рабочая неделя с двумя выходными днями суббота и воскресенье в 1-6 классах и 6 дневная учебная неделя с одним выходным - воскресенье в 7-11 классах.

1.6. 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 МАОУ «Школа № 3» может организовывать работу пришкольных лагерей по согласованию с управлением образования администрации города Ачинска.

1.7. Исходя из п.п. 1.1-1.6. настоящего Положения в МАОУ «Школа № 3» используется следующий календарный учебный график:

- 1 четверть - сентябрь, октябрь;
- осенние каникулы - конец октября начало ноября;
- 2 четверть - ноябрь, декабрь;
- зимние каникулы - конец декабря - начало января;
- 3 четверть - январь, февраль, март;
- дополнительные каникулы (1 класс) в феврале;
- весенние каникулы - конец марта - начало апреля;
- 4 четверть - апрель, май;
- летние каникулы - июнь, июль, август.

1.8. Календарный учебный график на каждый учебный год утверждается приказом директора МАОУ «Школа № 3».

1.9. В МАОУ «Школа № 3» обучение осуществляется в две смены. В первую смену обучаются 1, 4, 5, 9 -11 классы, во вторую смену обучаются 2, 3, 6, 7, 8 классы.

1.10. Внеклассная и внеурочная деятельность осуществляется в соответствии с расписаниями и планами внеурочной деятельности и дополнительного образования после перерыва не менее 40 минут.

1.11. Учебные занятия первой смены начинаются в 8.00 для 1-х, 10-х и 11-х классов, с 8.10 для 4-х классов, с 8.50 для 5-х и 9-х классов; второй смены в 12.00 для 2-х классов, с 13.00 для 3-х классов, с 14.30 для 6-х-8-х классов.

1.12. Расписание учебных занятий составляется в строгом соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденным Постановлением Главного

государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. № 58824. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели.

Для обучающихся 1-х классов устанавливается:

- ступенчатый режим обучения в 1 полугодии (в сентябре - октябре - 3 урока по 35 минут каждый; в ноябре - декабре - 4 урока по 35 минут каждый); в январе-мае - 4 урока по 40 минут);
  - учебные занятия проводятся только в 1 смену;
  - обучение без домашних заданий;
  - обязательное проведение двух физкультминуток по 1,5-2 минуты каждая (на 10 и 20 минутах урока).

Объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня:

- для учащихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- организация облегченного учебного дня в середине учебной недели;
- организация в середине учебного дня (после второго урока) динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут в дни, когда в расписании нет урока физической культуры;
- для учащихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 5-7 классов - не более 7 уроков;
- для учащихся 8-11 классов - не более 8 уроков.

Расписание уроков составляется отдельно для обязательных занятий, занятий по внеурочной деятельности.

Рекомендуется между началом занятий по внеурочной деятельности и последним уроком устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

1.13. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4-м уроках.

1.14. Продолжительность урока (академический час) во 2-11 классах составляет не менее 40 минут.

1.15. Расписание звонков в течение учебной недели:

## **РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ**

I полугодие

		1 смена			
1 классы – 4 классы	4 классы – 3 классы	5 классы – 5 классов	9 классы – 4 классы	10 классы – 2 классы	11 классы – 3 классы
Центральный вход/центральная лестница	Запасный вход	Запасный вход/центральная лестница	Центральный вход/запасная лестница	Центральный вход/центральная лестница	
2-08, 2-07, 2-06, 2-09	1-06, 1-04, 1-05,	2-11, 1-02, 2-05, 3-09, 3-08	2-03, 2-02, 2-01, 2-04	3-01, 3-02, 3-03, 3-04, 3-05, 3-06, 3-07	
1. 08.00 - 08.35 2. 08.45 - 09.20 3. 09.50 - 10.25 4. 10.35 - 11.10	1. 08.10 - 08.50 2. 09.10 - 09.50 3. 10.10 - 10.50 4. 11.00 - 11.40 5. 11.50 - 12.30	1. 08.50 - 9.30 2. 09.40 - 10.20 3. 10.40 - 11.20 4. 11.40 - 12.20 5. 12.30 - 13.10 6. 13.20 - 14.00	1. 08.50 - 9.30 2. 09.40 - 10.20 3. 10.40 - 11.20 4. 11.40 - 12.20 5. 12.30 - 13.10 6. 13.20 - 14.00 7. 14.10 - 14.50	1. 08.00 - 08.40 2. 08.50 - 09.30 3. 09.40 - 10.20 4. 10.40 - 11.20 5. 11.40 - 12.20 6. 12.30 - 13.10 7. 13.20 - 14.00 8. 14.10 - 14.50 9. 15.00 - 15.40	
Обед 09.20 – 09.50	Обед 09.50 – 10.10	Обед 10.20 – 10.40	Обед 11.20 – 11.40	Обедают самостоятельно, обучаются по ИУП	
		2 смена		0	
2 классы – 4 классы	3 классы – 4 классы	6 классы – 4 классы	7 классы – 4 классы	8 классы – 3 классы	
Центральный вход/центральная лестница	Центральный вход	Запасный вход/центральная лестница	Центральный вход/запасная лестница	Центральный вход /центральная лестница	
2-08, 2-07, 2-09, 2-06	1-03, 1-04, 1-06, 1-05	2-11, 2-05, 1-02, 3-06	2-01, 2-02, 2-03, 2-04	3-08, 3-09, 3-07	
1. 12.00 - 12.40 2. 12.50 - 13.30	1. 13.00 - 13.40 2. 13.50 - 14.30	1. 14.30 - 15.10 2. 15.20 - 16.00	1. 14.30 - 15.10 2. 15.20 - 16.00	1. 14.30 - 15.10 2. 15.20 - 16.00	

3. 14.00 - 14.40	3. 15.00 - 15.40	3. 16.20 - 17.00	3. 16.20 - 17.00	3. 16.20 - 17.00
4. 14.50 - 15.30	4. 15.50 - 16.30	4. 17.20 - 18.00	4. 17.20 - 18.00	4. 17.20 - 18.00
5. 15.40 - 16.20	5. 16.40 - 17.20	5. 18.10 - 18.50	5. 18.10 - 18.50	5. 18.10 - 18.50
		6. 19.00 - 19.40	6. 19.00 - 19.40	6. 19.00 - 19.40
<b>Обед 13.30 - 14.00</b>	<b>Обед 14.30 - 15.00</b>	<b>Обед 16.00 - 16.20</b> 6 классы и 7а,б классы	<b>Обед 17.00 - 17.20</b> 7в, г классы и 8 классы	

После отмены Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 года № 16 в МАОУ «Школа № 3» предусмотрен следующий режим обучения:

Распределение параллелей классов по сменам:

- в первую смену: 1,4,5,7-11 классы
- во вторую смену: 2,3,6 классы.

Режимное мероприятие	Начало	Окончание	Продолжительность перемен (в мин)
1-ый урок	8.00	8.40	
1-ая перемена	8.40	8.50	10
2-ой урок	8.50	9.30	
2-ая перемена завтрак	9.30	9.50	20
3-ий урок	9.50	10.30	
3-ья перемена завтрак	10.30	10.50	20
4-ый урок	10.50	11.30	
4-ая перемена	11.30	11.45	10
5-ый урок	11.45	12.25	
5-ая перемена	12.25	12.30	5
6-ой урок	12.30	13.10	
6-ая перемена	13.10	13.15	5
7-ой урок	13.15	13.55	

Режим учебных занятий 2-ой смены:

Режимное мероприятие	Начало	Окончание	Продолжительность перемен (в мин)
1-ый урок	14.00	14.40	
1-ая перемена	14.40	14.50	10
2-ой урок	14.50	15.30	
2-ая перемена полдник	15.30	15.50	20
3-ий урок	15.50	16.30	
3-ья перемена полдник	16.30	16.50	20
4-ый урок	16.50	17.30	
4-ая перемена	17.30	17.40	10
5-ый урок	17.40	18.20	
5-ая перемена	18.20	18.30	10
6-ой урок	18.30	19.10	

Дистанционный режим учебных занятий в субботу:

Режимное мероприятие	Начало	Окончание	Продолжительность перемен (в мин)
1-ый урок	9.00	9.30	10
2-ой урок	9.40	10.10	10
3-ий урок	10.20	10.50	10
4-ый урок	11.00	11.30	10
5-ый урок	11.40	12.10	10
6-ой урок	12.20	12.50	10
7-ой урок	13.00	13.30	10
8-ой урок	13.40	14.10	

1.16. Обучающиеся 8,9-х классов в субботу обучаются с 9:40.

1.17. По окончании учебных занятий по расписанию - внеурочная деятельность в 1х-10х классах, работа кружков, спортивных секций, внеурочные воспитательные мероприятия.

1.18. Время окончания вышеперечисленных мероприятий - 20:00. Спортивные секции могут работать до 20:00.

1.19. Суббота может быть использована для дополнительных занятий, внеурочных воспитательных мероприятий, а также для занятий в кружках и спортивных секциях.

## 2. Режим питания обучающихся

2.1. Организацию питания обучающихся в МАОУ «Школа № 3» осуществляет Комбинат школьного питания.

2.2. Для организации питания выделяется столовая, а также помещение для хранения и приготовления пищи.

Питание обучающихся проводится согласно установленного графика:

I смена	II смена	Работа столовой
2 перемена – 1,2 класс	2 перемена – 3,4 классы	9.00-16.00
3 перемена – 5,7, 8 классы	3 перемена – 6 классы	
4 перемена – 9-11 классы		

2.3. В МАОУ «Школа № 3» для детей с ОВЗ организовано двухразовое бесплатное питание.

## 3. Режим внеклассной деятельности

3.1. 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.

3.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

3.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности, и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

## 4. Режим двигательной активности обучающихся

4.1. 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.

4.2. 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).

4.3. 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.

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

4.5. Уроки физической культуры целесообразно проводить на открытом воздухе. Возможность проведения занятий физической культурой на открытом воздухе, а также подвижных игр определяется по совокупности показателей метеоусловий:

- 1-5 классов:

- без ветра - 9 град. С,
- при скорости ветра до 5 м/сек. -6 град. С,
- при скорости ветра от 6 до 10 м/сек. -3 град. С,
- при скорости ветра свыше 10 м/сек. занятия не проводятся

- 5-7 классов:

- без ветра -12 град. С,
- при скорости ветра до 5 м/сек. -8 град. С,
- при скорости ветра от 5 до 10 м/сек. -5 град. С,
- при скорости ветра свыше 10 м/сек. занятия не проводятся

- 8-9 классов:

- без ветра -15 град. С,
- при скорости ветра до 5 м/сек. -12 град. С,
- при скорости ветра от 5 до 10 м/сек. -8 град. С,
- при скорости ветра свыше 10 м/сек. занятия не проводятся

- 10-11 классов:

- без ветра -16 град. С,
- при скорости ветра до 5 м/сек. -15 град. С,
- при скорости ветра от 5 до 10 м/сек. -10 град. С,
- при скорости ветра свыше 10 м/сек. занятия не проводятся

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в зале.

4.6. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.

## 5. Режим трудовых занятий обучающихся

5.1. В МАОУ «Школа № 3» запрещается привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия их родителей (законных представителей).

5.2. С согласия обучающихся и их родителей (законных представителей) осуществляется организация летней трудовой практики, продолжительность которой устанавливается решением педагогического совета МАОУ «Школа № 3».

5.3. На занятиях трудом, предусмотренных образовательной программой Учреждения, следует чередовать различные по характеру задания.

5.4. 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. Режим выполнения домашних заданий

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

- во 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.

## 7. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации



7.1. Промежуточная аттестация в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся МАОУ «Школа № 3».

7.2. При проведении промежуточной и итоговой аттестации не допускается проведение более одной контрольной работы в день.

7.3. Перерыв между проведением контрольной работы должен быть не менее 1 дня.

7.4. Сроки проведения государственной (итоговой) аттестации обучающихся 9, 11 классах устанавливаются в соответствии с постановлениями Министерств образования и науки Российской Федерации и Красноярского края.