

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования №17 имени Героя Советского Союза Ивана Павловича  
Потехина»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

Протокол № 04 от 30.03.2021

Директор

Приказ № 49-п от 30.03.2021



СОГЛАСОВАНО

с Управляющим советом

Протокол № 1 от 30.03.2021

СОГЛАСОВАНО

с Родительским комитетом

Протокол № 1 от 30.03.2021

СОГЛАСОВАНО

с Ученическим советом

Протокол № 1 от 30.03.2021

**ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ И ВОСПИТАННИКОВ**

ТУЛА 2021

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся и воспитанников (далее – Положение) разработано в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»;
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №№ 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "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)";
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел Y и YI);
- Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Центр

образования № 17 имени Героя Советского Союза Ивана Павловича Потехина» (далее – МБОУ ЦО №17, Центр образования).

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

1.3. Организация образовательной деятельности в Центре образования регламентируется образовательными программами, учебными планами (документами, определяющими перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности и формы промежуточной аттестации обучающихся), календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми Центром образования самостоятельно.

1.4. Режим работы Центра образования в исключительных случаях (температурный режим, чрезвычайная ситуация и др.) может быть изменен приказом директора Центра образования.

## **2. Режим для обучающихся в учебном корпусе № 1. Режим учебной деятельности обучающихся**

2.1.1. Учебный год в Центре образования для обучающихся 1–11 классов начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день. Последний день учебного года в Центре образования для обучающихся 1–11 классов определяется календарным учебным графиком.

2.1.2. Продолжительность учебного года на уровнях начального общего, основного общего и среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации, в первом классе – 33 недели. С целью обеспечения качества образовательной подготовки обучающихся с учетом здоровьесберегающих технологий учебный год в 1-9 классах делится на trimestры, в 10-11 классах- на полугодия.

2.1.3. В 1-11 классах Центра образования устанавливается пятидневная рабочая неделя с двумя выходными днями (суббота и воскресенье). Выходными также являются нерабочие праздничные дни.

2.1.4. Образовательная деятельность в Центре образования по программам начального общего, основного общего и среднего общего образования

осуществляется в одну (первую) смену.

2.1.5. В учебное время первая половина дня отводится непосредственно образовательной деятельности, требующей повышенной умственной нагрузки.

2.1.6. Вторая половина дня отводится внеклассной и внеурочной деятельности, направленной на физическое, художественно-эстетическое, интеллектуальное развитие обучающихся.

2.1.7. Начало учебных занятий не ранее 8 часов. Начало и окончание учебных занятий определяется расписанием, утвержденным директором Центра образования.

2.1.8. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

-для обучающихся 1-х классов - не превышает 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков за счет урока физической культуры,

для обучающихся 2-4 классов - не более 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. Расписание уроков учитывает дневную и недельную умственную работоспособность обучающихся и шкалу трудности учебных предметов, определенную гигиеническими нормативами; облегченный день- среда или четверг.

2.1.9. Продолжительность уроков в Центре образования во 2-11 классах составляет 45 минут и регулируется расписанием звонков. Продолжительность перемен между уроками составляет 10 минут, большой (после 3 урока) – 20 минут для организации горячего питания и активного отдыха детей.

2.1.10. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

2.1.10.1. «Ступенчатый» режим обучения (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);

2.1.10.2. Организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут.

2.1.11. При реализации образовательных программ с применением дистанционных

образовательных технологий и электронного обучения выполняются следующие требования:

- наличие документов об оценке ЭСО (подтверждении) соответствия;
- запрет на использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок;
- одновременное использование детьми на занятиях не более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет);
- запрет мобильных средств связи для образовательных целей;
- использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры;
- проведение гимнастики для глаз при использовании ЭСО во время занятий и перемен, при использовании книжных учебных изданий - во время перемен, для профилактики нарушений осанки во время занятий предусмотрены соответствующие физические упражнения (физкультминутки);
- при использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать для детей 5-7 лет - 5-7 минут, для учащихся 1-4-х классов - 10 минут, для 5-9-х классов - 15 минут;
- общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски - для детей до 10 лет - 20 минут, старше 10 лет - 30 минут; компьютера - для детей 1-2 классов - 20 минут, 3-4 классов - 25 минут, 5-9 классов - 30 минут, 10-11 классов - 35 минут;
- при необходимости использовать наушники время их непрерывного использования для всех возрастных групп должно составлять не более часа;
- при использовании электронного оборудования, в том числе сенсорного экрана, клавиатуры, компьютерной мыши предусмотрена ежедневная дезинфекция.

2.1.12. 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;
- режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, включает различные формы двигательной активности; 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.

2.1.13. С целью профилактики переутомления предусмотрено чередование периодов учебного времени и каникул. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы в феврале. Сроки проведения каникул устанавливаются календарным учебным графиком. В каникулярное время в соответствии с необходимыми условиями Центр образования может организовывать работу лагеря с дневным пребыванием детей на основании приказа управления образования администрации города Тулы.

## **2.2. Режим питания обучающихся**

2.2.1. Организацию питания обучающихся осуществляет Центр образования.

2.2.2. Для хранения продуктов и приготовления пищи, для приема обучающимися пищи выделяется специальное помещение.

2.2.3. Питание обучающихся проводится в соответствии с графиком, утвержденным директором Центра образования.

## **2.3. Режим внеурочной деятельности и дополнительного образования**

2.3.1. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.

2.3.2. Внеурочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляющих суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не менее 5 часов включают обязательные занятия коррекционной направленности. Возможна организация и проведение внеурочной деятельности в субботу.

2.3.3. 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.

2.3.4. Занятия по программам дополнительного образования запланированы на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом занятий

допобразования и последним уроком предусмотрен перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

2.3.7. Для организации различных видов внеурочной деятельности и допобразования используются читальный, актовый и спортивный залы, библиотека и другие объекты инфраструктуры Центра образования.

## **2.4. Режим групп продленного дня**

2.4.1. Пребывание обучающихся в группе продленного дня осуществляется с 12 часов до 18 часов.

2.4.2. При осуществлении присмотра и ухода в общеобразовательной организации в группах продленного дня предусмотрена организация полдника и прогулок для всех обучающихся. Прогулки сопровождаются спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями. В непогоду подвижные игры переносятся в хорошо проветриваемые помещения.

2.4.3. Для групп продленного дня выделяются закрепленные помещения для организации игровой деятельности, кружковой работы, занятий по желанию обучающихся.

2.4.4. При выполнении обучающимися домашних заданий (самоподготовка) соблюдается следующее:

2.4.1. Самоподготовка проводится после прогулки.

2.4.2. Длительность выполнения домашних заданий не превышает (в астрономических часах): во 2-3 классах - 1,5 часа, в 4 классах - 2 часа.

2.4.3. Обучающимся предоставляется возможность устраивать произвольные перерывы по завершению определенного этапа работы.

2.4.4. Проводятся «физкультурные минутки» длительностью 1-2 минуты.

2.4.5. Обучающимся, закончившим выполнение домашних заданий раньше всей группы, предоставляется возможность приступить к занятиям по интересам (в игровой, библиотеке).

2.4.6. При организации работы групп продленного дня предусматривается горячее питание обучающихся: обед - в 13 -14 часов, полдник - в 16 -17 часов.

## **3. Режим для воспитанников в учебных корпусах №2 и №3**

3.1. Функционирование групп раннего возраста и дошкольных групп

3.1.1. Группы раннего возраста и дошкольные группы функционируют в режиме 5 дневной рабочей недели полного дня с 7.00. до 19.00. (12 часов). Выходные дни - суббота, воскресенье, нерабочие праздничные дни.

3.1.2. Ежедневный утренний прием детей проводится воспитателями и

(или) медицинскими работниками, которые опрашивают родителей о состоянии здоровья детей. По показаниям (при наличии катаральных явлений, явлений интоксикации) ребенку проводится термометрия.

3.1.3. Выявленные больные дети или дети с подозрением на заболевание в дошкольные образовательные организации не принимаются; заболевших в течение дня детей изолируют от здоровых детей (временно размещают в помещениях медицинского блока) до прихода родителей или их госпитализации в лечебно профилактическую организацию с информированием родителей.

3.1.4. После перенесенного заболевания, а также отсутствия более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней) детей принимают в дошкольные образовательные организации только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными.

3.1.5. Режим дня разрабатывается в соответствии с возрастными особенностями детей и для их гармоничного развития. Максимальная продолжительность непрерывного бодрствования детей 3-7 лет составляет 5,5-6 часов, до 3 лет - в соответствии с медицинскими рекомендациями.

### 3.2. Режим образовательной деятельности

3.2.1. Непрерывная образовательная деятельность в каждой возрастной группе проводится в соответствии с расписанием непрерывной образовательной деятельности, утверждённым директором Центром образования.

3.2.2. Для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет длительность непрерывной образовательной деятельности не должна превышать 10 минут. Допускается осуществление образовательной деятельности в первую и во вторую половину дня. Допускается осуществление образовательной деятельности на игровой площадке во время прогулки.

3.2.3. Продолжительность занятий: - для детей от 1,5 до 3 лет не более 10 минут; - для детей от 3-х до 4-х лет не более 15 минут, - для детей от 4-х до 5-



ти лет не более 20 минут, - для детей от 5-ти до 6-ти лет не более 25 минут, - для детей от 6-ти до 7-ми лет не более 30 минут.

3.2.4. Продолжительность дневной суммарной образовательной нагрузки:  
- для детей от 1,5 до 3 лет не более 20 минут; - для детей от 3 до 4 лет не более 30 минут; - для детей от 4 до 5 лет не более 40 минут; - для детей от 5 до 6 лет не более 50 минут или 75 минут при организации одного занятия после дневного сна; - для детей от 6 до 7 лет не более 90 минут.

3.2.5. При организации образовательной деятельности предусматривается введение в режим дня физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе, во время письма, рисования и использования ЭСО.

3.2.6. Перерывы между периодами непрерывной образовательной деятельности - не менее 10 минут.

3.2.7. Образовательная деятельность с детьми старшего дошкольного возраста может осуществляться во второй половине дня после дневного сна. Ее продолжительность - не более 25-30 минут в день. В середине непрерывной образовательной деятельности статического характера проводятся физкультурные минутки.

3.2.8. Образовательная деятельность, требующая повышенной познавательной активности и умственного напряжения детей, организуются в первую половину дня. Для профилактики утомления детей проводятся физкультурные, музыкальные занятия, ритмика и т.п.

3.2.9. Непрерывная образовательная деятельность с детьми проводится воспитателями в групповых комнатах. Музыкальные и физкультурные занятия проводятся специалистами в музыкальном и (или) спортивном залах.

3.2.10. Индивидуальные, подгрупповые, коррекционные занятия с педагогом-психологом и учителем-логопедом проводятся в первую и во вторую половину дня, в соответствии с графиком их работы, продолжительность занятий в старшем дошкольном возрасте составляет 20-25 минут. Занятия проводятся в кабинетах специалистов.

3.2.11. В летний период с 1 июня по 31 августа непрерывная образовательная деятельность не проводится.

### 3.3. Организация физического воспитания

3.3.1. Физическое воспитание детей направлено на улучшение здоровья и физического развития, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных навыков и двигательных качеств.

3.3.2. Двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия осуществляются с учетом здоровья, возраста детей и времени года.

3.3.3. При реализации образовательных программ дошкольного образования используются следующие формы двигательной деятельности: утренняя гимнастика, занятия физической культурой в помещении и на воздухе, физкультурные минутки, подвижные игры, спортивные упражнения, ритмическая гимнастика, занятия на тренажерах, плавание и другие. Для достижения достаточного объема двигательной активности детей используются все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных игр, спортивных упражнений.

3.3.4. Для реализации двигательной деятельности детей используются оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом ребенка.

3.3.5. Один раз в неделю для детей 5-7 лет круглогодично организуются занятия по физическому развитию детей на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непрерывную образовательную деятельность по физическому развитию организуют на открытом воздухе.

3.3.6. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по

совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

### 3.4. Организация питания

3.4.1. В учебных корпусах №2 и №3 организуется прием пищи с интервалом 3-4 часа.

3.4.2. Кратность приема пищи и режим питания детей по отдельным приемам пищи (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный ужин, совмещенный с полдником), определяется временем пребывания детей и режимом работы учебных корпусов.

3.4.3. Родителей (законных представителей) воспитанников информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой групповой ячейке.

### 3.5. Организация других режимных моментов

3.5.1. Продолжительность ежедневных прогулок составляет не менее 3 часов. Продолжительность прогулки определяется в зависимости от климатических условий. При температуре воздуха ниже минус 15°C и скорости ветра более 7 м/с продолжительность прогулки сокращается.

3.5.2. Прогулки организуются 2 раза в день: в первую половину дня и во вторую половину дня - после дневного сна или перед уходом детей домой.

3.5.3. Для детей дошкольного возраста от 4 до 7 лет на дневной сон отводится не менее 2,5 часов. Для детей от 1,5 до 3 лет дневной сон организуют однократно продолжительностью не менее 3 часов. Для детей от 1 года до 1,5 года дневной сон организуют дважды в первую и вторую половину дня общей продолжительностью не менее 3 часов.

3.5.4. Перед сном не проводятся подвижные эмоциональные игры, закаливающие процедуры. Во время сна детей в спальне обязательно присутствует воспитателя или младший воспитатель.

3.5.5. На самостоятельную деятельность детей 3-7 лет (игры, подготовка к

образовательной деятельности, личная гигиена) в режиме дня отводится не менее 3 - 4 часов.

3.5.6. В режиме дня отводится специальное время для конструирования, чтения художественной литературы, целевой прогулки и досуговой деятельности.

#### **4. Ответственность**

4.1. Администрация Центра образования, педагогические и другие работники несут ответственность за жизнь, здоровье обучающихся, воспитанников, реализацию в полном объеме учебного плана, качество реализуемых образовательных программ, соответствие применяемых форм, методов и средств организации образовательного процесса возрастным, психофизиологическим особенностям детей.

Пронумеровано, прошнуровано,

сдано печатью

лист(а, ов)

Инвентарь МРД № 17

В.С. Кузнецов

