

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №154 г. ЧЕЛЯБИНСКА»**

454128, г. Челябинск, ул. С.Юлаева,13. тел. 7955644,  
e-mail: [mou154@mail.ru](mailto:mou154@mail.ru), сайт: [www.school-154.ru](http://www.school-154.ru)

Принято  
решением педагогического совета  
МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска»  
протокол № 1  
от «29» августа 2022

Согласовано  
с Советом обучающихся  
МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска»  
протокол № 1  
от «07» сентября 2022

Согласовано  
с Советом родителей  
МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска»  
протокол № 1  
от «15» сентября 2022

Утверждаю:  
Директор МАОУ «СОШ № 154  
г. Челябинска»  
\_\_\_\_\_ Т.Г. Абакумова  
приказ №  
от «29» августа 2022

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о режиме занятий обучающихся**

**Муниципального автономного общеобразовательного учреждения  
«Средняя общеобразовательная школа № 154 г. Челябинска»**

**Абакумова  
Татьяна  
Геннадьевна**

Подписано цифровой подписью: Абакумова Татьяна Геннадьевна  
DN: c=RU, st=Челябинская область, title=Директор,  
o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №  
154 Г. ЧЕЛЯБИНСКА",  
1.2.643.100.3=120В3030323130353637363738,  
1.2.643.3.131.1.1=120С373434373030363531313035,  
email=mou154@mail.ru, givenName=Татьяна Геннадьевна,  
sn=Абакумова, cn=Абакумова Татьяна Геннадьевна  
Дата: 2023.04.18 15:58:13 +05'00'  
Версия Adobe Acrobat Reader: 2023.001.20143

город Челябинск

## **I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее - Положение) Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 154 г. Челябинска» (далее – МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска») разработано на основании следующих нормативных актов:

1.1.1. Федерального закона от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

1.1.2. Устава МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска»;

1.1.3. Учебных планов и календарных графиков МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска».

1.2. Настоящее Положение устанавливает режим занятий обучающихся в МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска», график посещения занятий обучающимися, режим двигательной активности.

1.3. Основными задачами являются:

1.3.1. Упорядочение образовательного процесса в соответствии с нормативно-правовыми документами;

1.3.2. Обеспечение конституционных прав, обучающихся на образование и здоровьесбережение.

1.4. Режим занятий обучающихся определяется приказом директора в начале учебного года и действует в течение учебного года. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказов по школе.

1.5. Настоящее Положение регламентирует функционирование МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска» в период организации образовательного процесса и каникул.

## **II. РЕГЛАМЕНТИРОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

2.1. Организация образовательного процесса в МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска» регламентируется учебным планом, календарным графиком, расписанием учебных занятий, занятий на дому, элективных курсов, занятий внеурочной деятельности, занятий объединений дополнительного образования, расписанием звонков.

2.2. Регламентирование образовательного процесса в течение учебного года.

2.2.1. Учебный год начинается 01 сентября. Если этот день приходится на выходной, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.2.2. Продолжительность учебного года:

- для 1-х классов – 33 учебных недели,
- для 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 11-х классов – 34 учебных недели,
- для 10-х классов – 35 учебных недель.

2.2.3. Учебный год в 1-9-х классах делится на четверти:

- 1 четверть – 8 недель, каникулы – 8 дней;
- 2 четверть – 8 недель, каникулы – 14 дней;
- 3 четверть – 10 недель, каникулы – 8 дней, для 1-х классов – 9 недель, каникулы – 15 дней;
- 4 четверть – 1-4-е, 5-6-е, 7-8-е, 9-е, 11-е классы – 8 недель, 10-е – 9 недель.

В 10-11-х классах учебный год делится на два полугодия.

2.2.4. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней и регулируется ежегодно календарным учебным графиком. Для обучающихся 1 класса устанавливаются дополнительные каникулы в феврале (7 календарных дней) в соответствии с календарным учебным графиком.

2.2.5. Календарный учебный график на каждый год утверждается приказом директора МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска».

2.2.6. В 9-х и 11-х классах продолжительность учебного года и летних каникул определяется с учетом прохождения обучающимися государственной итоговой аттестации.

2.3. Регламентирование образовательного процесса в неделю.

2.3.1. МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска» работает в две смены. Учебные занятия начинаются:

- для 1-ой смены в 8 часов 00 минут;
- для 2-ой смены в 14 часов 00 минут.

2.3.2. Устанавливается следующая продолжительность учебной недели:

- 1-11-е классы – 5 дней;

2.3.3. Расписание учебных занятий составляется в строгом соответствии с «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № СП 2.4.3648-20, Санитарные правила Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28).

2.3.4. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом общий объем нагрузки в течение дня не должен превышать:

- для обучающихся 1-х классов – 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2-4-х классов – 5 уроков;
- для обучающихся 5-7-х классов – не более 7 уроков;
- для обучающихся 8-11-х классов – не более 7 уроков.

Для обучающихся 1-х классов устанавливается многоступенчатый режим учебных занятий с постепенным наращиванием учебной нагрузки:

- в сентябре, октябре – 3 урока по 35 минут; в ноябре, декабре – 4 урока по 35 минут;

- со второго полугодия (январь-май) – по 40 минут каждый.

2.3.6. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся, с учетом гигиенических рекомендаций СанПиН.

Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную часть плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

#### ТАБЛИЦА

Гигиенические требования к максимальному общему объему недельной образовательной нагрузки обучающихся

Классы	Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка (в академических часах) <*>		Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности (в академических часах) <*>
	при 6-ти дневной неделе, не более	при 5-ти дневной неделе, не более	
1	-	21	10
2-4	26	23	10
5	32	29	10
6	33	30	10
7	35	32	10
8-9	36	33	10
10-11	37	34	10

Примечание

<\*> Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка включает обязательную

часть учебного плана и часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

<\*> Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие, праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий. Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также суммирования в течение учебного года.

### 2.3.7. Продолжительность перемен между уроками 1 смена

Начало	Режимное мероприятие	Продолжительность	Окончание
8:00	1-й урок	0:40	8:40
8:40	1-я перемена	0:15	8:55
8:55	2-й урок	0:40	9:35
9:35	2-я перемена	0:15	9:50
9:50	3-й урок	0:40	10:30
10:30	3-я перемена	0:15	10:45
10:45	4-й урок	0:40	11:25
11:25	4-я перемена	0:15	11:40
11:40	5-й урок	0:40	12:20
12:20	5-я перемена	0:10	12.30
12:30	6-й урок	0:40	13.10

### 2 смена

Начало	Режимное мероприятие	Продолжительность	Окончание
14:00	1-ый урок	0:40	14-40
14:40	1-ая перемена	0:15	14:55

14:55	2-ой урок	0:40	15:35
15:35	2-ая перемена	0:15	15:50
15:50	3-ий урок	0:40	16:30
16:30	3-я перемена	0:15	16:45
16:45	4-ый урок	0:40	17:25
17:25	4-ая перемена	0:10	17:35
17:35	5-ый урок	0:40	18:15
18:15	5-ая перемена	0:10	18:25
18:25	6-ой урок	0:40	19:05

2.3.8. Между началом занятий дополнительного образования и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв с обязательным предоставлением времени на обед.

2.3.9. Часы внеурочной деятельности могут быть реализованы как в течение учебной недели, так и в период каникул, в выходные и нерабочие, праздничные дни. Внеурочная деятельность организуется на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

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

- во 2-3-х классах – 1,5 часа;
- в 4-5-х классах – 2 часа;
- в 6-8-х классах – 2,5 часа;
- в 9-11-х классах – до 3,5 часов.

2.3.11. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для учащихся 7-11-х классов – 35 минут.

Непрерывная продолжительность работы обучающихся непосредственно с интерактивной доской на уроках в 1-4-х классах не должна превышать 5 минут, в 5-11-х классах – 10 минут. Суммарная продолжительность использования интерактивной доски на уроках в 1-2-х классах составляет не более 25 минут, 3-4-х классах и старше – не более 30 минут при соблюдении гигиенически рациональной организации урока (оптимальная смена видов деятельности, плотность уроков 60-80%, физкультминутки).

С целью профилактики утомления обучающихся не допускается использование на одном уроке более двух видов электронных средств обучения.

### 3. Организация учебных занятий обучающихся.

3.1. Обучающиеся 1 смены должны приходить в МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска» не ранее 7 часов 30 минут. Опоздание на уроки недопустимо. Обучающиеся пришедшие на уроки раньше 07.30. ожидают прихода учителя (классного руководителя) в фойе школы на 1 этаже. Представитель охранной

организации и/или дежурный администратор в осенне-зимний период включает тепловые установки в фойе 1 этажа в 7 часов 00 минут. Обучающихся 1 - 4 классов классный руководитель встречает в фойе на 1 этаже и сопровождает до учебного кабинета. После завершения уроков классный руководитель также сопровождает обучающихся до выхода из школы. Обучающиеся 5-11 классов самостоятельно осуществляют вход/выход в образовательную организацию. Организованный вход/выход обучающихся в образовательную организацию контролируется заместителем директора по безопасности, а также дежурным администратором и/или дежурным учителем.

3.2. Перед началом каждого урока подается звонок. По окончании урока учитель и обучающиеся выходят из кабинета. Учителя во время перемен находятся на этажах, обеспечивая дисциплину обучающихся, а также несут ответственность за поведение детей на переменах.

3.3. В школе с целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся должны проводиться на уроках физкультурные минутки и гимнастика для глаз.

3.4. Учителям категорически запрещается впускать в класс посторонних лиц без предварительного разрешения администрации школы.

3.5. Ответственному за пропускной режим (представителю охранной организации) категорически запрещается пропускать в здание школы посторонних лиц без предварительного согласования с администрацией и/или учителем. Родители (законные представители) обучающихся ожидают школьников за пределами здания школы на территории образовательной организации.

3.6. Въезд транспорту на территорию школы во время образовательного процесса закрыт.

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

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

3.9. Категорически запрещается отпускать учеников с уроков на различные мероприятия (репетиции, соревнования) без разрешения администрации школы.

3.10. Категорически запрещается удаление обучающихся из класса, моральное или физическое воздействие на обучающихся.

3.11. Изменение в расписание разрешается вносить только по письменному заявлению учителя с разрешения директора или лица, его замещающего.

3.12. Организация воспитательного процесса регламентируется расписанием занятий внеурочной деятельности, курсов по выбору, занятий дополнительного образования (при наличии последних).

3.13. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора при предварительной подаче заявления учителем. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несут учителя, которые назначены приказом директора.

3.14. Работа спортивных секций, различных кружков допускается только по расписанию, утвержденному директором школы.

4. Организация учебных занятий кадетских классов.

4.1. Обучающиеся-кадеты 1 смены должны приходить в МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска» не позднее 7 часов 45 минут. Опоздание на уроки недопустимо.

4.2. Для обучающихся 1 смены каждый учебный день в 7 часов 45 минут происходит построение. Начало занятий в 8 часов 00 минут.

4.3. Обучающиеся-кадеты 2 смены должны приходить в МАОУ «СОШ № 154 г. Челябинска» не позднее 11 часов 45 минут. Опоздание на уроки недопустимо.

4.4. Для обучающихся 2 смены каждый учебный день в 13 часов 45 минут происходит построение. Начало занятий в 14 часов 0 минут.

4.5. Для кадетских классов внеурочная деятельность кадетской направленности является обязательной для посещения всем классом. Расписание внеурочной деятельности утверждается директором школы.

4.6. Сопровождение кадет во время внеурочных занятий на территории школы осуществляется учителем и/или тьютором, закрепленным за классом.

5. Режим двигательной активности.

5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе 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.

5.2. 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).

5.3. 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.

5.4. К участию в соревнованиях обучающиеся допускаются с разрешения медицинского работника.

6. Режим проведения промежуточной и государственной итоговой аттестации.

6.1. Промежуточная аттестация в переводных классах 1-8-х, 10-х классах проводится в конце текущего учебного года без прекращения образовательного процесса в соответствии с Положением о порядке проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся.

6.2. Сроки и порядок проведения государственной итоговой аттестации, обучающихся устанавливается приказами Министерства Просвещения Российской Федерации.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658559

Владелец Абакумова Татьяна Геннадьевна

Действителен с 10.01.2025 по 10.01.2026