

### Режим занятий обучающихся

Настоящий локальный нормативный акт «Режим занятий обучающихся» (далее - Режим) является локальным актом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения города Иркутска средней общеобразовательной школы № 22 (далее - Школа).

Разработан в соответствии с требованиями Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 (ред. от 24.11.2015) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (вместе с «СанПиН 2.4.2.2821-10. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях»); уставом Школы.

Настоящий Режим утверждается приказом директора школы с учетом мнения совета Учреждения, педагогического совета.

Режим занятий обучающихся Школы регламентируется годовым календарным учебным графиком, расписанием учебных занятий, расписанием звонков, формируемых в соответствии с гигиеническими требованиями санитарных правил и норм для общеобразовательных организаций.

Годовой календарный учебный график по реализуемым основным общеобразовательным программам определяет конкретные сроки начала и окончания учебных четвертей и каникул, продолжительность учебного года, продолжительность каникул. Календарные учебные графики ежегодно утверждаются приказом директора Школы.

Учебный год в Школе начинается 1 сентября. Если 1 сентября приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день. Учебный год делится на четыре четверти, которые отделяются друг от друга каникулами.

Продолжительность учебного года в переводных 2-8, 10 классах - не менее 34 недель. В 9-х и 11 -х классах продолжительность четвертой четверти и летних каникул определяется с учетом прохождения обучающимися государственной итоговой аттестации. Продолжительность учебного года в 1-х классах 33 недели.

Продолжительность каникул в течение учебного года - не менее 30 календарных дней, летом - не менее 8 недель.

Школа работает по графику шестидневной рабочей недели с одним выходным днем в две смены. Начало занятий по сменам соответственно 08.00/14.00.

Продолжительность урока (академический час) во всех классах 1 смены - 45 минут, 2 смены – 40 минут.

После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий в каждой смене внесены перемены продолжительностью 20 минут

Общий объем нагрузки в течение учебного дня не превышает:

- для обучающихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 7 классов - не более 7 уроков;
- для обучающихся 8-11 классов - не более 8 уроков.

Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов

Обучение в 1-м 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).
- дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.

Перерыв между сменами составляет не менее 30 минут.

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

Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности.

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

Внеурочная деятельность реализуется в соответствии с планом по реализуемым основным общеобразовательным программам.

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 их суммирование в течение учебного года.