

-в ноябре, декабре - по 4 урока по 35 минут каждый. Один раз в неделю – 5 урок (физическая культура);

-январь - май - по 4 урока по 40 минут каждый. Один раз в неделю 5 урок (физическая культура);

-в середине учебного дня организована динамическая пауза продолжительностью 40 минут;

-обучение проводится без балльного оценивания знаний учащихся и домашних заданий;

-дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения.

Продолжительность учебной недели во 2 - 4 классах – 5 дней, продолжительность урока – 45 минут.

2.7. Учебные занятия в ОО начинаются в 8 часов 30 минут. Проведение «нулевых» уроков в ОО не допускается.

2.8. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вводится перемена, продолжительностью не менее 20 минут.

2.9. Расписание звонков:

1 класс

1 четверть

1 урок: 8.30 – 9.05

2 урок: 9.15 – 9.50

динамическая пауза 9-50 – 10-30

3 урок: 10.30 – 11.05

4 урок: 11.25 – 12.00 один раз в неделю (физическая культура)

2 четверть

1 урок: 8.30 – 9.05

2 урок: 9.15 – 9.50

динамическая пауза 9-50 – 10-30

3 урок: 10.30 – 11.05

4 урок: 11.25 – 12.00

5 урок: 12.10 – 12.45 один раз в неделю (физическая культура)

3-4 четверти

1 урок: 8.30- 9.10

2 урок: 9.20 – 10.00

динамическая пауза 9-50 – 10-30

3 урок: 10.40 – 11.20

4 урок: 11.40 – 12.20

5 урок: 12.30 - 13.10 один раз в неделю (физическая культура)

2-9 классы

1 урок: 8.30 - 9.15

2 урок: 9.25- 10.10

3 урок: 10.30- 11.15

4 урок: 11.35- 12.20

5 урок: 12.30- 13.15

6 урок: 13.25- 14.10

7 урок: 14.20- 15.05

2.10. Аудиторная учебная нагрузка учащихся не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку учащихся:

- 1 класс – 21 час в неделю;

- 2-4 классы – 23 часа в неделю;

- 5 класс – 29 часов в неделю;

- 6 класс – 30 часов в неделю;

- 7 класс- 32 часа в неделю;

-8,9 класс-33 часа в неделю.

2.11. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности учащихся в течение дня и недели и шкалы трудности учебных предметов.

2.12. В ОО установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, практическая работа, лабораторная работа, экскурсия и т.д.

2.13. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения учащихся на уроках в начальной и основной школе проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

2.14. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%.

2.15. В оздоровительных целях в ОО создаются условия для удовлетворения биологической потребности учащихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности учащихся в объеме не менее 2ч.:

- урока физической культуры в неделю;
- физкультминутки на уроках;
- подвижные перемены;
- внеклассные спортивные занятия и соревнования;
- Дни здоровья.

3. Режим каникулярного времени

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

3.3. Для учащихся первого класса устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

3.4. Сроки каникул утверждаются руководителем ОО по согласованию с Учредителем.

4. Режим внеурочной деятельности

4.1. Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы кружков, секций.

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с учащимися на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с тематическим планированием и планом воспитательной работы. Выход за пределы школы разрешается только после согласования с руководителем ОО.

Ответственность за жизнь и здоровье учащихся при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом директора.

4.3. Работа спортивных кружков, секций допускается только по расписанию, утвержденному руководителем ОО.

4.4. Занятия внеурочной деятельности и кружков дополнительного образования начинаются не менее чем через 30 минут после окончания урока.