

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Звениговская средняя общеобразовательная школа №1»
(МОУ «Звениговская СОШ №1»)

ПРИНЯТО
на педагогическом совете школы
«27» августа 2025 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Звениговская СОШ №1»
Н.Ю. Тришкова
приказ № 44 от 27 августа 2025 г.



**Положение о режиме занятий обучающихся
МОУ «Звениговская СОШ №1»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся МОУ «Звениговская СОШ №1» (далее Положение) разработано в соответствии с

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным – общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 № 115 (далее – Порядок №115) (с изменениями и дополнениями от: 11 февраля, 7 октября, 5 декабря 2022 г., 3 августа 2023 г.);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»» (далее – СП 2.4.3648-20);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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» (далее – СанПиН 1.2.3685-21);
- Уставом МОУ «Звениговская СОШ №1» (далее- Школа).

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

1.4. Настоящие Правила обязательны для исполнения всеми обучающимися Школы и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получения обучающимися общего образования.

1.5. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте Школы в сети Интернет.

2. Учебный год

2.1. Учебный год для обучающихся очной формы обучения начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в следующий за ним первый рабочий день.

2.2. Учебный год для учеников очно-заочной, заочной форм обучения начинается 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для учеников уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год делится на trimestры, количество trimestров в учебном году – 3; каждый trimestр делится на 2 учебных периода.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы не менее 7 дней.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, trimestров, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций, а также чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1-11-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах составляет 40 мин. Продолжительность уроков в 1-х классах устанавливается с применением «ступенчатого» метода наращивания учебной нагрузки и составляет: 35 мин в сентябре – декабре; 40 мин в январе – мае; в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе – мае – по 4 урока в день по 40 минут каждый, в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. В первую смену обучаются 1, 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 классы. Начало уроков в 8.00 ч. Во вторую смену обучаются 3, 4 классы. Начало уроков в 13.20 ч. Проведение "нулевых" уроков в образовательном учреждении не допускается. В исключительных случаях допускается сдвигание уроков на более позднее начало уроков.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв.

3.5. Расписание звонков:

<u>Расписание звонков, перемен</u> <u>для 1 класса (1 полугодие)</u> 1 урок 8.00 - 8.35 10 мин. 2 урок 8.45 - 9.20 40 мин. (динамическая пауза)	<u>Расписание звонков, перемен</u> 1 урок 8.00 – 8.40 10 мин. 2 урок 8.50 – 9.30 10 мин. 3 урок 9.40 - 10.20 20 мин.
3 урок 10.00 – 10.35 10 мин. 4 урок 10.45 - 11.20 <u>Расписание звонков, перемен</u> <u>для 1 класса (2 полугодие)</u> 1 урок 8.00 - 8.40 10 мин. 2 урок 8.50 - 9.30 40 мин. (динамическая пауза) 3 урок 10.10 - 10.50 10 мин. 4 урок 11.00 - 11.40	4 урок 10.40 - 11.20 20 мин. 5 урок 11.40 - 12.20 10 мин. 6 урок 12.30 - 13.10 10 мин. 7 урок 13.20 - 14.00

3.6. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утвержденным директором Школы.

3.7. Количество уроков не превышает:

- ☐ в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков за счет физической культуры;
- ☐ 2–4-х классах – пяти;
- ☐ 5–6-х классах – шести;
- ☐ 7–11-х классах – семи.

Количество уроков для обучающихся с ОВЗ не превышает:

- во 2–4-х классах – пяти;
- 5–11-х классах – шести.

3.8. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении занятий по иностранному языку, технологии, информатике, осуществляется деление класса на группы. В случае необходимости при наличии необходимых условий и средств заместитель директора по учебно-воспитательной работе принимает решение о делении на группы классов для проведения учебных занятий по другим предметам.

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или четверг.

4.3. Педагогические работники обеспечивают 60–80 процентов плотности учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам, не менее 70 процентов моторной плотности на занятиях физической культурой. Количество видов учебной деятельности на учебном занятии: для начальной школы – 3-7, для остальных – 5-7 видов; продолжительность одного вида учебной деятельности на занятии: для младших школьников – 5-7 минут, для остальных – 7-10 минут.

4.4. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности: предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО). При использовании на занятии ЭСО 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.

4.5. Объем домашних заданий по всем предметам должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах продолжительность выполнения домашних заданий: для 1-х классов – 1 час, для 2-3-х классов – 1,5 часа; 4-5-х классов – 2 часа, 6-8-х классов – 2,5 часа, 9-11-х классов – 3,5 часа.

4.6. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от 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. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70 процентов.

5. Режим внеурочной деятельности

5.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы, общий недельный объем внеурочной деятельности – не более 10 часов.

5.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

5.3. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.

5.4. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут. Продолжительность занятий внеурочной деятельности составляет 35 - 40 минут. Перерыв между занятиями внеурочной деятельности не менее 10 минут. Домашние задания не предусмотрены.