



Принято на педагогическом совете
протокол № 1 от 31.08.2022

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор _____ Л.И.Гарифуллина
приказ №35 от 01.09.2022



Режим занятий учащихся

1. Общие положения

1.1. Режим занятий учащихся (далее – Режим) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» (с изменениями), СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28, СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 №2. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденными приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 №115, Уставом школы.

1.2. Режим устанавливает режим занятий учащихся школы. Временное изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора школы.

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

1.4. режим занятий определяет порядок организации образовательной деятельности в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями и правилами и гигиеническими нормативами.

1.5. Режим обязателен для исполнения всеми учащимися школы и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получение детьми общего образования, работниками школы.

2. Цели установления режима занятий

2.1. Упорядочение образовательной деятельности в соответствии с нормативно-правовыми документами.

2.2. Обеспечение конституционных прав учащихся на образование и здоровьесбережение.

III. Учебный год

3.1. Учебный год в школе 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 первый, следующий за ним

рабочий день.

3.2. Учебный год для обучающихся 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.

3.3. Продолжительность учебного года для учащихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет:

- в первом классе – 33 недели,
- во 2-4 классах – 34 недели,
- в 5-8 классах – не менее 34 недель,
- в 9 классах – не менее 34 недель, без учета государственной итоговой аттестации.

3.4. Учебный год в 1-9 классах делится на четыре четверти.

3.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, летних каникул - не менее 8 недель. Для учащихся 1 класса устанавливаются дополнительные каникулы в середине третьей четверти – 7 календарных дней.

3.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (полугодий), 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.

IV. Режим занятий

4.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1-х классах;
- по шестидневной учебной неделе во 2-9-х классах.

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по 5-дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

4.2. Продолжительность урока (академический час) во 2-9-х классах составляет 45 мин. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

- 35 мин в сентябре – декабре;
- 40 мин в январе – мае.

Продолжительность урока в компенсирующих классах не превышает 40 минут.

4.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков 8 ч 00 мин. Проведение "нулевых" уроков – не допускается.

4.4. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. После 3-го урока перемена 20 мин, после 2-ого и 4-го урока – 15 мин.

4.5. Расписание звонков для 1-го класса:

	<i>сентябрь-октябрь</i>	<i>ноябрь-декабрь</i>	<i>январь-май</i>
1 урок	8.00-8.35	8.00-8.35	8.00-8.40
2 урок	8.50-9.25	8.50-9.25	8.55-9.35
Динамическая пауза	9.25-10.05	9.25-10.05	9.35-10.15
3 урок	10.05-10.40	10.05-10.40	10.15-10.55
4 урок		11.00-11.35	11.15-11.55
5 урок			12.05-12.45

Начало и окончание учебных занятий для 2- 9-х классов:

		продолжительность перемены
1 урок	8 ⁰⁰ - 8 ⁴⁵	10 мин.
2 урок	8 ⁵⁵ - 9 ⁴⁰	15 мин.
3 урок	9 ⁵⁵ - 10 ⁴⁰	20 мин.
4 урок	11 ⁰⁰ - 11 ⁴⁵	10 мин.
5 урок	11 ⁵⁵ - 12 ⁴⁰	10 мин.
6 урок	12 ⁵⁰ - 13 ³⁵	10 мин.

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

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- во 2-4-х классах пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков, за счет физической культуры;
- в 5-9-х классах – шести.

Изменения в расписании уроков допускается по производственной необходимости (отсутствие учителя по причине болезни, нахождения на курсах повышения квалификации, участия в семинаре и др.) и в случаях объявления карантина, приостановления образовательной деятельности в связи с понижением температуры наружного воздуха по приказу директора школы.

4.7. Режим занятий в активированные дни

4.7.1. Во избежание несчастных случаев, связанных с пребыванием учащихся на открытом воздухе при низких температурах воздуха считать активированным учебный день при температуре воздуха:

- 1-4 классов: -25 градусов и ниже,
- 5-9 классов: -27 градусов и ниже.

4.7.2. Решение о возможности непосещения учащихся школы в активированный день принимают родители (законные представители). При этом родителям (законным представителям) необходимо предупредить классного руководителя о посещении (или непосещении) учащимся школы

4.7.3. В случае прихода учащихся в школу в активированный день учебные занятия посещаются им в соответствии с расписанием уроков.

4.7.4. В случае отсутствия учащегося на учебных занятиях в активированный день, он самостоятельно выполняет задания, получая их от классного руководителя (учителя-предметника) в различной форме (СМС-сообщения, электронная почта), через дистанционное обучение.

V. Особенности организации образовательной деятельности

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

5.2. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в т.ч. во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО).

5.3. 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.

5.4. 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.

Проведение занятий по физической культуре в зимний период на открытом воздухе допускается при следующих погодных условиях:

Возраст учащихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
	Без ветра	При скорости ветра до 5 м/сек	При скорости ветра 6-10 м/сек	При скорости ветра более 10 м/сек
До 12 лет	-9 ⁰ С	-6 ⁰ С	-3 ⁰ С	Занятия не проводятся
12-13 лет	-12 ⁰ С	-8 ⁰ С	-5 ⁰ С	
14-15 лет	-15 ⁰ С	-12 ⁰ С	-8 ⁰ С	
16-18 лет	-16 ⁰ С	-15 ⁰ С	-10 ⁰ С	

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70 процентов.

5.5. Рекомендуются следующие затраты времени на подготовку к занятиям дома для соответствующего возраста учащегося:

- во 2-3 классах — 1,5 ч.,
- в 4-5 классах — 2 ч.,
- в 6-8 классах — 2,5 ч.,
- в 9 классе — до 3,5 ч.,
- домашние задания в 1-м классе не задаются.

5.6. Учащиеся имеют право на посещение по своему выбору мероприятий, которые проводятся в школе и не предусмотрены учебным планом.

VI. Режим внеурочной деятельности

6.1. Внеурочная деятельность организуется во второй половине дня после перерыва для отдыха детей и учитывает возрастные особенности учащихся, обеспечивает баланс между двигательными-активными и статическими занятиями и регламентируется локальным нормативным актом школы.

6.2. Режим работы кружков, секций, детских объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

6.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности, календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.4. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

6.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.

VII. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

7.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

7.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

7.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

7.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18:00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

VIII. Заключительные положения

8.1. Режим принимается педагогическим советом школы. Режим утверждается и вводится в действие приказом директора школы.


8.2. Изменения и дополнения в настоящий Режим вносятся педагогическим советом в случае необходимости с учетом мнения совета учащихся, совета родителей школы, утверждаются и вводятся в действие приказом директора школы и регистрируются в установленном порядке.

8.3. Режим действует бессрочно, до принятия Режима в новой редакции.

Лист согласования к документу № 2 от 30.01.2023
Инициатор согласования: Гарифуллина Л.И. Директор
Согласование инициировано: 30.01.2023 11:15

Лист согласования

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Гарифуллина Л.И.		 Подписано 30.01.2023 - 11:16	-