

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом МОУ
«СШ № 1 Г. КИРОВСКОЕ»
(протокол от 29.08.2023 № 1)



РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧЕНИКОВ

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящий режим занятий учеников МОУ «СШ № 1 Г. КИРОВСКОЕ» (далее – школа) разработан в соответствии:

- с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.4.3648-20 «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, утвержденным приказом Минпросвещения от 22.03.2021 № 115.

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.

2. УЧЕБНЫЙ ГОД

2.1. 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.

2.2. 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 составляют учебные периоды: четверти или семестры. Количество четвертей в учебном году – четыре, семестров – два.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в середине третьей четверти.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (триместров), 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;

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по пятидневной учебной неделе.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 45 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

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

Период учебной деятельности	1-е классы	2–11-е классы
Учебная неделя (дней)	5	5
Урок (минут)	35 – 40	45
Перерыв (минут)	10 – 40	10 – 20

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смены. Начало уроков – 8:00.

3.4. После 1-4 урока ученикам предоставляется перерыв 15 минут, после остальных 10 минут.

Для первых классов предусмотрен отдельный режим работы.

Образовательная деятельность	сентябрь - октябрь	ноябрь–декабрь	январь–май
1-й урок	8.00 – 8.35	8.00 – 8.35	8.00 – 8.40
1-я перемена	25 минут	25 минут	15 минут

2-й урок	9.00 – 9.35	9.00 – 9.35	9.00 – 9.40
Динамическая пауза	25 минут	25 минут	15 минут
3-й урок	10.00 – 10.35	10.00 – 10.35	10.00 – 10.40
3-я перемена		25 минут	15 минут
4-й урок		11.00 – 11.35	11.00 – 11.40
4-я перемена			10 минут
5-й урок	–	–	11.55 – 12.35
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности	30 минут	30 минут	30 минут
Внеурочная деятельность	С 11:05	С 12:05	С 13:05

Расписание звонков для 2–11-х классов

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	8.00 – 8.45	15 минут
2-й	9.00 – 9.45	15 минут
3-й	10.00 - 10.45	15 минут
4-й	11.00 – 11.45	15 минут
5-й	12.00 – 12.45	10 минут
6-й	12.55 – 13.40	10 минут
7-й	13.50 – 14.35	10 минут
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 30 минут		
Внеурочная деятельность	С 15:05	–

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

Распределение образовательной нагрузки:

1-4 классы

Образовательная деятельность	Недельная нагрузка (5-дневная учебная неделя)
-------------------------------------	--

	в академических часах			
	1-е классы	2-е классы	3-и классы	4-е классы
Урочная	21	23	23	23
Внеурочная	до 10	до 10	до 10	до 10

5-9 классы

Образовательная деятельность	Недельная нагрузка (5-дневная учебная неделя) в академических часах				
	5-е классы	6-е классы	7-и классы	8-е классы	9-е классы
Урочная	29	30	32	33	33
Внеурочная	до 10	до 10	до 10	до 10	до 10

10-11 классы

Образовательная деятельность	Недельная нагрузка в академических часах	
	10-е классы	11-е классы
Урочная	34	34
Внеурочная	10	10

4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы.

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

4.3. При организации образовательной деятельности 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.

4.4. 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.

5. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ И ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ

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

5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается.

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. 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.

6. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

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

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

6.4. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 30 минут.

6.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ОВЗ составляет 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.