

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 18»**

ПРИНЯТО

На педагогическом совета

28 августа 2024 года

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №18»

Режим занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МБОУ «СОШ №18» (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 организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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 России 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 правилами и гигиеническими нормативами.

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 последующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся 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.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, 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 1–4-х классах;

по шестидневной учебной неделе в 5–11-х классах.

Понедельник–пятница с 08.00 до 18.35.

Суббота с 08.00 до 15.00.

Выходной день – воскресенье.

В праздничные дни, установленные законодательством РФ, школа не работает.

В каникулярные дни общий режим работы школы регламентируется приказом директора, в котором устанавливается особый график работы.

3.2. Продолжительность урока (академический час):

- 1-е классы - 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 по 35 минут каждый; январь-май – по 4 урока по 40 минут каждый);

- во 2–11-х классах составляет 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в 2 смены.

Начало уроков в первую смену – 8.00, во вторую – 13.00.

Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00.

Проведение нулевых уроков запрещено.

1 смена – 1а, 1б, 1в, 4а, 4б, 5а, 5б, 9а, 9б, 10а, 11а;

2 смена – 2а, 2б, 3а, 3б, 6а, 6б, 6в, 7а, 7б, 8а, 8б.

3.4. Во второй смене не могут обучаться обучающиеся 1-ых, 9-ых и 11-ых классов.

3.5. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 мин, три большие перемены: после второго урока -15 мин., третьего урока – 15 мин, четвертого урока (в 1 смене)- 15 мин., пятого урока (в 1 смене)- 20 минут.

3.6.

При организации обучения первоклассников соблюдаются следующие нормативы:

сентябрь-октябрь – 3 урока в день продолжительностью 35 минут;

ноябрь-декабрь – 4 урока в день продолжительностью 35 минут;

январь-май – 4 урока в день продолжительностью 40 минут.

Каждый учебный день предусматривает большой перерыв длительностью 40 минут.

3.7. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся 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 – 6-х классах – шести;
- в 7 – 11-х классах – семи.

3.8. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

4. Максимальная учебная нагрузка обучающихся в неделю

– для обучающихся 1-х классов в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 не превышает максимально допустимую аудиторную недельную нагрузку при пятидневной учебной неделе и составляет:

Класс	1 класс
Максимальная нагрузка	21 час

- для обучающихся 2-4-х классов в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 не превышает предельно допустимую нагрузку при пятидневной учебной неделе и составляет:

Класс	2 класс	3 класс	4 класс
Максимальная нагрузка	23 часа	23 часа	23 часа

- для обучающихся 5-11-х классов в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10 не превышает предельно допустимую нагрузку при шестидневной учебной неделе и составляет:

Класс	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	10 класс	11 класс
Максимальная нагрузка	32ч.	33ч.	35ч.	36ч.	36ч.	37ч.	37ч.

5. Максимальная учебная нагрузка обучающихся в течение дня

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

6. Особенности организации образовательного процесса

6.1. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более групп и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, в том числе в которых изучается иностранный язык, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

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

6.3. 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.

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

7. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

7.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

7.2. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.

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

7.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

7.5. 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.

8. Режим внеурочной деятельности

8.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора школы.

8.2. 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.

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

9. Заключительные положения.

Режим занятий обучающихся может быть изменен или отменен по решению Педагогического совета Школы. Об изменении его может ходатайствовать любой учитель, администрация и Совет Учреждения.