

ПРИНЯТО
на заседании педсовета
протокол № 10
от 22.08.2022 г



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ Гришинская школа
Л.И. Морлухай
приказ № 115 от 22.08.2022 г.

Режим занятий

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ (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

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.

2.1. 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.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального, основного, среднего общего образования составляет 170 учебных дней без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе - 165 учебных дня.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды:

Четверти - 1-9 классы

Полугодия - 10-11 классы

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.5. 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;

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-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.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. В соответствии с требованиями постановления Главного государственного санитарного врача

России от 30.06.2020 № № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»

3.4. После второго, пятого и шестого уроков обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после первого, третьего, четвертого уроков по 20 минут

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Расписание звонков для 1 класса (I полугодие)

| № урока | Урок | | Продолжительность урока | Продолжительность перемены |
|---------|--------|-------|-------------------------|--------------------------------|
| | Начало | Конец | | |
| 1 | 8.30 | 9.05 | 35 минут | 30 минут |
| 2 | 9.35 | 10.10 | | 20 минут |
| 3 | 10.30 | 11.05 | | Динамическая пауза 40 минут |
| 4 | 11.45 | 12.20 | | 20 минут |
| 5 | 12.40 | 13.15 | | 20 минут |

Расписание звонков для 1 класса (II полугодие)

| № урока | Урок | | Продолжительность урока | Продолжительность перемены |
|---------|--------|-------|-------------------------|----------------------------|
| | Начало | Конец | | |
| 1 | 8.30 | 9.10 | 40 минут | 25 минут |
| 2 | 9.35 | 10.15 | | 15 минут |
| 3 | 10.30 | 11.10 | | Динамическая пауза |

| | | | |
|---|-------|-------|----------|
| | | | 40 минут |
| 4 | 11.50 | 12.30 | 10 минут |
| 5 | 12.40 | 13.20 | 20 минут |

3.6. Расписание звонков для 2-11 классов

| № урока | Урок | | Продолжительность урока | Продолжительность перемены |
|---------|--------|-------|-------------------------|----------------------------|
| | Начало | Конец | | |
| 1 | 8.30 | 9.15 | 45 минут | 20 минут |
| 2 | 9.35 | 10.20 | | 10 минут |
| 3 | 10.30 | 11.15 | | 20 минут |
| 4 | 11.35 | 12.20 | | 20 минут |
| 5 | 12.40 | 13.25 | | 10 минут |
| 6 | 13.35 | 14.20 | | 10 минут |
| 7 | 14.30 | 15.15 | | |

Понедельник - пятница расписание уроков

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

3.8. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7-10 лет не позднее 17.00, для детей 10-18 лет не позднее 18.00.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более группы.

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

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

4.5. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3-х классах - 1,5 ч, в 4-5-х классах - 2 ч, в 6-8-х классах - 2,5 ч, в 9-11-х классах - 3,5 ч. Домашние задания в 1-м классе не задаются.

5. Режим внеурочной деятельности

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

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. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 20 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

5.4. Продолжительность внеурочных занятий во 2-10 классе составляет 45 мин., в 1-м классе:

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

5.4. Допускается проведение курсов внеурочной деятельности в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни

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