

ПРИНЯТО  
на заседании педсовета  
протокол № 13  
от 29.08.2024 г

Утверждено  
И. о. директора школы  
\_\_\_\_\_ Н. Б. Новошинской  
Приказ № 140 от 29.08.2024г

## РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1.1 Настоящий режим занятий учащихся МБОУ Гришинская 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», утвержденным 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 человека факторов среды обитания**», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 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. 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.

2.2. Учебный год составляют учебные периоды:

Четверти - 1-11 классы

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

2.4. 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 1-11-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 образовательной 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

N.• 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 изучения 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. 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 астрономический час)**. 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, утверждённым 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.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 701031612826891639560652498134944806191634740995

Владелец Новошинская Наталья Борисовна

Действителен с 13.09.2024 по 13.09.2025