

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №30»
городского округа город Стерлитамак Республики Башкортостан

Принят
Советом школы
МАОУ «СОШ №30»
г.Стерлитамак Республики
Башкортостан
(протокол от 30.08.2022 № 1)

УТВЕРЖДЕН
приказом директора
МАОУ «СОШ №30» г.Стерлитамак
Республики Башкортостан
от 31.08.2022 № 478

Режим занятий обучающихся

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящий Режим занятий обучающихся МАОУ «СОШ №30» г.Стерлитамак Республики Башкортостан (далее – школа) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», 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)», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача от 30.06.2020 № 16, СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 № 28, 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.

Школа обеспечивает безопасный режим функционирования с соблюдением ограничительных и профилактических мер, проведением противоэпидемических мероприятий с целью недопущения распространения инфекционных заболеваний.

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. ПРОВЕДЕНИЕ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ.

МАОУ «СОШ №30» обеспечивает соблюдение профилактических мер:

2.1. Использование имеющихся в МАОУ «СОШ № 30» входов в здание.

Для 1-4 классов – использовать для входа в школу запасный выход № 4 (со стороны ДОУ № 78), для выхода из школы – запасные выходы № 1 и № 2.

Для 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 классов, для учителей, сотрудников и посетителей – использовать для входа и выхода из школы центральный вход.

2.2. Проведение ежедневных утренних фильтров на всех входах в здание с обязательной термометрией бесконтактными термометрами с целью выявления и недопущения лиц с признаками респираторных заболеваний и лиц с температурой $37,1^{\circ}\text{C}$ и выше (с занесением данных в журнал для внесения результатов в отношении лиц с температурой тела $37,1^{\circ}\text{C}$ и выше) (п. 2.2. СП 3.1/2.4.3598-20).

2.3. В случае наличия у учащихся (работников) признаков инфекционных заболеваний обеспечить информирование родителей (законных представителей) учащихся и изоляцию указанных лиц до приезда бригады скорой (неотложной) медицинской помощи либо прибытия родителей (законных представителей) или самостоятельной самоизоляции в домашних условиях. При этом дети размещаются отдельно от взрослых.

2.4. Продолжить реализовывать профилактические и противоэпидемические мероприятия, включающие:

- регулярное обеззараживание воздуха с использованием соответствующего оборудования;
- проветривание помещений в соответствии с графиком учебного, тренировочного, иных организационных процессов и режимом работы школы;
- проведение антисептической обработки рук при входе в здание школы, помещения для приема пищи и санитарные узлы;
- проведение еженедельной генеральной и ежедневной влажной уборки помещений с применением дезинфицирующих средств с обработкой всех контактных поверхностей;

2.5. Закрепление за каждым классом отдельного кабинета (за исключением кабинетов, требующих специального оборудования (в том числе физическая культура, изобразительное искусство, трудовое обучение, технология, физика, химия, информатика));

2.6. Обеспечение проведения генеральной уборки всех помещений с применением моющих и дезинфицирующих средств и очисткой вентиляционных решеток непосредственно перед началом функционирования организации не реже одного раза в неделю, (п. 2.3 СП 3.1/2.4.3598-20).

2.7. Обеспечение полноценного функционирования фрагм и форточек во всех кабинетах школы (п. 2.3. СП 3.1/2.4.3598-20).

2.8. Ежедневный контроль работников, участвующих в приготовлении и раздаче пищи, организация работы обслуживающего персонала с использованием средств индивидуальной защиты органов дыхания (одноразовых масок), перчаток. При этом смену одноразовых масок производить не реже 1 раза в 3 часа (п. 2.3 сп 3.1/2.4.3598-20).

2.9. Обеспечение запаса дезинфекционных средств, обладающих бактерицидным действием для обработки помещений, оборудования, посуды; антисептических средств для обработки рук с дозаторами и установка приборов для обеззараживания воздуха, пп. 2.3., 2.5 СП 3.1/2.4.3598-20.

2.10. Обеспечение мытья посуды и столовых приборов в посудомоечных машинах при максимальных температурных режимах (п. 2.3 СП 3.1/2.4.3598-20).

2.11. Организация питьевого режима с использованием упакованной питьевой воды промышленного производства, в том числе через установки с дозированным розливом воды (куллеры, помпы), обеспечение достаточного количества одноразовой посуды и проведение обработки кулеров и дозаторов. При применении одноразовой посуды

производить сбор использованной одноразовой посуды в промаркированные одноразовые плотно закрываемые пластиковые пакеты (п. 10.5. СанПиН 2.4.5 2409-08).

3. УЧЕБНЫЙ ГОД

3.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования.

3.2. 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.

3.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти, полугодия. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий - 2

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

3.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, полугодий, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточных аттестаций устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

4. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

4.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1– 11-х классах.

4.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах 40 мин.

Согласно СанПиН п.3.4.16 обучение в 1-м классе МАОУ «СОШ №30» осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- 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 в день по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый).

Объем учебной нагрузки для обучающихся 1-х классов не превышает 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков за счет урока физической культуры. Предельно допустимая недельная нагрузка составляет 21 час.

С целью реализации «ступенчатого» метода постепенного наращивания учебной нагрузки в первом классе, обеспечивается организация адаптационного периода в соответствии с письмом Минобразования РФ от 20 апреля 2001года № 408/13-13 «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы. С целью снятия статического напряжения первоклассников в сентябре и октябре, на четвертых уроках в МАОУ «СОШ № 30» используется не классно-урочная, а иные формы организации учебного процесса.

В течение восьми недель последними часами в 1 классах проводятся уроки физической культуры, а также уроки по другим предметам в форме уроков-игр, уроков-театрализаций, уроков-экскурсий, уроков-импровизаций и т. п.

В 1 классе обучение ведётся без домашних заданий.

Для поддержания недельной работоспособности учащихся, предупреждения переутомления в расписании занятий предусмотрены облегчённые дни (среда или четверг).

С целью профилактики утомления учащихся, нарушения зрения, осанки на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз.

Время прихода: 07.30 (запасный выход № 4)

Время ухода: 10.40 (сентябрь, октябрь); 11.30 (ноябрь, декабрь); 12.30 (январь, май)

4.3. Учебные занятия в школе организованы в соответствии с гибким графиком. Начало уроков для каждой параллели в соответствии с пунктами 4.5 и 5.1.

4.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10 мин, после второго или третьего урока – 20 мин.

4.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь – октябрь	Ноябрь-декабрь	Январь - май
1	08:00–08:35	08:00–08:35	08:00–08:40
2	08:45–09:20	08:45–09:20	08:50–09:30
Динамическая пауза	09:20 -09:50	09:20 -10:00	09:30 -10:00
3	09:50- 10:25	10:00–10:35	10:00–10:40
4		10:45–11:20	10:50–11:30
5			11:40 – 12.20

5.ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА УЧАЩИХСЯ МАОУ «СОШ №30»

5.1. Расписание звонков учащихся 2 - 11 классов

№ урока	Время урока	Перемена
1	08.00 - 08.40	15 мин
2	08.55 - 09.35	15 мин
3	09.50 - 10.30	15 мин
4	10.45 - 11.25	15 мин
5	11.40 - 12.20	15 мин
6	12.35 - 13.15	15 мин
7	13.30 - 14.10	15 мин
8	14.25 - 15.05	10 мин
9	15.15 - 15.55	10 мин
10	16.05 - 16.45	5 мин
11	16.50 - 17.30	5 мин
12	17.35 - 18.15	5 мин
13	18.20 - 19.00	5 мин

5.2. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников и шкалой трудности учебных предметов и имеют облегченный учебный день в среду или четверг.

5.3. Количество уроков не превышает:

- 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.

5.4. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Начало уроков в первую смену – 8.00, во вторую – 13.30. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00.

6.ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА.

6.1. 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.

6.2. 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.

6.3. 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 школе.

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. Школа вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.

7.2. Продолжительность уроков в дистанционном формате определяется учителем в соответствии с требованиями СП 3.1/2.4.3598-20, СП 2.4.3648-20 и составляет не более 40 минут.

7.3. Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 20 минут, а большая перемена (для перерыва на обед) – 40 минут.

7.4. Учебные занятия в дистанционном формате оканчиваются не позднее 18 часов.

7.5. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

8. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

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

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

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

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

8.5. Перерыв между занятиями урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут

9. ГРАФИК ПИТАНИЯ В МАОУ «СОШ №30».

В школьной столовой 190 посадочных мест

	Время	Классы
	07.45-07.55	Завтрак ОВЗ: 1р, бз, 5, 8, 9, 10, 11
1 урок	08.00-08.40	
	перемена	1 классы, завтрак для ОВЗ 5, 9д
2 урок	08.55-09.35	
	Перемена	завтрак 2 классы, 4а
3 урок	09.50-10.30	2 д, е
	Перемена	5,8а, б, в классы
4 урок	10.45-11.25	
	Перемена	Обед для ОВЗ, 1р
5 урок	11.40-12.20	
	Перемена	Завтрак ОВЗ для 3, 4 классов
6 урок	12.35-13.15	
	Перемена	Обеды 3 классы, завтрак ОВЗ 6 для 6,7 классы
7 урок	13.30-14.10	
	Перемена	Обеды для 4 классов
8 урок	14.25-15.05	
	Перемена	Обеды для 6,7 классов

**10. ГРАФИК ПРОВЕТРИВАНИЯ КАБИНЕТОВ, РЕКРЕАЦИИ И САУЗЛОВ
В МАОУ «СОШ №30»**

Уроки	Проветривание рекреаций и санузлов (сквозное)	Проветривание кабинета 1, 4, 8 речевого класса (несквозное)	Проветривание кабинетов 5, 8, 9, 10, 11 классы (несквозное)	Проветривание учебных кабинетов на переменах (сквозное)
1.	08.10 – 08.20	08.00 - 08.40	08.00 - 08.40	Режим проветривания проводится в зависимости от расписания звонков и погодных условий
2.	08.45 – 08.55	08.55 - 09.35	08.55 - 09.35	
3.	09.40 – 09.50	09.50 - 10.30	09.50 - 10.30	
4.	11.35 – 11.45	10.45 - 11.25	10.45 - 11.25	
5.	11.10 – 11.20	11.40 - 12.20	11.40 - 12.20	
6.	12.00-12.10	12.35 - 13.15	12.35 - 13.15	
7.	12.45-12.55	13.30 – 14.10	13.30 – 14.10	
Уроки	Проветривание рекреаций и санузлов (сквозное)	Проветривание кабинетов 2,3 классы (несквозное)	Проветривание кабинетов 6, 7 классы (несквозное)	Проветривание кабинетов 6, 7 классы (несквозное)
1.	12.55 – 13.20	12.35 - 13.15	12.35 - 13.15	Режим проветривания проводится в зависимости от расписания звонков и погодных условий
2.	13.45 - 13.55	13.30 – 14.10	13.30 – 14.10	
3.	14.35 - 14.45	14.25 – 15.05	14.25 – 15.05	
4.	15.20 - 15.30	15.20 – 16.00	15.20 – 16.00	
5.	16.05 - 16.15	16.05 - 16.45	16.05 - 16.45	
6.	17.30 - 17.40	16.50 - 17.30	16.50 - 17.30	
7.	18.20 – 18.40	17.35 - 18.15	17.35 - 18.15	
8.	19.00 - 20.00	18.20 - 19.00	18.20 - 19.00	

11. ГРАФИК РЕЦИРКУЛЯЦИИ ВОЗДУХА В ПОМЕЩЕНИЯХ
В МАОУ «СОШ №30».

1 этаж		2 этаж		3 этаж		4 этаж	
кабинеты	время	кабинет	время	кабинет	время	кабинет	время
101 -109, спортзал, мастерская,	16.30- 20.30	201-213, кабинет директора, приемная, кабинет заместителей директора	18.00- 21.00	301-309	18.00- 21.00	401-411	18.00- 21.00
столовая	08.00- 09.00 10.00- 11.00 12.00- 13.00 14.0 – 15.00 16.00- 17.00	Рекреация	09.00- 10.00 11.00- 12.00 13.00- 14.00 15.00- 16.00 17.00- 18.00	Рекреация	09.00- 10.00 11.00- 12.00 13.00- 14.00 15.00- 16.00 17.00- 18.00	Рекреация	09.00- 10.00 11.00- 12.00 13.00- 14.00 15.00- 16.00 17.00- 18.00
Рекреация	09.00- 10.00 11.00- 12.00 13.00- 14.00 15.00- 16.00 17.00- 18.00	Санузлы	08.00- 09.00 10.00- 11.00 12.00- 13.00 14.00 - 15.00 16.00- 17.00 18.00- 19.00	Санузлы	08.00- 09.00 10.00- 11.00 12.00- 13.00 14.00 - 15.00 16.00- 17.00 18.00- 19.00	Санузлы	08.00- 09.00 10.00- 11.00 12.00- 13.00 14.00 - 15.00 16.00- 17.00 18.00- 19.00
Санузлы	08.00- 09.00 10.00- 11.00 12.00- 13.00 14.00 - 15.00 16.00- 17.00 18.00- 19.00						

Никольская Олеся Анатольевна, секретарь учебной части
8(3473)24-32-68, schule30@mail.ru