

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
протокол № 1 от 28.08.2026 г.

СОГЛАСОВАНО

На заседании управляющего совета
протокол № 1 от 29.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом МАОУ СОШ № 9
от 31.08.2026 № 136-О



**Положение
о режиме занятий учащихся
Муниципального автономного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №9
с углубленным изучением отдельных предметов»**

1. Общие положения

1.1. Режим занятий учащихся Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №9 с углубленным изучением отдельных предметов» (далее – Образовательная организация) устанавливается на основе требований:

- закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 02.06.2026 № 19;
- 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.
- Устава Образовательной организации;
- Правил внутреннего трудового распорядка;
- Правил внутреннего распорядка учащихся.

1.2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий учащихся Образовательной организации в части режима учебной деятельности, питания, внеклассной деятельности, двигательной активности, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации.

1.3. Организация образовательного процесса в Образовательной организации регламентируется учебным планом, годовым календарным учебным графиком и расписаниями занятий, разрабатываемыми и утверждаемыми Образовательной организацией самостоятельно.

2. Режим учебной деятельности учащихся

2.1. Первый и последний день учебного года в Образовательной организации для учащихся 1-11 классов определяется годовым календарным учебным графиком. Годовой календарный учебный график утверждается приказом директора с учетом мнения Педагогического совета Образовательной организации и по согласованию с Управляющим советом.

2.2. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки учащихся с учетом здоровьесберегающих технологий, учебный год делится на четверти. Между четвертями - каникулы. Этим достигается приблизительно равномерное распределение

учебной нагрузки в течение всего учебного года, равномерная интервальность отдыха учащихся.

2.3. Продолжительность каникул в течение учебного года не менее 30 календарных дней, летом - не менее 8 календарных недель. Для учащихся первых классов в течение года устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине 3 четверти.

2.4. 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.

2.5. Образовательная организация работает по шестидневной неделе. Учебный план реализуется по пятидневной учебной неделе.

Для учащихся в субботние дни организуются консультации, дополнительные занятия, внеклассная работа, работа секций, кружков и клубов, внеурочная деятельность, платные образовательные услуги. Для учащихся 7-9 классов часы части, формируемой участниками образовательных отношений, вынесены на субботу. Выходные дни: воскресенье, праздничные дни.

2.6. В учебное время первая половина дня отводится непосредственно образовательной деятельности, вторая половина дня отводится внеклассной и внеурочной деятельности, направленной на физическое, художественно-эстетическое, интеллектуальное развитие учащихся. В случае обучения во вторую смену внеурочная деятельность, внеклассные занятия организуются в первой половине дня и в субботу.

2.7. Учебные занятия начинаются в 8.00. При наличии, учебные занятия второй смены начинаются в 13.30.

2.8. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:

- для учащихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю — не более 5 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 2-4-х классов — не более 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
- для учащихся 5-6-х классов — не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-11-х классов — не более 7 уроков.

2.9. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных и дополнительных занятий. Дополнительные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом дополнительных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

2.10. Расписание уроков составляется с учетом шкалы трудности учебных предметов.

При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для учащихся начального общего образования основные предметы (математика, русский язык и иностранный язык, окружающий мир) необходимо чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда (технологии), физической культуры; для учащихся основного и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

2.11. В начальных классах двойные уроки не проводятся.

2.12. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4-м уроках.

2.13. Продолжительность урока во 2-11 классах составляет 40 минут.

2.14. Обучение в 1-х классах осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- использование «ступенчатого» режима обучения: 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;

- для посещающих группу продленного дня необходима организация 2-разового питания и прогулок.

2.15. Между уроками устанавливаются перерывы (перемены) продолжительностью не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 уроков) – 20-30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

2.16. При проведении занятий по иностранному языку в 2-11 классах, информатике, физической культуре в 10-11 классах, физике, химии (во время практических занятий), допускается деление класса на две группы при наполняемости 25 человек и более. В 10-11-х классах при организации профильного обучения классы делятся на группы согласно выбранному профилю. При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью.

3. Режим питания учащихся

3.1. Образовательная организация возлагает на себя организацию питания учащихся. Образовательная организация имеет помещение для питания учащихся. Для организации питания могут привлекаться предприятия общественного питания, взаимодействие с которыми происходит на договорной основе. Порядок организации питания учащихся определен локальными нормативными актами Образовательной организации.

3.2. При организации продленного дня в Образовательной организации предусмотрено двухразовое питание учащихся.

4. Режим внеклассной и внеурочной деятельности

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету и кружковая работа организуется во второй половине дня и должна учитывать возрастные особенности учащихся, обеспечивать баланс между двигательными-активными и статическими занятиями.

4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности в разновозрастных группах.

4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируются Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами;

4.4. В режиме дня групп продленного дня должны обязательно предусматриваться: питание, прогулка, самоподготовка, кружковая работа и проведение физкультурно - оздоровительных мероприятий.

4.5. После окончания учебных занятий в группе продленного дня для восстановления работоспособности учащихся перед выполнением домашних заданий организуется отдых длительностью не менее 2 часов. Основная часть этого времени отводится прогулкам и играм на свежем воздухе. Прогулки рекомендуется сопровождать спортивными, подвижными играми и физическими упражнениями. В непогоду подвижные игры можно переносить в хорошо проветриваемые помещения.

5. Режим двигательной активности учащихся

5.1. Двигательная активность учащихся помимо уроков физической культуры в образовательном процессе обеспечивается за счет:

- физкультминуток;
- динамического часа в начальной школе;
- организованных подвижных игр на переменах;
- спортивного часа для детей, посещающих группу продленного дня;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

5.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и

физической подготовленности учащихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

5.3. Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С учащимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

5.4. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях и туристских походах учащихся допускают с разрешения медицинского работника.

6. Режим выполнения домашних заданий

6.1. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

- во 2-3 классах — 1,5 ч.,
- в 4-5 классах — 2 ч.,
- в 6-8 классах — 2,5 ч.,
- в 9-11 классах — до 3,5 ч

7. Режим работы в активированные дни

7.1. В активированный день деятельность Образовательной организации осуществляется в соответствии с утвержденным режимом работы, деятельность педагогических работников - в соответствии с установленной учебной нагрузкой, расписанием учебных занятий.

7.2. В период установления затяжных морозов администрация Образовательной организации имеет право изменить режим работы (например: начало занятий с 11ч.00м.).

7.3. Решение о возможности непосещения учащимся школы в активированный день принимают родители (законные представители).

7.4. В случае прихода учащегося в Образовательную организацию в активированный день учебные занятия посещаются им согласно расписанию.

7.5. В случае отсутствия учащегося на учебных занятиях в активированный день, он самостоятельно выполняет задания, получая их от классного руководителя (учителя-предметника) в различной форме (СМС-сообщения, электронная почта, через дистанционные образовательные технологии).

8. Особенности организации образовательного процесса при электронном и дистанционном формате

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

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

8.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

8.4. 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.