

СОГЛАСОВАНО  
Педагогическим советом  
МБОУ «Санкинская СОШ»  
(протокол от 25.01.2021 № 1)

УТВЕРЖДАЮ  
И.о.директора  
МБОУ «Санкинская СОШ»  
\_\_\_\_\_Н.Н.Морозова  
Приказ №\_6/7\_ от «25» января 2021 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ В МБОУ «САНКИНСКОЙ СОШ»

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящий Режим занятий учеников МБОУ «Санкинская СОШ» (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.

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. 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 следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год для учеников очно-заочной, заочной форм обучения 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.

2.3. Продолжительность учебного года для учеников уровней начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в классах, обучающихся по АООП, 9, 11 классах, в 1-м классе - 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти  
Количество четвертей в учебном году - 4

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы.

2.6. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

2.7. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти.

2.8. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

2.9. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

2.10. 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 40 мин. В первых классах применяется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки: сентябрь, октябрь – 3-4 урока по 35 минут каждый (для прохождения учебной программы четвертые уроки заменяются целевыми прогулками на свежем воздухе, уроками физической культуры, уроками – играми, уроками – театрализациями, уроками экскурсиями); ноябрь- декабрь – по 4 урока по 35 минут каждый; январь-май – по 4 урока по 40 минут каждый. В середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смены. Начало уроков в первую смену - 08 ч 30 мин,. Занятия заканчиваются не позднее 14.30.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10 мин, после второго, третьего, урока - 20 мин. Так как обучение в 1 классе осуществляется в класс – комплекте (1,3 класс), то продолжительность перемен в сентябре – декабре увеличивается на 5 мин)

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

| Урок | Сентябрь - декабрь | Январь - март |
|------|--------------------|---------------|
| 1    | 8.30 – 9.05        | 08.30-09.10   |
| 2    | 9.20 – 10.00       | 09.20-10.00   |
| 3    | 10.20 – 10.55      | 10.20-11.00   |
| 4    | 11.20 –11.55       | 11.20-12.00   |
| 5    |                    | 12.10 – 12.50 |

Расписание звонков 2 – 11 классы:

|   | Урок          |
|---|---------------|
| 1 | 08.30-09.10   |
| 2 | 09.20-10.00   |
| 3 | 10.20-11.00   |
| 4 | 11.20-12.00   |
| 5 | 12.10 – 12.50 |
| 6 | 13.00 – 13.40 |
| 7 | 13.50 – 14.30 |

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническим требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников и шкалой трудности учебных предметов.

Количество уроков не превышают в:

В 1-х классах - четырех или один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;

2-4-х классах - пяти и один раз в неделю возможно шесть за счет уроков физической культуры;

5-6-х классах шести;

7-11-х классах - семи.

### 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%.

## 5. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА В ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ

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

5.2. 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. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов.

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

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

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

## 6. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

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

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

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

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

6.4. Перерыв между занятиями урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением занятий с обучающимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.