

Рассмотрено и принято на
заседании Педагогического Совета
МОУ СОШ им.Н.Г.Зырина
р.п.Измайлово
МО «Барышский район»
Протокол № 1 от 29.08.2022.г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ СОШ
им.Н.Г.Зырина
р.п.Измайлово
МО «Барышский район»

Жидкова В.Т.
Приказ № 276 от 01.09..2022г

Режим занятий учащихся

муниципального общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа
имени Героя Социалистического Труда Н.Г.Зырина р.п.Измайлово»
муниципального образования «Барышский район» Ульяновской области

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МОУ СОШ им.Н.Г.Зырина р.п.Измайлово МО «Барышский район» (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», утверждённые Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 (с дополнениями, изменениями)
- Устава школы

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

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 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.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся 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.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: Количество триместров в учебном году -3

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, 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;
-

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

Продолжительность урока в компенсирующих классах не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков – 8.30 .

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 -15 мин, после третьего и четвертого уроков – 20 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Режим работы первом классе в адаптационный период : Продолжительность урока для 1 класса в сентябре -октябре 3 урока по 35 минут.

Расписание звонков для учащихся 1 класса в сентябре-октябре:

1 урок	8-30-9-05	
перемена		10 минут (9-05-9-15)
2 урок	9-15-9-50	
Динамическая пауза		40 минут (9-50-10-30)
перемена		10 мин(10-30-10-40)
3 урок	10-40-11-15	
Целевая прогулка	11-15-11-50	

Продолжительность урока для 1 класса в ноябре- декабре 4 урока по 35 минут.

Расписание звонков для учащихся 1 класса в ноябре- декабре:

1 урок	8-30-9-05	
перемена		10 минут (9-05-9-15)
2 урок	9-15-9-50	
Динамическая пауза		40 минут (9-50-10-30)
перемена		10 мин(10-30-10-40)
3 урок	10-40-11-15	
перемена		20 минут(11-15-11-35)
4 урок	11-35-12-10	

Продолжительность урока для 1 класса в январе - мае 4 урока по 40 минут. Расписание звонков для учащихся 1 класса в январе-мае:

1 урок	8-30-9-10	
перемена		15 минут (9-10-9-25)
2 урок	9-25-10-05	
Динамическая пауза		40 минут (10-05-10-45)
перемена		10 минут(10-45-10-55)
3 урок	10-55-11-35	
перемена		20 минут(11 -35-11-55)
4 урок	11-55-12-35	
перемена		10 минут(12-45-12-55)
5 урок	12-55-13-35	

Объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять для обучающихся 1-х классов не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю не более 5 уроков за счет урока физической культуры.

Продолжительность урока для 2-4 классов - 40 минут.

	Время урока	Время перемены
1 урок	8-30-9-10	15 минут (9-10-9-25)
2 урок	9-25-10-05	10 минут(10-05-10-15)
3 урок	10-15-10-55	20 минут(10-55-11-15)
4 урок	11-15-11-55	10 минут(11-55-12-15)
5 урок	12-15-12-55	10 минут(12-55-13-05)

Продолжительность урока для 5-11 классов - 40 минут.

	Время урока	Время перемены
1 урок	8-30-9-10	15 минут (9-10-9-25)
2 урок	9-25-10-05	10 минут(10-05-10-15)
3 урок	10-15-10-55	20 минут(10-55-11-15)
4 урок	11-15-11-55	10 минут(11-55-12-15)
5 урок	12-15-12-55	10 минут(12-55-13-05)
6 урок	13-05-13-45	10 минут(13-45-13-55)
7 урок	13-55-14-35	

3.6. 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.

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 режима занятий при электронном и дистанционном обучении

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

5.2. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.

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

5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

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

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 календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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