

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Старозеленовская средняя школа»

СОГЛАСОВАНО

на заседании Совета школы  
Протокол № 1 от «30 » августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МКОУ «Старозеленовская  
средняя школа» \_\_\_\_\_ Г.Р.Байгузина

Приказ №105 от «1 » сентября 2023 г.

## РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧЕНИКОВ

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящий режим занятий учеников МКОУ «Старозеленовская средняя школа» (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 условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- 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.

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. 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.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: триместры. Количество триместров в учебном году – три.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней. При триместровой форме учебных периодов дополнительные каникулы ученикам 1-го класса совпадают со вторыми зимними каникулами.

2.5. 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 1–9-х классах;
- 3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:
- 35 минут в сентябре–декабре;
- 40 минут в январе–мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смены.

3.3.1. Начало уроков – 8:30.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10 минут, после второго и третьего урока – 20 минут.

### 3.5. Расписание звонков для 1-го класса

Образовательная деятельность	Сентябрь- октябрь	Ноябрь-декабрь	Январь-май
1-й урок	8 <sup>30</sup> – 9 <sup>05</sup>	8 <sup>30</sup> – 9 <sup>05</sup>	8 <sup>30</sup> – 9 <sup>10</sup>
1-я перемена	9 <sup>05</sup> – 9 <sup>15</sup>	9 <sup>05</sup> – 9 <sup>15</sup>	9 <sup>10</sup> – 9 <sup>20</sup>
2-й урок	9 <sup>15</sup> – 9 <sup>50</sup>	9 <sup>15</sup> – 9 <sup>50</sup>	9 <sup>20</sup> – 10 <sup>00</sup>
2-я перемена	9 <sup>50</sup> – 10 <sup>30</sup> <i>Динамическая пауза</i>	9 <sup>50</sup> – 10 <sup>30</sup> <i>Динамическая пауза</i>	10 <sup>00</sup> – 10 <sup>40</sup> <i>Динамическая пауза</i>
3-й урок	10 <sup>30</sup> – 11 <sup>05</sup>	10 <sup>30</sup> – 11 <sup>05</sup>	10 <sup>40</sup> – 11 <sup>20</sup>
3-я перемена	-	11 <sup>05</sup> – 11 <sup>25</sup>	11 <sup>20</sup> – 11 <sup>40</sup>
4-й урок	-	11 <sup>25</sup> – 12 <sup>00</sup>	11 <sup>40</sup> – 12 <sup>20</sup>
4-я перемена			
5-й урок	-	-	-
Внеурочная деятельность	с 11 <sup>35</sup>	с 12 <sup>30</sup>	с 12 <sup>50</sup>

### Расписание звонков для 2–11-х классов

Образовательная деятельность	Расписание звонков
1-й урок	8 <sup>30</sup> – 9 <sup>10</sup>
1-я перемена	9 <sup>10</sup> – 9 <sup>20</sup>
2-й урок	9 <sup>20</sup> – 10 <sup>00</sup>
2-я перемена	10 <sup>00</sup> – 10 <sup>20</sup>
3-й урок	10 <sup>20</sup> – 11 <sup>00</sup>
3-я перемена	11 <sup>00</sup> – 11 <sup>20</sup>
4-й урок	11 <sup>20</sup> – 12 <sup>00</sup>
4-я перемена	12 <sup>00</sup> – 12 <sup>10</sup>
5-й урок	12 <sup>10</sup> – 12 <sup>50</sup>
5-я перемена	12 <sup>50</sup> – 13 <sup>00</sup>
6-й урок	13 <sup>00</sup> – 13 <sup>40</sup>
6-я перемена	13 <sup>40</sup> – 13 <sup>50</sup>
7-й урок	13 <sup>50</sup> – 14 <sup>30</sup>
Перерыв между уроками и внеурочными занятиями	30 мин

3.5. 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 урока

физической культуры;

во 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет

физической культуры;

в 5 – 6-х классах – шести уроков; в 7 – 11-х классах – семи уроков.

3.6. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников 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 проводятся 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 СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

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

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. 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.

#### **6. Режим внеурочной деятельности**

- 6.1. В соответствии с письмом Министерства просвещения и воспитания Ульяновской области от 30.08.2023 г. № 73-ИОГВ-01-по.01/1041 « Об организации внеурочных занятий «Разговор о важном» в 2023-2024 учебном году» еженедельно по понедельникам первым уроком в 1-4-х классах в рамках внеурочной деятельности проводятся внеурочные занятия « Разговоры о важном», которым предшествует торжественная линейка с поднятием флага и прослушиванием гимна РФ.
- 6.2. В соответствии с письмом Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О направлении информации о внедрении Единой модели профессиональной ориентации» внедряется профминимум. Еженедельно по четвергам в 6-9 классах проводятся внеурочные занятия по профориентации « Россия - мои горизонты».
- 6.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.
- 6.4. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с обучающимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.
- 6.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.