

**СОГЛАСОВАНО**

Протокол заседания  
Попечительского совета №3  
От 21.01.20212021

\_\_\_\_\_ В.Б. Громов

**СОГЛАСОВАНО**

Протокол заседания  
Школьной ДУМы №4  
от 22.01.2021

\_\_\_\_\_ Президент ШР

**РАССМОТРЕНО**

**ПРИНЯТО**  
на заседании  
педагогического  
совета протокол № 7  
от 21.01.2021

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом № 01-31/10-1  
от 22.01.2021

## **Режим занятий обучающихся**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 4 им. Н.А.Некрасова с углубленным изучением английского языка» (далее – средняя 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», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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 Министерства просвещения Российской Федерации от 28.08.2020 № 442.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.3. Режим занятий обучающихся 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 средней 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 без учета государственной итоговой аттестации составляет:

- ✓ для обучающихся уровня начального общего образования – 34 недели, в 1-м классе – 33 недели.
- ✓ для обучающихся уровня основного общего образования – 34 недели.
- ✓ для обучающихся уровня среднего общего образования – 34 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: триместры/ полугодия.  
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 феврале (2 триместр).

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместров/полугодий, 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 1-5-х классах;
- ✓ по шестидневной учебной неделе в 6-11-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах составляет 40 мин.

3.3. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

- ✓ 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 организуются питание(обеда) и прогулки.

- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

3.4. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Проведение нулевых уроков не допускается. Обучение 1-х, 5-х, выпускных 9-х и 11-х классов организовано в первую смену. Начало уроков 8 ч. 30 мин, во вторую – 14 ч 00 мин. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00.

3.5. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после второго или третьего урока – 20 мин.

3.6. Расписание звонков

Основное расписание звонков				
урок	1 смена	Продолжительность перемены (мин.)	2 смена	Продолжительность перемены (мин.)
1 урок	08.30 – 09.10	10	14.00 – 14.40	10
2 урок	09.20 – 10.00	10	14.50 – 15.30	20
3 урок	10.10. – 10.50	10	15.50 – 16.30	10
4 урок	11.00 - 11. 40	20	16.40 – 17.20	10
5 урок	12.00 – 12.40	10	17.30 – 18.10	10
6 урок	12.50 – 13.30	-	18.20 – 19.00	-

3.7. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами.

- Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах

классы	6-дневная учебная неделя не более	5-дневная учебная неделя не более
--------	-----------------------------------	-----------------------------------

1		21
2 - 4		23
5		29
6	33	
7	35	
8 - 9	36	
10 - 11	37	

- объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- ✓ - для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры
- ✓ - для обучающихся 2-4-х классов - не более 5 уроков, и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры при 6 дневной учебной неделе
- ✓ - для обучающихся 5-6-х классов - не более 6 уроков
- ✓ - для обучающихся 7-11-х классов - не более 7 уроков.

#### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. При проведении занятий по иностранному языку, информатике и ИКТ (все уровни общего образования), трудовому обучению (уровень основного общего образования), физической культуре (уровень среднего общего образования) осуществляется деление класса на группы. В случае необходимости при наличии необходимых условий и средств заместитель директора по учебно-воспитательной работе принимает решение о делении на группы классов для проведения учебных занятий по другим предметам.

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%.

4.5. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3-х классах – 1,5 ч, в 4-5-х классах – 2 ч, в 6-8-х классах – 2,5 ч, в 9-11-х классах – 3,5 ч. Домашние задания в 1-м классе не задаются.

#### **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. 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. 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.