

Принят  
на заседании педагогического совета  
МБОУ «СОШ п.Опытный»  
Протокол №1 от 29.08.2024

Утвержден  
приказом №198 от 29.08.2024

## **Режим занятий обучающихся МБОУ «СОШ п.Опытный» на 2024- 2025 учебный год**

### **1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МБОУ «СОШ п.Опытный» 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», 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 2 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования.

2.2. Учебный год для учеников очно-заочной, заочной форм обучения начинается 2 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования.

2.3. Продолжительность учебного года для учеников уровней начального, основного, среднего общего образования составляет 34 недели без учета государственной итоговой аттестации в 9-х и 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти и полугодия. Количество четвертей в учебном году – четыре, полугодий - 2.

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

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей и 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 в режиме пятидневной учебной недели в 1-11 классах с шестым развивающим днем (платные образовательные услуги)

3.2. Продолжительность урока (академического часа) во 2-4 классах составляет 40 минут; в 1 классе используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока по 35 минут каждый, с января по май – по 4 урока по 40 минут каждый). В 5-11 классах 40-45 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в 1-4 классах 08 ч 15 мин., в 5-11 классах – 08ч 30 мин.

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

8ч 15мин. - Каждая учебная неделя начинается с церемонии поднятия государственных флагов Российской Федерации и Чувашской Республики.

8.30 - По понедельникам в 1-11 классах проводится курс «Разговоры о важном», по четвергам в 6-11 классах – курс «Россия – мои горизонты».

### 3.5. Расписание звонков

#### 1-е классы

Образовательная деятельность	Сентябрь–октябрь	Ноябрь–декабрь	Январь–апрель
1-й урок	8:15–8:50	8:15–8:50	8:15–8:50
1-я перемена	8:50-9:00	8:50-9:00	8:55-9:05
2-й урок	9:00–9:35	9:00–9:35	9:05–9:40
Обед	9:45–10:05	9:45–10:25	9:45–10:15
3-й урок	10:05–10:40	10:05–10:40	10:05–10:40
3-я перемена	–	10:40-10:50	10:45-10:55
4-й урок	–	10:50- 11:25	10:55-11:30
4-я перемена	–	11:25-11:35	11:35-11:45
5-й урок	–	11:35-12.15	11:45-12.20
5я перемена	–		
Динамическая пауза(перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности)	40 мин	40 минут	40 мин
Внеурочная деятельность ГПД после 3 уроков)	11:20-14:20	11:20-14:20	-
Внеурочная деятельность ГПД после 4 уроков)	-	12.05-15.05	12.15-15.15
Внеурочная деятельность ГПД после 5 уроков)	-	12.15-15.35	12.25-15.25
Внеурочная деятельность			

Расписание звонков в 5-11 классах (уроки по 40-45 минут)	Расписание звонков во 2-4 классах (уроки по 40 минут)
1 урок            8.30 – 9.15 2 урок            9.25 – 10.10 3 урок            10.25 – 11.10 4 урок            11.30 – 12.15 5 урок            12.30 – 13.10 6 урок            13.20 – 14.00 7 урок            14.10-14.50	1 урок 8.15 - 8.55 (2 - 4 классы) 2 урок 9.05 - 9.45 (2 - 4 классы) <i>Обед 9.45 - 10.05 (1аб, 2 аб классы)</i> 3 урок 9.55 - 10.35 (3аб, 4а классы) 10.05 - 10.45 (1аб,2аб классы) <i>Обед 10.35 – 10.55 ( 3аб,4а классы)</i> 4 урок 10.55 - 11.35 (2-4 классы) 5 урок 11.45 - 12.25 (2-4 классы) ДП -20минут После 4 урока ГПД – 11.55-14.55 После 5 урока ГПД - 12.45-15.45

**График питания обучающихся  
МБОУ «СОШ п.Опытный»**

**ЗАВТРАК**

7.45-8.05-Завтрак обучающихся ОВЗ

8.00-8.15-Завтрак обучающихся на подвозе

**ОБЕД (1-4 классы)**

9.45 - 10.05 (1аб, 2 аб классы)-63

10.35 – 10.55 (3аб,4а классы)-49

**ОБЕД (5-11 классы)**

10.10-10.25-5аб,6а классы-63

11.10-11.30-7аб,8аб классы-88

12.15-12.30-9аб,10а,11а классы-70

**ПОЛДНИК**

12.25-12.45 (1-2 классы)

12.45-13.05 (3-4 классы)

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.

#### **4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей), в том числе при изучении родных языков из числа языков народов Российской Федерации предусмотрено деление класса на группы.

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или 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 процентов.

#### **5. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ И ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ**

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

6.2. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов

внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.

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

6.4. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 20-30 минут.

6.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ОВЗ составляет 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.