

Принято
на педагогическом совете школы
Протокол № 1 от 28.08.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Вурнарская
СОШ №1 им. И.Н. Никифорова»

Приказ №208-ОД от 02.09.2025 г.

**Положение о режиме занятий обучающихся
МБОУ «Вурнарская СОШ №1 им. И.Н. Никифорова»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с

- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" с изменениям постановления №2 от 17 марта 2025
- Федеральными государственными образовательными стандартами с изменениями приказа Минпросвещения от 18.06.2025 № 467;
- ФОП НОО, ФОП ООО, ФОП СОО, утвержденными приказами 370, 371 , 372 от 18.05.2023 с изменениями приказа Минпросвещения 704 от 9.10.2024 г.;
- Методическими рекомендациями 2.4.0380-25. 2.4. Гигиена детей и подростков. Методические рекомендации к санитарным нормам и правилам, регулирующим вопросы обеспечения условий образовательной деятельности, оказания услуг по воспитанию и обучению. Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.05.2025);
- Письмо Минпросвещения России от 01.07.2025 N 03-1326 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по организации процесса обучения в первом классе в адаптационный период (сентябрь-октябрь)").
-

2. Требования к календарному графику

2.1. Учебный год в МБОУ «Вурнарская СОШ №1 им. И.Н. Никифорова» начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

Продолжительность учебных периодов, каникул определяется годовым календарным графиком. Продолжительность каникул не менее 7 дней, летом – не менее 8 недель суммарно не менее 126 дней для 2-8, 10 классов, 42 дня для 11 классов, Для обучающихся первых классов устанавливаются дополнительные каникулы в середине третьей четверти. Возможны дополнительные каникулы в течение учебного года при ЧС со сдвигом учебного процесса на летние месяцы.

Продолжительность учебного года устанавливается основными образовательными программами, фиксируется в годовом календарном графике.

2.2. Обучающиеся 1-11 классов обучаются по пятидневной учебной неделе.

2.3. Обучение 1-11 классов ведется в первую смену, при необходимости организации обучения во вторую смену 1, 5, 9 классы и классы с обучающимися с ограниченными возможностями

здоровья обучаются только в первую смену.

При этом занятия второй смены должны заканчиваться не позднее 19.00. Обучение в третью смену не допускается.

3. Режим дня и расписание уроков

3.1. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами (Приложение 1). При отсутствии предмета в «Шкале трудности учебных предметов» баллы выставляются по аналогии с предметами предметных областей или смежных наук.

3.2. Не допускается предметы с максимальным баллом трудности ставить в расписание последними уроками. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

3.3. Не допускается проведение сдвоенных уроков в 1-4 классах, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке и плаванию.

3.4. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

3.5. Перерыв между последним уроком и началом внеурочной деятельности и (или) дополнительных занятий составляет не менее 30 минут. При этом такие занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

3.6. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

3.7. При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

3.8. Режим дня:

7.40-8.00 – дежурство члена администрации, учителя, дежурного класса по отдельному графику, 7.40-8.00 – прием обучающихся.

Начало уроков не ранее 8.00. Нулевые уроки не допускаются.

Продолжительность уроков - 40 минут.

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) - 15 - 30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

Питание осуществляется по отдельному графику.

Окончание занятий не позднее 19.00. При реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций до 20:00 для детей от 8 до 15 лет и до 21:00 для тех, кто старше 16 лет (постановление Главного государственного санитарного врача от 17 марта 2025 года № 2).

3.9. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

3.9.1 Учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену с использованием «ступенчатого» режима обучения: Снизить учебной нагрузки в сентябре-октябре – 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый.

3.9.2 Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

-Обеспечить проведение динамической паузы в середине учебного дня не менее 40 минут (желательно на улице), используя игры средней подвижности.

-Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

- 3.10 При организации образовательной деятельности не допускается использование технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью обучающихся, приоритет использования здоровьесберегающих педагогических технологий;
- 3.11 Объем учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур, не должен превышать 10% от всего объема учебного времени, отводимого на изучение данного учебного предмета в данном классе в текущем учебном году";
- 3.12 Суммарный объем домашнего задания по всем предметам для каждого класса не должен превышать продолжительности выполнения 1,5 часа - для 2 и 3 классов, 2 часа - для 4-5 класса, 2,5 часа - для 6 - 8 классов, 3,5 часа - для 9 - 11 классов.
- 3.13 Домашнее задание на следующий урок рекомендуется задавать на текущем уроке, при наличии электронного журнала дублировать в нем задание не позднее времени окончания учебного дня. Для выполнения задания, требующего длительной подготовки (например, подготовка доклада, реферата, оформление презентации, заучивание стихотворений), рекомендуется предоставлять достаточное количество времени.
- 3.14 Использование электронных средств обучения в ходе реализации образовательной деятельности, включая выполнение домашних заданий, внеурочную деятельность, проводится в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями и Гигиеническими нормативами.";

4. Организация обучения на дому

4.1. Обучение на дому может быть организовано по письменному заявлению родителей обучающегося на имя директора на основании медицинского заключения. Для обучающихся на дому педагогическим советом и приказом Школы определяется индивидуальный учебный план и расписание занятий. Для организации занятий на дому на основании приказа по Школе определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с обучающимися.

5. Изменение режима занятий обучающихся

7.1. Изменения в режиме занятий обучающихся Школы утверждаются приказом директора Школы в соответствии с действующими требованиями в случаях: объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха, возникновения ЧС и аварийных ситуаций и других форс-мажорных обстоятельств

Заключительные положения

- 5.1 Настоящее Положение является локальным нормативным актом, принимается на Педагогическом совете школы и утверждается приказом директора организации, осуществляющей образовательную деятельность.
- 5.2 Положение размещается на официальном сайте ОО в сети Интернет, на информационном стенде, а также доводится до сведения родителей (законных представителей) Обучающихся на родительских собраниях.
- 5.3 Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.
- 5.4 Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.7.1. настоящего Положения.
- 5.5 После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

Приложение 1.
Таблицы 6.9, 6.10, 6.11
"Гигиенических нормативов
и требований к обеспечению
безопасности и (или) безвредности
для человека факторов среды обитания"

Шкала трудности учебных предметов на уровне начального общего образования*

Учебные предметы	Количество баллов
Математика	8
Русский язык / Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Труд (Технология)	2
Физическая культура	1

Шкала трудности учебных предметов на уровне основного общего образования

Учебные предметы		Количество баллов (по классам)				
		5	6	7	8	9
Физика		-	-	8	9	13
Химия		-	-	-	10	12
История		5	8	6	8	10
Иностранный язык		9	11	10	8	9
Математика	Математика	10	13	-	-	-
	Геометрия	-	-	12	10	8
	Алгебра	-	-	10	9	7
Природоведение		7	8	-	-	-
Биология		10	8	7	7	7
Литература		4	6	4	4	7
Информатика и ИКТ		4	10	4	7	7
Русский язык/Родной язык		8	12	11	7	6
География		-	7	6	6	5
Искусство	Изобразительное искусство	3	3	1	-	-
	Мировая художественная культура	-	-	8	5	5
	Музыка	2	1	1	1	-
Обществознание (включая экономику и право)		6	9	9	5	5
Труд (Технология)		4	3	2	1	4
Черчение		-	-	-	5	4
ОБЗР		1	2	3	3	3
Физическая культура		3	4	2	2	2

Шкала трудности учебных предметов на уровне среднего общего образования

Учебные предметы	Количество баллов
Физика	12

Математика (геометрия), Химия	11
Математика (алгебра)	10
Русский язык / Родной язык	9
Литература, Иностранный язык	8
Биология	7
Информатика и ИКТ	6
История, Обществознание (включая экономику и право), Искусство (МХК)	5
География	3
ОБЗР	2
Физическая культура	1