

РАССМОТРЕНО и ПРИНЯТО
Педагогическим Советом
МАОУ «СОШ № 266 ЗАТО Александровск»
Протокол № 01 от « 30 » августа 2022г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 200 о.д.
от «30» августа 2022 г

СОГЛАСОВАН
Советом школы
Протокол № 01 от « 30 » августа 2022г.

Режим занятий обучающихся МАОУ «СОШ №266 ЗАТО Александровск»

1. Общие положения

- 1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МАОУ «СОШ №266 ЗАТО Александровск» (далее - школа) разработан в соответствии с
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», 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,
 - СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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 России от 22.03.2021 № 115.

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

1.2. 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. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения начинается с 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня

образования.

2.3. Продолжительность учебного года обучающихся уровней начального общего, основного общего и среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-ом классе - 33 недели.

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

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместров, продолжительность каникул, сроки проведения промежуточной аттестации 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 .

3.2. Продолжительность уроков в 2 -11-х классах составляет 45 минут. Продолжительность уроков в 1-х классах устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

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

В период полярной ночи (декабрь - февраль) продолжительность уроков составляет 40 минут.

3.3. Учебные занятия организованы в одну смену. Начало уроков для с 9.00.

3.4. Расписание звонков:

- для 1 класса

| Урок | Сентябрь-октябрь | Ноябрь-декабрь | Январь-февраль | Март-май |
|------|-------------------------------|----------------|----------------|---------------|
| 1 | 9.00 - 9.35 | 9.00 - 9.35 | 9.00 - 9.40 | 9.00 - 9.45 |
| 2 | 10.05 - 10.40 | 10.05 - 10.40 | 10.00 - 10.40 | 10.05 - 10.50 |
| | Динамическая пауза - 40 минут | | | |
| 3 | 11.20 - 11.55 | 11.20 - 11.55 | 11.20 - 12.00 | 11.30 - 12.15 |
| 4 | - | 12.05 - 12.40 | 12.10 - 12.50 | 12.25 - 13.10 |

- для 2 - 11-х классов

| Урок | с 01.09 по 30.11.2022 г. с 01.03 по 31.05.2023 г. (45 минут) | | с 01.12.2022 по 28.02.2023 г. (40 минут) | |
|--------|--|----------------------------|--|----------------------------|
| | продолжительность урока | продолжительность перемены | продолжительность урока | продолжительность перемены |
| 1 урок | 9.00 – 9.45 | 20 мин. | 9.00 – 9.40 | 20 мин. |
| 2 урок | 10.05 – 10.50 | 20 мин. | 10.00 – 10.40 | 20 мин. |
| 3 урок | 11.10 – 11.55 | 20 мин. | 11.00 – 11.40 | 20 мин. |
| 4 урок | 12.15 – 13.00 | 15 мин. | 12.00 – 12.40 | 15 мин. |
| 5 урок | 13.15 – 14.00 | 10 мин. | 12.55 – 13.35 | 10 мин. |
| 6 урок | 14.10 – 14.55 | 10 мин. | 13.45 – 14.25 | 10 мин. |
| 7 урок | 15.05 – 15.50 | 10 мин. | 14.35 – 15.15 | 10 мин. |

- расписание звонков по понедельникам

| Наименование мероприятия | Продолжительность мероприятия | Продолжительность перемены | |
|--------------------------|-------------------------------|----------------------------|--|
| Разговоры о важном | 9.00 – 09.30 | 20 минут | |
| 1 урок | 09.50 – 10.30 | 20 минут | |
| 2 урок | 10.50 – 11.30 | 20 минут | |
| 3 урок | 11.50 – 12.30 | 15 минут | |
| 4 урок | 12.45 – 13.25 | 10 минут | |
| 5 урок | 13.35 – 14.15 | 10 минут | |
| 6 урок | 14.25 - 15-05 | 10 минут | |

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.

3.6. Организация индивидуального обучения обучающихся на дому проводится на основании заключения лечебного учреждения. Количество часов в неделю составляет:

- в 1-4 классах - до 10 часов;
- в 5-7 классах - до 12 часов;
- в 8-9 классах - до 13 часов;
- в 10-11 классах - до 14 часов.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении занятий по иностранному языку, технологии, информатике и ИКТ, при наличии в классе 25 и более обучающихся осуществляться деление классов на группы.

4.2. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали:

- во 2 -3 классах - 1,5 часа;
- в 4 - 5 классах - 2 часа;
- в 6 - 8 классах - 2,5 часа;
- в 9 - 11 классах - 3,5 часа.

Домашние задания в 1 -ом классе не задаются.

4.3. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) в профильных классах 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.

4.4. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

4.5. 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.

4.6. 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 СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

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. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности, занятий в объединениях дополнительного образования

6.1. Режим кружков, секций, клубов устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с учащимися на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

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

6.4. Окончание занятий в объединениях дополнительного образования в Учреждении должно быть не позднее 20 часов 00 минут.

6.5. Занятия в объединениях дополнительного образования в Учреждении могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулы.

6.6. Максимальная продолжительность занятий в объединениях дополнительного образования в учебные дни составляет 1,5 часа, в выходные и

каникулярные дни - 3 часа. После 30-45 минут занятий устраивается перерыв длительностью не менее 10 минут для отдыха обучающихся и проветривания помещений.

6.7.Режим занятий объединений дополнительного образования устанавливается по представлению педагогических работников с учетом пожеланий родителей (законных представителей), возрастных особенностей детей и установленных санитарно-гигиенических норм.

6.8.При привлечении обучающихся среднего и старшего возрастов к трудовой деятельности режим дня должен организовываться в соответствии с санитарными правилами по содержанию и организации работы лагерей труда и отдыха и гигиенических критериев допустимых условий и видов работ для профессионального обучения и труда подростков.

6.9.Иные особенности режима занятий обучающихся в Учреждении устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.