

ПРИНЯТО
педагогическим советом
школы
(Протокол № 1
от 20.08.2025)

СОГЛАСОВАНО
заместителем директора по
УВР
Фаткуловой Н.С.
(Протокол № 1
от 20.08.2025)



/Серебров О.А.

Положение о режиме занятий, обучающихся в МБОУ «Большееланская СОШ»

1. Общие положения

Положение (далее – Положение) о режиме занятий, обучающихся разработано в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Большееланская средняя общеобразовательная школа» в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Санитарными правилами и нормами СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 (далее СанПиН 1.2.3685321);
3. Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (с изменениями и дополнениями);
4. Приказом Министерства просвещения РФ от 22.03.2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
5. Письмом Министерства просвещения России от 17.12.2024 г. №03-2161 «О направлении методических рекомендаций к составлению расписания для обучающихся начального, основного и среднего общего образования»;
6. Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Большееланская средняя общеобразовательная школа».

1.1. Настоящее положение устанавливает режим и расписание занятий при реализации Основных образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования в течение всего учебного года. Изменение режима занятий возможно только на основании приказа директора школы МБОУ «Большееланская СОШ». Целями

установления режима занятий, обучающихся являются: упорядочение учебно- воспитательного процесса в соответствии с нормативно- правовыми документами; обеспечение конституционных прав, обучающихся на образование и здоровьесбережение.

1.2. Режим учебных занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

1.3. Положение разрабатывается и принимается решением педагогического совета, утверждается приказом Образовательного учреждения с учетом мотивированного мнения родителей (законных представителей).

2. Режим занятий обучающихся

2.1. Учебный год в учреждении 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.

Продолжительность учебного года в 1 классе – 33 недели, 2-11 классах – 34 недели (без учета государственной итоговой аттестации в 9 и 11 классах).

Сроки и продолжительность каникул:

- не менее 30 календарных дней. В летний период не менее 8 недель летнего отдыха.

Таблица 1. Продолжительность учебных занятий по четвертям

1-4 классы	начало	окончание	Продолжительность (количество учебных недель)
1 четверть	01.09.2025	24.10.2025	8 недель
2 четверть	05.11.2025	30.12.2025	9 недель
3 четверть	12.01.2026	27.03.2026	10 недель
4 четверть	06.04.2026	26.05.2026	7 недель
ИТОГО			34 недели, 33 недели – 1 класс

2.2. Учебный год для учеников очно-заочной, заочной форм обучения 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.

Для лиц, не освоивших образовательные программы учебного года, летние каникулы устанавливаются на основании графика ликвидации академической задолженности, при этом обучающийся имеет не менее 8 недель летнего отдыха (СанПиН 2.4.2 2821-10).

2.3. В оздоровительных целях и для облегчения адаптации детей к требованиям образовательного учреждения в 1 классе применяется

«ступенчатый» метод постепенного наращивания учебной нагрузки.

Сентябрь-октябрь: 3 урока по 35 минут.

Ноябрь-декабрь: 4 урока по 40 минут.

Январь-май: 4 урока по 40 минут.

1 день в неделю - 5 уроков за счет урока физической культуры.

В середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

Общий объем нагрузки в течение года для обучающихся:

2-4 классов - не превышает более 5 уроков;

для обучающихся 5-6 классов - не превышает более 6 уроков;

для обучающихся 7-8 и 9 -11 классов – не превышает более 7 уроков.

Объем домашних заданий (по всем предметам) такой, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

во 2-4 классах – от 1 часа до 1,5 часов,

в 5-8 классах – 2 часа,

в 9-х классах – 2,5 часа,

в 10-11 классах – 3 часа.

2.4. Режим работы образовательной организации:

Таблица 2. Продолжительность перемен:

1 перемена	10 минут
2 перемена	20 минут
3 перемена	20 минут
4 перемена	15 минут
5 перемена	10 минут

Таблица 3. Расписание звонков:

№	Время	Перемена
1	08.30-09.10	10 минут
2	09.20-10.00	20 минут
3	10.20-11.00	20 минут
4	11.20-12.00	15 минут
5	12.15-12.55	10 минут

1 класс: сентябрь-октябрь: 3 урока по 35 минут

ноябрь-декабрь: 4 урока по 35 минут (1 день 5 уроков за счет физической культуры).

январь-май: 4 урока по 40 минут (1 день 5 уроков за счет физической культуры).

Динамическая пауза для 1 классов после 2-ого урока - 40 минут.

2-4 классы: 5 уроков по 40 минут (1 день 6 уроков за счет физической культуры).

Сменность занятий-одна смена

Продолжительность учебного года:

1 класс – 33 учебные недели (160 дней)

2-11 классы - 34 учебных недели (165 дня)

Режим работы школы: пятидневная рабочая неделя.

В выходные и праздничные дни (установленные законодательством Российской Федерации) МБОУ «Большееланская СОШ» не работает. Возможно проведение мероприятий по отдельно утвержденному плану.

На период школьных каникул устанавливается приказом директора школы особый график работы.

Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями СанПиН 1.2.3685-21, СП 2.4.3648-20 к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

В соответствии с санитарно-эпидемиологическими нормами и правилами учебные занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра. Проведение нулевых уроков не допускается.

Распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник и (или) среду. На эти дни в расписание уроков включаются предметы, соответствующие наивысшему баллу по шкале трудности либо со средним баллом и наименьшим баллом по шкале трудности, но в большем количестве, чем в остальные дни недели.

2.5. Режим организации внеурочной деятельности.

2.5.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

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

2.5.3. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

2.5.4. Внеурочные занятия и занятия по программам дополнительного образования планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом внеурочных (дополнительных) занятий и последним уроком организован перерыв продолжительностью не менее 30 минут

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

Организация режима внеурочной деятельности в 1-4 классах.

Внеурочная деятельность: - от 1 до 2 занятий в зависимости от общего количества часов внеурочной деятельности и необходимости разгрузки последующих учебных дней. Продолжительность занятий 35 минут (в 1 классе), во 2- 4-х классах 40 мин

Организация режима внеурочной деятельности в 5-11 классах

Внеурочная деятельность: от 1 до 2 занятий в зависимости от общего количества часов внеурочной деятельности и необходимости разгрузки последующих учебных дней. Продолжительность занятий 40 минут.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в учреждении ведется по пятидневной учебной неделе с 1 по 11 классы.

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

Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого обучения и составляет:

35 минут в сентябре - декабре;

40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в учреждении организуются в одну смену. Составлено единое расписание занятий, согласно которому учебные занятия начинаются с 08:30 и заканчиваются не позднее 16:30.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 20 минут, после первого, второго, третьего и четвертого уроков организуется горячее питание в столовой по специально составленному графику, чтобы свети к минимуму время контактов между учащимися разных классов и групп. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждённым ежегодно приказом директора учреждения.

3.5. 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 классе – 4-х, 5-ти уроков и 1 раз в неделю возможно 6 уроков за счет физической культуры;

во 2-4-ых классах 5-ти уроков и 1 раз в неделю возможно 6 уроков за счет физической культуры;

в 5-6-х классах – 6 уроков;

в 7-11-х классах 7 уроков.

4. Особенности организации образовательного процесса.

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы, например, при реализации основной образовательной программы при проведении учебных занятий по иностранному языку (2-11 классы).

Труд (технологии) (5-9 классы), по информатике (7-11 классы) и по

физической культуре (10-11 классы).

4.2. Для предупреждения переутомления в течении недели организуется облегченный учебный день в среду или четверг.

4.3. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики 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). 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 процентов.