

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ В МКОУ «УСТЬ-НИЦИНСКАЯ СОШ»

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МКОУ «Усть-Ницинская СОШ» (далее – 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,
- 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.

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 правилами и гигиеническими нормативами.

2. Учебный год

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год в школе заканчивается 26 мая. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год заканчивается в предыдущий рабочий день. Для 9-х и 11-х классов окончание учебного года определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации.

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

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти или полугодия. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2.

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 середине третьей четверти.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (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 1–11-х классах.

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по 5-ти дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

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

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

Продолжительность урока для обучающихся с ОВЗ не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в 9.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после первого урока – 20 мин (перерыв на завтрак), после четвёртого урока – 20 мин (перерыв на обед).

3.5.1. Расписание звонков для 1-го класса в 1 и 2-ю четверть:

№ урока	Время	Понедельник	№ урока	Время
	9.00-9.30	Разговор о важном (курс внеур. деят.)		

1	9.50-10.25		1	9.00-9.35
	10.25-11.00	<i>Динамическая пауза</i>	2	9.55-10.30
2	11.10-11.45			10.30-11.05
3	11.55-12.30		3	11.15-11.50

3.5.2. Расписание звонков

для 2-11 классов (в течение учебного года); для 1-го класса (3-4 четверть):

День недели: понедельник

Вынос флага, исполнение Гимна	8ч50 мин – 9ч00 мин	
ВД «Разговор о важном»	9ч 00 мин – 9ч 30 мин	Завтрак - 20 мин
№ урока	Время урока	Время перемены
1 урок	9ч 50мин – 10ч 30 мин	Перемена – 10 мин
2 урок	10ч 40мин-11ч 20 мин	Перемена – 10 мин
3 урок	11ч 30мин – 12ч 10 мин	Обед – 20 мин
4 урок	12ч 30 мин – 13ч 10 мин	Перемена – 10 мин
5 урок	13ч 20 мин – 14ч 00 мин	Перемена – 10 мин
6 урок	14ч 10 мин – 14ч 50 мин	Перемена – 10 мин
7 урок	15ч 00 мин – 15ч40 мин	

День недели: вторник – пятница

№ урока	Время урока	Время перемены
1 урок	9ч 00мин – 9ч 40 мин	Завтрак – 20 мин
2 урок	10ч 00мин-10ч 40 мин	Перемена – 10 мин
3 урок	10ч 50мин – 11ч 30 мин	Перемена – 10 мин
4 урок	11ч 40 мин – 12ч 20 мин	Обед – 20 мин
5 урок	12ч 40 мин – 13ч 20 мин	Перемена – 10 мин
6 урок	13ч 30 мин – 14ч 10 мин	Перемена – 10 мин

7 урок	14ч 20 мин – 15ч 00 мин	Перемена – 20 мин
ВД «Россия – мои горизонты» (6-11 кл.)	15ч20мин – 15ч50мин	

3.6. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.

Количество уроков не превышает:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2 – 4-х классах – пяти;
- 5 – 6-х классах – шести;
- 7 – 11-х классах – семи.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы.

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 проводятся 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 составляет 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 20-30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

6.3. Курс внеурочной деятельности «Разговоры о важном» в 1- 11 классе реализуется в начале дня в понедельник, после этого занятия 20 минут перерыв; курс «Россия – мои горизонты» ведётся для обучающихся 6-11 классов в четверг после последнего урока (предусмотрена перемена 20 минут).

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