

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического совета
протокол от 31 августа 2022 года №1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Кочкуровская
средняя общеобразовательная школа»
Приказ по школе от 31 августа 2022 года № 126/9
_____ В.И. Пяткин

Режим занятий учащихся

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ «Кочкуровская средняя общеобразовательная школа» (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,
- 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 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 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

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, 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, 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 1 – 11 классах по пятидневной учебной неделе.

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

Сведения о наполняемости классов.

Класс	Всего учащихся	Класс	Всего учащихся	Класс	Всего учащихся
1а	16	5а	17	10	9
1б	19	5б	18	11	9
2а	16	6а	14		
2б	17	6б	14		
3а	16	7а	15		
3б	18	7б	15		
4	16	8	24		
		9а	17		
		9б	19		
Начальная школа	118	Основная школа	153	Средняя школа	18
ВСЕГО : 289 учащихся					

Продолжительность учебных занятий по четвертям/ полугодиям

	Количество учебных недель в четверти		
	1 класс	5-8 классы	9 класс
I четверть	8 недель	8 недель	8 недель
II четверть	7 недель	7 недель	7 недель
III четверть	10 недель	11 недель	11 недель
IV четверть	8 недель	8 недель	7 недель
	33 недели	34 недели	33 недели
	Количество учебных недель в полугодии		
	10 класс	11 класс	

І полугодие	15 недель	15 недель
ІІ полугодие	19 недель	18 недель
	34 недели	33 недели

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.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в первую смену – 8.30.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 15 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь – март
1	8:30 – 9:05	08:30 - 09:10
2	9:20 – 9:55	09:25 - 10:05
3	10:10- 10:45	10:20 -11:00
4	11:00 – 11:35	11:15 -11:55
5		12:10 - 12:50

Расписание звонков для остальных классов:

Урок	Начало урока	Конец урока	Длительность перемены
1	8:30	9:10	15
2	09:25	10:05	15
3	10:20	11:00	15
4	11:15	11:55	15
5	12:10	12:50	15
6	13:05	13:45	15
7	14:00	14:40	15
8	14:55	15:35	

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 и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – шести;
- 7 – 11-х классах – семи.

В целом учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе для обучающихся 2-4-х классов — 23 часа, 5-х классов — 29 часов, 6-х классов — 30 часов, 7-х классов — 32 часа, 8-9-х классов — 33 часа, 10-11-х классов — 34 часа.

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах при 5-дневной неделе, не более					
Класс	Всего часов	Класс	Всего часов	Класс	Всего часов
1	21	5	29	10	34
2	23	6	30	11	34
3	23	7	32		
4	23	8	33		

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии необходимых условий и средств может осуществляться деление классов на группы при проведении учебных занятий по иностранному языку, информатике.

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). Во время урока чередуются различные виды учебной деятельности (за исключением контрольных работ): чтение с бумажного носителя, письмо, слушание, опрос и т.п. в 5 - 10 кл. - 10 - 15 мин.

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%.

4.5. Для обучающихся наиболее трудные предметы проводятся на 2 - 4 уроках.

В течение учебного дня проводятся не более 1-2 контрольной работы (на 2 - 4 уроках).

4.6. Затраты времени на выполнение домашних заданий (по всем предметам): во 2-3 классах 1,5 ч., в 4-5 классе - 2 ч., в 6 - 8 классах - 2,5 ч., в 9 - 11 классах - до 3,5 ч.

4.7. Для профилактики переутомления обучающихся в годовом календарном учебном плане предусмотрено равномерное распределение периодов учебного времени и каникул.

4.8. Учебные помещения проветриваются во время перемен, рекреации - во время уроков. До начала занятий и после их окончания осуществляется сквозное проветривание учебных помещений.

4.9. Влажная уборка классных комнат проводится после уроков при открытых окнах и фрамугах. Влажная уборка рекреаций проводится во время первого и третьего уроков, а также в конце дня. Пищевлок убирается после каждого приема пищи и в конце дня. Туалеты моются после каждой перемены и в конце дня.

№ урока	Время		Способ проветривания	Коридор	График проветривания учебных кабинетов	Длительность проветривания
Перед началом урока	8.00-8.30		Сквозное проветривание	Во время урока	9.10	15
1	9.10	10.30	проветривание		10.05	15
2	10.10	11.30	проветривание		11.00	15
3	11.10	12.30	проветривание		11.55	15
4	12.10	13.30	проветривание		12.50	15
5	13.10	14.30	проветривание		13.45	15
6	14.10	15.30	Сквозное проветривание		14.30	15

Рекомендуемая продолжительность сквозного проветривания учебных помещений в зависимости от температуры наружного воздуха

Наружная температура С°	Длительность проветривания помещения (мин)	
	В малые перемены	В большие перемены
От +10 до +6	4 – 10	15 – 20
От +5 до 0	3 – 7	20
От 0 до -5	2 – 5	15 – 20
От -5 до -10	1 – 3	10 – 15
Ниже -10	1 – 1,5	5 - 10

5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

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. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

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

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

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

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

7. Режим работы группы продлённого дня

7.1. Режим работы группы продленного дня в начальной школе:

12.00 — 12.20 - приём детей в группу продленного дня

12.20 — 13.00 - прогулка

13.00 – 13.30 - обед

13.30 -14.20 -клубный час

14.20 -15.00 -подвижные и спортивные игры (на свежем воздухе или в спортзале)

15.00- 17.00 - самоподготовка (во 2-3 классах 1,5 ч., в 4 классе - 2 ч.,)

15.00- 16.00- занятия в объединениях ДО (для учащихся 1 классов)

16.00 – 17.30 - прогулка (для учащихся 1 классов)

17.00- 17.30 - прогулка (для учащихся 2-4 классов)

17.30 – 18.00 - уход домой.