

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
МОУ Семибратовской СОШ
(протокол от 26.04.2021 № 2)

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МОУ Семибратовской СОШ
от 26.04.2021 № 87

СОГЛАСОВАНО
Управляющим советом
МОУ Семибратовской СОШ
(протокол от 23.04.2021 № 1)

Режим занятий учащихся

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МОУ Семибратовской СОШ (далее – школа) разработан в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон 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», (утверждены 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», (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2);
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (утверждены приказом Минпросвещения России от 28.08.2020 № 442).

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. 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.

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 промежуточной аттестации, 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 1–9-х классах;
- по шестидневной учебной неделе в 10–11-х классах.

В субботу возможно проведение внеурочной деятельности. Участники образовательного процесса могут при необходимости принять решение о переходе школы или отдельных параллелей классов на пяти- или шестидневную учебную неделю.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 45 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

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

Продолжительность урока в компенсирующих классах не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в 1-4 классах – 8.05, в 5-11 классах - 8.00. В 2020-2021 году – по индивидуальному графику для классов.

3.4. После первого и шестого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после второго – пятого урока – 20 мин (для приема пищи по графику).

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Сентябрь-октябрь – 3 урока по 35 мин, ноябрь-декабрь – 4 урока по 35 мин, январь – май – 4 урока по 40 мин.

Расписание звонков

1 класс

1 четверть			
№ урока	время урока	№ перемены	время перемены
1	8.05-8.40		

		1	10
2	8.50-9.25		
	9.25-10.05	завтрак, динамическая пауза	
3	10.05-10,40		

2 четверть			
№ урока	время урока	№ перемены	время перемены
1	8.05-8.40		
		1	10
2	8.50-9.25		
	9.25-10.05	завтрак, динамическая пауза	
3	10.05-10,40		
		3	15
4	10.55-11.30		

3-4 четверть			
№ урока	время урока	№ перемены	время перемены
1	8.05-8.45		
		1	10
2	8.55-9.35		
	9.35-10.15	завтрак, динамическая пауза	
3	10.15-10.55		
		3	15
4	11.10-11.50		
		4	10
5	12.00-12.40		

2-4 классы

№ урока	время урока	№ перемены	время перемены
1	8.05-8.45		
		1	10
2	8.55-9.35		
		2	20
3	9.55-10.35		
		3	20
4	10.55-11.35		
		4	15
5	11.50-12.30		

Расписание занятий внеурочной деятельности.

1 классы			
1 четверть		2\3-4 четверть	
время проведения	занятия	время проведения	занятия
окончание учебных занятий (3 урока)	10.40	окончание учебных занятий (4 урока)	11.30/11.55

10.40-11.25 перерыв		11,30-12.15/11.55-12.40 перерыв	
11.25-11.50	1 занятие	12.15-12.40/12.40-13.05	1 занятие
11.50-12.00	перемена	12.40-12.50/13.05-13.15	перемена
12.00-12.25	2 занятие	12.50-13.15/13.15-13.40	2 занятие

2 классы	
время проведения	занятия
11.35/12.30	окончание учебных занятий (4/5 уроков)
11.35-12.20/12.30-13.15	
12.20-12.45/13.15-13.40	1 занятие
12.45-12.55/13.40-13.50	перемена
12.55-13.20/13.50-14.15	2 занятие

3-4 классы	
время проведения	занятия
11.35/12.30	окончание учебных занятий (4/5 уроков)
11.35-12.20/12.30-13.15	
12.20-12.55/13.15-13.50	1 занятие
12.55-13.05/13.50-14.00	перемена
12.55-13.40/14.00-14.35	2 занятие

Расписание звонков для 5-11 классов

№ урока	Время урока	№ перемены	Время перемены
1	8.00 – 8.45		
		1	10
2	8.55 – 9.40		
		2	10
3	9.50 – 10.35		
		3	10
4	10.45 – 11.30		
		4 (большая перемена)	50
5	12.20 – 13.05		
		5	10
6	13.50 – 14.00		
		6	10
7	14.10 – 14.55		

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.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам и внеурочной деятельности 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 должны проводиться в зале.

В средней полосе рекомендованные нормы САНПиН по проведению лыжной подготовки:

Возраст учащихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе.			
	Без ветра	При скорости ветра до 5м/с	При скорости ветра 6-10 м/с	При скорости ветра более 10 м/с
До 12 лет	- 9 ° С	- 6° С	-3° С	Занятия не проводятся
12-13	-12° С	- 8° С	-5° С	
14-15	-15° С	-12° С	-8° С	
15-17	-16° С	-15° С	-10° С	

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. 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. Минимальная диагональ ЭСО должна составлять для монитора персонального компьютера и ноутбука – не менее 39,6 см, планшета – 26,6 см. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок не допускается.

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. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 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 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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