

РАССМОТРЕНО  
на педагогическом совете  
протокол № 1 от 30.08.2021 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом МБОУ «Средняя  
общеобразовательная школа № 10  
с углублённым изучением  
отдельных предметов» г. Калуги  
от 01.09.2021 г. № 93/01-09

**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**  
**муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**  
**«Средняя общеобразовательная школа №10 с углубленным изучением**  
**отдельных предметов» города Калуги**

**I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 10 с углубленным изучением отдельных предметов» города Калуги (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. Настоящий режим занятий обучающихся подготовлен с учетом мнения Совета обучающихся (протокол № 1 от 30.08.2021 г.) с учетом мнения Совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся (протокол № 1 от 30.08.2021 г.)

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

1.4. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами. Организация образовательного процесса регламентируется учебным планом; календарным учебным графиком; расписанием учебных занятий, внеурочной деятельности; расписанием звонков.

**II. 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.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверть в 1-9 классах; полугодие – в 10 – 11 классах. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2. Первое полугодие соответствует 1 и 2 четверти, второе – 3 и 4 .

2.4. 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.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей и 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 и утверждаются приказом школы.

### III. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе для всех категорий обучающихся, включая обучающихся с ОВЗ в 1 - 11-х классах. В субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

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 для обучающихся с ОВЗ не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Начало уроков в первую смену – 8.00, во вторую – 12.55. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после второго или третьего урока – 15 мин, после пятого – 20 минут

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

	сентябрь - декабрь	январь - март
1	08.00 – 08.35	08.00 – 08.45
2	08.55 – 09.30	08.55 – 09.40
3	09.55 – 10.30	09.55 – 10.40
4	10.55 – 11.30	10.55 – 11.40

Расписание звонков для остальных классов:

1 смена		2 смена	
1	08.00 – 08.45	1	12.55 – 13.40
2	08.55 – 09.40	2	13.55 – 14.40
3	09.55 – 10.40	3	14.55 – 15.40
4	10.55 – 11.40	4	15.50 – 16.35
5	11.50 – 12.35	5	16.45 – 17.30
6	12.55 – 13.40	6	17.35 – 18.20
7	13.55 – 14.40		

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 осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

#### IV. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) 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.

4.2. 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).

4.4. 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.

4.5. 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.

4.6. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

4.7. Обучающимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительную работу следует проводить с учетом заключения врача.

4.8. К участию в соревнованиях обучающиеся допускают с разрешения медицинского работника.

4.9. Учителям категорически запрещается допускать в класс посторонних лиц без предварительного разрешения директора Школы, а в случае его отсутствия - дежурного администратора;

4.10. Запрещается проход родителей (законных представителей) в Школу в течение урока. Все встречи учителей с родителями (лицами, их заменяющими) проводятся только на переменах или во второй половине дня.

4.11. Горячее питание обучающихся проводится согласно приказу и установленному графику (расписанию). График питания обучающихся утверждается на каждый учебный период директором Школы. Питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием.

#### V. 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.

## VI. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

6.1. Режим внеурочной деятельности и дополнительного образования регламентируется расписанием работы курсов внеурочной деятельности (кружков, секций и др.), групп продленного дня, объединений дополнительного образования, утвержденным директором Школы.

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.

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

## VII. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

7.1. Режим занятий обучающихся регламентируется следующими документами:

7.1.1. Приказы директора:

- о режиме работы Школы;
- об организации питания;
- об организованном завершении четверти.

7.1.2. Графики дежурств:

- администрации Школы;
- учителей и других педагогических работников.

7.1.3. Правила внутреннего трудового распорядка.

7.1.4. Правила внутреннего распорядка обучающихся.