

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 2 г.Медногорска»  
(МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 2 г.Медногорска»)

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
МБОУ «Средняя общеобразовательная  
школа № 2 г.Медногорска »  
(протокол от 31.08.2023 № 10 ),

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МБОУ «Средняя  
общеобразовательная школа № 2  
г.Медногорска»  
от 01.09.2023 № 307-д,

**РЕЖИМ**

**занятий обучающихся**

г. Медногорск

## **Режим занятий учеников**

### **1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 2 г.Медногорска» 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», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28 сентября 2020 года № 28, СанПиН 1.2.3685–221, утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28 января 2021 года N 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, Уставом школы.

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 учеников уровней начального общего, основного общего, среднего общего образования составляет 34 недели без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год составляют учебные четверти на уровне начального общего и основного общего образования и полугодия на уровне среднего общего образования.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 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:

по пятидневной учебной неделе в 1-6-х классах;

по шестидневной учебной неделе в 7-11-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

35 минут в сентябре – октябре (3 урока); в ноябре – декабре (4 урока)

40 минут в январе – мае (4 урока).

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков – 8 ч. 30 мин.

### 3.4. Расписание звонков для 1-ого класса:

Образовательная деятельность	сентябрь – октябрь	ноябрь – декабрь	январь – май
1-й урок	8:30 -9:05	8:30 -9:05	8:30 -9:10
1-я перемена	9:05-9:15	9:05-9:15	9:10-09:20
2-й урок	9:15-9:50	9:15-9:50	09:20-10:00
2-я перемена	9:50-10:10	9:50-10:10	10:00-10:20
3-й урок	10:10-10:45	10:10-10:45	10:20-11:00
3-я перемена	—	10:45- 11:05	11:00- 11:20
4-й урок	—	11:05- 11:40	11:20- 12:00
4-я перемена	—		
5-й урок	—		
<b>Внеурочная деятельность</b>	<b>11:05</b>	<b>12:00</b>	<b>12.20</b>

### 3.5. Расписание звонков для обучающихся первой смены:

#### 2-й, 4-11 класс

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й урок	8:30 -9:10	10 минут
2-й урок	09:20-10:00	20 минут
3-й урок	10:20-11:00	20 минут
4-й урок	11:20- 12:00	20 минут
5-й урок	12:20- 13:00	10 минут
6-й урок	13:10 — 13:50	10 минут
7-й урок	14:00 — 14:40	10 минут
<b>Внеурочная деятельность</b>	<b>15:00</b>	

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

#### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. Школа вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в очно-заочной форме с применением электронных и дистанционных технологий в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.

4.2. Продолжительность уроков в дистанционном формате в соответствии с требованиями СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

4.3. Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 20 минут, а большая перемена (для перерыва на обед) – 40 минут.

4.4. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

4.5. 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.

4.6. 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%.

## **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.

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.

## **5. Режим внеурочной деятельности**

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

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

5.3. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.

5.4. 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.

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