

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 4  
с углубленным изучением отдельных предметов  
Асбестовского городского округа

УТВЕРЖДЕНО  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол от 30.08.2024 № 1



## РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

### 1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся Муниципального автономного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 4 с углубленным изучением отдельных предметов (далее – МАОУ СОШ № 4 с УИОП) 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 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 и 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 (полугодия), 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 с понедельника по пятницу. В субботу проводятся занятия по внеурочной деятельности и дополнительному образованию, классные или общешкольные мероприятия воспитательной направленности.

В воскресенье и праздничные дни (установленные законодательством РФ) МАОУ СОШ №4 с УИОП АГО не работает. На период школьных каникул приказом директора устанавливается особый график работы образовательной организации.

3.2. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков не ранее 8.00 часов утра. Проведение нулевых уроков не допускается.

3.3. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределена в течение учебной недели. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. В первом классе используется «ступенчатый» режим обучения:

- в первой четверти (сентябрь, октябрь) по 3 урока в день по 35 минут каждый;

- во второй четверти (ноябрь, декабрь) по 4 урока по 35 минут каждый;

- в третьей и четвертой четвертях (январь-май) по 4 урока продолжительностью 40 минут каждый.

Проведение пяти уроков в течение дня в первом классе возможно за счет урока физической культуры.

В середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью 40 минут.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 3 урока) - 20 минут.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Сентябрь–октябрь		Ноябрь–декабрь	
1-й урок	8:00–8:35	1-й урок	8:00–8:35
1-я перемена	8:35–8:55	1-я перемена	8:35–8:55
2-й урок	8:55–9:30	2-й урок	8:50–9:30
2-я перемена	9:30–9:50	2-я перемена	9:30–9:50
	Динамическая пауза 9:50–10:30	3-й урок	9:50–10:25
3-я перемена	10:30–10:50	3-я перемена	10:25–10:50
3-й урок	10:50–11:25		Динамическая пауза 10:50–11:30
		4-й урок	11:45–12:20
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 20 минут			

Расписание звонков для 2-11 классов, 1 классов (январь-май):

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1-й	8:00–8:40	после 1 урока - 15 минут
2-й	8:55–9:35	после 2 урока - 15 минут
3-й	9:50–10:30	после 3 урока - 20 минут
4-й	10:50–11:30	после 4 урока - 15 минут
5-й	11:45–12:25	после 5 урока - 10 минут
6-й	12:35–13:15	после 6 урока - 10 минут
7-й	13:25 – 14:05	
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 20 минут		

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.

3.8. Объем домашних заданий (по всем предметам) такой, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах):

во 2-3 классах – 1,5 ч;

в 4-5 классах – 2 ч;

в 6-8 классах – 2,5 ч.;

в 9-11 классах – 3,5 ч

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

4.1. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объём нагрузки и максимальный объем аудиторной нагрузки на обучающихся определен СанПиН.

4.2. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более группы и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, в том числе обеспечивающих изучение родного языка в образовательных организациях, в которых наряду с русским языком изучается родной язык, государственный язык республик Российской Федерации, иностранный язык, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

4.3. Расписание уроков составляется с учётом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся начального общего образования основные предметы (математика, русский и иностранный язык, природоведение, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии (труда), физической культуры; для обучающихся основного общего и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередуются с гуманитарными предметами.

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. При осуществлении присмотра и ухода в МАОУ СОШ № 4 с УИОП в группах продленного дня создаются условия, включающие организацию полдника и прогулок для всех обучающихся.

## **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 превышает 40 минут.

## **6. Организация обучения на дому**

6.1. Обучение на дому может быть организовано по письменному заявлению родителей обучающегося на имя директора на основании медицинского заключения.

6.2. Для обучающихся на дому педагогическим советом и приказом по МАОУ СОШ № 4 с УИОП АГО определяется индивидуальный учебный план и расписание занятий.

6.3. Для организации занятий на дому на основании приказа определяется расписание занятий и персональный состав педагогических работников, которые будут заниматься с обучающимися.

## **7. Режим внеурочной деятельности**

7.1. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, организованы в формах, отличных от урочных, предусматривают проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора школы.

7.2. 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.

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

7.4. Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.

## 8. Режим двигательной активности обучающихся

8.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры обеспечивается за счет:

- утренней зарядки;
- физкультминуток;
- организованных подвижных игр на переменах;
- динамической паузы для 1 классов;
- спортивного часа для детей, посещающих группу по присмотру и уходу;
- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

8.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

8.3. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

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

8.5. 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 проводятся в спортивном зале.

Проведение занятий физической культурой, в зависимости от температуры и скорости ветра:

Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
	без ветра	при скорости ветра до 5м/сек	при скорости ветра 6-10м/сек	При скорости ветра более 10 м/сек
до 12 лет	-9°C	-6°C	-3°C	Занятия не проводятся
12 -13 лет	-12°C	8°C	-5°C	
14 -15 лет	-15°C	-12°C	-8°C	
16-17 лет	-16°C	-15°C	-10°C	

## **9. Режим проведения промежуточной и итоговой аттестации**

9.1. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением МАОУ СОШ № 4 с УИОП о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся. При проведении промежуточной и итоговой аттестации не допускается проведение более одной административной контрольной работы в день.

9.2. Сроки и порядок проведения государственной итоговой аттестации обучающихся устанавливают Минпросвещения и Рособрнадзор.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 64075045638428745403327213019230093705736652716

Владелец Иванова Любовь Анатольевна

Действителен с 26.04.2024 по 26.04.2025