

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Ярцевская средняя школа №4  
имени Героя Советского Союза О.А.Лосика  
(МБОУЯСШ №4)

СОГЛАСОВАНО

Управляющим  
Советом  
Протокол  
от 30.08.2024г.  
№1

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол от 30.08.2024г. №1

УТВЕРЖДЕНО

Приказом по МБОУЯСШ №4  
от 30.08.2024г. №170

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о режиме занятий обучающихся**

**I. Общие положения**

Настоящее Положение о режиме занятий обучающихся разработано и утверждено в соответствии с нормами Федерального закона от 29.12.2012 г. №273 — ФЗ «Закон об образовании в Российской Федерации» (п.8 ч.3.ст.28; ч.2.ст.30; ч.9.ст.55; ч.5.ст.55);

1. Режим занятий обучающихся МБОУЯСШ №4 устанавливается на основе требований:

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. № 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;
- Приказа Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";
- Приказа Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования";
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. № 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования";
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022г. № 732 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413"
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 03.08.2023 № 581 "О внесении изменения в пункт 13 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного общего и среднего

общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115"

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 "Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования";
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования";
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования";
- Письмо Министерства просвещения РФ от 17 августа 2023 г. № ДГ-1773/05 «О направлении информации» – «Методические рекомендации Министерства просвещения по реализации профориентационного минимума в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования»;
- Письма Департамента госполитики и управления в сфере общего образования от 17.06.2022 № 03-871 «Об организации занятий «Разговоры о важном»»;
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. №ТВ-1290/03 "О направлении методических рекомендаций" по организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования;
- Приказа Департамента Смоленской области по образованию и науке от 24.06.2022 № 580-ОД «Об утверждении мероприятий (дорожной карты) на 2022-2023 учебный год по реализации федерального проекта «Цикл внеурочных мероприятий «Разговоры о важном» в общеобразовательных и профессиональных образовательных организациях Смоленской области»;
- Календарного учебного графика МБОУЯСШ №4;
- Правил внутреннего распорядка обучающихся МБОУЯСШ №4;
- Устава МБОУЯСШ №4 и других нормативных документов;

2. Настоящее Положение регламентирует режим занятий обучающихся МБОУЯСШ №4 в части режима образовательной деятельности, питания, внеклассной и внеурочной деятельности, дополнительного образования, двигательной активности, трудовых занятий, выполнения домашних заданий, проведения промежуточной и итоговой аттестации.

3. Организация образовательной деятельности в МБОУЯСШ №4 регламентируется учебным планом (разбивкой содержания образовательной программы по учебным курсам, по дисциплинам, модулям и по годам обучения), календарным учебным графиком и расписаниями занятий.

4. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

## **II. 2. Режим образовательной деятельности обучающихся**

Первый и последний день учебного года в МБОУЯСШ №4 для обучающихся 1-11 классов определяется календарным учебным графиком на текущий учебный год. Календарный учебный график отражает сроки начала и окончания учебного года, даты начала и окончания каникул, сроки проведения промежуточной аттестации. Календарный учебный график на текущий учебный год принимается педагогическим советом и утверждается приказом директора.

Учебный год в МБОУЯСШ №4 начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним,

рабочий день.

- 2.1. С целью обеспечения эффективного качества образовательной подготовки обучающихся учебный год делится на четверти. Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий – 2.
- 2.2. С целью оптимизации учебной нагрузки продолжительность учебного года устанавливается в соответствии с годовым календарным учебным графиком и составляет:
  - в 1 классе — 33 учебные недели,
  - во 2-8 классах — не менее 34 учебных недель;
  - в 10 классе - не менее 34 учебных недель + 5-ти дневные военные сборы;
  - 9, 11 классах - не менее 34 учебных недель (окончание учебного года для обучающихся 9,11 классов регламентировано сроками ГИА);
- 2.3. В школе устанавливается пятидневная учебная неделя для обучающихся 1 - 11 классов с двумя выходными днями (суббота и воскресенье). Урочная деятельность обучающихся с ОВЗ организуется по 5 дневной учебной неделе.
- 2.4. Продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти (в феврале месяце текущего года).
- 2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (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.
- 2.6. Начало учебных занятий в первую смену начинается в 8.00, во вторую смену- по "скользящему графику" с 11.40. Занятия второй смены заканчиваются в 17.00. Проведение нулевых уроков не допускается. Продолжительность урока для обучающихся 2-11 классов составляет 40 минут.
- 2.7. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после второго, третьего урока — 20 мин.
- 2.8. Образовательная недельная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:
  - для обучающихся 1-х классов - 4 уроков и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;
  - для обучающихся 2 - 4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;
  - для обучающихся 5 - 6 классов - не более 6 уроков;
  - для обучающихся 7 - 11 классов - не более 7 уроков;
- 2.9. Внеурочные занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом внеурочных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.
- 2.10. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.
- 2.11. 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, окружающий мир, информатика) необходимо чередовать с уроками музыки, изобразительного искусства, труда, физической культуры; для обучающихся основного и среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами.

2.12. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, включает различные формы двигательной активности. 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.

2.13. При проведении занятий по иностранному языку, информатике и ИКТ осуществляется деление класса на группы (при наполняемости класса 25 человек и более).

2.14. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;
- обучение в первом полугодии: в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый;
- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут, возможно, проведение 2-х динамических пауз по 20 минут каждая;
- обучение проводится без балльного оценивания занятий обучающихся и домашних заданий;

Продолжительность перемен между уроками составляет от 10 до 20 минут.

Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь — декабрь	Январь — март
1	8.00-8:35	8.00-8.40
2	8.45-9:20	8.50-9.30
3	9.40-10:15	9.50-10.30
4	10.35-11:10	10:40-11:20

Расписание звонков для 2-11-х классов:

Урок	Первая смена	Вторая смена
	<b>2, 4-11 классы</b>	<b>3 классы</b>
1	8.00-8:40	11:50-12:30
2	8.50-9:30	12. 45-13. 25
3	9.50-10:30	13. 45-14. 25
4	10.50-11:30	14. 40-15. 20
5	11.50-12:30	15. 30-16. 10
6	12. 45-13. 25	16:20-17: 00
7	13.45-14.25	

2.15. Обучающиеся 1-4 классов размещаются в закрепленных за каждым классом

учебных кабинетах, за исключением обучения, требующего специального оборудования.

- 2.16. Для обучающихся 5-11 классов образовательный процесс может быть организован по кабинетной системе. При невозможности обеспечить обучающихся 5-11 классов учебной мебелью соответствующей их росту во всех учебных кабинетах, и лабораториях, задействованных в образовательном процессе, обучение проводится в одном учебном кабинете, оборудованном мебелью, соответствующей росту и возрасту обучающихся.

### **Особенности организации образовательной деятельности с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения**

При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения соблюдаются следующие требования:

- При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.
- Использование ЭСО должно осуществляться при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательных организациях не допускается.
- Одновременное использование обучающимися на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.
- Для образовательных целей мобильные средства связи на занятиях не используются.
- При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не превышает 40 минут.
- При использовании электронного оборудования, в том числе сенсорного экрана, клавиатуры, компьютерной мыши необходимо ежедневно дезинфицировать их в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта;
- Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе на спортивной площадке 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.
- Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

### **3. Режим питания обучающихся**

3.1. Организацию питания обучающихся осуществляет Школа.

3.2. Для организации питания имеется обеденный зал, а также помещение для хранения и раздачи пищи.

3.3. Питание обучающихся проводится согласно установленному графику и графику дежурств администрации и учителей.

### **4. Режим внеклассной и внеурочной деятельности, дополнительного образования**

4.1. Внеурочная деятельность, внеклассная работа по предмету или кружковая работа (в рамках внеурочной деятельности по дополнительным программам общего образования) организуется во второй половине дня (по отдельному расписанию) и

учитывает возрастные особенности обучающихся, обеспечивает баланс между двигательными-активными и статическими занятиями.

- 4.2. Допускается реализация программ внеурочной деятельности и дополнительного образования в разновозрастных группах.
- 4.3. Продолжительность занятий внеурочной деятельности зависит от модели организации внеурочной деятельности и регулируются:
  - Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. № 28;
  - Письмом Минобрнауки России от 14.12.2015 № 09-3564 "О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ" (вместе с "Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ").
- 4.4. Режим работы внеклассной и внеурочной деятельности, дополнительного образования, проведение кружков, регламент проведения спортивно-массовых и культурно-массовых мероприятий с обучающимися выстраивается в соответствии с расписанием занятий и планом работы школы.
- 4.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.

## **5. Режим двигательной активности обучающихся**

- 5.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры в образовательной деятельности обеспечивается за счет:
  - физкультминуток;
  - динамических пауз;
  - организованных подвижных игр на переменах;
  - внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья и др;
  - самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах школы и дополнительного образования
- 5.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа должны соответствовать возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).
- 5.3. 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 и рекомендаций врача.
- 5.4. К тестированию физической подготовленности, участию в соревнованиях, Юнармейском движении и туристских походах обучающихся допускают с разрешения медицинского работника.

## **6. Режим выполнения домашних заданий**

- 6.1. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, 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 — до 3,5 ч.

## **7. Организация обучающихся в период летнего отдыха и оздоровления**

- 7.1. Летняя кампания по оздоровлению обучающихся проводится с целью обеспечения занятости детей в летний период, формирования здорового образа жизни, воспитания трудолюбия и любви к окружающей среде.
- 7.2. Организация воспитательной деятельности в летний период регламентируется приказом директора по школе.

## **8. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении**

- 8.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.
- 8.2. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.
- 8.3. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.
- 8.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.
- 8.5. 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.