# Принято на заседании

Коган Леонид

**«УТВЕР**Г**Ж**и**Д**л**А**ь**Ю**ич**»**

Подписан цифровой подписью: Коган Леонид Гильич

Основание: Я подтверждаю этот документ Расположение: 216509, Смоленская обл., г. Рославль, 16 микрорайон, д. 26

Дата: 2023.08.31 11:29:29+03'00'

**педсовета школы** Директор МБОУ «Средняя школа №10»

Протокол от 31. 08.2023 г. № 1 Л. Г. Коган

Принято с учетом мнения Совета родителей

Протокол №1 от 30.08.2023 г. Принято с учетом мнения Совета обучающихся

Протокол № 1 от 30.08.2023 г.

Приказ от 31.08.2023 г. № 110-ОД

**Положение**

**о режиме занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**

**«Средняя школа № 10»**

1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**
   1. Настоящий режим занятий обучающихся МБОУ «Средняя школа 10» (далее – школа) разработан в соответствии:

* с [Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ](https://vip.1zavuch.ru/%23/document/99/902389617/) «Об образовании в Российской Федерации»;
* [СП 2.4.3648-20](https://vip.1zavuch.ru/%23/document/99/566085656/ZAP23UG3D9/) «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными [постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28](https://vip.1zavuch.ru/%23/document/99/566085656/);
* СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными [постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2](https://vip.1zavuch.ru/%23/document/97/486051/);
* Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным [приказом](https://vip.1zavuch.ru/%23/document/99/603340708/) [Минпросвещения от 22.03.2021 № 115](https://vip.1zavuch.ru/%23/document/99/603340708/).
  1. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.
  2. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

# УЧЕБНЫЙ ГОД

* 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. Учебный год для учеников 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.
  3. Продолжительность учебного года для учеников 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.
  4. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – четыре.
  5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в середине третьей четверти.
  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 каникул по календарным периодам учебного года устанавливаются в календарном учебном графике основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

# РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ

* 1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе.
  2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут.

В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3648-20 в 1-х классах применяется

«ступенчатый» режим обучения:

* + - сентябрь, октябрь - 3 урока по 35 минут каждый;
    - ноябрь-декабрь – 4 урока по 35 минут каждый;
    - январь - май – по 4 урока по 40 минут каждый.
    - один день в неделю 5 уроков за счет третьего часа физкультуры

В середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут.

* 1. Учебные занятия в ОО организованы в одну смену. Учебные занятия в ОО начинаются в 8 часов 00 минут.
  2. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режиме учебных занятий предусмотрены 2 перемены, продолжительностью не менее 20 минут и одна перемена по 15 минут.
  3. Расписание звонков:

1 урок: 8.00 – 8.40

2 урок: 8.50 – 9.30

3 урок: 9.50 – 10.30

4 урок: 10.50 – 11.30

5 урок: 11.45 - 12.25

6 урок: 12.35 – 13.15

7 урок: 13.25 - 14.05

8 урок: 14.15 – 14.55

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

Количество уроков в день не превышает:

* в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков за счет физической культуры;
* 2–4-х классах – пяти уроков;
* 5–6-х классах – шести;
* 7–11-х классах – семи.
  1. Количество часов, отведенных на освоение обучающимися учебного плана ОО, состоящего из обязательной части и части, формируемой участниками образовательных отношений, не превышает в совокупности величину недельной образовательной нагрузки. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с санитарными нормами и правилами:

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах

|  |  |
| --- | --- |
| классы | 5-дневная учебная неделя не  более |
| 1 | 21 |
| 2 - 4 | 23 |
| 5 | 29 |
| 6 | 30 |
| 7 | 32 |
| 8 - 9 | 33 |
| 10 - 11 | 34 |

# ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

* 1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы.
  2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или четверг.
  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.

* 1. 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 проводятся в зале.

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

# ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ И ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ

* 1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.
  2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается.
  3. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.
  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.

# РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

* 1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.
  2. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.
  3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.