

Республика Карелия  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Петрозаводского городского округа  
«Средняя общеобразовательная школа № 26»  
(«Средняя школа № 26»)

**Рассмотрено**

На заседании

Педагогического совета

Протокол № 1  
«28» августа 2025 г.

**Утверждено**

Исполняющим  
обязанности директора  
Курицыной К.А.

Приказ № 187/ОД  
«29» августа 2025 г.

**Режим занятий обучающихся**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МОУ «Средняя школа № 26 (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. 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 для очной, очно-заочной, заочной формы обучения 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 формы обучения может быть перенесён не более чем на один месяц по решению Педагогического совета и по приказу директора. В случае организации обучения в заочной форме начало учебного года может быть перенесено не более чем на три месяца по решению Педагогического совета и по приказу директора.

2.3. Школа устанавливает самостоятельно начало учебного года для обучающихся по образовательным программам начального общего образования, относящихся к коренным малочисленным народам Севера, Сибири и Дальнего Востока Российской Федерации, ведущим кочевой и (или) полукочевой образ жизни, в местах их традиционного проживания и традиционной хозяйственной деятельности.

2.4. 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.

2.5. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

2.6. 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.

2.7. 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 1–11-х классах;
- сессии в 9–11-х классах заочной формы обучения за исключением обучающихся ЦВСНП и СИЗО.
- для обучающихся ЦВСНП, СИЗО, на домашнем обучении режим (расписание) занятий утверждается приказом на начало учебного года и по мере поступления заявлений на обучение.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смены. Начало уроков в первую смену – 8.30, для заочных 9-11 х классов в 14.50.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 мин, после первого и второго урока – 20 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Расписание звонков для классов:

#### **Расписание звонков**

<b>Урок</b>	<b>1 смена</b>	<b>Вторая смена заочной формы обучения</b>
1	8.30-9.10	14.50 – 15.30
2	9.30-10.10	15.40 – 16.20
3	10.30-11.10	16.30 – 17.10
4	11.25-12.05	17.20 – 18.00
5	12.20-13.00	18.10 – 18.50
6	13.10-13.50	19.00 – 19.40
7	14.00-14.40	19.50 – 20.30
8	14.50-15.30	

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.

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

4.1. 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 по заявлению родителей (законных представителей) наряду с русским языком, государственного языка республик Российской Федерации, иностранного языка (в случае наличия в школе условий для организации обучения), а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

4.2. 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.

4.3. Занятия физической культурой могут проводиться на открытом воздухе в зависимости от совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха). 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 не предусмотрено.

5.3. Во время занятий мобильные средства связи не используются.

5.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения (в случае карантина) 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.

## **6. Режим внеурочной деятельности**

6.1. 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.

6.2. Внеурочная деятельность не должна проводиться вместо урочной деятельности за исключением общегородских, республиканских, всероссийских мероприятий с условием отработки пропущенного материала с использованием ЭОР.

6.3. Проведение внеурочной деятельности возможно как в течение учебных дней, так и в период каникул, в выходные и нерабочие праздничные дни.

6.4. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перерыв не менее 20 минут. Рекомендуется данную перемену (перерыв) по возможности проводить на свежем воздухе.

6.5. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности. Продолжительность внеурочной деятельности в день в 1-2 классах не более 50 минут, в остальных классах – не более 1,5 часа, в неделю – не более 10 часов.

6.6. Часы, отведённые на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных.