

**Администрация Кстовского муниципального округа Нижегородской области  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 8 с углубленным изучением отдельных предметов»  
(МАОУ СШ № 8)**

607657, Нижегородская область г. Кстово ул. Парковая д.9а  
тел/факс: 3-85-44 E-mail: [s8\\_kst@mail.52gov.ru](mailto:s8_kst@mail.52gov.ru)

ОКПО 39255213 ОГРН 1025201995610 ИНН/КПП 5250009904/525001001

---

Рассмотрено  
педагогическим советом  
МАОУ СШ № 8  
Протокол № 1  
от 30.08.2023 г.

Утверждено  
приказом МАОУ СШ № 8  
от 30.08.2023 г. № 496 С

Принято с учетом мнения  
Совета обучающихся  
Протокол №1  
от 29.08.2023 г.

Принято с учетом мнения  
Совета родителей  
(законных представителей)  
несовершеннолетних обучающихся  
Протокол № 1  
от 29.08.2023 г.

**Положение  
о режиме занятий учащихся**

**1. Общие положения.**

1.1. Настоящее положение составлено на основании Федерального закона «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года, СП 2.4.3648-20 «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, 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; СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 30.06.2020 № 16; Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения от 22.03.2021 № 115, Устава МАОУ СШ №8.

1.2. Данное положение содержит требования к режиму занятий учащихся в МАОУ СШ №8. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

1.3. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

## **2. Основные требования к режиму занятий учащихся.**

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

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

2.4. После окончания учебной четверти следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в середине третьей четверти.

2.5 Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, сроки и продолжительность каникул, сроки проведения промежуточной аттестации, 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 проводится в две смены. Обязательное обучение в первую смену устанавливается для 1-х классов, 5-ых классов, 9-х - 11-х классов и классов с углубленным изучением предметов.

3.2. Учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе - для 1 – 6-х классов, и 10-11-х классов; по 6-дневной учебной неделе для 7-9-х классов.

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

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

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10 мин., после второго и (или) третьего урока – 20 мин.

3.5. Начало уроков в первую смену – в 8:00, во вторую – 13:40. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19:00.

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

Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и один раз в неделю - 5 уроков, за счет урока физической культуры,

для обучающихся 2-4 классов - не более 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.

Количество уроков для обучающихся с ОВЗ не превышает:

- во 2–4-х классах – пяти;
- 5–11-х классах – шести.

3.7. МАОУ СШ №8 обеспечивает условия для питания всех учащихся в соответствии с утвержденным графиком. Расписание занятий предусматривает перерыв достаточной продолжительности для питания учащихся. Питание учащихся в школе осуществляется в специально предусмотренном помещении – школьной столовой.

3.8. 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.

3.9. 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 процентов.

#### **4. Особенности организации образовательного процесса при электронном и в дистанционном формате.**

4.1. Школа вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.

4.2. Продолжительность уроков в дистанционном формате определяется учителем в соответствии с требованиями СП 3.1/2.4.3598-20, СП 2.4.3648-20 и составляет не более 40 мин.

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

4.4. Учебные занятия в дистанционном формате оканчиваются не позднее 18 часов.

#### **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 рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

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

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

5.5. Перерыв между занятиями урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 мин.

5.6. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ОВЗ составляет 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.