

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение г. Астрахани  
«Начальная школа – детский сад №106 «Ёлочка»  
ул. Коммунистическая, д.62,  
E-mail [shkolasadelochka106@rambler.ru](mailto:shkolasadelochka106@rambler.ru) тел.факс (8512)25-44-80

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом  
МБОУ  
г. Астрахани «НШДС№106»  
Протокол №1 от 28.08.2025

УТВЕРЖДЕНО

Приказ №01-01- 236  
от 29.08.2025 г.

Директор МБОУ г.  
Астрахани «НШДС№106»  
\_\_\_\_\_ Е. А. Соловьева

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о расписании учебных занятий**  
**МБОУ г. Астрахани «НШДС№106»**

**1. Общие положения.**

1.1. Положение о расписании учебных занятий в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении г. Астрахани «Начальная школа – детский сад №106 «Ёлочка» (далее по тексту МБОУ г. Астрахани «НШДС№106»), образовательная организация, ОО) является локальным нормативным актом учреждения.

1.2. Настоящее положение разработано 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,
- Методическими рекомендациями Роспотребнадзора от 30.05.2025 № МР 2.4.0380-25,
- 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,
- Методическими рекомендациями по организации процесса обучения в первом классе в адаптационный период (сентябрь-октябрь) (Федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Институт содержания и методов обучения» имени В.С. Леднева)
- Коллективным договором ОО,
- Уставом ОО,
- ООП НОО МБОУ г. Астрахани «НШДС№106».

1.3. Основная образовательная программа начального общего образования реализуется в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

1.4. Расписание уроков является основным документом, в соответствии с которым осуществляется учебный процесс.

1.5. Расписание устанавливает распорядок занятий в течение дня, недели, учебного года. На его основе организуется урочная и внеурочная работа, проведение классных и общешкольных мероприятий и родительских собраний.

## 2. Требования к календарному учебному графику.

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы начального общего 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 уровня начального общего образования составляет не менее 34 недель, в 1-м классе – 33 недели.

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

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, 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 основной образовательной программы начального общего образования.

## 3. Расписание и режим занятий.

3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1–4-х классах.

3.2. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в 8.00.

3.3. Продолжительность урока (академический час) во 2–4-х классах составляет 40 минут.

Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

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

Продолжительность урока в компенсирующих классах не превышает 40 минут.

3.4. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, больших перемен (2 большие перемены) — по 20 минут, в первом классе устанавливается динамическая пауза между 3 и 4 уроками (40 мин.).

3.5. Расписание звонков для 1-х классов:

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь – май
1	8.00 – 08.35	08.00 – 08.40
2	8.45 – 09.20	08.50 – 09.30
3	09.40 – 10.15	09.50 – 10.30
4	10.55 – 11.30	11.10 -11.50
5		12.00 – 12.40

#### Расписание звонков для 2 - 4 классов:

Урок	Сентябрь - май
1	08.00 – 08.40
2	08.50 – 09.30
3	09.50 – 10.30
4	10.50 -11.30
5	11.40 – 12.20

3.6. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами (Приложение 1).

При отсутствии предмета в «Шкале трудности учебных предметов» баллы выставляются по аналогии с предметами смежных наук.

Не допускается предметы с максимальным баллом трудности ставить в расписание последними уроками.

Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

Не допускается проведение сдвоенных уроков в 1-4 классах.

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

3.6.1. 1 класс:

- не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;

- адаптационный период:

- снижение учебной нагрузки в сентябре-октябре – 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый;

- в сентябре-октябре недельная нагрузка первоклассников не превышает 15 часов, то есть при пятидневной учебной неделе – 3 урока в день;

- учебные предметы «Русский язык», «Математика», «Окружающий мир» сокращаются на один час в неделю, а «Литературное чтение» на 0,5 часа;

- - учебные предметы «Музыка» и «Изобразительное искусство», «Труд (технология)» сокращаются на 0,5 часа;

3.6.2. для обучающихся 2 - 4 классов - не более 5 уроков;

3.8. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей до 7 лет не позднее 19.30.

3.9. 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.

#### 4. Режим внеурочной деятельности

4.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий внеурочной деятельности, утвержденным директором ОО.

4.2. Между началом занятий по внеурочной деятельности и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 30 минут.

4.3. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

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

#### 5. Порядок работы над расписанием.

5.1. Расписание составляется один раз в год или чаще в случае производственной необходимости.

5.2. Стабильное расписание составляется к 10 сентября текущего года.

5.3. В течение года расписание может корректироваться в связи болезнью педагогов и по другим уважительным причинам.

5.4. Расписание внеурочной деятельности составляется после составления расписания урочной деятельности с учетом особенностей его составления.

5.5. Расписание утверждается руководителем ОО.

5.6. Изменения в расписании учебных занятий утверждаются приказом руководителя ОО.

**Таблица 1**

#### **Шкала трудности предметов на уровне НОО**

Учебные предметы	Количество баллов (ранг трудности)
Математика	8
Русский язык/Родной язык	7
Информатика и ИКТ	6
Иностранный язык	7
Окружающий мир	6
Литературное чтение	5
Изобразительное искусство	3
Музыка	3
Труд (технология)	2
Физическая культура	1