



ПОЛОЖЕНИЕ о внутришкольном режиме занятий в МБОУ «Весьегонская СОШ»

1. Общие положения.

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ «Весьегонская средняя общеобразовательная школа» (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 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 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.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году — четыре.

2.4. 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.

2.5. 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.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах составляет 45 минут. Продолжительность урока в 1-м классе составляет:

- 35 минут — 1-2 четверти;
- 40 минут — 3-4 четверти.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков — 9.00.

3.4. Расписание звонков для 1-го класса:

Расписание звонков учебных занятий для 1 класса в 1-2 четвертях:

Начало	Режимное мероприятие	Окончание
9.00 ч.	1-ый урок	9-35 ч.
9-35 ч.	1-ая перемена (10 мин)	9-45 ч.
9-45 ч.	2-ой урок	10-20 ч.
10-20 ч.	2-ая перемена (динамическая пауза – 40 минут)	11-00 ч.
11-00 ч.	3-ий урок	11-35 ч.
11-35 ч.	3-ая перемена (10 мин)	11-45 ч.
11-45 ч.	4-ый урок	12-20 ч.
12-20 ч.	4-ая перемена (10 мин)	12-30 ч.
12-30 ч.	5-ый урок (1 раз в неделю за счет урока физической культуры)	13-05 ч.

Расписание звонков учебных занятий для первого класса в 3-4 четвертях:

Начало	Режимное мероприятие	Окончание
9.00 ч.	1-ый урок	9-40 ч.
9-40 ч.	1-ая перемена (10 мин)	9-50 ч.
9-50 ч.	2-ой урок	10-30 ч.
10-30 ч.	2-ая перемена (динамическая пауза – 40 минут)	11-10 ч.
11-10 ч.	3-ий урок	11-50 ч.
11-50 ч.	3-ая перемена (10 мин)	12-00 ч.
12-00 ч.	4-ый урок	12-40 ч.
12-40 ч.	4-ая перемена (10 мин)	12-50 ч.
12-50 ч.	5-ый урок (1 раз в неделю за счет урока физической культуры)	13-30 ч.

3.5. Расписание звонков для остальных классов:

Расписание звонков учебных занятий для 2-4 классов:

Начало	Режимное мероприятие	Окончание
9-00 ч.	1-ый урок	9-45 ч.
9-45 ч.	1-ая перемена (10 мин)	9-55 ч.
9-55 ч.	2-ой урок	10-40 ч.
10-40ч.	2-ая перемена (20 мин организация питания)	11-00 ч.
11-00 ч.	3-ий урок	11-45 ч.
11-45 ч.	3-ая перемена (20 мин организация питания)	12-05 ч.
12-05 ч.	4-ый урок	12-50 ч.
12-50 ч.	4-ая перемена (20 мин организация питания)	13-10 ч.
13-10 ч.	5-ый урок	13-55 ч.
13-55 ч.	5-ая перемена (10 мин)	14-05 ч.
14-05 ч.	6-ой урок	14-50 ч.

Расписание звонков учебных занятий для 5-11 классов:

Начало	Режимное мероприятие	Окончание
9-00 ч.	1-ый урок	9-45 ч.
9-45 ч.	1-ая перемена (10 мин)	9-55 ч.
9-55 ч.	2-ой урок	10-40 ч.
10-40ч.	2-ая перемена (20 мин организация питания)	11-00 ч.
11-00 ч.	3-ий урок	11-45 ч.
11-45 ч.	3-ая перемена (20 мин организация питания)	12-05 ч.
12-05 ч.	4-ый урок	12-50 ч.
12-50 ч.	4-ая перемена (20 мин организация питания)	13-10 ч.
13-10 ч.	5-ый урок	13-55 ч.

13-55 ч.	5-ая перемена (10 мин)	14-05 ч.
14-05 ч.	6-ой урок	14-50 ч.
14-50 ч.	6-ая перемена (10 мин)	15-00 ч.
15-00 ч.	7-ой урок	15-45 ч.
15-45 ч.	7-ая перемена (10 мин)	15-55 ч.
15-55 ч.	8-ой урок	16-40 ч.

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.

3.7. Предельно допустимая аудиторная учебная нагрузка составляет:

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

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 в образовательных организациях, в которых наряду с русским языком изучается родной язык, государственный язык республик Российской Федерации, иностранный язык, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

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

4.3. 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.

4.4. 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.

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. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.

5.3. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

- 5.4. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.
- 5.5. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов.

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. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.
- 6.3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.