

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 95 г. Нижний Тагил**

ОБСУЖДЕН

Педагогическим советом

МБОУ СОШ № 95

(протокол от 31.08.2023г. № 1)

УТВЕРЖДЕН

Директор МБОУ СОШ № 95

Е.В.Репина

(приказ от 31.08.2023г. № 151/3

приложение № 2)

**РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МБОУ СОШ № 95 (далее – ОО) разработан в соответствии с Федеральным законом РФ от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями), СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28), СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиеническими нормативами и требованиями к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2), Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (утв. приказом Минпросвещения РФ от 22.03.2021г. № 115) (с изменениями и дополнениями).

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования (далее – ООП НОО, ООО и СОО) 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 ОО начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком ООП НОО, ООО и СОО. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Начало учебного года может переноситься ОО при реализации ООП НОО, ООО и СОО в очно-заочной форме обучения не более чем на один месяц, в заочной форме обучения - не более чем на три месяца. Если дата начала учебного года при реализации ООП НОО, ООО и СОО в очно-заочной форме обучения, в заочной форме обучения приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

- 2.3. 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.
- 2.4. Учебный год в 1-9-х классах составляют учебные периоды - четверти. Количество четвертей в учебном году – четыре.
- 2.5. Учебный год в 10-11-х классах составляют учебные периоды – полугодия. Количество полугодий в учебном году – два.
- 2.6. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-ых классов 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 ООП НОО, ООО и СОО.

### 3. Режим занятий

3.1. Обучение в ОО ведется:

- а) в режиме пятидневной учебной недели в 1-х классах;
- б) в режиме шестидневной учебной недели во 2-11 классах.

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по 5-дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2-11-х классах составляет 40 минут.

Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

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

Продолжительность урока в классах, в которых обучаются дети с ОВЗ не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Начало уроков в первую смену – 8.00, во вторую – 13.00. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляются перемены (перерывы) для отдыха продолжительностью не менее 10 минут и для питания продолжительностью не менее 20 минут. Для обучающихся 1-х классов в расписании занятий предусматривается динамическая пауза 40 минут.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

Урок	Сентябрь-декабрь (35')	Январь – май (40')
1	08:00-08:35	08:00-08:40
2	08:45-09:20	08:50-09:30
3	09:40-10:10	09:50-10:30
Динамическая пауза с 10:10 до 10:50		Динамическая пауза с 10:30 до 11:10
4	10:50-11:25	11:10-11:50

5	11:35-12:05	12:00-12:40
---	-------------	-------------

### 3.6. Расписание звонков для 2-11 классов:

Урок	Первая смена (40')	Вторая смена (40')
1	08:00-08:40	12:40-13:20
2	08:50-09:30	13:40-14:20
3	09:50-10:30	14:40-15:20
4	10:50-11:30	15:30-16:10
5	11:50-12:30	16:20-17:00
6	12:40-13:20	17:10-17:50
7	13:40-14:20	

3.7. 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:

- а) в 1-х классах - четырех уроков и один раз в неделю пяти уроков, за счет физической культуры (при включении в расписание занятий 3-х уроков физической культуры в неделю);
- б) во 2-4-х классах - пяти уроков и один раз в неделю шести уроков за счет физической культуры (при включении в расписание занятий 3-х уроков физической культуры в неделю);
- в) в 5-6-х классах - шести уроков;
- г) в 7-11-х классах - семи уроков;
- д) во 2-4 классах, в которых обучаются дети с ОВЗ – пяти уроков;
- е) в 5-11 классах, в которых обучаются дети с ОВЗ – шести уроков.

3.8. Окончание занятий, не позднее:

3.8.1. При реализации ООП НОО, ООО и СОО – 19:00;

3.8.2. При реализации дополнительных образовательных программ (в том числе групп адаптации к школьной жизни), деятельности кружков (студий), спортивных секций:

- а) до 7 лет – 19:30;
- б) 7-10 лет – 20:00;
- в) 10-18 лет – 21:00.

## 4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более группы.

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 проводятся в спортивном зале.

Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой составляет 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. 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 только 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. Обучение заканчивается не позднее 18:00. Продолжительность урока не превышает 40 минут.

## **6. Режим внеурочной деятельности**

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с тематическим планированием рабочих программ курсов (программ) внеурочной деятельности, календарными планами воспитательной работы.

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 в 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

**ПРИНЯТ**

с учётом мнения совета обучающихся Учреждения  
Протокол от «31» августа 2023г. № 1.

**ПРИНЯТ**

с учётом мнения совета родителей (законных представителей) Учреждения  
Протокол от «31» августа 2023г. № 1.