

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

ОБСУЖДЕН

Педагогическим советом

МБОУ СОШ № 95

(протокол от 29.08.2025 № 1)

УТВЕРЖДЕНО

Е. В. Репина,

директор МБОУ СОШ № 95

(приказ от 30.08.2025 № 141/2

приложение № 1)

**РЕЖИМ
ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

1. Общие положения

1.1. Режим занятий обучающихся МБОУ СОШ № 95 (далее – режим занятий) разработан в соответствии с Федеральным законом РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273), иными нормативно-правовыми актами, регулирующими отношения в сфере образования.

1.2. Настоящий Режим занятий принят с учетом мнения совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся МБОУ СОШ № 95 города Нижний Тагил (далее - далее – ОО, образовательная организация) (протокол от 29.08.2025 № 1) и совета обучающихся ОО (протокол от 29.08.2025 № 1).

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в ОО в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с действующими санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

1.4. Организация образовательного процесса в ОО регламентируется основными образовательными программами начального общего, основного общего, среднего общего, а также адаптированными основными образовательными программами для обучающихся с ОВЗ различных видов (далее – ООП НОО, ООО, СОО, АООП-ОВЗ), включающими в себя комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты) и организационно-педагогических условий, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, оценочных и методических материалов, а также в предусмотренных ФЗ-273 случаях в виде рабочей программы воспитания, календарного плана воспитательной работы, форм аттестации, разрабатываемыми и утверждаемыми ОО самостоятельно в соответствии с федеральными государственными образовательными стандартами (далее – ФГОС) и соответствующими федеральными основными общеобразовательными программами (далее – ФОП).

1.5. ООП НОО, ООО, СОО, АООП-ОВЗ реализуются в ОО в соответствии с утвержденным расписанием уроков и внеурочной деятельности.

1.6. Режим работы занятий в исключительных случаях (температурный режим, чрезвычайная ситуация и др.) может быть изменен приказом директора ОО во исполнение решения федеральных, региональных и муниципальных органов государственной власти.

2. Особенности распределения учебной деятельности в течение учебного года

2.1. Учебный год в ОО начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком ООП НОО, ООО, СОО, АООП-ОВЗ. 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 общеобразовательных программ, в том числе, адаптированных для обучающихся с ОВЗ, 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 общеобразовательной программы 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 классах составляют учебные периоды - четверти. Количество четвертей в учебном году – четыре.

2.5. Учебный год в 10-11 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 в феврале месяце. В 1-х классах возможна также организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

2.7. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (полугодий), 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 ООП НОО, ООО, СОО, АООП-ОВЗ.

3. Особенности режима занятий

3.1. Продолжительность учебной недели в ОО для разных классов составляет:

- 1) для обучающихся 1-х классов и обучающихся с ОВЗ - 5 дней;
- 2) для обучающихся 2-11 классов за исключением обучающихся с ОВЗ – 6 дней.

3.2. В шестой учебный день – в субботу, согласно решению ОО с учетом мнения совета обучающихся и совета родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, образовательная деятельность может быть организована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий с возможностью проведения при необходимости очных занятий (например, по курсам внеурочной деятельности) и(или) при реализации дополнительных общеобразовательных программ,

реализуемых как за счет средств бюджетных ассигнований, так и за счет средств физических лиц по договорам об оказании платных образовательных услуг.

3.3. Учебные занятия в ОО организуются в две смены:

- 1) ученики 1-х, 5-х, 9-11-х классов и дети с ОВЗ обучаются в первую смену;
- 2) ученики остальных классов могут обучаться во вторую смену.

3.4. Третья смена в ОО запрещена.

3.5. Первая смена начинается не ранее 08.00. Нулевые уроки в ОО запрещены и не проводятся.

3.6. Вторая смена в зависимости от расписания уроков может начинаться:

- 1) по понедельникам – с 13.40 в случае проведения совещания при директоре ОО с педагогическим коллективом, и в 11.50, 12.40 если совещание не проводится;
- 2) по вторникам и пятницам – с 11.50, 12.40.

3.7. По субботам занятия во вторую смену не проводятся.

3.8. Занятия во вторую смену завершаются не позднее 19.00.

3.9. Занятия по дополнительным общеобразовательным программам, в кружках (студиях), спортивных секциях, завершаются:

- 1) для детей до 7 лет – не позднее 19.30;
- 2) для детей 7-10 лет – не позднее 20.00;
- 3) для детей 10-18 лет – не позднее 21.00

3.10. Продолжительность урока (академический час) составляет:

- 1) в 1-х классах в сентябре – декабре – 35 минут, в том числе классы, в которых обучаются дети с ОВЗ;
- 2) в 1-х классах в январе-мае – 40 минут, в том числе классы, в которых обучаются дети с ОВЗ;
- 3) во 2-11 классах -- 40 минут, в том числе классы, в которых обучаются дети с ОВЗ.

3.11. 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:

- 1) 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);
- 2) 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);
- 3) в 5-6-х классах - шести уроков;
- 4) в 7-11-х классах - семи уроков;
- 5) во 2-4 классах, в которых обучаются дети с ОВЗ – пяти уроков;
- 6) в 5-11 классах, в которых обучаются дети с ОВЗ – шести уроков.

3.12. В первых классах реализуется «ступенчатое» расписание с целью постепенного увеличения нагрузки на детей в течение учебного года:

- 1) в сентябре – октябре – 3 урока в день по 35 минут каждый;
- 2) в ноябре – декабре – 4 урока по 35 минут каждый;
- 3) в январе – мае – 4 урока по 40 минут каждый.

3.13. Сдвоенные уроки не проводятся в 1-4 классах за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке. В 5-11 классах сдвоенные уроки могут проводиться без ограничений.

3.14. Учебная недельная нагрузка на обучающихся составляет:

- 1) в 1-х классах при 5-дневной учебной неделе – 21 час;
- 2) во 2-4 классах при 6-дневной учебной неделе – 26 часов;
- 3) в 5-х классах при 6-дневной учебной неделе – 32 часа;
- 4) в 6-х классах при 6-дневной учебной неделе – 33 часа;
- 5) в 7-х классах при 6-дневной учебной неделе – 35 часов;
- 6) в 8-9 классах при 6-дневной учебной неделе – 36 часов;
- 7) в 10-11 классах при 6-дневной учебной неделе – 37 часов.

3.15. Перемены (перерывы), предоставляемые обучающимся между уроками составляют:

- 1) после каждого урока – не менее 10 минут;
- 2) для питания – не менее 20 минут;
- 3) динамическая пауза в 1-х классах в середине учебного дня – не менее 40 минут;
- 4) между уроками и занятиями внеурочной деятельностью – не менее 30 минут;
- 5) между уроками и факультативными занятиями, занятиями по программам дополнительного образования – не менее 20 минут.

3.16. Недельный объем занятий внеурочной деятельностью не может составлять более 10 часов.

3.17. Количество видов учебной деятельности во время занятия составляет:

- 1) в 1-4 классах – от 3 до 7 видов;
- 2) в 5-11 классах – от 5 до 7 видов.

3.18. Продолжительность одного вида деятельности обучающихся во время занятия составляет:

- 1) в 1-4 классах – от 5 до 7 минут;
- 2) в 5-11 классах – от 7 до 10 минут.

3.19. В начальной школе длительность контрольной работы, являющей формой письменной проверки результатов обучения с целью оценки уровня достижения предметных и(или) метапредметных результатов, составляет один урок (не более чем 40 минут), контрольные работы проводятся, начиная со 2 класса. Объем учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур, не превышает 10 процентов от всего объема учебного времени, отводимого на изучение конкретного учебного предмета в конкретном классе в текущем учебном году.

3.20. В 5-11 классах длительность контрольной работы, являющей формой письменной проверки результатов обучения с целью оценки уровня достижения предметных и(или) метапредметных результатов, составляет от одного до двух уроков (не более чем 40 минут каждый). Длительность практической работы, являющейся формой организации учебного процесса, направленной на выработку у обучающихся практических умений, включая лабораторные, интерактивные и иные работы и не являющейся формой контроля, составляет один урок (не более 40 минут). Объем учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур, не превышает 10 процентов от всего объема учебного времени, отводимого на изучение конкретного учебного предмета в конкретном классе в текущем учебном году.

3.21. Выполнение обучающимися домашних заданий, данных педагогическими работниками в рамках ООП НОО, ООО, СОО и АООП-ОВЗ обязательно и происходит в домашних условиях, информационно-библиотечном центре ОО, лабораториях, комнатах самостоятельной подготовки или в других оборудованных помещениях ОО или иных условиях вне ее.

3.22. Домашние задания направлены на всестороннее развитие обучающихся, учитывают их интересы, предусматривают выполнение письменных и устных, практических, творческих, проектных, исследовательских работ, в том числе выполняемых в цифровой образовательной среде. Домашняя работа предполагает включение домашних заданий для самостоятельного, парного, группового, а также совместного со взрослыми выполнения.

3.23. В первом классе выполнение домашних заданий допустимо не более 1 (одного) часа; домашние задания вводятся постепенно с подробным объяснением, обучающимся хода их выполнения (включая организацию процесса).

3.24. В начальной школе и в 5-6 классах домашние задания на выходные не задаются. В 7-11 классах допустимы домашние задания на выходные дни, направленные на повторение и систематизацию полученных знаний, в объеме, не превышающем 1/2 установленных СанПин норм. На праздничные дни домашние задания не задаются.

3.25. Домашние задания на каникулярное время не задаются.

3.26. Объем домашних заданий не может превышать 1/2 от объема работы, выполненной на уроке. При организации домашней работы к следующему учебному дню учитывается суммарный объем домашних заданий, их трудоемкость и временные затраты на выполнение.

3.27. Регулярность привлечения обучающихся к выполнению домашних заданий и их объем определяется педагогическими работниками исходя из принципов разумности, целесообразности, с учетом динамики работоспособности школьников в течение недели, возрастных возможностей обучающихся и норм СанПин:

1) в 1 классе выполнение не более 1 ч.;

2) во 2-3 классах – не более 1,5 ч.;

3) в 4-5 классах - не более 2 ч.;

4) в 6-8 классах - не более 2,5 ч.;

5) в 9-11 классах – не более 3,5 ч.

3.28. На выполнение трудоемких домашних заданий (например, сочинение, доклад) обучающимся предоставляется не менее 7 календарных дней.

3.29. Выполнение домашних заданий с использованием электронных средств обучения (далее - ЭСО) (например, компьютера, ноутбука) допускается:

1) для учащихся 1-2-х классов в течение не более 20 мин.;

2) для учащихся 3-4-х классов - не более 25 мин.;

3) для учащихся 5-9-х классов - не более 30 мин.;

4) для учащихся 10-11-х классов - не более 35 мин.

3.30. Продолжительность использования обучающимися ЭСО на уроке определяется нормами СП 2.4.3648-20 и гигиеническими нормативами - таблица 6.8 СанПиН 1.2.3685-21.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий возможно деление классов на группы, в том числе по гендерному признаку. Данный вопрос регулируется иными локальными нормативными актами ОО.

4.2. ОО вправе делить классы на группы, чтобы проводить учебные занятия, курсы, модули, если для этого есть условия – кадровые, финансовые, материально-технические.

4.3. 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 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.