

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Будогощская СОШ им. М.П. Галкина»

СОГЛАСОВАНО  
Педагогическим советом  
МОУ «Будогощская СОШ им.М.П.Галкина»  
(протокол от 23.03.2021 № 4)

УТВЕРЖДЕНО  
приказом МОУ «Будогощская СОШ  
им.М.П.Галкина».  
от 24.03.2021 № 61

СОГЛАСОВАНО  
Советом Учреждения  
МОУ «Будогощская СОШ им.М.П.Галкина»  
(протокол от 23.03.2021 № 3)

СОГЛАСОВАНО  
Советом обучающихся  
МОУ «Будогощская СОШ им.М.П.Галкина»  
(протокол от 24.03.2021 № 3)

Директор  Мухоманалиева



## РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ обучающихся

### 1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся муниципального общеобразовательного учреждения МОУ «Будогощская СОШ им. М.П.Галкина» (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;
- Уставом школы.

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 нормами и правилами.

## 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. 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 уровнями 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 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 основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

## 3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется: по пятидневной учебной неделе в 1-11-х классах.

3.2. Продолжительность урока:

- для 1 класса установлен «ступенчатый» режим обучения, в 1 полугодии - 35 минут, во 2 полугодии – 40 минут;
- для 2-4 классов - 45 минут.

Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением дополнительных требований:

- использование «ступенчатого» режима обучения,
- число уроков в сентябре, октябре – по 3 урока в день по 35 минут каждый; в ноябре, декабре – 4 урока по 35 минут каждый;
- в январе - мае – по 4 урока по 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков 09 ч 00 минут.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 15 мин, после четвертого и пятого урока – 20 мин.

3.5. Режим учебных занятий:

Классы	1 класс 1 четверть	1 класс 2 четверть	1 класс 2 полугодие	2 - 11 классы
<b>Режимное мероприятие</b>				
1 урок	09:00 – 09:35	09:00 – 09:35	09:00 – 09:40	09:00 – 09:45
2 урок	09:50 – 10:25	09:50 – 10:25	09:55 – 10:35	10:00 – 10:45
3 урок	10:40 – 11:15	10:40 – 11:15	10:50 – 11:30	11:00 – 11:45



<b>4 урок</b>	<b>ГПД</b>	<b>11:30 – 12:05</b>	<b>11:45 – 12:25</b>	<b>12:00 – 12:45</b>
<b>5 урок</b>		<b>ГПД</b>	<b>12:45 – 13:25</b>	<b>13:05 – 13:50</b>
<b>6 урок</b>				<b>14:10 – 14:55</b>
<b>7 урок</b>				<b>15:05 – 15:50</b>

Для 1 класса в 1 четверти проводятся 3 урока в течение учебного дня, 4 и 5 уроки по физической культуре, музыке, технологии и изобразительному искусству проводятся во неурочной форме (экскурсии, прогулки, игры и т.д.)

Режим и длительность перемен:

<b>Перемена</b>	<b>Для 1 классов (1, 2 четверть)</b>		<b>Для 1 классов (3, 4 четверть)</b>		<b>Для 2-11 классов</b>	
	<i>начало</i>	<i>окончание</i>	<i>начало</i>	<i>окончание</i>	<i>начало</i>	<i>окончание</i>
1 перемена(15 минут)	<b>09.35</b>	<b>09.50</b>	<b>9.40</b>	<b>9.55</b>	<b>09.45</b>	<b>10.00</b>
2 перемена(15 минут)	<b>10.25</b>	<b>10.40</b>	<b>10.35</b>	<b>10.50</b>	<b>10.45</b>	<b>11.00</b>
3 перемена(15 минут)	<b>11.15</b>	<b>11.30</b>	<b>11.30</b>	<b>11.45</b>	<b>11.45</b>	<b>12.00</b>
4 перемена(20 минут)	<b>12.05</b>	<b>12.25</b>	<b>12.25</b>	<b>12.45</b>	<b>12.45</b>	<b>13.05</b>
5 перемена(20 минут)			<b>13.25</b>	<b>13.35</b>	<b>13.50</b>	<b>14.10</b>
6 перемена(10 минут)					<b>14.55</b>	<b>15.05</b>

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.

#### **4. Особенности организации образовательного процесса**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы для проведения учебных занятий при проведении занятий по иностранному языку, трудовому обучению, информатике и ИКТ. 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. Домашнее задание не должно превышать 1/3 объема классной работы по предметам с учетом возможности их выполнения в пределах, установленных СанПиН СП 1.2.3685-21: - во 2-м и 3-м классах – 1,5 ч; - в 4-м и 5-м – 2 ч; - в 6-м, 7-м и 8-м – 2,5 ч; - в 9-м, 10-м и 11-м – до 3,5 ч. Домашние задания в первом классе не задаются.

4.4. 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.

4.5. 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%.

### **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. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

### **6. Режим внеурочной деятельности**

6.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

6.3. 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.

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