

СОГЛАСОВАН

УТВЕРЖДЕН

Управляющим советом МАОУ «Сылвенская средняя школа имени В. Каменского»

приказом МАОУ «Сылвенская средняя школа имени В. Каменского» от 28.08.2026 № 173

(протокол от 12.05.2026 № 5)

Режим занятий обучающихся МАОУ «Сылвенская средняя школа имени В. Каменского»

1. Общие положения

1.1. Режим занятий обучающихся МАОУ «Сылвенская средняя школа имени В. Каменского» (далее – Режим занятий) – локальный нормативный акт МАОУ «Сылвенская средняя школа имени В. Каменского» (далее – образовательная организация), который определяет порядок организации образовательного и воспитательного процесса в соответствии с санитарными правилами и гигиеническими нормативами, в том числе продолжительность образовательной нагрузки в течение занятия, дня, особенности организации занятий с применением электронных средств обучения и занятий физической культурой и спортом.

1.2. Режим занятий разработан в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19,
- 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 в действующей редакции,
- 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 в действующей редакции;
- иными федеральными и региональными нормативными актами в сфере образования;
- Уставом и локальными актами образовательной организации.

1.3. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утвержденным расписанием занятий.

2. Учебный год

2.1. Учебный год начинается 1 сентября и заканчивается не ранее 26 мая. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день. Если 26 мая приходится на выходной день, то учебный год заканчивается накануне.

2.2. Продолжительность учебного года для обучающихся уровней начального общего, основного общего, 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 в 1-9 классах. Количество четвертей в учебном году – 4. Учебный год составляют полугодия в 10-11 классах. Количество полугодий – 2.

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 календарным учебным графиком.

3. Режим занятий обучающихся

3.1. Обучение ведется по пятидневной учебной неделе в 1–11-х классах. В субботу возможно проведение внеурочной деятельности и организация дополнительного образования.

3.2. Школа функционирует в две смены:

1 смена – 1- 4, 5, 8 – 11 классы и классы, обучающиеся по АООП.

2 смена – 6, 7 классы.

Расписание звонков:

ПОНЕДЕЛЬНИК		
1 смена	2 смена	2 абвг классы
8.00 – 8.10 – церемония поднятия флага 1 урок - 8.15. – 8.55. – «Разговоры о важном» 2 урок – 9.05 – 9.45 3 урок – 9.55 – 10.35 4 урок – 10.45 – 11.25 5 урок – 11.35 – 12.15 6 урок – 12.25 – 13.05 7 урок – 13.15 – 13.55	13.15 –13.20 – церемония поднятия флага 0 урок – 13.20. – 13.55 – «Разговоры о важном» 1 урок – 14.00 – 14.40 2 урок – 14.55 – 15.35 3 урок – 15.50 – 16.30 4 урок – 16.40 – 17.20 5 урок – 17.30 – 18.10 6 урок – 18.15 – 18.55	<u>ПОНЕДЕЛЬНИК</u> 1 урок – 13.10 – 13.55 – «Разговоры о важном» 2 урок – 14.00 – 14.40 3 урок – 14.55 – 15.35 4 урок – 15.50 – 16.30 5 урок – 16.40 – 17.20
ВТОРНИК – ПЯТНИЦА		<u>ВТОРНИК-ПЯТНИЦА</u>
1 смена	2 смена	1 урок – 14.00 – 14.40 2 урок – 14.55 – 15.35 3 урок – 15.50 – 16.30 4 урок – 16.40 – 17.20 5 урок – 17.30 – 18.10 6 урок – 18.15 – 18.55
1 урок – 8.00 – 8.40 2 урок – 8.55 – 9.35 3 урок – 9.50 – 10.30 4 урок – 10.45 – 11.25 5 урок – 11.40 – 12.20 6 урок – 12.30 – 13.10 7 урок – 13.15 – 13.55	1 урок – 14.00 – 14.40 2 урок – 14.55 – 15.35 3 урок – 15.50 – 16.30 4 урок – 16.40 – 17.20 5 урок – 17.30 – 18.10 6 урок – 18.15 – 18.55	

*Структурное подразделение Лядовская школа – обучение с 1 по 9 класс осуществляется в первую смену.

Продолжительность урока во 2 – 11 классах составляет 40 минут.

*В первом классе в первом полугодии используется «ступенчатый» режим обучения: в сентябре-октябре – 3 урока по 35 минут каждый; в ноябре – декабре – 4 урока по 35 минут каждый; во втором полугодии – 4 урока по 40 минут и организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут. Один раз в неделю допускается 5 уроков за счет физической культуры.

3.3. 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:

- в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;
- 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры;
- 5 – 6-х классах – шести;

- 7 – 11-х классах – семи.

3.4. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам длится не позднее 21.00.

4. Особенности режима занятий с применением электронных средств обучения и дистанционных образовательных технологий

4.1. При использовании электронных средств обучения (далее – ЭСО) на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.2.4283-26 и СанПиН 1.2.3685-21.

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

4.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

4.4. Расписание занятий с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов.

4.5. При использовании на занятии ЭСО в середине занятия 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.

5. Особенности занятий физической культурой и спортом

5.1. Занятия физической культурой и спортом, подвижные игры проводятся на открытом воздухе, если позволяют показатели метеорологических условий (температура, относительная влажность и скорость движения воздуха) и климатическая зона. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводятся в спортивном зале.

5.2. 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). Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивной направленности соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся.

5.3. Распределение Обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях производит врач с учетом состояния здоровья. Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной группы физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача, занимаются со сниженной физической нагрузкой.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с обучающимися на внеклассные и внегрупповые мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами руководителя образовательной организации.

Формат занятий внеурочной деятельностью определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.

6.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перерыв 20-30 минут.

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

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 642744713762551194213577786349843698199248870609

Владелец Дудорова Вера Семёновна

Действителен с 26.09.2025 по 26.09.2026