

Рассмотрено  
на педагогическом совете  
МАОУ «Сылвенская средняя школа  
имени В.Каменского»  
Протокол № 1 от 28.08.2024г.

Утверждаю  
Директор  
МАОУ «Сылвенская средняя школа  
имени В.Каменского»  
В.С.Дудорова  
Приказ № 100  
от 29 августа 2024г.



## РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ В МАОУ «Сылвенская средняя школа имени В. Каменского»

### 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1 Настоящий режим занятий, обучающихся МАОУ «Сылвенская средняя школа имени В. Каменского» разработан в соответствии (далее –школа») разработан в соответствии

- с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020г. №28»;
- СП 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или)безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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, утвержденным приказом Минпросвещения от 22.03.2021г. № 115 (в действующей редакции);
- Уставом МАОУ «Сылвенская средняя школа имени В. Каменского».

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. 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-х классах- 33 недели.

2.3. Учебный год в 1-9 классах составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году — четыре. Учебный год в 10-11 классах составляют учебные периоды: полугодия. Количество полугодий в учебном году — два.

2.4. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, полугодий, 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;

Урочная деятельность обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) организуется по пятидневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

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

Продолжительность урока у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) не превышает 40 минут.

Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет: • 35 минут в сентябре — декабре; • 40 минут в январе — мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Начало уроков первой смены: 8:00, второй — 14:00.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10-20 минут.

3.5. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников 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 уроков;

- 7—11-х классах — семи уроков.

### **4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы.

4.2. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или 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, 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 должно составлять не менее 70 процентов.

## **5. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ И ДИСТАНЦИОННОМ ФОРМАТЕ**

- 5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.
- 5.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.
- 5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.
- 5.4. 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 КАНИКУЛЯРНОГО ВРЕМЕНИ**

- 6.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.
- 6.2. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней.
- 6.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 12 недель.
- 6.3. Для учащихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

## **7. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- 7.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.
- 7.2. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.
- 7.3. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.
- 7.4. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 20-30 минут.

## **8. РЕЖИМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

- 8.1. Двигательная активность обучающихся помимо уроков физической культуры обеспечивается за счет:
  - утренней зарядки;
  - физкультминуток;
  - организованных подвижных игр на переменах;

- внеклассных спортивных занятий и соревнований, общешкольных спортивных мероприятий, дней здоровья;
- самостоятельных занятий физической культурой в секциях и клубах.

8.2. Спортивные нагрузки на занятиях физической культурой, соревнованиях, внеурочных занятиях спортивного профиля при проведении динамического или спортивного часа соответствуют возрасту, состоянию здоровья и физической подготовленности обучающихся, а также метеоусловиям (если они организованы на открытом воздухе).

8.3. Распределение обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы для участия в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, проводит врач с учетом их состояния здоровья (или на основании справок об их здоровье). Учащимся основной физкультурной группы разрешается участие во всех физкультурно-оздоровительных мероприятиях в соответствии с их возрастом. С обучающимися подготовительной и специальной групп физкультурно-оздоровительная работа проводится с учетом заключения врача.

8.4. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 259083907921181952501347624724699269454793049237

Владелец Дудорова Вера Семёновна

Действителен с 21.09.2023 по 20.09.2024