



Утверждено  
Директор МБОУ СОШ №3 г.Суража  
Бабуренкова И.М.  
приказ №149 от 30.08.2024г.

## РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧАЩИХСЯ

### 1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ СОШ № 3 (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.

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 правилами и гигиеническими нормативами.

### 2. Учебный год

#### 2.1. Календарные периоды учебного года

Начало учебного года – 1 сентября (если приходится на воскресенье, то – 2 сентября) Окончание учебного года – для 9, 11-х классов – определяется ежегодно в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации, для 1-8, 10 классов – 26 мая, если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год заканчивается в предыдущий рабочий день.

- начало учебного года **02.09.2024 г.;**
- окончание учебного года **26.05.2025 г.**

#### 2.2. Продолжительность учебного года:

1-е классы – 33 учебные недели  
2-11 классы – 34 учебные недели

#### 2.3. Периоды образовательной деятельности

##### Регламентирование образовательного процесса на учебный год:

Учебный период	Дата		Продолжительность учебных недель
	Начало	Окончание	
I четверть	02.09.2024	25.10.2024	8
II четверть	05.11.2024	28.12.2024	8
III четверть	09.01.2025	21.03.2025	11 (10 – 1 класс)
IV четверть	31.03.2025	26.05.2025	7
Итого в учебном году*			34/33

\*Для обучающихся 9, 11 классов учебный год завершается в соответствии с расписанием ГИА. В календарном учебном графике период определен примерно

#### Продолжительность каникул

Каникулярный период	Дата		Продолжительность каникул
	Начало	Окончание	
Осенние каникулы	26.10.2024	04.11.2024	10 дней
Зимние каникулы	29.12.2024	08.01.2025	11 дней
Дополнительные каникулы для 1 класса	15.02.2025	23.02.2025	9 дней
Весенние каникулы	22.03.2025	30.03.2025	9 дней
Летние каникулы	27.05.2025	31.08.2025	97 дней

#### 2.4. Проведение промежуточной и итоговой аттестации

Промежуточная аттестация проводится в апреле-мае в формах предусмотренных Положением без прерывания образовательной деятельности по предметам учебного плана. При решении педагогического совета об изменении формы промежуточной аттестации, например на Всероссийскую проверочную работу, сроки промежуточной аттестации переносятся в соответствии с графиком ВПР.

Итоговая аттестация в 9, 11 классах проводится согласно срокам, установленным приказом Министерства просвещения Российской Федерации и Федеральной службой по надзору в сфере образования и науки на данный учебный год.

#### 3. Режим занятий

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

Урочная деятельность учащихся по адаптированным образовательным программам организуется по 5 дневной учебной неделе на дому.

3.2. Продолжительность урока (академический час)

1 класс (ступенчатый режим):

- сентябрь - октябрь - по 3 урока в день по 35 минут каждый,
- ноябрь - декабрь - по 4 урока в день по 35 минут каждый,
- январь - май - по 4 урока в день по 40 минут каждый;
- в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут

2 – 11 класс – 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену.

3.4. Расписание звонков:

#### РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ ДЛЯ 1 КЛАССОВ

№ урока	Время урока		
	1 четверть	2 четверть	3 и 4 четверти
1.	8.45 – 9.20	8.45 – 9.20	8.45 – 9.25
2.	9.30 – 10.05	9.30 – 10.05	9.35 – 10.15
3.	10.15 – 10.50	10.15 – 10.50	10.25 – 11.05
	Динамическая пауза 40 минут	Динамическая пауза 40 минут	Динамическая пауза 40 минут
4.		11.30 – 12.05	11.45 – 12.25
5.		12.15 – 12.50	12.35 – 13.15

#### РАСПИСАНИЕ ЗВОНКОВ ДЛЯ 2 – 11 КЛАССОВ

№ урока	Время урока	Перемены
1	8.00 - 8.40	10
2	8.50 - 9.30	20
3	9.50 - 10.30	20

4	10.50 - 11.30	10
5	11.40 - 12.20	20
6	12.40 - 13.20	10
7	13.30 - 14.10	

3.5. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. Продолжительность уроков, перемен, перерывы между учебной и внеурочной деятельностью соответствуют Санитарным нормам и правилам, регламентированы локальными нормативными актами образовательной организации.

### 3.6. Максимально допустимая недельная нагрузка учащихся:

	Классы										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
<b>Максимально допустимая недельная нагрузка</b>	21	23	23	23	29	30	32	33	33	34	34

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;

- 5 – 6-х классах – шести;

- 7 – 11-х классах – семи.

Количество уроков для обучающихся с ОВЗ не превышает:

в 1-х классах – четырех и один раз в неделю возможно пять уроков, за счет физической культуры;

во 2–4-х классах – пяти;

5–11-х классах – шести.

Объем домашних заданий (по всем предметам) по времени на его выполнение не превышает (в астрономических часах): во 2 - 3 классах - 1,5 ч., в 4 - 5 классах - 2 ч., в 6 - 8 классах - 2,5 ч., в 9 - 11 классах - до 3,5 ч.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам и внеурочной деятельности осуществляется не позднее 19.00.

## 4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий по иностранным языкам, информатике, труду (технологии) происходит деление классов на группы.

4.2. 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).

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.

4.3. 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 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.

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. Обучение заканчивается не позднее 18.00.

## **6. Режим внеурочной деятельности**

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

6.2. Между урочной и внеурочной деятельностью предусмотрен перерыв не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе.

**7. Режим работы учреждения в период школьных каникул:** занятия детей в учебных группах и объединениях проводятся по временному расписанию, составленному на период каникул, в форме экскурсий, походов, соревнований, работы сборных творческих групп и т.д.