

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гридасовская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено и принято  
на заседании педагогического совета  
протокол от 31.08.2023 г № 1

Утверждаю:  
директор школы  
И.В.Воробьева  
приказ от 01.09.2023 г №120



## Режим занятий обучающихся

### 1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ «Гридасовская СОШ» 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,

1.2. 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. 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

- в 1 классе- 33 недели

- во 2-9 классах- 34 недели

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – 4.

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 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 1–9-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–9-х классах составляет 40 минут.

Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

35 минут в сентябре – декабре;

40 минут в январе – мае.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после четвертого урока – 30 мин.

3.5. Расписание звонков:

1 класс. 1-е полугодие

Понедельник, четверг

Вторник, среда, пятница

1-й урок: 9.25---10.00

2-й урок: 10.10---10.45

Динамическая пауза: 10.55---11.30

3-й урок: 11.40---12.35

4-й урок: 13.05---13.40

1-й урок: 9.00---9.35

2-й урок: 9.45---10.20

Динамическая пауза: 10.20---11.10

3-й урок: 11.10---11.45

4-й урок: 11.55---12.30

1 класс. 2-е полугодие

Понедельник, четверг

1-й урок: 9.25---10.05

2-й урок: 10.15---10.55

Динамическая пауза: 11.05---11.45

3-й урок: 11.55---12.35

4-й урок: 13.05---13.45

Вторник, среда, пятница

1-й урок: 9.00---9.40

2-й урок: 9.50---10.30

Динамическая пауза: 10.40---11.20

3-й урок: 11.30---12.10

4-й урок: 12.40---13.20

5-й урок: 13.30---14.10

2-9 классы. Понедельник, четверг

1-й урок--- 9.25-10.05

2-й урок--- 10.15-10.55

3-й урок--- 11.05-11.45

4-й урок--- 11.55-12.35

5-й урок--- 13.05-13.45

6-й урок--- 13.55-14.35

7-й урок--- 14.45-15.25

Вторник, среда, пятница

1-й урок--- 9.00-9.40

2-й урок--- 9.50-10.30

3-й урок--- 10.40-11.20

4-й урок--- 11.30-12.10

5-й урок--- 12.40-13.20

6-й урок--- 13.30-14.10

7-й урок--- 14.20-15.00

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.

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 – 9-х классах – семи.

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей не позднее 19.00.

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

4.1. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в четверг или в пятницу.

4.2. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение динамической паузы в 1 классе, физкультминутки во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО).

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 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 электронного урока до 30 минут.

#### **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 предусматривается перемена не менее 20 минут.

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