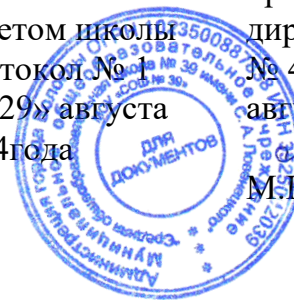


**РАССМОТРЕНО:**  
на заседании  
Ученического совета  
Протокол № 1  
от «29» августа  
2024 года

**РАССМОТРЕНО:**  
на Совете  
родителей  
Протокол № 1  
от «29» августа  
2024 года

**ПРИНЯТО:**  
Педагогическим  
Советом школы  
Протокол № 1  
от «29» августа  
2024 года

**УТВЕРЖДЕНО:**  
приказом  
директора школы  
№ 420 от «29»  
августа 2024 года  
*Знайкина*  
М.Н. Знайкина



## **ПОЛОЖЕНИЕ О РЕЖИМЕ ЗАНЯТИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

### **1. Общие положения**

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся (далее – Положение) разработано с учетом:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 года, № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»
- «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 1.2.3685-21», СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Уставом МОУ «СОШ № 39» (с изменениями).

1.2. Положение регулирует режим организации образовательного процесса и регламентирует режим занятий обучающихся Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 39 имени С.А. Ловенецкого» города Вологды (далее – Школа).

1.3. Пункты Положения обязательны для исполнения всеми учащимися Школы и их родителями (законными представителями), обеспечивающими получения учащимися общего образования.

1.4. Текст настоящего Положения размещается на официальном сайте Школы в сети Интернет.

### **2. Режим образовательного процесса**

2.1. Учебный год в Школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом соответствующей образовательной программы. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года на всех уровнях общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации, в первом классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти. Решение о переходе на обучение по четвертям производится по решению Совета Школы.

Количество четвертей – 4.

2.4. При обучении по четвертям после каждого учебного периода следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами).

2.5. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается годовым календарным учебным графиком. Календарный график на каждый учебный год утверждается приказом директора Школы. Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней.

2.6. Обучение в Школе ведется:

- в 1 – 11 классах по 5-ти дневной учебной неделе

В случае необходимости в Школе может быть организовано обучение в две смены, на 2 смене не могут обучаться обучающиеся 1-х, 5-х, отдельные классы, реализующие адаптированные основные общеобразовательные программы для обучающихся с ОВЗ, выпускных 9-х и 11-х классов.

2.7. Продолжительность уроков во 2–11-х классах составляет 40 минут.

2.8. В соответствии с требованиями «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 1.2.3685-21» для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах применяется «ступенчатый» режим обучения (постепенное наращивание учебной нагрузки):

- сентябрь, октябрь – по 3 урока в день по 35 минут;
- ноябрь-декабрь – по 4 урока в день по 35 минут;
- январь - май – не более 4 уроков по 40 минут и 1 раз в неделю -5 уроков (при включении в расписание занятий 3-х уроков физической культуры).

Между уроками обязательно должны быть перемены не менее 10 минут, а также после 2 или 3 урока - большая перемена продолжительностью 20 - 30 минут. В середине учебного дня должна проводиться динамическая пауза (активный отдых учащихся на свежем воздухе) и длиться не менее 40 минут.

2.9. Учебные занятия в Школе начинаются в 8 часов 00 минут.

Проведение "нулевых" уроков в Школе не допускается.

2.10. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режиме учебных занятий две перемены имеют продолжительность 20 минут.

**2.11. Расписание звонков: 1-е классы и 2-4 классы**

**1 смена**

в 1-х классах (1-2 четверть)

<b>№ урока</b>	<b>Время</b>	<b>Перемена</b>
1 урок	8.00 – 8.35	15 минут
2 урок	8.50 – 09.25	25 минут
Динамическая пауза	09.50 – 10.30	20 минут
3 урок	10.50 – 11.25	

в 1-х классах (3-4 четверть)

<b>№ урока</b>	<b>Время</b>	<b>Перемена</b>
1 урок	8.00 – 8.40	10 минут
2 урок	8.50 – 09.30	20 минут
Динамическая пауза	09.50 – 10.30	20 минут
3 урок	10.50 – 11.30	10 минут
4 урок	11. 40 – 12.20	

во 2-х классах

<b>№ урока</b>	<b>Время</b>	<b>Перемена</b>
1 урок	8.00 – 8.40	10 минут
2 урок	8.50 – 09.30	20 минут
3 урок	09.50 – 10.30	20 минут
4 урок	10.50 – 11.30	10 минут
5 урок	11. 40 – 12.20	

в 4-х классах

<b>№ урока</b>	<b>Время</b>	<b>Перемена</b>
1 урок	8.00 – 8.40	10 минут
2 урок	8.50 – 09.30	20 минут
3 урок	09.50 – 10.30	20 минут
4 урок	10.50 – 11.30	20 минут
5 урок	11.50 – 12.30	

## 2 смена

№ урока	Время	Перемена
1 урок	13.30 – 14.10	10 минут
2 урок	14.20 – 15.00	20 минут
3 урок	15.20 – 16.00	10 минут
4 урок	16.10 - 16.50	10 минут
5 урок	17.00 – 17.40	

## 1 смена

в 5-6, 9-11 классах

№ урока	Время	Перемена
1 урок	8.00 - 8.40	10 минут
2 урок	8.50 - 9.30	20 минут
3 урок	9.50 - 10.30	20 минут
4 урок	10.50 - 11.30	10 минут
5 урок	11.40 - 12.20	10 минут
6 урок	12.30 – 13.10	10 минут
7 урок	13.20 - 14.00	

## 2 смена

в 7-8 классах

№ урока	Время	Перемена
1 урок	12.30 – 13.10	20 минут
2 урок	13.30 – 14.10	10 минут
3 урок	14.20 – 15.00	20 минут
4 урок	15.20 – 16.00	10 минут
5 урок	16.10 – 16.50	10 минут
6 урок	17.00 - 17.40	10 минут
7 урок	17.50 – 18.30	

2.12. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период Директором Школы.

2.13. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку обучающихся.

- 1 класс – предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе 21 час в неделю;
- 2-4 классы – предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 23 часа в неделю;
- 5 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 29 час в неделю;

- 6 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 30 часа в неделю;
- 7 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 32 часа в неделю;
- 8 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю;
- 9 класс - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 33 часа в неделю;
- 10-11 классы - предельно допустимая аудиторная нагрузка при 5-дневной учебной неделе – 34 часа в неделю.

2.14. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной нагрузки в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели. При составлении расписания уроков используется таблица 6.6 «Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 1.2.3685-21», в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.

2.15. Расписание уроков и коррекционно-развивающих занятий в Ресурсном классе составляется с учетом особенностей обучающихся с расстройствами аутистического спектра и индивидуальным учебным планом.

2.16. В Школе установлены следующие основные виды учебных занятий: урок, лекция, семинар, практическая работа, лабораторная работа, экскурсия.

2.17. При наличии необходимых условий (кадровых, финансовых, материально-технических и иных условий) возможно деление классов на группы при проведении учебных занятий, курсов, дисциплин, модулей.

2.18. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках в начальной, средней и старшей Школе проводятся физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз.

2.19. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%.

2.20. В оздоровительных целях в Школе создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся:

- физкультминутки на уроках;
- подвижные перемены;
- внеклассные спортивные занятия и соревнования;
- Дни здоровья;
- прогулка на свежем воздухе в группе продленного дня.

#### **4. Режим внеурочной деятельности и занятий по дополнительному образованию**

4.1. Режим работы занятий по внеурочной деятельности, кружков, секций, занятий по программам дополнительного образования, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным Директором Школы.

4.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием программ дополнительного образования и планом воспитательной работы. Выход за пределы Школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора Школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом Директора Школы.

4.3. Занятия курсов внеурочной деятельности, курсы по выбору, занятия детских объединений, реализующих программы дополнительного образования детей, начинаются не ранее, чем через 30 минут после окончания уроков.

4.4. При проведении внеурочных занятий и занятий по программам дополнительного образования продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.