МБОУ «СОШ №3 С.П. ЗНАМЕНСКОЕ»
НАДТЕРЕЧНОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

СОГЛАСОВАНО	**ПРИНЯТО**	**УТВЕРЖДЕНО**
Протокол общешкольного родительского собрания	Педагогическим советом МБОУ «СОШ №3 с.п. Знаменское»	приказом МБОУ«СОШ №3 с.п. Знаменское»
(протокол от 31.08.2026 № 1)	(протокол от 31.08.21 № 13)	от 31.08.2026 № 145
		Директор П.А.Закриева

Положение № 86 о режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с :
- частью 2 статьи 30 Федерального закона № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года «Об образовании в Российской Федерации»;
-приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 115 от 22 марта 2021 года «Об утверждении Порядка и организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
-СанПиН 2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов обитания среды» № 2 от 28 января 2021 года ;
-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;
и регламентирует режим занятий обучающихся в МБОУ «СОШ № 3 с.п. Знаменское» (далее – Положение, школа).

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. 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. Учебный год для обучающихся очно-заочной, заочной форм обучения начинается 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. 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-м классе – 33 недели.

2.4. Учебный год в 1-9 классах делится на четыре четверти, 10-11 классах на два полугодия.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы.
Продолжительность каникул в течение учебного года регулируется ежегодно Годовым календарным учебным графиком.

Для обучающихся 1 класса устанавливаются дополнительные каникулы в феврале месяце (7 календарных дней).

2.6. 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 1-4-х классах, по шестидневной в 5-11 классах.

Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

- 35 минут в сентябре – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

Продолжительность урока в компенсирующих классах не превышает 40 минут.

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков в 8.30, а конец – 14.30.

3.4. После 3 урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин.

3.5. Расписание звонков для 1-го класса:

1-е классы

Образовательная деятельность	**Сентябрь–октябрь**	**Ноябрь–декабрь**	**Январь–май**
1-й урок	08:30 – 09:05	08:30 – 09:05	08:30 – 09:10
1-я перемена	09:05 – 09:15	09:05 – 09:15	09:10 – 09:15
2-й урок	09:15 – 09:50	09:15 – 09:50	09:15 – 09:55
2-я перемена	09:50 – 10:00	09:50 – 10:00	09:55 – 10:00
Динамическая пауза	10:00 – 10:40	-	-
3-й урок	10:45 – 11:20	10:00 – 10:35	10:00 – 10:40
3-я перемена	-	10:35 – 10:45	10:40 – 10:50
4-й урок	-	10:45 – 11:20	10:50 – 11:30
4-я перемена	-	-	–
5-й урок	-	-	–
Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности	**30 минут**	**30 минут**	**30 минут**
Внеурочная деятельность	**С 11:50**	**С 11:50**	**С 12:00**

Урок	Сентябрь – декабрь	Январь – март
1	08:30 – 09:05	08:30 – 09:10
2	09:15 – 09:50	09:15 – 09:55
3	10:00 – 10:40	10:00 – 10:40
4	10:45 – 11:20	10:50 – 11:30

3.6.В оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к требованиям образовательного учреждения в 1 классе применяется «ступенчатый» метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

• в первой четверти - 3 урока по 35 минут каждый,

• во второй четверти - 4 урока по 35 минут каждый

• с третьей четверти - 4 урока по 40 минут каждый и 1 день в неделю –5 уроков за счет урока физической культуры.

Продолжительность учебных четвертей составляет:

I четверть: 1.09.2026 - 23.10.2026г. (8 учебных недель);

II четверть: 6.11.2026 - 30.12.2026г. (8 учебных недель);

III четверть: 11.01.2027 - 26.03.2027г. (11 учебных недель);

IV четверть – 5.04.2027 - 26.05.2027г. (7 учебных недель).

Каникулы

- 24.10.2026 г. - 4.11.2026 г. - по окончании I четверти (осенние каникулы) – 12 календарных дней;

- 31.12.2026 г. - 10.01.2027 г. - по окончании II четверти (зимние каникулы) – 11 календарных дней;

- 13.02.2027 г.- 23.02.2027 г. - дополнительные каникулы для 1 классов – 11 календарных дней;

- 27.03.2027 г. – 04.04.2027 г. - по окончании III четверти (весенние каникулы) – 9 календарных дней;

- 27.05.2027 г. - 31.08.2027 г. по окончании учебного года (летние каникулы).

Продолжительность каникул составляет:

-по окончании I четверти (осенние каникулы) – 12 календарных дней (для 1-11 классов);

-по окончании II четверти (зимние каникулы) – 11 календарных дней (для 1–11 классов);

-дополнительные каникулы – 11 календарных дней (для 1 классов);

-по окончании III четверти (весенние каникулы) – 9 календарных дней (для 1–11 классов);

-по окончании учебного года -летние каникулы.

Расписание звонков для остальных классов:

№	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1	08:30–09:10	5 минут
2	09:15–09:55	5 минут
3	10:00-10:40	10 минут
4	10:50-11:30	5 минут
5	11:35-12:15	5 минут

6	12:20-13.30	5 минут
7	13:05-13:45	

3.7. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов.
3.8.Общий объем нагрузки в течение года не превышает:
Для обучающихся 2-4 классов – не более 5 уроков;
Для обучающихся 5-6 классов – не более 6 уроков;
Для обучающихся 7-11 классов – не более 7 уроков.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы. При наличии потребности в изучении нескольких родных языков из числа языков народов Российской Федерации допускается деление класса на две и более 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 проводятся 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 урока не должна превышать 40 минут.

6. Режим внеурочной деятельности

6.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.
6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.
6.4. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более одного академического часа организуются перемены – 10 мин для отдыха со сменой вида деятельности.
6.5.Организация режима внеурочной деятельности в начальной школе.
Урочная деятельность: от 4 до 5 уроков в зависимости от расписания уроков. Внеурочная деятельность: - от 1 до 2 занятий в зависимости от общего количества часов внеурочной деятельности и необходимости разгрузки последующих учебных дней. Продолжительность занятий 35 минут (в 1 классе), во 2- 4-х классах 40 мин
6.6.Организация режима внеурочной деятельности в 5-11 классах
Урочная деятельность: - от 5 до 7 уроков в зависимости от расписания уроков. Внеурочная деятельность: от 1 до 2 занятий в зависимости от общего количества часов внеурочной деятельности и необходимости разгрузки последующих учебных дней. Продолжительность занятий 40 минут.

7.Режим двигательной активности обучающихся

7.1. 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.

7.2. 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).
7.3. 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). Обучающимся 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.
7.4. Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки в школе, или на базе специализированных учреждений здравоохранения.

8. Режим трудовых занятий обучающихся

8.1. В школе запрещается привлечение обучающихся к труду, не предусмотренному образовательной программой, без их согласия и согласия их родителей (законных представителей).
8.2. С согласия обучающихся и их родителей (законных представителей) осуществляется организация летней трудовой практики, продолжительность которой устанавливается решением педагогического совета школы.