

Муниципальное образование «Выборгский район» Ленинградской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Каменская средняя общеобразовательная школа»
(МБОУ «Каменская СОШ»)

Принято
На заседании
Педагогического Совета
Протокол №1 от 30.08.2024г.

Утверждаю
Директор школы
О.В.Батуевская
Приказ №178 от 30.08.2024г.

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ УЧЕНИКОВ на 2024-2025
учебный год
МБОУ «Каменская средняя общеобразовательная
школа»

1. Общие Положения

1.1. Настоящий режим занятий учеников МБОУ «Каменская СОШ» (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 условиям и организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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», утвержденными постановлением главного санитарного врача 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 от 22.03.2021 № 115.
- Уставом МБОУ «Каменская СОШ» (далее по тексту Школа), учебным планом Школы, календарным учебным графиком Школы.
- Настоящее Положение утверждено с учетом мнения Совета школьников, Управляющего совета Школы.

1.2. Положение регламентирует режим занятий и учебной нагрузки обучающихся Школы.

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 учеников очно-заочной, заочной форм обучения начинается 15 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 15 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для учеников 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 составляют учебные периоды: четверти. Количество четвертей в учебном году – четыре.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в середине третьей четверти.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей (триместров), 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 и учебной нагрузки обучающихся

3.1. Школа работает в режиме 5-дневной рабочей недели (для обучающихся 1-10 классов), 6-дневной рабочей недели (для обучающихся 11-го класса). В связи с ремонтом здания старшей школы в 2024-2025 учебном году Школа работает в 2 смены. (Приложение 1)

3.2. Учебные занятия в Школе начинаются в 08.00; продолжительность перемен между уроками составляет от 5-20 минут.

3.3. Продолжительность урока во 2-11 классах - 40 минут. Уроки для обучающихся по адаптированной общеобразовательной программе – 40 минут.

3.4. Обучение в 1-м классе осуществляется в соответствии с СП 2.4.3648-20. Использование "ступенчатого" режима обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый; в ноябре-декабре - по 4 урока в день по 35 минут каждый; январь - май - по 4 урока в день и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры по 40 минут каждый).

3.5. В течение учебного года устанавливаются плановые перерывы при получении образования для отдыха и иных социальных целей (осенние, зимние, весенние каникулы) в соответствии с календарным учебным графиком Школы. При традиционном режиме обучения в первых классах устанавливаются дополнительные недельные каникулы в феврале текущего учебного года.

3.6. Основная образовательная программа реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Общий объем нагрузки и максимальный объем аудиторной нагрузки на обучающихся соответствует требованиям СП 2.4.3648-20: 1 классы – не более 21 часа, 2-4 классы - 23 часа, 5 классы - 29 часов, 6 классы - 30 часов, 7 классы - 32 часа, 8-9 классы - 33 часа, 10 класс – 34 часа, 11 класс – 37 часов.

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, с 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 должны проводиться в 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. Обучение должно заканчиваться не позднее 18:00. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

6. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

6.1. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

6.2. Формат занятий внеурочной деятельности определяется рабочими программами курсов внеурочной деятельности, которые могут предусматривать в том числе дистанционные мероприятия.

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

6.4. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью составляет 20 минут.

6.5. Перерыв между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ОВЗ составляет 20 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

6.6. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, используются для проведения общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и других мероприятий.

6.7. Допускается перераспределение часов внеурочной деятельности по годам обучения в пределах одного уровня общего образования, а также их суммирование в течение учебного года.

Приложение 1

Расписание звонков и перемен.

1 смена – 5,7,8,9,10,11-е классы

| Урок | Продолжительность урока | Продолжительность перемены |
|--|-------------------------|----------------------------|
| 1-й | 8.00-8.40 | 5 минут |
| 2-й | 8.45-9.25 | 10 минут |
| 3-й | 9.35-10.15 | 5 минут |
| 4-й | 10.20-11.00 | 20 минут |
| 5-й | 11.20-12.00 | 20 минут |
| 6-й | 12.20-13.00 | 10 минут |
| 7-й | 13.10-13.50 | – |
| Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 20 минут | | |
| Внеурочная деятельность | С 14:10 | 10 мин |

1 смена – 1-е классы

| Урок | Продолжительность урока | Продолжительность перемены |
|--|-------------------------|----------------------------|
| 1-й | 8.00-8.35 | 10 минут |
| 2-й | 8.45-9.20 | 15 минут |
| 3-й | 9.35-10.10 | 10 минут |
| 4-й | 10.20-10.55 | - |
| Перерыв между уроками и занятиями внеурочной деятельности – 20 минут | | |
| Внеурочная деятельность | С 11.15 | 10 мин |

2 смена – 2,3,4-е классы

| Урок | Продолжительность урока | Продолжительность перемены |
|------|-------------------------|----------------------------|
| 1-й | 14.00-14.40 | 20 минут |
| 2-й | 15.00-15.40 | 20 минут |
| 3-й | 16.00-16.40 | 10 минут |
| 4-й | 16.50-17.30 | 5 минут |

| | | |
|--|-------------|---------|
| 5-й | 17.35-18.15 | 5 минут |
| 6-й | 18.20-19.00 | - |
| Внеурочная деятельность для обучающихся первой смены с 11.30-13.30 | | |

2 смена – 6-е классы

| Урок | Продолжительность урока | Продолжительность перемены |
|--|--------------------------------|-----------------------------------|
| 0-й | 13.10-13.50 | 10 минут |
| 1-й | 14.00-14.40 | 20 минут |
| 2-й | 15.00-15.40 | 20 минут |
| 3-й | 16.00-16.40 | 10 минут |
| 4-й | 16.50-17.30 | 5 минут |
| 5-й | 17.35-18.15 | 5 минут |
| 6-й | 18.20-19.00 | - |
| Внеурочная деятельность для обучающихся первой смены с 11.30-13.30 | | |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 651630489533221723568905051781519580762169777233

Владелец Батуевская Оксана Валерьевна

Действителен с 12.07.2024 по 12.07.2025