



Администрация города Дубны Московской области
Управление народного образования

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1
с углубленным изучением отдельных предметов г. Дубны Московской области»
(ШКОЛА №1)**

УТВЕРЖДЕНО

Приказом от 31.08.2023 №66/3

Директор школы

А.И. Руденко



ПОЛОЖЕНИЕ

**о режиме занятий обучающихся муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа
№1 с углубленным изучением отдельных предметов г. Дубны Московской
области»**

**Принято
На педагогическом совете
Протокол № 2 от 31.08.2023**

**Согласовано
с управляющим советом
Протокол № 2 от 31.08.2023**

ПОЛОЖЕНИЕ

о режиме занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1 с углубленным изучением отдельных предметов г. Дубны Московской области»

1. Общие положения

- 1.1. Настоящий режим занятий обучающихся муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1 с углубленным изучением отдельных предметов г. Дубны Московской области» (далее – ОУ) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; «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.
- 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 нормами и правилами.

2. Учебный год

- 2.1. Учебный год в ОУ начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с календарным учебным графиком на учебный год. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.
- 2.2. 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.
- 2.3. Учебный год составляют учебные периоды: триместры, полугодия. Количество триместров – три, полугодий – два.
- 2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее семи календарных дней.
- 2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, 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

- 3.1. Обучение в ОУ ведется по пятидневной учебной неделе – в 1–11-х классах. 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 устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет: 35 минут в сентябре–октябрь; 40 минут в январе–мае.

3.3. Учебные занятия в ОУ организованы в одну смену. Начало уроков в 8:30. Занятия заканчиваются не позднее 16:00.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 10 минут, после четвертого и/или пятого урока – 20 минут.

3.5. Расписание звонков в 1-х классах

Сентябрь– октябрь:

1 урок 8.30. — 9.05.

Физкультминутки. Завтрак 9.05. – 9.25.

2 урок 9.25. — 10.00

Динамическая пауза 10.00 – 10.40.

3 урок 10.40. — 11.15.

Неурочная форма занятий 11.25. – 12.00.

Обед. Прогулка. 12.00 – 13.30.

Внеурочная деятельность с 13.35.

Ноябрь–май

1 урок 8.30 — 9.10

Физкультминутки. Завтрак 9.10. – 9.30.

2 урок 9.30- 10.10

3 урок 10.20- 11.00

4 урок 11.10- 11.50

Обед. Прогулка 11.50 – 13.00

Внеурочная деятельность с 13.00

3.6. Расписание звонков во 2–11-х классах

Урок	Продолжительность урока	Продолжительность перемены
1 урок	40 минут	10 минут
2 урок	40 минут	10 минут
3 урок	40 минут	10 минут
4 урок	40 минут	15 минут
Динамическая пауза	40 минут	15 минут
5 урок	40 минут	10 минут
6 урок	40 минут	10 минут
7 урок	40 минут	10 минут
8 урок	40 минут	10 минут

3.7. Расписание занятий составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом дневной и недельной умственной работоспособности учеников 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;
- 7–11-х классах – семи.

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 группы и более.
- 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. 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 16:00. 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 ОУ.
- 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.