

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 3» города Смоленска**

**ПРИНЯТ**

общим собранием работников школы  
протокол от «30» декабря 2020 № 2

**УТВЕРЖДЕН**

приказ от «30» декабря 2020 № 108/1

**РЕЖИМ**

**занятий обучающихся**

(с изменениями от 31.08.2021)

г. Смоленск

## **I. Общие положения**

1.1. 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, Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования реализуются в соответствии с утверждённым расписанием занятий.

1.3. Режим занятий определяет порядок организации образовательного процесса в течение установленной продолжительности учебного года в соответствии с санитарными нормами и правилами.

## **II. 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 не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации в 9-х, 11-х классах, в 1-х классах не менее 33 недель.

2.3. Учебный год делится на 4 четверти, которые отделяются друг от друга каникулами.

2.4. Продолжительность каникул в течение учебного года – не менее 30 календарных дней, летом – не менее 8 недель. Для обучающихся первых классов в течение учебного года устанавливаются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти. 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 каникул, сроки проведения промежуточной аттестации, 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.

### **III. Режим занятий**

3.1. Обучение в школе ведется: по шестидневной учебной неделе в классах, реализующих основные образовательные программы основного общего образования, основные образовательные программы среднего общего образования (5 – 11-х классах). В классах, реализующих основные образовательные программы начального общего образования (1 – 4-х классах) по пятидневной учебной неделе.

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 – декабре;
- 40 минут в январе – мае.

3.3. Обучение в 1 классе осуществляется 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; в январе – мае – по 4 урока в день по 40 минут каждый.

3.4. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Учебные занятия начинаются не ранее 8 часов. Проведение нулевых уроков ранее 8 часов не допускается. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19 часов.

3.5. Обучение 1-х, 5-х, 9-х, 11-х классов организуется в первую смену.

3.6. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 минут, после второго или третьего урока – 20 минут. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью составляет 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе

развития. Перерыв между последним уроком и началом факультативных или дополнительных занятий составляет 20 минут.

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.

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.

3.8. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется для детей 7–10 лет не позднее 20.00, для детей 10–18 лет не позднее 21.00.

3.9. Конкретный режим занятий составляется ежегодно до 1 сентября, утверждается приказом директора Школы, может корректироваться в зависимости от погодных, эпидемиологических и других условий.

3.10. Школа вправе открывать по желанию и запросам родителей (законных представителей) при наличии соответствующих финансовых и иных условий группы продлённого дня.

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

4.1. При проведении занятий по иностранному языку, второму иностранному языку, технологии, информатике и ИКТ, практических занятий по физике, химии, физической культуры на уровне среднего общего образования и учебных предметов, изучающихся на углубленном уровне, курсов по выбору осуществляется деление класса на группы. В случае необходимости при наличии необходимых условий и средств заместитель директора по учебно-воспитательной работе принимает решение о делении на группы классов для проведения учебных занятий по другим предметам.

4.2. Объем обязательной части образовательной программы начального общего образования должен составлять 80%, образовательной программы основного общего – 70% и образовательной программы среднего общего образования – 60%. Суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками

образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки.

4.3. Для предупреждения переутомления в течение недели организуется облегченный учебный день в среду или в четверг.

4.4. При организации образовательной деятельности предусматривается проведение физкультминуток во время занятий, гимнастики для глаз, обеспечивается контроль осанки, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО).

4.5. 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.

4.6. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): во 2-3-х классах – 1,5 ч, в 4-5-х классах – 2 ч, в 6 – 8 – х классах – 2,5 ч, в 9 – 11 – х классах – 3,5 ч. Домашние задания в 1 – м классе не задаются.

4.7. 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.

4.8. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений, к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

## **5. Режим внеурочной деятельности**

5.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений и иных форм организации внеурочной деятельности устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором школы.

5.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

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