

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

**ПРИНЯТ**

педагогическим советом школы  
протокол от «30» августа 2024 № 5

**УТВЕРЖДЕН**

приказ от «30» августа 2024 № 42

**РЕЖИМ  
занятий обучающихся**

г. Смоленск

2024

## **I. Общие положения**

1.1. Настоящий документ разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», 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, иными действующими нормативными правовыми актами.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования, адаптированные основные образовательные программы, программы дополнительного 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 календарным учебным графиком соответствующей 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.

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 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 (8 – 11-х классах).

3.2. В классах, реализующих основные образовательные программы начального общего образования (1 – 4-х классах), основные образовательные программы основного общего образования (5 – 7-х классах), адаптированные основные образовательные программы обучение ведётся по пятидневной учебной неделе.

3.3. 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.

3.4. 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 и 5 уроков продолжительностью 35 минут в один день; в январе – мае – по 4 урока в день по 40 минут каждый и 5 уроков продолжительностью 40 минут в один день.

3.5. Учебные занятия в школе организованы в две смены. Учебные занятия начинаются не ранее 08.00 часов. Проведение нулевых уроков ранее 8 часов не допускается. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00 часов.

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

3.7. 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 обучающимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по индивидуальному учебному плану. Перерыв между последним уроком и началом факультативных или дополнительных занятий составляет 20 минут.

3.8. 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 уроков;

– 7-11-х классах – семи уроков.

3.9. 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.

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

3.11. 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, труду (технологии), информатике, практических занятий по физике, химии, физической культуре 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 Администрация школы 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 образования – 70% и образовательной программы среднего общего образования – 60%. Суммарный объём 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.