

Принято
Педагогическим советом
МОУ «СОШ № 45»
Протокол № 1 от 31.08.2023г.

Согласовано
Управляющим советом
МОУ «СОШ № 45»
Протокол № 1 от 29.08.2023г.

Утверждаю
Директор МОУ «СОШ № 45»
_____С.К.Архипов
Приказ № 300 от 31.08.2023г.

**Режим
занятий обучающихся МОУ «СОШ № 45»
в 2023-2024 учебном году**

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учеников МОУ «СОШ № 45» (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 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 (с изменениями от 11 февраля, 7 октября, 5 декабря 2022 г.),

Уставом МОУ «СОШ № 45».

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. 2023-2024 учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования.

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: четверти (1-9 классы) или полугодия (10-11 классы). Количество четвертей в учебном году – 4, полугодий -2.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Дополнительные каникулы предоставляются ученикам 1-го класса в середине третьей четверти.

2.5. 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 календарными учебными графиками для ООП начального общего, основного общего и среднего общего образования.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в Школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1-11-х классах.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 45 мин.

Продолжительность уроков в 1-м классе устанавливается с применением ступенчатого метода наращивания учебной нагрузки и составляет:

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

3.3. Учебные занятия в школе организованы в одну смену. Начало уроков

в первую смену – 08ч. 00 мин. Начало уроков для каждой параллели обозначено в пункте 3.5 настоящего режима занятий.

3.4. После каждого урока ученикам предоставляется перерыв 5 и более мин.

3.5. Расписание звонков для 1-х классов:

1-е классы

| Образовательная деятельность | Сентябрь–декабрь | Январь–май |
|------------------------------|------------------|-------------|
| 1 урок | 08.55–09.30 | 08.55–09.35 |
| 2 урок | 09.55–10.30 | 09.55–10.35 |
| Динамическая пауза | 10.30–11.10 | 10.35–11.15 |
| 3 урок | 11.10–11.45 | 11.15–11.55 |
| 4 урок | | 11.55–12.35 |

2–4-е классы

| № урока | Продолжительность | | Перемена |
|---------|-------------------|--|----------|
| | | | |
| 1 урок | 08.55–09.40 | | 10 минут |
| 2 урок | 09.50–10.35 | | 20 минут |
| 3 урок | 10.55–11.40 | | 15 минут |
| 4 урок | 11.55–12.40 | | 10 минут |
| 5 урок | 12.55–13.40 | | 15 минут |

5–9-е классы

Расписание звонков для 5-9-х классов (кроме 7Г):

| № урока | Продолжительность | Перемена |
|---------|-------------------|----------|
| 1 урок | 08.00–08.45 | 10 минут |
| 2 урок | 08.55–09.40 | 10 минут |
| 3 урок | 09.50–10.35 | 20 минут |
| 4 урок | 10.55–11.40 | 15 минут |
| 5 урок | 11.55–12.40 | 15 минут |
| 6 урок | 12.55–13.40 | 10 минут |
| 7 урок | 13.50–14.35 | 10 минут |
| 8 урок | 14.45–15.30 | 10 минут |

Расписание звонков для 7Г класса:

| № урока | Продолжительность | Перемена |
|---------|-------------------|----------|
| 1 урок | 10.55–11.40 | 15 минут |
| 2 урок | 11.55–12.40 | 15 минут |
| 3 урок | 12.55–13.40 | 10 минут |
| 4 урок | 13.50–14.35 | 10 минут |
| 5 урок | 14.45–15.30 | 10 минут |

| | | |
|--------|-------------|----------|
| 6 урок | 15.40–16.25 | 10 минут |
|--------|-------------|----------|

3.6. 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 (21 час);

- 2 – 4-х классах – пяти и один раз в неделю возможно шесть уроков за счет физической культуры (23 часа);
- 5 – 6-х классах – шести (29 часов, 6 кл.-30 часов);
- 7 – 11-х классах – семи (7 кл.- 32 часа, 8-9 кл.-33 часа, 10-11- 34 часа).

3.7. Окончание занятий по дополнительным образовательным программам осуществляется позднее 19.00.

Урочная деятельность учащихся, обучающихся на дому в соответствии с решением врачебной комиссии, организуется по 5-ти дневной учебной неделе по индивидуальному расписанию, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

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 в 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%.

5. Особенности организации образовательного процесса при дистанционном обучении

5.1. Школа вправе проводить учебные занятия и другие мероприятия в дистанционном формате в соответствии с основными образовательными программами и программами дополнительного образования.

5.2. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные СП 2.4.3648-20 и СанПиН 1.2.3685-21.

Продолжительность уроков в дистанционном формате определяется учителем в соответствии с требованиями СП 3.1/2.4.3598-20, СП 2.4.3648-20 и составляет не более 30 минут.

5.3. Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 10 мин., а большая перемена (для перерыва на обед) – 15 мин.

5.4. Учебные занятия в дистанционном формате оканчиваются не позднее 18 часов.

5.5. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО не допускается. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

5.6. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.7. 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 30 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, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами курсов внеурочной деятельности и планом воспитательной работы школы.

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

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

6.5. Перерыв между занятиями урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 мин.