

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Нижнеозернинская средняя общеобразовательная школа

СОГЛАСОВАН  
Педагогическим советом  
МБОУ Нижнеозернинская СОШ  
(протокол от 25.08.2021 № 1)

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ  
Нижнеозернинская СОШ  
\_\_\_\_\_  
Е.Л. Вавилова  
Приказ от 25.08.2021 №130

**Режим занятий обучающихся  
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Нижнеозернинская средняя общеобразовательная школа Илекского района Оренбургской области**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящий Режим разработан с учетом: статьи 30 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Уставом школы, Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», СанПиНом 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2.

1.2. Режим занятий обучающихся обязателен для исполнения всеми участниками образовательных отношений.

1.3. Текст Режима размещается на официальном сайте Школы в сети Интернет.

**2. Режим образовательного процесса**

2.1. Учебный год в Школе начинается 1 сентября. Если этот день приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года на первом и втором уровнях общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной итоговой аттестации, в первом классе - 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: четверти для 1-9 классов, полугодия для 10-11 классов. Количество четвертей - 4; полугодий - 2.

2.4. При обучении по четвертям и полугодиям после каждого учебного периода следуют каникулы (четверти чередуются с каникулами).

2.5. Продолжительность учебного года, каникул устанавливается календарным учебным графиком, утверждаемым приказом директора Школы.

2.6. Обучение в Школе ведется в 1-11 классах по 5-ти дневной учебной неделе.

2.7. Продолжительность урока в 2-4-х классах составляет 45 минут, в 5-11-х классах составляет 45 минут.

2.8. Обучение в первом классе осуществляется с соблюдением следующих дополнительных требований:

- учебные занятия проводятся по пятидневной учебной неделе и только в первую смену;
- используется «ступенчатый» режим обучения в первом полугодии (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; январь-май - по 4 урока по 40 минут каждый);

- в середине учебного дня динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут;

- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

2.9. Учебные занятия в Школе начинаются в 8.30 - для 1-11 классов. После каждого урока учащимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся не более 2-х перемен, продолжительностью не менее 15 минут.

2.10. Режим учебных занятий:

- режим учебных занятий для обучающихся 1 класса на I, II четверти

	<b>Начало</b>	<b>Окончание</b>	<b>Режимное мероприятие</b>
1 урок	8:30	9:05	1 перемена (10 минут)
2 урок	9:15	9:50	2 перемена (10 минут) (динамический час 40 минут)
3 урок	10:40	11:15	3 перемена (10 минут)
4 урок	11:25	12:00	

- режим учебных занятий для обучающихся 1 класса на III, IV четверти

	<b>Начало</b>	<b>Окончание</b>	<b>Режимное мероприятие</b>
1 урок	8:30	9:05	1 перемена (10 минут)
2 урок	9:15	9:50	2 перемена (10 минут) (динамический час 40 минут)
3 урок	10:40	11:15	3 перемена (10 минут)
4 урок	11:25	12:00	4 перемена (10 минут)
5 урок	12:10	12:45	

-

- режим учебных занятий для 2-4 классов

	<b>Начало</b>	<b>Окончание</b>	<b>Режимное мероприятие</b>
1 урок	8:30	9:15	1 перемена (10 минут)
2 урок	9:25	10:10	2 перемена (10 минут)
3 урок	10:20	11:05	3 перемена (20 минут, организация питания 1 кл 11:05, 2 кл – 11:10, 3 кл -11:15, 4 кл – 11:20)
4 урок	11:25	12:10	4 перемена (20 минут, организация питания)

			5-6 кл -12:10, 7-8 кл- 12:15, 9-11 кл- 12:20)
5 урок	12:30	13:15	5 перемена (10 минут)
6 урок	13:25	14:10	

- режим учебных занятий для 5-11 классов

Урок	Начало	Окончание	Режимное мероприятие
1 урок	8:30	9:15	1 перемена (10 минут)
2 урок	9:25	10:10	2 перемена (10 минут)
3 урок	10:20	11:05	3 перемена (20 минут, организация питания 1 кл 11:05, 2 кл – 11:10, 3 кл -11:15, 4 кл – 11:20)
4 урок	11:25	12:10	4 перемена (20 минут, организация питания 5-6 кл -12:10, 7-8 кл- 12:15, 9-11 кл- 12:20)
5 урок	12:30	13:15	5 перемена (10 минут)
6 урок	13:25	14:10	6 перемена (10 минут)
7 урок	14:20	15:05	

2.11. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утвержденным на каждый учебный период директором Школы по согласованию с Родительским комитетом и Советом учащихся школы.

2.12. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с таблицей:

Максимально допустимая недельная нагрузка в академических часах

классы	5-дневная уч.неделя, не более
1	21
2 - 4	23
5	29
6	30
7	32
8 - 9	33
10-11	34

2.13. Учебная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1 класса - 4 урока и один раз в неделю 5 уроков за счет урока физической культуры;

- для обучающихся 2-4 классов - 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;

- для обучающихся 5-7 классов - не более 7 уроков;
- для обучающихся 5 специального (коррекционного) класса -3 урока;
- для обучающихся 8-11 классов - не более 8 уроков.

2.14. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели.

2.15. При проведении занятий по иностранному языку и технологии на 2 уровне обучения, физической культуре на 3 уровне обучения, по информатике, физике, химии (во время практических занятий) допускается деление класса на две группы при наполняемости более 20 человек.

При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью при проведении занятий по другим предметам, а также классов первом уровне обучения при изучении иностранного языка.

2.16. В начальных классах плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам не должна превышать 80%. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках проводятся физкультминутки и гимнастика для глаз при обучении письму, чтению, математике.

2.17. При составлении расписания уроков чередуются различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся I уровня основные предметы (математика, русский и иностранный язык, окружающий мир, информатика) чередуются с уроками музыки, изобразительного искусства, технологии, физкультуры, а для обучающихся II и III уровней обучения - предметы естественно-математического и гуманитарного циклов.

2.18. Для обучающихся 1 класса наиболее сложные предметы проводятся на 2-м уроке; 2-4 классов - 2-3-м уроках; для обучающихся 5-11-х классов на 2-4 - м уроках.

2.19. В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся.

2.20. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2-4 уроках.

2.21. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет:

- для учащихся 1 - 2-х классов - не более 20 минут,
- для учащихся 3 - 4 классов - не более 25 минут,
- для учащихся 5 - 6 классов - не более 30 минут,
- для учащихся 7 - 11 классов - 35 минут.

Предусматривается проведение мероприятий, направленных на оптимизацию зрительной нагрузки - гимнастика для глаз, на предупреждение общего утомления: статического, умственного - физминутки.

### **3. Режим каникулярного времени.**

3.1. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней.

3.2. Продолжительность летних каникул составляет не менее 8 недель.

3.3. Для обучающихся в первом классе устанавливаются в течение года дополнительные недельные каникулы.

### **4. Режим внеурочной деятельности.**

4.1 Режим внеурочной деятельности регламентируется расписанием работы кружков, секций, детских общественных объединений.

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

Выход за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, который назначен приказом директора.

4.3. Занятия в рамках дополнительного образования начинаются не менее через 30 минут после окончания уроков.

4.4. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены - 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

#### **5. Мероприятия по обеспечению безопасной организации образовательного процесса.**

В связи с рисками распространения новой короновирусной инфекции в организацию образовательного процесса и режим занятий внесены изменения:

5.1. в начало занятий (п. 2.9 и 2.10)

5.2. за каждым классом закреплено учебное помещение (кабинет) для проведения учебных занятий, дополнительно используется спортивный зал, кабинеты технологии, физики, химии; территория для нахождения на перемене; вход и выход в школу (три входа); время выхода и маршрут передвижения в столовую; проводится «утренний фильтр» с обязательной термометрией

5.3. в спортивном зале может находиться один класс, с учетом погодных условий обучающиеся занимаются на уроках физической культуры на спортивной площадке, сократив время пребывания в спортивном зале

5.4. обучающиеся и педагоги соблюдают масочный режим по желанию

5.5. массовые мероприятия с участием более 50 человек запрещены, в том числе, массовые мероприятия с привлечением сторонних лиц и организаций

5.6. родительские собрания проводятся в онлайн-режиме, через мессенджеры, посещение школы родителями (законными представителями) ограничено, включая родителей 1 класса

5.7. исключено пребывание в здании школы лиц, не имеющих отношения к работе школы и обучению

5.8. в случае выявления заболевшего обеспечивается незамедлительная изоляция его до прихода родителей (законных представителей) или приезда бригады Скорой помощи. В течение двух часов Администрация уведомляет Роспотребнадзор о выявленных заболевших

5.9. все сотрудники школы, обучающиеся и родители (законные представители) проходят инструктажи и информирование о соблюдении режима функционирования школы в условиях распространения короновирусной инфекции

5.10. с целью нераспространения новой короновирусной инфекции учебные занятия, занятия внеурочной деятельности, занятия дополнительного образования **могут проводиться с использованием дистанционных технологий и электронного обучения.**

**- режим учебных занятий для 1 -2 класса**

Номер урока	Продолжительность урока	Продолжительность перерыва
1 урок	13.00-13.15	20 минут
2 урок	13.35-13.50	20 минут
3 урок	14.10-14.25	20 минут
4 урок	14.45-15.00	20 минут
5 урок	15.20-15.35	20 минут
6 урок	15.55-16.10	

**- режим учебных занятий для 3-4 классов**

Номер урока	Продолжительность урока	Продолжительность перерыва
1 урок	14.00-14.15	20 минут
2 урок	14.35-14.50	20 минут

3 урок	15.10-15.25	20 минут
4 урок	15.45-16.00	20 минут
5 урок	16.20-16.35	20 минут
6 урок	16.55-17.10	

**-режим учебных занятий для 5-6 классов**

<b>Номер урока</b>	<b>Продолжительность урока</b>	<b>Продолжительность перерыва</b>
1 урок	08.30-08.50	30 минут
2 урок	09.20-09.40	30 минут
3 урок	10.10-10.30	30 минут
4 урок	11.00-11.20	40 минут
5 урок	12.00-12.20	30 минут
6 урок	12.50-13.10	30 минут
7 урок	13.40-14.00	30 минут

**- режим учебных занятий для 7-11 классов**

<b>Номер урока</b>	<b>Продолжительность урока</b>	<b>Продолжительность перерыва</b>
1 урок	08.30-08.55	25 минут
2 урок	09.20-09.45	25 минут
3 урок	10.10-10.35	25 минут
4 урок	11.00-11.25	35 минут
5 урок	12.00-12.25	35 минут
6 урок	12.50-13.15	25 минут
7 урок	13.40-14.05	