

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета

МОУ «СШ № 10»

Протокол № 1 от «29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ СШ №10 города Волжска
Республики Марий Эл

Н.П. Галинова

«29» августа 2025 г.



Положение

о режиме занятий обучающихся

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение разработано в соответствии с

- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ,
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи""
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" с изменениям постановления №2 от 17 марта 2025
- Федеральными государственными образовательными стандартами с изменениями приказа Минпросвещения от 18.06.2025 № 467
- ФОП НОО, ФОП ООО, ФОП СОО, утвержденными приказами 370, 371 , 372 от 18.05.2023 с изменениями приказа Минпросвещения 704 от 9.10.2024
- Методическими рекомендациями 2.4.0380-25.2.4 Гигиена детей и подростков, утвержденные главным сан. врачом 30 мая 2025
- Методическими рекомендациями Минпросвещения по организации образовательного процесса в 1 классе в период адаптации от 1.07.2025

2. Требования к календарному графику

2.1. Учебный год в ОО начинается 1 сентября. При совпадении 1 сентября и выходного дня (воскресенье), учебный год начинается со следующего после выходного рабочего дня.

Продолжительность учебных периодов, каникул определяется годовым календарным графиком. Продолжительность каникул не менее 7 дней, летом – не менее 8 недель суммарно не менее 126 дней для 2-8, 10 классов, 42 дня для 11 классов.

2.2. Продолжительность учебного года: 1 классы - 33 учебные недели; 9, 11 классы - 37 учебных недель с учетом экзаменов; 2 – 4 классы, 5 – 8 классы, 10 классы - 34 учебные недели. Обучающиеся 1-11 классов обучаются по пятидневной учебной неделе.

2.3. Обучение 1-11 классов ведется в первую смену, при необходимости организации обучения во вторую смену 1, 5, 9 классы и классы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья обучаются только в первую смену.

При этом занятия второй смены должны заканчиваться не позднее 19.00. Обучение в третью смену не допускается.

3. Режим дня и расписание уроков

3.1. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами. При отсутствии предмета в «Шкале трудности учебных предметов» баллы выставляются по аналогии с предметами предметных областей или смежных наук.

3.2. Не допускается предметы с максимальным баллом трудности ставить в расписание последними уроками. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

3.3. Не допускается проведение сдвоенных уроков в 1-4 классах, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке и плаванию.

3.4. Максимально допустимая недельная нагрузка

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

3.5. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:

- для обучающихся 1-х классов - не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю - не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;
- для обучающихся 5 - 6 классов - не более 6 уроков;
- для обучающихся 7 - 11 классов - не более 7 уроков.

3.6. Перерыв между последним уроком и началом внеурочной деятельности и (или) дополнительных занятий составляет не менее 30 минут. При этом такие занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков.

3.7. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

3.8. При реализации образовательных программ с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения расписание занятий составляется с учетом дневной и недельной динамики умственной работоспособности обучающихся и трудности учебных предметов. Обучение должно заканчиваться не позднее 18.00 часов. Продолжительность урока не должна превышать 40 минут.

3.9. Режим дня:

7.40-8.00 – дежурство члена администрации, учителя, дежурного класса по отдельному графику,

7.40-8.00 – прием обучающихся.

Начало уроков не ранее 8.00. Нулевые уроки не допускаются.

Продолжительность уроков - 40 минут.

Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут, большой перемены (после 2 или 3 урока) - 20 - 30 минут. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

Питание осуществляется по отдельному графику.

Окончание занятий не позднее 19.00. При реализации дополнительных образовательных программ, деятельности кружков (студий), спортивных секций до 20:00 для детей от 8 до 15 лет и до 21:00 для тех, кто старше 16 лет.

№ урока	Понедельник, четверг	Вторник, среда, пятница
Разговор о важном/Россия – мои горизонты	8.00 -- 8.35	
1	8.50 -- 9.30	8.00 -- 8.40
2	9.40 -- 10.20	8.50 -- 9.30
3	10.30 -- 11.10	9.40 -- 10.20
4	11.30 -- 12.10	10.30 -- 11.10
5	12.30 -- 13.10	11.30 -- 12.10
6	13.20 -- 14.00	12.30 -- 13.10
7	14.10 -- 14.50	13.20 -- 14.00
8		14.10 -- 14.50
9		15.50 -- 16.30
10		15.00 -- 15.40
11		16.40 -- 17.20

3.10. Обучение в 1 классе осуществляется с соблюдением следующих требований:

3.10.1. Учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену с использованием «ступенчатого» режима обучения: Снижение учебной нагрузки

в сентябре-октябре – 3 урока в день по 35 минут каждый,
в ноябре-декабре – по 4 урока в день по 35 минут каждый.

- январь - май – по 4 урока по 40 минут каждый.

3.10.2 Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг. Необходимо обеспечить проведение динамической паузы в середине учебного дня не менее 40 минут (желательно на улице), используя игры средней подвижности. Вместо одной большой перемены допускается после 2 и 3 уроков устанавливать две перемены по 20 минут каждая.

3.10.3 При организации образовательной деятельности не допускается использование технологий, которые могут нанести вред физическому и (или) психическому здоровью обучающихся, приоритет использования здоровьесберегающих педагогических технологий;

3.11 Объем учебного времени, затрачиваемого на проведение оценочных процедур, не должен превышать 10% от всего объема учебного времени, отводимого на изучение данного учебного предмета в данном классе в текущем учебном году;

3.12 Суммарный объем домашнего задания по всем предметам для каждого класса не должен превышать продолжительности выполнения до 1,5 часа - для 2 и 3 классов, до 2 часа - для 4-5 класса, до 2,5 часа - для 6 - 8 классов, до 3,5 часа - для 9 - 11 классов.

3.13 Домашнее задание на следующий урок рекомендуется задавать на текущем уроке, при наличии электронного журнала дублировать в нем задание не позднее времени окончания учебного дня. Для выполнения задания, требующего длительной подготовки (например, подготовка доклада, реферата, оформление презентации, заучивание стихотворений), рекомендуется предоставлять достаточное количество времени.

3.14 Использование электронных средств обучения в ходе реализации образовательной деятельности, включая выполнение домашних заданий, внеурочную деятельность, проводится в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими требованиями и Гигиеническими нормативами;

4. Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся

- 4.1. Все предметы обязательной части учебного плана оцениваются по триместрам.
- 4.2. Промежуточная аттестация – процедура, проводимая с целью оценки качества освоения обучающимися части содержания (триместровое оценивание) или всего объема учебной дисциплины за учебный год (годовое оценивание).
- 4.3. Промежуточная аттестация обучающихся проводится один раз в год в сроки, установленные календарным учебным графиком соответствующей образовательной программы без прекращения образовательной деятельности по предметам учебного плана.
- 4.4. Порядок проведения промежуточной аттестации и системы оценки индивидуальных достижений обучающихся определяется соответствующими локальными актами школы.
- 4.5. Освоение образовательных программ основного общего и среднего общего образования завершается обязательной итоговой аттестацией учащихся

5. Педагогическим работникам школы запрещается:

- изменять по своему усмотрению расписание уроков, заменять друг друга без ведома администрации;
- отменять учебные занятия, удлинять или сокращать продолжительность уроков и перемен;
- удалять обучающихся с уроков и не допускать на урок опоздавших;
- отпускать с уроков физической культуры обучающихся, освобождённых от занятий по состоянию здоровья;
- оставлять детей одних на переменах в кабинетах, кабинеты должны быть закрыты на проветривание;
- освобождать обучающихся от учебных занятий для выполнения общественных поручений, участия в спортивных и других мероприятиях, не предусмотренных планом работы, без разрешения администрации и заявления родителей обучающихся или лиц их заменяющих;
- отвлекать педагогических работников в учебное время от их непосредственной работы для проведения разного рода мероприятий, не связанных с педагогической деятельностью.

6. Заключительные положения

- 6.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом, принимается на Педагогическом совете школы и утверждается приказом директора организации, осуществляющей образовательную деятельность.
- 6.2. Положение размещается на официальном сайте ОО в сети Интернет, на информационном стенде, а также доводится до сведения родителей (законных представителей) Обучающихся на родительских собраниях.
- 5.1 Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации.
- 5.2 Положение принимается на неопределенный срок.
- 5.3 После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.