

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5»

Принято решением педагогического совета
протокол № 5 от 11.01.2021

Утверждаю:
директор МАОУ «СОШ № 5»
 О.В.Корнилова
приказ от 11.01.2021 № 3-ОД



Режим занятий обучающихся
муниципального автономного общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 5» г. Чусового
с изменениями, утвержденными приказом от 19.08.2021 № 304-ОД

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий обучающихся МАОУ «СОШ № 5» (далее – Школа) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», с СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 28.01.2021 № 2, 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, 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, Уставом школы.

1.2. Основные образовательные программы 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. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с Календарным учебным графиком, учебным планом основной общеобразовательной программы Школы. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год для обучающихся заочной формы обучения начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы. Если 1 сентября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся среднего общего образования составляет на 35 учебных недель в 10 классе, не включая проведение учебных сборов по основам военной службы, 34 учебные недели в 11 классах, не

включая летний экзаменационный период.

Продолжительность учебного года при заочной форме обучения составляет 36 учебных недель.

2.4. Учебный год составляют учебные периоды: триместры по очной форме обучения, полугодия – по заочной форме. Количество триместров в учебном году – 3, полугодий – 2.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместров, 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 в календарном учебном графике

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется по шестидневной учебной неделе.

3.2. Продолжительность уроков составляет 45 минут. Максимальная нагрузка обучающихся соответствует действующим предельным нормативам, не более 37 часов. Максимально допустимый недельный объем нагрузки внеурочной деятельности, не более 10 часов. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен соответствовать временным затратам на его выполнение не более 3,5 астрономических часов.

Для обучающихся заочной формы обучения продолжительность урока 45 минут, на прием одного зачета отводится 1/3 академического часа.

3.3. Обучение организовано в одну смену. Начало уроков в 09 ч 00 мин.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 мин, после первого и второго уроков – 15 минут, после третьего урока – 20 минут.

Расписание звонков по очной форме обучения:

ПОНЕДЕЛЬНИК, СРЕДА – ПЯТНИЦА	
0 урок	08.05 – 08.50
1 урок	09.00 – 09.45
2 урок	10.00 – 10.45
3 урок	11.00 – 11.45
4 урок	12.05 – 12.50
5 урок	13.05 – 13.50
6 урок	14.00 – 14.45
7 урок	14.50 – 15.35
ВТОРНИК	
0 урок	08.05 – 08.50
1 урок	09.00 – 09.40
2 урок	09.50 – 10.30
Тьюторское собрание	10.45 – 11.15
3 урок	11.25 – 12.05
4 урок	12.25 – 13.05
5 урок	13.15 – 13.55
6 урок	14.05 – 14.45
7 урок	14.55 – 15.35
СУББОТА	

0 урок	08.05 – 08.50
1 урок	09.00 – 09.45
2 урок	09.55 – 10.40
3 урок	10.50 – 11.35
4 урок	11.45 – 12.30
5 урок	12.40 – 13.25
6 урок	13.35 – 14.20
7 урок	14.30 – 15.15

3.5. Для обучающихся заочной формы обучения учебная нагрузка распределена на 4 учебных сессии в октябре, январе, марте, мае.

Занятия проводятся в одну смену – днем, продолжительность занятия – 45 минут, общее время, определенное для отдыха распределяется следующим образом: 4 перемены по 5 минут, одна перемена – 10 минут.

Расписание звонков по заочной форме обучения:

1 урок	15.00-15.45
2 урок	15.50-16.35
3 урок	16.45-17.30
4 урок	17.35-18.15
5 урок	18.25-19.05
6 урок	19.10-19.55

3.6. Расписание учебных занятий соответствует учебному плану школы и индивидуальным учебным планам обучающихся. Расписание школы составляется для учебных групп. Каждый обучающийся имеет индивидуальное расписание.

Расписание 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 семи.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. При проведении учебных занятий по «Иностранному языку», «Технологии», «Физической культуре», а также по «Информатике и ИКТ», «Физике» углубленный уровень, «Химии» углубленный уровень (во время проведения практических занятий), элективным курсам и исследовательской и проектной деятельности при наполняемости класса 25 и более человек осуществляется 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. Для профилактики нарушений осанки во время занятий должны проводиться соответствующие физические упражнения (далее - физкультминутки).

4.4. Педагогические работники обеспечивают 60–80% плотности учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам.

4.5. 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%.

4.6. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен соответствовать временным затратам на его выполнение не более 3,5 астрономических часов

5. Особенности режима занятий при электронном и дистанционном обучении

5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.

При использовании ЭСО с демонстрацией обучающих фильмов, программ или иной информации, предусматривающих ее фиксацию в тетрадях воспитанниками и обучающимися, продолжительность непрерывного использования экрана не должна превышать, для 5-11-х классов - 15 минут.

Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски – для обучающихся 5-9 классов - 30 минут, 10-11 классов - 35 минут.

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

5.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5.4. 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 40 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, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы.

6.3. Между урочной и внеурочной деятельностью предусматривается перемена не менее 30 минут, за исключением занятий с учащимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

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