

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
МБОУ «Лицей №28 г.Йошкар-Олы»
Протокол № 1 от 30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор
МБОУ «Лицей №28 г.Йошкар-Олы»
Приказ № 111/1-П от 30.08.2023г.

Режим занятий учащихся

1. Общие положения

1.1. Настоящий режим занятий учащихся МБОУ «Лицей №28 г.Йошкар-Олы» (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.

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 правилами и гигиеническими нормативами.

2. Учебный год

2.1. Учебный год в школе начинается 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом 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-м классе – 33 недели.

2.3. Учебный год составляют учебные периоды: триместры. Количество триместров в учебном году – 3.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в конце 2 триместра.

2.5. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, триместров 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 основных образовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий

3.1. Обучение в школе ведется:

- по пятидневной учебной неделе в 1-11-х классах;

В субботу организуются платные образовательные услуги. Урочная деятельность учащихся с ОВЗ организуется по пятидневной учебной неделе, в субботу возможно проведение внеурочной деятельности.

3.2. Продолжительность урока (академический час) во 2–11-х классах составляет 40 минут. Продолжительность уроков в 1-м классе составляет:

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

3.3. Учебные занятия в школе организованы в 2 смены. Начало учебных занятий для первой смены – 8:00 для 2, 5, 9, 10, 11 классов, 8:30 – для 1 классов. Начало учебных занятий для второй смены – 14:00 для 6, 7, 8 классов, 13:30 – для 3, 4 классов. Занятия второй смены заканчиваются не позднее 19.00.

3.4. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв 10 мин, после второго или третьего урока – 20 мин.

3.5. Расписание звонков:

3.5.1 Начальная школа

1 смена

Режим 1 классов	Режим 2 классов	Понедельник
8.30-9.05 - 1 урок	8.00-8.40 - 1 урок	8.00-8.30
9.15-9.50 - 2 урок	8.50-9.30 - 2 урок	8.35-9.15 - 1 урок
9.50-10.30 - дин. пауза	9.50-10.30 - 3 урок	9.15-9.35 завтрак
10.35-11.10 - 3 урок	10.40 –11.20 - 4 урок	9.35-10.15 - 2 урок
11.20-11.55 - 4 урок	11.30 -12.10 - 5 урок	10.25-11.05 - 3 урок

12.05-12.40 - 5 урок Гор. питание-9.55 -10.15	Гор. питание-9.30-9.50	11.15-11.55 - 4 урок 12.05-12.45 - 5 урок
--	------------------------	--

2 смена

Режим 3 классов	Режим 4 классов	Понедельник
13.00 -13.40 - 1 урок 13.50 -14.30 - 2 урок 14.50 -15.30 - 3 урок 15.40 -16.20 - 4 урок 16.30 – 17.10 - 5 урок Гор. питание- 14.30-14.50	13.30 -14.10 - 1 урок 14.20 -15.00 - 2 урок 15.20 -16.00 - 3 урок 16.10 -16.50 - 4 урок 17.00 – 17.40 - 5 урок Гор. питание- 15.00-15.20	13.00-13.30 13.35-14.15 - 1 урок 14.25-15.05 - 2 урок 15.05-15.25 - гор.пит 15.25-16.05 - 3 урок 16.15-16.55 - 4 урок 17.05-17.45 - 5 урок

3.5.2 Старшая школа

Первая смена

	Понедельник, четверг	Вторник, среда, пятница
1 урок	08.00-08.25	08.00-08.40
2 урок	08.30-09.10	08.50-09.30
3 урок	09.20-10.00	09.40-10.20
4 урок	10.20-11.00	10.40-11.20
5 урок	11.20-12.00	11.40-12.20
6 урок	12.05-12.45	12.25-13.05
7 урок	12.50-13.30	13.10-13.50

Вторая смена

	Понедельник, четверг	Вторник, среда, пятница
1 урок	14.00-14.25	14.00-14.40
2 урок	14.30-15.10	14.45-15.25
3 урок	15.30-16.10	15.45-16.25
4 урок	16.30-17.10	16.45-17.25
5 урок	17.15-17.55	17.30-18.10
6 урок	18.00-18.40	18.15-18.55

3.6. 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:

Для учеников 1-х классов – 4 урока в день и 1 раз в неделю – 5 уроков, если в расписании значится урок физкультуры. Для обучающихся 2-4-х классов – 5 уроков в день. Для 5-6-х

классов в день – 6 занятий, для 7-11-х классов – 7 занятий в день. В целом учебная нагрузка при 5-дневной учебной неделе для первоклассников не превышает 21 час, для обучающихся 2-4-х классов – 23 часа, 5-х классов – 29 часов, 6-х классов – 30 часов, 7-х классов – 32 часа, 8-9-х классов – 33 часа, 10-11-х классов – 34 часа. Общий недельный объем внеурочной деятельности – не более 10 часов.

3.7. По окончании учебных занятий после 19.00 по согласованию с родителями (законными представителями) проводятся занятия в рамках реализации дополнительных образовательных программ и деятельности кружков (студий), спортивных секций, но и они должны быть завершены до 20.00 – для детей 7-10 лет и до 21.00 – для детей 10-18 лет.

4. Особенности организации образовательного процесса

4.1. Организация образовательной деятельности может быть основана на делении обучающихся на две и более группы и различном построении учебного процесса в выделенных группах с учетом их успеваемости, образовательных потребностей и интересов, пола, общественных и профессиональных целей, в том числе обеспечивающих изучение родного языка в образовательных организациях, в которых наряду с русским языком изучается родной язык, государственный язык республик Российской Федерации, иностранный язык, а также углубленное изучение отдельных предметных областей или учебных предметов.

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 режима занятий при электронном и дистанционном обучении

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

5.2. Занятия с использованием ЭСО с детьми до 5 лет не проводятся.

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

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. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с рабочими программами воспитания и календарными планами воспитательной работы, приказами директора школы.

6.2. 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.

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