

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 17»
ГОРОДА ОБНИНСКА**

*Калужская область, г. Обнинск, ул. Белкинская, д.10
эл. почта obnschool17@mail.ru*

СОГЛАСОВАНО
педагогическим советом
МБОУ «СОШ № 17»
(протокол № 1 от 01.12.2020 г.)



**Режим занятий обучающихся
в МБОУ «СОШ № 17» города Обнинска**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Режим занятий обучающихся разработан с учетом

- ✓ Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 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» (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28).

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 нормами.

2. УЧЕБНЫЙ ГОД.

2.1. Учебный год в Школе начинается с 01 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования, но не позднее 25 июня, включая проведение промежуточной и государственной итоговой аттестации. Если 01 сентября приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним, рабочий день.

Учебный год для учеников очно-заочной, заочной форм обучения начинается 1 октября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если 1 октября приходится на выходной день, учебный год начинается в первый следующий за ним рабочий день.

2.2. Продолжительность учебного года на уровне начального, основного и среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета государственной (итоговой) аттестации в 9-х, 11-х классах, в первом классе – 33 недели. В соответствии с годовым календарным учебным графиком учебный год распределяется на четверти (1-9 классы), полугодия (10-11 классы).

2.3. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, 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.

2.4. После окончания учебного периода следуют каникулы. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет не менее 30 календарных дней, в летний период – не менее 8 недель. Для обучающихся 1-х классов в середине третьей четверти организуются дополнительные каникулы не менее 7-ми календарных дней. Сроки и продолжительность каникул в каждом учебном году определяются годовым календарным учебным графиком. Календарный учебный график на каждый учебный год утверждается приказом директора Школы.

3. РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ.

3.1. Обучение в Школе проводится:

- в одну смену;
- по пятидневной учебной неделе в 1-11 классах.

3.2. Учебные занятия в Школе начинаются в 8 часов 15 минут.

3.3. Продолжительность урока (академический час) во всех классах, за исключением 1-го класса, составляет 45 минут.

3.4. Продолжительность урока в 1-х классах составляет 35 минут в 1-м полугодии и 40 минут со 2-го полугодия. После второго урока предусмотрен динамический час.

3.5. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся не более 2-х перемен, продолжительностью не менее 20 минут.

3.6. Расписание звонков для 1-х классов

№ урока	1 полугодие	2 полугодие
1	08:15-08:50	08:15-08:55
2	09:10-09:45	09:10-09:50
3	11:05-11:40	11:05-11:45
4	12:10-12:45	12:10-12:50
5	13:10-13:45	13:10-13:50

Расписание звонков для 2-х-11-х классов

№ урока	1 полугодие
1	08:15-09:00
2	09:10-09:55
3	10:10-10:55
4	11:05-11:50
5	12:10-12:55
6	13:10-13:55
7	14:05-14:50

3.7. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с расписанием, утверждаемым на каждый учебный период директором Школы.

3.8. Расписание звонков и учебных занятий составляется администрацией Школы и утверждается приказом директора Школы на начало учебного года.

3.9. Аудиторная учебная нагрузка обучающихся не должна быть меньше минимальной обязательной и не должна превышать предельно допустимую аудиторную учебную нагрузку обучающихся:

- ✓ 1 класс- предельно допустимая нагрузка составляет 21 час в неделю;
- ✓ 2-4 классы - предельно допустимая нагрузка составляет 23 часа в неделю;

- ✓ 5 класс - предельно допустимая нагрузка составляет 29 часов в неделю;
- ✓ 6 класс - предельно допустимая нагрузка составляет 30 часов в неделю;
- ✓ 7 класс - предельно допустимая нагрузка составляет 32 часа в неделю;
- ✓ 8 класс - предельно допустимая нагрузка составляет 33 часа в неделю;
- ✓ 9 класс - предельно допустимая нагрузка составляет 33 часа в неделю;
- ✓ 10 – 11 классы - предельно допустимая нагрузка составляет 34 часа в неделю.

3.10. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели. При составлении расписания уроков используется таблица И.Г.Сивакова, в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.

В начальных классах сдвоенные уроки не проводятся, в 5- 11 классах проведение сдвоенных уроков соответствует санитарно-гигиеническим требованиям.

Максимально допустимая нагрузка в течение дня составляет:

- ✓ для обучающихся 1-х классов – 4 урока и 1 день в неделю – 5 уроков, за счет урока физической культуры, музыки, ИЗО;
- ✓ для обучающихся 2-4 классов – 5 уроков;
- ✓ для обучающихся 5-6 классов – 6 уроков;
- ✓ для обучающихся 7-11 классов – 7 уроков.

3.11. При проведении занятий допускается деление класса на две группы при наполняемости не менее 25 человек:

- ✓ по иностранному языку;
- ✓ по технологии – на втором уровне обучения;
- ✓ по информатике и ИКТ.

При наличии необходимых условий и средств возможно деление на группы классов с меньшей наполняемостью и при проведении занятий по другим предметам.

3.12. С целью профилактики утомления, нарушения осанки, зрения обучающихся на уроках в начальной, основной и средней школах проводится физкультминутки, динамические паузы и гимнастика для глаз, обеспечивается контроль за осанкой, в том числе во время письма, рисования и использования электронных средств обучения (далее – ЭСО).

При использовании на занятиях 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.

3.13. 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.

3.14. В оздоровительных целях в Школе создаются условия для удовлетворения биологической потребности обучающихся в движении. Эта потребность реализуется посредством ежедневной двигательной активности обучающихся в объеме не менее 2 часов через:

- ✓ уроки физической культуры;
- ✓ спортивные кружки и внеурочные занятия;
- ✓ физкультминутки на уроках;
- ✓ подвижные/динамические перемены;
- ✓ внеклассные спортивные занятия и соревнования;
- ✓ Дни здоровья;
- ✓ прогулки на свежем воздухе.

3.15. Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты времени на его выполнение ежедневно не превышали (в астрономических часах):

- ✓ во 2-3-х классах – 1,5 часа;
- ✓ в 4-5 –х классах – 2 часа;
- ✓ в 6-8-х классах – 2,5 часа;
- ✓ в 9-11-х классах- до 3,5 часов.

3.16. В Школе организовано медицинское обслуживание обучающихся. Медицинские осмотры обучающихся в школе организуются и проводятся в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти в области здравоохранения.

3.17. Обучающиеся допускаются к занятиям в школе после перенесенного заболевания только при наличии справки от врача.

3.18. В каждом классе оформляется лист здоровья, в который для каждого обучающегося вносятся сведения о группе здоровья, группе занятий физической культурой.

4. ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПРИ ЭЛЕКТРОННОМ И ДИСТАНЦИОННОМ ОБУЧЕНИИ

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

4.2. 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 40 минут.

4.3. Перемены между уроками в дистанционном формате составляют 20 минут, а большая перемена (для перерыва на обед) – 40 минут.

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

4.5. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются.

5. РЕЖИМ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5.1. Режим работы кружков, секций, детских общественных объединений устанавливается расписанием занятий, утвержденным директором Школы.

5.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия устанавливается в соответствии с календарным и тематическим планированием, календарными планами воспитательной работы.

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

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

5.5. Перерыв между занятиями урочной и внеурочной деятельностью составляет не менее 30 минут, за исключением занятий с обучающимися с ОВЗ, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

6. РЕЖИМ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ НА ДОМУ.

6.1. Организация индивидуального обучения обучающихся на дому осуществляется на основании заключения лечебного учреждения и с согласия родителей (законных представителей) обучающихся, подтвержденного заявлением.

6.2. Иные особенности режима занятий обучающихся в Школе устанавливаются государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.