РАССМОТРЕНО: Педагогическим советом МБОУ СОШ № 19 Протокол от 28.08.2025 г. № 1

СОГЛАСОВАНО: Советом школы Протокол от 28.08.2025 г. $Nolimits_{2}$ 1

УТВЕРЖДЕНО: Приказом МБОУ СОШ № 19 от 29.08.2025 г. №178

Принято с учетом мнения Совета родителей МБОУ СОШ № 19 Протокол от 28.08.2025 г. № 1

Принято с учетом мнения Совета старшеклассников МБОУ СОШ №19 Протокол от 28.08.2025 г.№ 1

Режим занятий обучающихся МБОУ СОШ №19 на 2025-2026 учебный год

1. Общие положения

- 1.1. Режим занятий обучающихся Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы
- №19 (далее по тексту соответственно Режим, МБОУ СОШ №19) разработан в соответствии с :
- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
- Федеральной образовательной программой начального общего образования, утв. приказом Министерством просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 (с изменениями);
- Федеральной образовательной программой основного общего образования, утв. приказом Министерством просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 (с изменениями);
- Федеральной образовательной программой среднего общего образования, утв. приказом Министерством просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 371 (с изменениями)
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 28.09.2020г. **№**28 «Об утверждении OT санитарных правил СП 2.4.3648-20, Санитарно- эпидемиологические требования К организациям воспитания И обучения, оздоровления детей и молодежи»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. №2 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасностии (или) безвредности для человека факторов среды обитания", СанПин 1.2.3685-21
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. N 115
- «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями);
- Федеральным законом от 13.06.2023 № 256-ФЗ "О внесении изменений в статью 7 Федерального закона "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" и статью 41 Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации";
- Уставом Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №19
- 1.2. Настоящий документ устанавливает порядок организации образовательной деятельности, который действует в течение учебного года и регламентирует функционирование МБОУ СОШ №19 в соответствии с санитарными нормами и правилами.
- 1.3. Организация образовательной деятельности осуществляется в расписанием учебных занятий соответствии (уроков) образовательными программами начального общего, основного общего, среднего общего образования, которые разрабатываются и утверждаются **№**19 МБОУ СОШ федеральных самостоятельно на основе образовательных федеральных государственных стандартов И образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования.

2. Учебный год.

- 2.1. Учебный год в МБОУ СОШ №19 по очной форме обучения начинается 01 сентября 2025 года и заканчивается 26 мая 2026 года в соответствии с календарным учебным графиком на каждом уровне образования.
- 2.2 Начало учебного года может переноситься МБОУ СОШ №19 при реализации образовательной программы в очно-заочной форме обучения не более чем на один месяц, в заочной форме обучения не более чем на три месяца.
- 2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся начального общего образования составляет 34 недели, в 1-м классе 33 недели; основного общего и среднего общего образования 34 недели, в 9 классе продолжительность учебного года и летних каникул определяется с учетом прохождения обучающимися государственной итоговой аттестации.
- 2.4. Учебный год составляют учебные периоды: в 1-4, 5-9 классах -

- четверти, в 10 классе полугодия. Количество четвертей в учебном году -4, полугодий -2.
- 2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1-го класса в середине третьей четверти. Обучающимся предоставляются каникулы продолжительностью не менее 7 календарных дней.
- 2.6. 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 на уровне начального общего образования в ООП НОО, на уровне основного общего образования в ООП ООО, на уровне среднего образования в ООП СОО.
 - 2.7. Учебный год для юношей десятых классов, проходящих подготовку по основам военной подготовки, продлевается на 5 дней для прохождения военных сборов.

3. Режим занятий

- 3.1. В МБОУ СОШ №19 устанавливаются основные виды учебных занятий: урок, практические занятия, лабораторные занятия, консультации, самостоятельные работы, выполнение контрольных работ, занятия внеурочной деятельности.
- 3.2. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной неделе в 1-11 классах.
- 3.3. Урочная деятельность обучающихся с OB3 организуется по 5дневной учебной неделе, в субботу возможно проведение курсов внеурочной деятельности.
- 3.4. Для всех видов учебных занятий академический час устанавливается продолжительностью 40 минут. Обучение в 1-м классе осуществляется с соблюдением следующих требований: «ступенчатый» режим обучения: (в сентябре, октябре 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре, декабре 4 урока по 35 минут каждый; в январе мае 4 урока по 40 минут каждый).
- 3.5. Учебные занятия в 1, 2, 4, 5-11 классах организуются в первую смену.
- 3.6. Учебные занятия в 3 «А», 3 «Б», 4 «В» классах организуются во вторую смену.
- 3.7. После каждого урока обучающимся предоставляется перерыв. Организация перемен предполагает проведение режима проветривания в течение 10 минут, при которых обучающиеся выходят в коридор. Проветривание коридоров, рекреаций и лестничных пролетов осуществляется в течение урока.

Расписание звонков

№ урока	Время урока	Продолжительность перемены		

1	8.00 - 8.40	10 минут
2	8.50 - 9.30	20 минут
3	9.50 - 10-30	20 минут
4	10.50 – 11.30	20 минут
5	11.50 – 12.30	10 минут
6	12.40 – 13.20	10 минут
7	13.30 – 14.10	5 минут
	Вторая смена	
1	13.30 – 14.10	20 минут
2	14.30 – 15.10	20 минут
3	15.30 – 16.10	10 минут
4	16.20 - 17.00	10 минут
5	17.10 – 17.50	5 минут
6	17.55 – 18.35	

4. Организация образовательной деятельности МБОУ СОШ №19

- 4.1. Количество обучающихся в классе определяется исходя из расчета соблюдения нормы площади на одного обучающегося, соблюдении требований к расстановке мебели в учебных кабинетах.
- 4.2. При проведении учебных занятий, курсов, дисциплин (модулей) возможно деление классов на группы, при наличии необходимых условий.
- 4.3. Основные образовательные программы реализуется через организацию урочной и внеурочной деятельности. Объем максимально допустимой недельной учебной нагрузки определяется согласно гигиеническим требованиям СанПин 1.2.3685-21
- 4.4. Организация обучения по индивидуальному учебному плану на дому осуществляется в порядке, установленному соответствующим Положением.
- 4.5. Образовательная учебная нагрузка равномерно распределяется в течение учебной недели, при этом объем максимально допустимой нагрузки в течение дня составляет:
- для обучающихся 1-х классов не больше 4-х уроков;
- для обучающихся 2-4-х классов не более 5-ти уроков;
- для обучающихся 5-6 классов не более 6 уроков;
- для обучающихся 7-10 классов не более 7 уроков.
- 4.6. Расписание уроков составляется отдельно для обязательных учебных занятий и курсов внеурочной деятельности.
- 4.7. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. В начальных классах сдвоенные уроки не проводится, за исключением уроков физической культуры по лыжной подготовке (таблица 6.6. СанПин 1.2.3685-21).
- 4.8. Обучение в 1-ом классе осуществляется с соблюдением следующих

дополнительных требований:

- проведение учебных занятий только в 1-ю смену по пятидневной учебной неделе;
- «ступенчатый» режим обучения: (в сентябре, октябре 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре, декабре 4 урока по 35 минут каждый; в январе мае 4 урока по 40 минут каждый);
- организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;
- обучение проводится без балльного оценивания знаний обучающихся.
- 4.9. Занятия по программам дополнительного образования, курсы внеурочной деятельности, платные образовательные услуги, другие мероприятия, определяются отдельным расписанием.
- 4.10. Для предупреждения переутомления и сохранения оптимального уровня работоспособности в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или четверг.
- 4.11. Часы, отведенные на внеурочную деятельность, организовываются в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы.
- 4.12. Горячее питание обучающихся осуществляется в соответствии с графиком питания, утверждённым приказом МБОУ СОШ №19.
- 4.13. В течение учебного дня проводится не более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводиться на 2-4 уроках.
- 4.14. 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).
- 4.15. 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.
- 4.16. Продолжительность непрерывного использования в образовательном процессе ЭСО устанавливается согласно гигиеническим требованиям таблицы
- 6.8. СанПин 1.2.3685-21.
- 4.17. Режим обучения и организации работы кабинетов с использованием компьютерной техники должен соответствовать гигиеническим требованиях к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы на них. Продолжительность непрерывного использования компьютера с жидкокристаллическим монитором на уроках составляет: для обучающихся 1 2-х классов не более 20 минут;

для обучающихся 3 - 4- х классов - не более

- 25 минут, для обучающихся 5- 9-х классов не более 30 минут, для обучающихся 10-11-х классов не более 35 минут.
- 4.18. Спортивные нагрузки на физической культурой, занятиях соревнованиях, внеурочных спортивного профиля занятиях соответствуют возрасту, на основании состоянию здоровья (сведений, содержащихся в заключении медицинской организацией, выданном по результатам проведенных профилактических осмотров обучающихся) и физической подготовленности обучающихся. Обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группам, занимаются физической культурой со снижением физической нагрузки.
- 4.19. 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%.

4.20. Промежуточная аттестация в 2-11 классах регламентируется Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся МБОУ СОШ №19. Государственная

итоговая аттестация выпускников 9 классов проводится согласно приказа Министерства просвещения Российской Федерации.

- 4.21. Все работы, в учебных кабинетах технологии обучающие выполняют в специальной одежде и (или) с использованием средств индивидуальной защиты.
- 4.22. Самостоятельная подготовка обучающихся к занятиям, выполнение обучающимися заданий, данных педагогическими работниками в рамках образовательной программы для выполнения во внеучебное время (далее – домашнее задание), осуществляется обучающимися в домашних условиях и иных условиях, в том числе в цифровой образовательной среде, и предусматривает выполнение обучающимися письменных и устных, практических, творческих, проектных, исследовательских работ в целях совершенствования, развития и практического применения формируемых в ходе урока предметных знаний и умений, универсальных учебных действий и из использования для решения учебных, учебнопознавательных и учебно- практических задач в соответствии планируемыми результатами рабочей программы учебного предмета. Определение объема домашних осуществляется заданий работниками Санитарнопедагогическими В соответствии эпидемиологическими требованиями и правилами, Гигиеническими нормативами с учетом возрастных, психофизиологических особенностей,

способностей и интересов обучающихся». Объем домашних заданий (по всем предметам) должен быть таким, чтобы затраты по времени на его выполнение не превышали (в астрономических часах): 1 класс - 1 ч, 2-3

классах - 1,5 ч., в 4 - 5 классах - 2 ч., в 6 - 8 классах - 2,5 ч., в 9 - 11х классах - до 3,5ч.

5. Особенности режима занятий при электронном обучении с использованием дистанционных образовательных технологий.

- 5.1. При использовании ЭСО на занятиях соблюдаются нормы продолжительности, установленные санитарными правилами и гигиеническими нормативами.
- 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. Посещение МБОУ СОШ №19 участниками образовательных отношений и иными лицами.

6.1. Педагогам категорически запрещается впускать в класс посторонних лиц без предварительного разрешения директора МБОУ СОШ №19, а в случае его

отсутствия дежурного администратора.

- 6.2. Посетители и родители (законные представители) обучающихся могут быть допущены в школу при предъявлении документа удостоверяющего личность и сообщив к кому они направляются. После записи их в журнале регистрации перемещаются по территории школы в сопровождении дежурного администратора или педагогического работника.
- 6.3. Сотруднику охраны категорически запрещается впускать в здание МБОУ СОШ №19 посторонних лиц без предварительного разрешения директора школы или дежурного администратора.
- 6.4. Педагогам категорически запрещается вести прием родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся во время уроков. Встречи педагогов и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся осуществляются на переменах или вне уроков педагога по предварительной договоренности.

- 6.5. Родители (законные представители) могут посетить учебное занятие (урок, занятие внеурочной деятельности) с согласия педагогического работника, ведущего соответсвующее занятие.
- 6.5Прием родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся по личным вопросам осуществляется:
 - директором: четверг с 15.00 до 17.30;
 - заместителями директора: вторник с 15-00 до 17-00

7. Заключительные положения

- 7.1 Настоящий локальный нормативный акт, согласовывается на Педагогическом совете школы и утверждается (либо вводится в действие) приказом директора образовательной организации.
- 7.2. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящий локальный нормативный акт, оформляются в письменной форме в соответствии действующим законодательством Российской Федерации и принимаются в порядке, предусмотренном п.6.1. настоящего локального нормативного акта
- 7.3. После принятия локального нормативного акта (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции, предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114507

Владелец Душко Михаил Николаевич

Действителен С 21.04.2025 по 21.04.2026