

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
Протокол №2 от 01.09.2025

УТВЕРЖДЕНО
И.о.директора ГБОУ СОШ №13 г.о.Чапаевск

Степанова С.А.
Приказ № 63/29-од от 01.09.2025

ПРИНЯТО
с учетом мнения совета родителей
Протокол №1 от 01.09.2025

ПРИНЯТО
С учетом мнения совета обучающихся
Протокол №1 от 01.09.2025

**Режим занятий обучающихся
в ГБОУ СОШ №13 г.о. Чапаевск**

1. Общие положения

1.1. Положение о режиме занятий обучающихся в ГБОУ СОШ №13 г.о. Чапаевск (далее - Положение) разработано в соответствии с Конвенцией ООН о правах ребенка, Декларацией прав ребенка, Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 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".

1.2. Настоящее положение устанавливает режим занятий обучающихся. Временное изменение режима занятий возможно на основании приказа директора школы.

1.3. Настоящее положение регламентирует функционирование школы в период образовательной деятельности.

2. Режим занятий обучающихся во время образовательной деятельности

2.1. При реализации образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования должны соблюдаться следующие требования:

2.1.1. На собственной территории организации, реализующей образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования (далее - общеобразовательные организации), выделяются зоны отдыха, физкультурно-спортивная зона и хозяйственная зона).

2.1.2. Для выполнения рабочих программ учебного предмета "Физическая культура", мероприятий программы воспитательной работы и курсов по выбору соответствующей направленности допускается использовать спортивные сооружения (площадки, стадионы, бассейны), расположенные за пределами собственной территории общеобразовательной организации, оборудованные в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству и содержанию мест, предназначенных для занятий спортом и физической культурой. Приобретаемое оборудование для детских игровых площадок должно иметь документы об оценке (подтверждении) соответствия.

2.1.3. Для всех обучающихся должны быть созданы условия для организации питания. Количество мест в обеденном зале должно обеспечивать организацию питания всех обучающихся в течение не более трех перемен, Число одновременно питающихся детей не должно превышать количество посадочных мест в обеденном зале по проекту. При обеденном зале устанавливаются умывальники из расчета один кран на 20 посадочных мест.

2.1.4. Учебные кабинеты и рекреационные помещения для обучающихся 1-4 классов размещаются на 1-4 этажах отдельного здания.

2.1.5. В гардеробах оборудуют места для каждого класса, исходя из площади не менее 0,15 на ребенка.

Гардеробы оснащают вешалками, крючками или шкафчиками для раздельного хранения одежды и местом для хранения обуви на каждого обучающегося, а также устанавливаются лавки (скамейки). Для обучающихся 1-4 классов гардероб может размещаться в рекреациях (при условии оборудования их индивидуальными шкафчиками), а также в учебных кабинетах (при условии соблюдения нормы площади учебного кабинета на 1 обучающегося в соответствии с гигиеническими нормативами и выделении дополнительной площади для оборудования гардероба).

2.1.6. Обучающиеся 1-4 классов размещаются в закрепленных за каждым классом учебных кабинетах, за исключением обучения, требующего специального оборудования.

2.1.7. Для обучающихся 5-11 классов образовательный процесс может быть организован по кабинетной системе. При невозможности обеспечить обучающихся 5-11 классов учебной мебелью соответствующей их росту во всех учебных кабинетах, и лабораториях, задействованных в образовательном процессе, обучение проводится в одном учебном кабинете, оборудованного мебелью, соответствующей росту и возрасту обучающихся. Приобретаемая учебная мебель должна иметь документы об оценке (подтверждении) соответствия.

2.1.8. Учебные кабинеты физики и химии оборудуют демонстрационными столами, установленными на подиуме. Демонстрационные столы должны иметь покрытие, устойчивое к действию агрессивных химических веществ и защитные бортики по наружному краю стола. Лаборантскую и учебный кабинет химии оборудуют вытяжными шкафами.

2.1.9. На каждом этаже размещаются санитарные узлы раздельные для мальчиков и девочек, оборудованные кабинами с дверями и умывальниками для мытья рук. Для инвалидов маломобильных групп туалетная комната (кабина) должна быть оборудована с учетом обеспечения условий доступности. Для персонала оборудуется отдельный санузел (кабина).

2.1.10. Количество обучающихся в классе определяется исходя из расчета соблюдения нормы площади на одного обучающегося, соблюдения требований к расстановке мебели в учебных кабинетах. Комплектование классов (групп) обучающихся с ограниченными возможностями здоровья проводится в зависимости от указанной в пункте 2.1.12. Правил категории обучающихся. Образование обучающихся с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных классах, группах или отдельных организациях, осуществляющих образовательную деятельность.

2.1.11. Площадь учебных кабинетов без учета площади, необходимой для расстановки дополнительной мебели (шкафы, тумбы и другие) для хранения учебных пособий и оборудования рабочего места преподавателя, должна рассчитываться следующим образом:

- не менее 2,5 на одного обучающегося при фронтальных формах занятий;
- не менее 3,5 на одного обучающегося при организации групповых форм работы и индивидуальных занятий.

2.1.12. Предельная наполняемость отдельного класса (группы), группы продленного дня для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливается в зависимости от нозологической группы:

- для глухих обучающихся - 6 человек;
- для слабослышащих и позднооглохших обучающихся с легким недоразвитием речи, обусловленным нарушением слуха, - 10 человек;
- для слабослышащих и позднооглохших обучающихся с глубоким недоразвитием речи, обусловленным нарушением слуха, - 6 человек;
- для слепых обучающихся - 8 человек;
- для слабовидящих обучающихся - 12 человек;
- для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи - 12 человек;
- для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата – 10 человек;
- для обучающихся, имеющих задержку психического развития, - 12 человек;
- для учащихся с интеллектуальными нарушениями - 12 человек;
- для обучающихся с расстройствами аутистического спектра - 8 человек;
- для обучающихся со сложными дефектами (с тяжелыми множественными нарушениями развития) - 5 человек.

Количество обучающихся с ограниченными возможностями здоровья устанавливается из расчета не более 3 обучающихся при получении образования совместно с другими учащимися.

2.1.13. В общеобразовательных организациях, работающих в две смены, обучение 1, 5 классов и классов для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья проводится в только первую смену. Учебные занятия следует начинать не ранее 8 часов. Проведение нулевых уроков и обучение в три смены не допускается. Занятия второй смены должны заканчиваться не позднее 19 часов.

2.1.14. При реализации образовательных программ должны соблюдаться следующие санитарно-эпидемиологические требования:

- объем обязательной части образовательной программы начального общего образования должен составлять 80%, образовательной программы основного общего - 70% и образовательной программы среднего общего образования - 60%;
- суммарный объем обязательной части образовательной программы и части, формируемой участниками образовательных отношений, реализуется в рамках максимального общего объема недельной образовательной нагрузки;
- часы, отведенные на внеурочную деятельность, должны быть организованы в формах, отличных от урочных, предусматривающих проведение общественно полезных практик, исследовательской деятельности, реализации образовательных проектов, экскурсий, походов, соревнований, посещений театров, музеев и иные формы;

- внеурочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья формируется из часов, необходимых для обеспечения их индивидуальных потребностей и составляющих суммарно 10 часов в неделю на обучающегося, из которых не менее 5 часов должны включать обязательные занятия коррекционной направленности с учетом возрастных особенностей учащихся и их физиологических потребностей;

- урочная деятельность обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организуется по 5 дневной учебной неделе, в субботу возможны организация проведение внеурочной деятельности.

С целью профилактики переутомления в годовом календарном учебном плане обучающихся должно быть предусмотрено чередование периодов учебного времени, сессий и каникул.

Продолжительность каникул должна составлять не менее 7 календарных дней.

2.1.15. Расписание уроков составляется с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалы трудности учебных предметов, определенной гигиеническими нормативами. 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 один раз в неделю уроков, за счет урока физической культуры;

- для обучающихся 2-4 классов - не более 5 уроков и один раз в неделю 6 уроков за счет урока физической культуры;

- для обучающихся 5-6 классов - не более 6 уроков;

- для обучающихся 7-11 классов - не более 7 уроков.

2.1.16. Факультативные занятия и занятия по программам дополнительного образования, планируют на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных (дополнительных) занятий и последним уроком необходимо организовывать перерыв продолжительностью не менее 20 минут.

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

- учебные занятия проводятся по 5-дневной учебной неделе и только в первую смену;

- *ступенчатый режим 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; в январе - мае - по 4 урока в день по 40 минут каждый, в середине учебного дня организуется динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут, предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при четвертном режиме обучения;

- в случае обучения по индивидуальным учебным планам, в том числе для ускоренного обучения, объем дневной и недельной учебной нагрузки, организация учебных и внеурочных мероприятий, расписание занятий должны соответствовать требованиям, предусмотренным санитарными правилами и нормами

СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2, и санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28;

- *особенности контрольно-оценочной деятельности в первом классе.* Результаты работы первоклассников оцениваются только словесно. В соответствии с пунктом 24 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 22 марта 2021 г. № 115, в первом классе не рекомендуются домашние задания;

- *Планирование недельной нагрузки в условиях ее уменьшения.* В соответствии с требованиями санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28, в сентябре-октябре недельная нагрузка первоклассников не превышает 15 часов, то есть при пятидневной учебной неделе – 3 урока в день. При сокращении часов необходимо учитывать следующие: в первую очередь уменьшаются часы учебных предметов, которые имеют максимальное количество баллов по шкале трудности – математика, русский язык, окружающий мир, литературное чтение. Вместе с тем сокращение допускается не более, чем 1 час в неделю по каждому предмету. Учебные предметы «Русский язык», «Математика» сокращаются на один час в неделю, а «Литературное чтение» на 0,5 часа. Учебный предмет «Окружающий мир» относится к числу наиболее объемных по содержанию текстов в учебнике, объяснений учителя, бесед, поэтому учитывая особенности адаптационного периода в сентябре-октябре проводить по 1 уроку в неделю. Учебные предметы «Музыка» и «Изобразительное искусство» сокращаются на 0,5 часа. Это означает, что возможны два варианта планирования этих уроков: 1) проведение одного урока в неделю в режиме интеграции содержания изо и музыки; 2) проведение по очереди уроков по изо и музыке: первая и третья неделя – урок изобразительного искусства; вторая и четвертая неделя – урок музыки;

- пример распределения часов по учебным предметам по варианту 1 федерального учебного плана:

Первая и третья неделя

Русский язык – 4 ч.

Литературное чтение – 4ч.

Математика – 3 ч.

Окружающий мир – 1 ч.

Музыка – 0,5 ч.

Изобразительное искусство 0,5 ч.

Труд (технология) – 0 ч.

Физическая культура – 2 ч.

Всего: 15 часов.

Вторая и четвертая неделя

Русский язык – 4 ч.

Литературное чтение – 3ч.

Математика – 3 ч.

Окружающий мир – 1 ч.

Музыка – 0,5 ч.

Изобразительное искусство 0,5 ч.

Труд (технология) – 1 ч.

Физическая культура – 2 ч.

Всего 15 час

- возможна организация дополнительных каникул независимо от четвертей.

2.1.18. Для предупреждения переутомления в течение недели обучающиеся должны иметь облегченный учебный день в среду или в четверг.

2.1.19. Продолжительность урока не должна превышать 45 минут, за исключением 1 класса и компенсирующего класса, продолжительность урока в которых не должна превышать 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.

2.1.20. Продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 минут, за исключением обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, обучение которых осуществляется по специальной индивидуальной программе развития.

2.1.21. Для слабовидящих обучающихся 1-4 классов при различных видах учебной деятельности продолжительность непрерывной зрительной нагрузки не должна превышать 10 минут, для слабовидящих обучающихся, осваивающих образовательные программы основного общего и среднего общего образования - не более 15 минут.

2.1.22. Для обучающихся с остаточным зрением для усвоения учебной информации по рельефной системе Брайля должны чередоваться тактильное восприятие информации - не менее 2 раз за урок с непрерывной зрительной работой - по 5 минут.

2.1.23. Все работы в учебных кабинетах технологии, обучающиеся выполняют в специальной одежде и (или) с использованием средств индивидуальной защиты. Для организации трудового обучения кабинеты технологии обеспечиваются необходимым оборудованием и инструментом со специальными приспособлениями,

учитывающими особые образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Условия трудового обучения должны соответствовать возрасту обучающегося, учебным, воспитательным и коррекционным задачам.

2.1.24. Организация профильного обучения в 10 - 11 классах не должна приводить к увеличению образовательной нагрузки.

2.1.25. При проведении итоговой аттестации не допускается проведение более одного экзамена в день. Перерыв между проведением экзаменов должен быть не менее 2-х календарных дней.

2.1.26. При проведении государственной итоговой аттестации по образовательным программам среднего общего образования в форме единого государственного экзамена (далее - ЕГЭ) по предметам по выбору участников ЕГЭ допускается их проведение через день.

2.1.27. При продолжительности экзамена от 4 часов и более обучающиеся обеспечиваются питанием. Независимо от продолжительности экзамена обеспечивается питьевой режим.

2.1.28. Время ожидания начала экзамена в классах не должно превышать 30 минут.

2.2. При реализации образовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения должны соблюдаться следующие требования:

2.2.1. Использование ЭСО должно осуществляться при наличии документов об оценке (подтверждении) соответствия. Использование мониторов на основе электронно-лучевых трубок в образовательных организациях не допускается.

2.2.2. Одновременное использование детьми на занятиях более двух различных ЭСО (интерактивная доска и персональный компьютер, интерактивная доска и планшет) не допускается.

2.2.3. Для образовательных целей мобильные средства связи не используются. Размещение базовых станций подвижной сотовой связи на собственной территории образовательных организаций не допускается.

2.2.4. Использование ноутбуков обучающимися начальных классов возможно при наличии дополнительной клавиатуры.

2.2.5. Оконные проемы в помещениях, где используются ЭСО, должны быть оборудованы светорегулируемыми устройствами.

2.2.6. Линейные размеры (диагональ) экрана ЭСО должны соответствовать гигиеническим нормативам.

2.2.7. Организация рабочих мест пользователей персональных ЭСО должна обеспечивать зрительную дистанцию до экрана не менее 50 см. Использование планшетов предполагает их размещения на столе под углом наклона 30°.

2.2.8. Шрифтовое оформление электронных учебных изданий должно соответствовать гигиеническим нормативам.

2.2.9. Непрерывная и суммарная продолжительность использования различных типов ЭСО на занятиях должна соответствовать гигиеническим нормам.

2.2.10. При необходимости использовать наушники время их непрерывного использования для всех возрастных групп должно составлять не более часа. Уровень громкости не должен превышать 60% от максимальной. Внутриканальные наушники должны быть предназначены только для индивидуального использования.

2.2.11. Интерактивную доску (панель) и другие ЭСО следует выключать или переводить в режим ожидания, когда их использование приостановлено или завершено.

2.2.12. 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.

2.2.13. Режим учебного дня, в том числе во время учебных занятий, должен включать различные формы двигательной активности. 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.

2.2.14. При использовании электронного оборудования, в том числе сенсорного экрана, клавиатуры, компьютерной мыши необходимо ежедневно дезинфицировать их в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.

2.2.15. В помещении, где организовано рабочее место обучающегося с компьютером (ноутбуком) или планшетом, необходимо предусмотреть естественное освещение и искусственное общее и местное на рабочем столе. Источник местного освещения на рабочем месте обучающегося должен располагаться сбоку от экрана персонального компьютера (ноутбука) или планшета. Освещение не должно создавать бликов на поверхности экрана.

3. Организация образовательной деятельности регламентируется учебным планом, календарным графиком, расписанием учебных занятий, элективных курсов, внеурочной деятельности, расписанием звонков.

3.1. Продолжительность учебного года: учебный год начинается 1 сентября, окончание 26 мая. Продолжительность учебного года в 1 классе равна 33 недели, во 2-х – 11-х классах – 34 недели. Для 9-х и 11-х классов окончание учебного года определяется в соответствии с расписанием государственной итоговой аттестации.

3.2. Регламентирование образовательной деятельности: учебный год в 1-11 классах делится на четыре четверти. Продолжительность каникул в течение учебного года составляет 30 календарных дней и регулируется ежегодно календарным графиком. Для обучающихся 1 класса устанавливаются дополнительные каникулы в феврале месяце (7 календарных дней).

Регламентирование образовательной деятельности неделю:

-5-ти дневная учебная неделя в 1 – 8 классах, 6-ти дневная учебная неделя в 9-11 классах.

3.3. Учебные занятия организуются в две смены. Внеурочная деятельность, факультативные, индивидуально-групповые занятия организуются после учебных занятий. Внеурочная деятельность, факультативные и индивидуально-групповые занятия организуются после учебных занятий с отведением времени на отдых.

3.4. Начало занятий в 8.00.

3.5. Продолжительность урока: 40 минут – 2-11 классы; в 1 классе установлена в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами. Продолжительность перемен между уроками установлена в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами. Урок начинается по звонку. Дежурство педагогов на переменах осуществляется в соответствии с графиком дежурств, установленным приказом директора.

3.6. На уроках проводятся физкультурные минутки и гимнастика для глаз в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами.

4. Организацию образовательной деятельности осуществляют администрация и педагогические работники в соответствии с должностной инструкцией.

4.1. Учителям категорически запрещается впускать в класс посторонних лиц без предварительного разрешения директора школы, а в случае его отсутствия – дежурного администратора.

4.2 Педагогическим работникам категорически запрещается вести прием родителей во время учебных занятий.

4.3 Прием родителей (законных представителей) директором школы и заместителем директора осуществляется ежедневно.

4.4 Запрещается отпускать учеников с уроков на различные мероприятия (репетиции, соревнования). Участие в мероприятиях определяется приказом по школе.

4.5. Запрещается удаление обучающихся из класса, моральное или физическое воздействие на обучающихся.

4.6 Учитель, ведущий последний урок, выводит детей этого класса в раздевалку и присутствует там до ухода из здания всех учеников.

5. Регламентация воспитательного процесса в школе

Организация воспитательного процесса регламентируется расписанием работы внеурочной деятельности. Проведение экскурсий, походов, выходов с детьми на внеклассные мероприятия за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора школы.

График питания обучающихся утверждается директором школы. Классные руководители сопровождают детей в столовую, присутствуют при приеме пищи детьми и обеспечивают порядок.

Изменения в расписании уроков допускается по производственной необходимости (больничный лист, курсовая подготовка, участие в семинарах и мероприятиях и др.) и в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха по приказу директора.

6. Занятость обучающихся в период летнего отдыха и оздоровления

Летняя кампания проводится с целью оздоровления обучающихся, воспитания у них трудолюбия, любви к окружающей среде, формирования здорового образа жизни и обеспечения занятости детей в летнее время.

Организация воспитательного процесса в летний период регламентируется приказом директора школы.