

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Средняя
общеобразовательная школа села Подольск муниципального района Хайбуллинский
район Республики Башкортостан

СОГЛАСОВАНО	СОГЛАСОВАНО	ПРИНЯТО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании	на заседании Совета	педагогическим	директор МБОУ СОШ с.
Совета	родителей (законных	советом	Подольск Юнусов А.Р.
обучающихся	представителей)	МБОУ СОШ с.	
Протокол №1	Протокол №1	Протокол №1	Приказом №133
от 29.08.2025	от 29.08.2025	от 29.08.2025	от 30.08.2025

Режим занятий обучающихся
Муниципального общеобразовательного учреждения Средняя школа села Подольск
муниципального района Хайбуллинский район Республики Башкортостан

1. Общие положения

1.1. Настоящее режим занятий муниципального общеобразовательного учреждения Средняя школа села Подольск муниципального района Хайбуллинский район Республики Башкортостан (далее – школа) разработан в соответствии:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.43648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровительным учреждениям для детей и молодежи» утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ № 28 от 28.09.2020г.
- 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 № 2 от 28.01.2021г.
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения от 22.03.2021 № 115.

1.2. Основные образовательные программы начального общего, основного общего и 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 с 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня

образования. Если это число приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

2.2. Учебный год для обучающихся очно- заочной, заочной формы обучения начинается с 1 сентября и заканчивается в соответствии с учебным планом основной общеобразовательной программы соответствующего уровня образования. Если это число приходится на выходной день, то в этом случае учебный год начинается в первый, следующий за ним рабочий день.

2.3. Продолжительность учебного года для обучающихся начального, основного, среднего общего образования составляет не менее 34 недель без учета периода государственной (итоговой) аттестации в 9-х, 11- х классах, в 1-х классах – 33 недели.

2.4. Учебный год в школе в 1–9-х классах делится на четверти, в 10–11-х классах – на полугодия.

2.5. После окончания учебного периода следуют каникулы. Минимальная продолжительность каникул составляет не менее 7 календарных дней. Дополнительные каникулы предоставляются обучающимся 1- го класса в середине третьей четверти.

2.6. Даты начала и окончания учебного года, продолжительность учебного года, четвертей, 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 основных общеобразовательных программ общего образования соответствующего уровня.

3. Режим занятий.

3.1. Обучение в школе ведется по пятидневной учебной недели.

3.2. Продолжительность урока во 2–11-х классах составляет 40 минут, в филиалах школы- 45 минут.

3.3. В соответствии с требованиями санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.2.2821-10 для облегчения процесса адаптации детей к требованиям общеобразовательного учреждения в 1-х классах используется ступенчатый метод постепенного наращивания учебной нагрузки:

- Сентябрь, октябрь—по 3 урока продолжительностью 35 минут;
- Ноябрь, декабрь —по 4 урока и один день по 5 уроков продолжительностью 35 минут;
- Январь-май—по 4 урока и один день по 5 уроков продолжительностью 40 минут.

3.4. Учебные занятия в школе начинаются в 8.15 часов. Проведение нулевых уроков не допускается. Учебные занятия в школе организованы в одну смену.

3.5. Продолжительность перемен между уроками составляет не менее 10 минут. Для организации питания обучающихся в режим учебных занятий вносятся не более 3-х перемен в продолжительностью не менее 20 минут.

3.6. Расписание звонков и перемен:
МБОУ СОШ с. Подольск

1 класс

№ урока	Продолжительность урока	Перемена	Продолжительность урока	Перемена
	1 полугодие		2 полугодие	
1	09.10-09.45	10 мин	9.10-9.50	10 мин
2	09.55-10.30	40 мин	10.00-10.40	40мин
Динамическая пауза				
3	11.10-11.45	20 мин	11.20-12.00	20мин
4	12.05-12.40	10мин	12.20-13.00	10мин
5	12.50-13.25		13.10-13.50	

Во 2 -4 классах

№ урока	Продолжительность урока	Перемена
1	09.05-09.45	20 мин
2	10.05-10.45	20 мин
3	11.05-11.45	10 мин
4	11.55-12.35	10 мин
5	12.45-13.25	10 мин

В 5 -9 классах

№ урока	Продолжительность урока	Перемена
1	08.15-08.55	10 мин
2	09.05-09.45	20 мин
3	10.05-10.45	20 мин
4	11.05-11.45	10 мин
5	11.55-12.35	10 мин
6	12.45-13.25	10 мин
7	13.35-14.15	10 мин

В филиалах МБОУ СОШ с. Подольск**в 1 классе на 1 четверть**

1 урок - 8.30 - 9.05 ч. перемена 10 мин

2 урок – 9.15 – 9.50 ч перемена 20 мин

3 урок – 10.10 -10.45 ч перемена 10 мин

Во 2-4 классах

№ урока	Продолжительность урока	Перемена
1	8.30-9.15	10 минут
2	9.25-10.10	10 минут
3	10.20-11.05	10 минут
4	11.15-12.00	10 минут
5	12.10-12.55	10 минут
6	13.05- 13.50	10 минут
7	14.00-14.45	10 минут
8	14.55-15.40	

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

3.8. Учебные нагрузки обучающихся не должны превышать нормы, определенные требованиями СанПиН к организации учебного процесса. Величина недельной учебной нагрузки (количество учебных занятий), реализуемая через урочную деятельность, определяется в соответствии с СанПиН.

3.9. Образовательная недельная нагрузка распределяется равномерно в течение учебной недели, при этом объем максимальной допустимой аудиторной недельной нагрузки в течение дня составляет:

3.9.1. для обучающихся 1-х классов- не должен превышать 4 уроков и 1 день в неделю- не более 5 уроков, за счет урока физической культуры;

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

3.9.3. для обучающихся 5-6-х классов- не более 6 уроков;

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

3.10. Расписание уроков составляется в соответствии с гигиеническими требованиями к расписанию уроков с учетом умственной работоспособности обучающихся в течение дня и недели.

4. Особенности организации образовательного процесса.

4.1 Организация образовательной деятельности может быть основано 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, на 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 течении недели организуется обремененный 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 1.2.3685-2.

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 внеурочной деятельности регламентируется расписанием внеурочной деятельности, работы кружков, секций, детских общественных объединений.

6.2. Время проведения экскурсий, походов, выходов с детьми на внеурочные мероприятия устанавливается в соответствии с календарно-тематическим планированием и планом воспитательной работы. Организованный выход обучающихся за пределы школы разрешается только после издания соответствующего приказа директора. Ответственность за жизнь и здоровье детей при проведении подобных мероприятий несет учитель, педагогический работник, который назначен приказом директора.

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

6.4. При проведении внеурочных занятий продолжительностью более 1 академического часа организуются перемены – 10 минут для отдыха со сменой вида деятельности.

